

**Pour les pénalités des éléments : voir programme 6ème****Tous les éléments réalisés peuvent être pénalisés même si non reconnus dans les 7 éléments**

3 difficultés à prendre dans 3 familles différentes

4 autre difficultés soit du **5<sup>ème</sup> degré**, du code catégorie 2 ou 1.

Les éléments du 4<sup>ème</sup> ne sont plus acceptés.

7 éléments minimum pour partir sur 10 points en note E. Si 6 éléments reconnus, pénalités de 2 points sur la note E, etc...

Possibilités d'avoir plus de 3 difficultés de la grille, celles en trop seront prises en Autres Difficultés

**Toute difficulté 6<sup>ème</sup> ou « autre difficulté » ne peut être exécutée 2 fois. La 2<sup>ème</sup> fois, pas de reconnaissance d'élément mais des fautes générales.**

**Reconnaissance dans l'ordre chronologique**

Total des bonifications : 1.5 points Maximum. Des bonifications de Difficultés différentes d'une même famille peuvent se cumuler.

**Pas de bonification si chute sur élément, répétition, position non tenue si demandée, et fautes égales ou supérieures à 0.60. Mais liaison bonifiée accordée si les 2 éléments ont 0.6 de pénalité chacun.**

On peut répéter 1 élément pour valider une liaison bonifiée.

Liaison directe : sans pas intermédiaire, sans arrêt, sans élan intermédiaire, sans perte d'équilibre

**EC1** « 1 série accro de 2 éléments avec envol dont 1 salto → Salto AV+ Rondade OK

**EC2** : 2 salti différents et NON de SENS différents

**EC3** : 1<sup>er</sup> saut appel 1 pied ET réception 1 pied + 2<sup>ème</sup> saut appel 1 pied et réception 1/2 pieds + 1 pirouette. Réaliser les 2 exigences pour valider les 0.5

**EC4** : « 3 éléments acrobatiques avec envol en AV, ARR et Latéral »

**EC5** : 1 saut antéro-postérieur à 150°

**Aucune Salto dans le mouvement → 2 points de pénalité**

**DIFFERENCE :**

\*entre liaison de salto AV avec 2 autres difficultés bonif à 0.3

ET

\*liaison directe de 2 salti différents bonif à 0.5 (salto av tendu + salto av groupé)

**Autre difficulté & Difficulté 6ème :**

**→ Le saut CABRIOLE du 5<sup>ème</sup> degré ne sera pas retenu en Autre Difficulté**

→ **Saut avec rotation & Pivot** : tolérance de sous-rotation de 30° si on doit le reconnaître en Difficulté 6<sup>ème</sup> (famille ou bonification) : **PENALITE de 0.30**

→ **Réception des salti avec vrille** : Les rotations doivent être complètement terminées MAIS une tolérance de 30° en dessous de la rotation demandée est autorisée pour reconnaître la Difficulté 6<sup>ème</sup>.

→ **Le Twist Tendu et la 1/2 Vrille tendue** : le sens est reconnu au bénéfice de la gym.

**UNIQUEMENT pour ces 2 éléments**

→ « **Saut groupé ou vertical 1 tour 1/2** » et « **Pirouette 1 tour 1/2** » sont comptabilisés en Autre Difficulté

→ Tous les sauts Ecart doivent être réalisés avec un écart de 180° pour ne pas être pénalisé

→ **SAUT GRAND JETE AVEC 1/2 n'est pas un élément de la grille. L'élément N° 3 de la grille est le GRAND JETE 1/2 TOUR (1/2 strug)**

→ **Suppression grille 6<sup>ème</sup> : SALTO JAPONAIS**