

**SOL - CAT 2**

N° GYM :

**JURY D**

**Jury E**

**10.00**

7 éléments dont la valeur est la plus élevée

**Déductions artistique**

<b>V D</b>	(+ 1 élément au choix)	3 acro minimum	3 gym minimum		Manque de créativité/variété des mouvements et transitions	0.10		
	▪ C = 0,30				Manque de synchronisation entre le mouvement et la mesure pendant une partie de l'exercice	0.10		
	▪ B = 0,20				Manque de synchronisation entre le mouvement et la mesure à la fin de l'exercice	ch f. 0,10		
	▪ A = 0,10				Musique de fond	0.50		
	<b>TOTAL VD</b>				Absence d'un mouvement touchant le sol (dont au minimum le buste, ou cuisses, ou genoux ou tête) (pas nécessairement un élément)	0.10		
<b>E C</b>	1- Une série acro de <u>2</u> éléments minimum avec envol dont un salto			+0,50	<b>Déductions spécifiques</b>			
					Pause (2 sec) avant les éléments	ch f. 0,10		
	2- Un élément acro des groupes 4-5 (salto)			+0,50	Elan des bras excessif avant les éléments gymniques			ch f. 0,10
					Allongement maximum des mouvements du corps			0.10
	3- Des éléments acro dans les 3 sens AV, AR, Latéral			+0,50	Ajustement (pas inutiles)			ch f. 0,10
					Position de la tête, des épaules et des bras			X
	4- Un passage gymnique d'au moins 2 sauts ≠ appel 1 pied dont 1 saut écart de 180°			+0,50	Pointes de pieds non tendues (relâchées)			X
					<b>Fautes d'exécution</b>			
	<b>TOTAL EC</b>				<b>Pénalités pour exercice trop court</b>			
					4 éléments			-4.00
				3 éléments			-6.00	
				1 à 2 éléments			-8.00	
				Pas d'élément			-10.00	
<b>TOTAL VD + EC</b>								
2 <sup>ème</sup> C exécutée : -2 pts par le Jury D								
<b>NOTE D</b>				<b>NOTE E</b>		<b>TOTAL PENALITES</b>		
<b>NOTE FINALE (NOTE D + NOTE E)</b>								