



Fédération
Sportive
et Culturelle
de France

CODE FIG 2017

GÉNÉRALITÉS - CNGF

SEPTEMBRE 2016

Révéler la passion qui vous anime.

Calcul de la note

- La note à chaque agrès est établie à partir de deux notes séparées
 - *Le Jury D calcule la note D : contenu de l'exercice*
 - *Le Jury E calcule la note E : exécution et artistique*

La note finale d'un exercice :

Note D	+	Note E	+	Les déductions neutres si nécessaire
--------	---	--------	---	--------------------------------------

Calcul de la note

Le jury D détermine en Barres, Poutre et Sol une note basée sur :

- Les Valeurs de Difficultés (VD)
- Les Exigences de Composition (EC)
- Les Valeurs de Liaison (VL)

A la table de saut, la note D inclut la valeur de difficulté.

Le jury E applique les déductions regroupant les fautes générales, les fautes d'exécution spécifiques à l'agrès et les fautes d'artistique qui seront toujours retranchées de la note de 10 pts.

Valeur de Difficulté (VD)

- Les VD sont des éléments issus des tableaux des éléments du Code de Pointage, qui sont illimités et qui peuvent être augmentés à volonté.

A = 0,10	B = 0,20	C = 0,30
D = 0.40	E = 0.50	F = 0.60
G = 0.70	H = 0,80	I = 0.90

- Aux barres, en poutre et sol les 8 éléments (au maximum) dont la VD est la plus élevée sont comptabilisés (sortie comprise).
- **En poutre et sol : 3 acro minimum et 3 gymniques Minimum + 2 éléments au choix**



Bonification de la note D Aménagement FSCF



Valorisation	+ 0,30 Pt	+ 0,60 Pt	+ 0,90 Pt	+ 1,20 Pt
	Note D comprise entre			
Table de saut	3,30 à 3,70	3,80 à 4,20	4,30 et +	
Barres	1,40 à 2,00	2,10 à 2,70	2,80 à 3,00	3,10 et +
Poutre	2,90 à 3,30	3,40 à 3,80	3,90 à 4,30	4,40 et +
Sol	2,90 à 3,30	3,40 à 3,80	3,90 à 4,30	4,40 et +

Valeur de Difficulté (VD)

Reconnaissance des valeurs de difficulté des éléments

- Le même élément recevra la VD une seule fois dans l'exercice et dans l'ordre chronologique
- Pour recevoir la VD l'élément doit être exécuté selon la description de la position du corps faite dans le tableau des éléments
- Les Twists sont considérés comme des éléments en avant



Valeur de Difficulté (VD)

Reconnaissance des éléments identiques et différents :

- Les éléments gymniques différents issus de la même case dans le tableau des difficultés(même numéro) recevront la VD une seule fois dans l'exercice et dans l'ordre chronologique.
- Exemple Sol 1.307

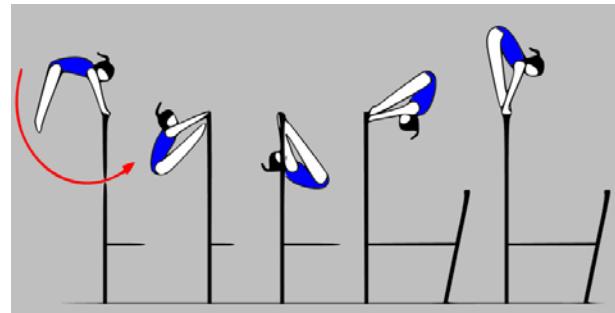


Les éléments sont considérés comme différents s'ils sont répertoriés sous des numéros différents dans le tableau des éléments

Valeur de Difficulté (VD Identique)

Les éléments sont considérés comme identiques s'ils sont répertoriés sous le même numéro et s'ils répondent aux critères suivants

- **Eléments aux barres :**
 - Exécutés avec ou sans changement de prises en sautant
 - Les grands tours en av et en Ar sont exécutés avec les jambes serrées ou écartées, le corps carpé ou tendu
 - Elans circulaires carpés en Av et en Ar exécutés avec les jambes serrées ou écartées



Révéler la passion qui vous anime.

Valeur de Difficulté (VD Identique)

- **Eléments gymniques :**

- Avec appui un ou deux pieds avec la même position de jambe
ex: cosaque

- Sont exécutés en position latérale ou transversale (**Poutre**)

- Les sauts exécutés en position latérale recevront un degré de valeur supérieur par rapport à la position transversale
- Les sauts départ en position latérale et terminés en position transversale (ou inversement) sont considérés comme des éléments exécutés en position transversale



Valeur de Difficulté (VD Identique)

- **Eléments gymniques :**
 - Avec réception sur un ou les deux pieds (poutre)
 - Avec réception sur un ou les deux pieds ou en position ventrale (Sol)
- **Eléments acrobatiques :**
 - Avec réception sur un ou deux pieds

Valeur de Difficulté (VD différente)

Les éléments sont considérés comme différents s'ils sont répertoriés sous des numéros différents ou sous le même numéro et répondent aux critères suivants:

- **Eléments acrobatiques**

- Les positions du corps dans les salti sont différentes (groupé, carpé ou tendu) 

- Les degrés de rotation sont différents

➤ $\frac{1}{2}$, 1/1, 1 $\frac{1}{2}$, etc.... 

- L'appui est sur 1, les deux bras ou libre

- L'appel est sur un ou deux pieds

Valeur de Difficulté (VD différente)



- **Eléments gymniques :**
 - Les tours sur une jambe exécutés en dedans ou en dehors sont considérés comme différents s'ils sont liés directement. (sauf passé ou jambe en dessous de l'horizontale).

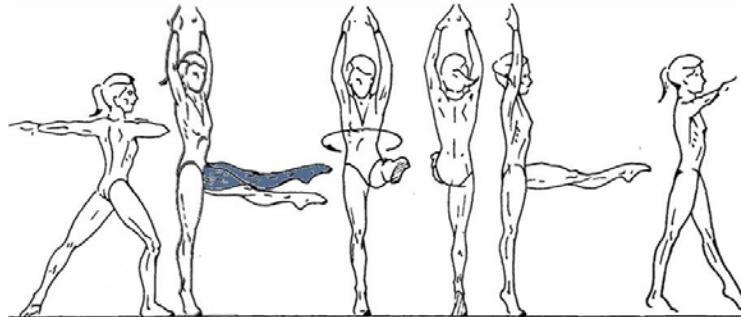
Valeur de Difficulté (reconnaissance VD)

Lorsque un élément ne répond pas aux exigences techniques, il y a **3 principes** à suivre.

1er PRINCIPE

Si l'élément est reconnu comme un autre élément FIGURANT dans le tableau des difficultés du code et qu'il est à nouveau exécuté avec une technique correcte, **ils reçoivent TOUS LES 2 leur VD.**

- Ex Poutre : La pirouette 1 jambe à l'horizontale réalisée avec la jambe non maintenue pendant tout le tour devient une simple pirouette 1 tour **A3,101**. **Elle peut donc refaire la pirouette 1 jambe à l'horizontale correctement et on comptera la VD C3,303.**



Valeur de Difficulté (reconnaissance VD)

2ème PRINCIPE

La VD n'est pas accordée :

En barres, élément avec envol **sans reprise de barres**

OU

En poutre, élément **sans revenir sur les pieds**

OU

En sol, élément **sans retour sur les pieds d'abord**

Si l'élément est exécuté plus tard avec une technique correcte, il recevra la VD, puisque la première exécution n'a pas été reconnue.

Valeur de Difficulté (reconnaissance VD)

3^{ème} PRINCIPE

L'élément reçoit une VD inférieure CAR il ne figure pas dans le tableau des difficultés tel qu'il est réalisé : **IL EST DEVALUE.**

- Ex : Le Tour d'appui libre à l'ATR (**C**) pas dans les 10° devient **B** car il n'existe pas en dessous dans le code. Si la gym refait un tour d'appui libre bien à l'ATR **il ne sera pas reconnu (répétition)**.

Dans les 3 cas présentés, on pénalise toujours l'élément même si on ne le reconnaît pas.

Valeur de Difficulté (VD)

- La sortie fait partie des 8 VD prises en compte sans exigence minimum de valeur.
- S'il n'y a pas de sortie exécutée ou si la gym ne se réceptionne pas sur les pieds d'abord, on ne compte que **7 VD**.
- A la poutre et au sol, la sortie fait partie du nombre **d'éléments acrobatiques**. Si pas de sortie, le nombre d'acro ne peut pas être supérieur à 4.

Ex 1 : 3 acro + 5 gym mais pas de sortie
on compte 3 acro et 4 gym soit **7 VD**

Ex 2 : 2 acro + 4 gym + sortie non reconnue
on compte 2 acro + 4 gym soit **6 VD**

Exigences de Composition (EC)

Les Exigences de Composition sont propres à chaque agrès.

- **4 X 0.50 pt - maximum 2.00 pts.** !
- Seuls les éléments issus du tableau des difficultés peuvent remplir une EC.
- Un élément peut remplir plus d'une EC mais un élément ne peut pas être répété pour remplir une autre EC.

Valeur de Liaison (VL)

- La valeur de liaison doit correspondre à une combinaison d'éléments, unique et très difficile, aux barres, en poutre et sol.
- Les éléments utilisés pour la VL ne doivent pas nécessairement être parmi les 8 VD comptabilisées MAIS ils doivent être issus des tableaux des difficultés.
- La valeur de liaison est fixée à :
 - + 0,10 pt
 - + 0,20 pt
 - + 0,30 pt (possible)

Valeur de Liaison (VL)

- Le principe de calcul de la Valeur de Liaison est précisé à chaque agrès.
- Pour être accordée, la liaison doit être exécutée sans chute.

Répétition d'un élément pour la VL

- Les éléments ne peuvent pas être répétés dans une autre liaison pour obtenir la VL.
 - Le décompte des éléments se fait dans l'ordre chronologique.
- Le même élément aux barres, à la poutre et au sol (élément acrobatique) peut être exécuté deux fois dans une même liaison

Valeur de Liaison (VL)

Les éléments aux barres et les éléments acrobatiques à la poutre et au sol peuvent être exécutés **2 fois dans une même liaison mais ne recevront qu'une seule fois la VD**. Exemples :

Poutre :

renversement av libre + renversement av libre

$\mathcal{N} + \mathcal{N}$

Barres :

Tkatchev + Tkatchev

$\curvearrowleft + \curvearrowleft$

Sol :

liaison directe ou indirecte avec salto tempo x 2 suivi de double salto ar carpé

$\lambda + \mathcal{W} + \mathcal{W} + \mathcal{W}\mathcal{W}$

ÉCART DE NOTE sur note E

S'il y a une différence entre les 4 notes intermédiaires, le jury D a 3 solutions :

- Le jury D n'intervient pas car à son avis la note finale est acceptable par rapport à la sienne
- Il intervient auprès de la Présidente du Jury
- Il demande à un ou plusieurs juges de modifier leur note avec accord de la Présidente du Jury.

EXERCICE TROP COURT

AMÉNAGEMENT FSCF

Après notification du jury D, le jury E additionnera la déduction pour exercice trop court aux autres déductions (exécution/artistique) :

7 éléments ou + reconnus	: pas de déduction
5-6 éléments reconnus	: - 4,00 pts
3-4 éléments reconnus	: - 6,00 pts
1-2 éléments reconnus	: - 8,00 pts
Pas d'éléments	: - 10,00 pts

Avec l'aménagement du code, la gymnaste conservera sa note D comme précédemment.

EXERCICE TROP COURT

Attention

Il ne doit pas y avoir de confusion entre le calcul des VD et le nombre d'éléments reconnus (gym/acro) dans l'exercice.

- Ex. 1 : 9 éléments sont exécutés (mais pas de sortie) : le jury D retient 7 VD et n'applique aucune pénalité pour exercice trop court sur la Note Finale.
- Ex. 2 : en poutre 7 acro (dont la sortie) + 1 gym : Le jury D retient 6 VD et n'applique toujours aucune pénalité pour exercice trop court sur la Note Finale car la gym a bien exécuté 8 éléments codifiés et non répétés.

Déductions pour la Composition

Pour les sorties en barres, Poutre et Sol :

Si la gym ne tente aucune sortie du tout (ex. saut en dehors de la poutre après la rondade) ou au sol n'exécute qu'une seule ligne acrobatique :

- Pas de VD - 7 éléments seulement sont comptés (*jury D*)
- - 0.50 pt pas de sortie (*jury E, composition*)
- - 1.00 pt pour chute ou déductions pour fautes de réception s'il n'y a pas eu chute (*jury E*)

Dans tous les autres cas, la sortie est considérée commencée :

- *Pas de VD – 7 éléments comptabilisés (jury D)*
- *MAIS le jury E applique uniquement les fautes de réception*



TABLEAU DES FAUTES GÉNÉRALES

Fautes		Petites 0.10	Moyennes 0.30	Grosses 0.50	Très grosses 1.00 ou plus
Par le Jury E					
Bras fléchis ou jambes fléchies	Ch.f.	X	X	X	
Jambes ou genoux écartés	Ch.f.	X	X Largeur des épaules ou +		
Jambes croisées dans les éléments avec vrilles	Ch.f.	X			
Hauteur des éléments insuffisante (amplitude externe)	Ch.f.	X	X		
Manque de précision dans la position groupée ou carpée <i>dans les salti simples</i>	Ch.f.	X 90° Angle bassin	X > 90° Angle bassin		
Manque de maintien dans la position corps tendu (fermeture trop tôt)	Ch.f.	X	X		

TABLEAU DES FAUTES GÉNÉRALES

Par le Jury E		0.10	0.30	0,50	1,00 ou plus
Hésitation pendant l'exécution des éléments et mouvements	Ch.f	X			
Essai sans exécuter un élément (<i>course à vide</i>)	Ch.f		X		
Déviation par rapport à l'axe	Ch.f	X			
Position du corps et/ou des jambes dans les éléments (non gymniques)					
- Alignement du corps	Ch.f.	X			
-Manque d'extension des pointes de pieds/Pieds relâchés	Ch.f.	X			
-Ecart insuffisant dans les éléments acro (sans envol)	Ch.f.	X	X		

TABLEAU DES FAUTES GÉNÉRALES



Par le Jury E		Petites 0.10	Moyennes 0.30	Grosses 0,50	Très grosses 1,00 ou plus
Ne pas remplir les exigences techniques dans les éléments gymniques (section 9 liste des fautes dans les éléments gymniques)	Ch.f.	X	X	X	
Précision	Ch.f.	X			
Exécution de la sortie trop près de l'agrès (barres-poutre)			X		

FAUTES D'EXÉCUTION DES ÉLÉMENTS GYMNHIQUES

Le maximum de déductions cumulées pour déviations par rapport aux exigences pour la position du corps ne peut dépasser 0,50 Pt



Les déductions pour la forme du corps incluent :

- Manque d'écart
- Jambes fléchies
- Pointes de pieds pas tendues
- Déductions spécifiques à la forme du corps

TABLEAU DES FAUTES GÉNÉRALES



Par le Jury E		Petites 0.10	Moyennes 0.30	Grosses 0.50	Très grosses 1,00 Pt et +
S'il n'y a pas de chute la déduction maximum pour fautes de réception ne peut pas dépasser 0.80 pt.					
Jambes écartées à la réception	Ch.f.	X			
Elans supplémentaires des bras		X			
Déséquilibre	Ch.f.	X	X		
Pas supplémentaire, petit sursaut	Ch.f.	X			
Très grand pas ou saut (<i>plus d'1 mètre</i>)	Ch.f.		X		
Fautes de position du corps	Ch.f.	X	X		
Flexion profonde	Ch. f.			X	

TABLEAU DES FAUTES GÉNÉRALES

Fautes de réception, tous les éléments y compris la sortie

Par le Jury E		Petites 0.10	Moyennes 0.30	Grosses 0.50	Très grosses 1.00 pt ou plus
Appui sur le tapis ou l'agrès avec 1 ou 2 mains	Ch. f.				1.00
Chute sur le tapis sur les genoux ou le bassin	Ch. f.				1.00
Chute sur ou contre l'agrès	Ch. f.				1.00
La réception des éléments n'est pas sur les pieds d'abord	Ch.f.				1.00

TABLEAU DES FAUTES GÉNÉRALES

Par le Jury D		Petites 0,10	Moyennes 0.30	Grosses 0.50	Très grosses 1.00 ou plus
Exécution de liaison avec chute	B,P,S				Pas de VL. Pas de BS (poutre)
La réception n'est pas faite sur les pieds d'abord ou dans la position demandée	Ch. f.				Pas de VD-VL-EC. Pas de BS (poutre)
Impulsion en dehors des lignes (complètement en dehors)	Sol				Pas de VD-VL-EC
Ne pas saluer le jury D avant et/ou après l'exercice	Gym/ agrès		X		Sur la note finale
Aide	B,P,S Ch. f.				1.00 de la note finale Pas de VD-VL-EC. Pas de BS (poutre)
Présence non autorisée d'une aide	Gym/ TS, P, S			X	Sur la note finale

TABLEAU DES FAUTES GÉNÉRALES

Irrégularités aux agrès

Par le Jury D	Moyennes 0.30	Grosses 0.50	Très grosses 1.00 ou plus
Ne pas utiliser correctement le collier de sécurité pour les sauts par rondade	Gym/Agrès		Saut Nul (0)
Ne pas utiliser le tapis de réception supplémentaire	Gym/Agrès	X	
Placer le tremplin sur une surface non autorisée	Gym/Agrès	X	
Utilisation de tapis supplémentaire non autorisé	Gym/Agrès	X	
Déplacer le tapis supplémentaire pendant l'exercice ou le déplacer vers le bout non autorisé de la poutre	Gym/Agrès	X	
Changer les mesures des agrès sans autorisation	Gym/Agrès	X	

TABLEAU DES FAUTES GÉNÉRALES

Irrégularités aux agrès

Par le Jury D		Moyennes 0.30	Grosses 0.50	Très grosses 1.00 ou plus
Ajouter, remplacer ou enlever les ressorts du tremplin	Gym/Agrès		X	Sur la Note Finale
Utilisation incorrecte de la magnésie ou endommager les agrès	Gym/Agrès		X	

TABLEAU DES FAUTES GÉNÉRALES

Comportement de la gymnaste

Par le Jury D	Déduction sur la note finale	Petites 0,10	Moyennes 0,30	Grosses 0,50 ou +
Rembourrages incorrects ou inesthétiques	Gym/Agrès		X	
Tenue incorrecte – justaucorps, bijoux- couleur de bandage	Gym/Agrès		X	
Comportement anti sportif	Gym/Agrès		X	
Parler avec les juges en activité	Gym/Agrès		X	
Ne pas terminer la compétition en raison de l'absence dans l'aire de compétition				Exclue de la compétition
Retard injustifié ou interruption de la compétition				Disqualifiée

TABLEAU DES FAUTES GÉNÉRALES

Notification du chronométreur

Par le Jury D	Déduction sur la note finale	Petites 0,10	Moyenne s 0,30	Grosses 0,50	Très grosses 1,00 ou +
Dépassement flagrant du temps d'échauffement	Gym/Ag rès		X		
Ne pas commencer dans les 30 s de la lumière verte	Gym/Ag rès		X		
Ne pas commencer dans les 60 s	Gym/Ag rès	Le droit de commencer l'exercice est terminé			
Dépassement de temps de l'exercice (P,S)	Gym/Ag rès	X			
Commencer l'exercice quand la lumière est rouge	Gym/Ag rès				0
Dépassement du temps de chute (B,P)	Gym/Ag rès	Exercice terminé			

TABLEAU DES FAUTES GÉNÉRALES PAR LA PRÉSIDENTE DU JURY

COMPORTEMENT DE L'ENTRAINEUR

<u>SANS conséquence sur la note</u>	
Comportement anti sportif	❖ 1ère fois : carton jaune ❖ 2ème fois carton rouge et exclusion
Comportement abusif flagrant	❖ Carton rouge et exclusion
<u>AVEC conséquence directe sur la note</u>	
Entraîneur : parler directement à la gymnaste, lui faire des signes, crier ou tout comportement similaire pendant l'exercice	❖ 1ère fois – 0,50pt (gym) et carton jaune ❖ 1,00 Pt si parle agressivement avec les juges ❖ 2ème fois -1,00pt (gym) et carton rouge et exclusion
Autres sortes d'indisciplines et comportement abusif flagrant tels que présence de personnes non autorisées dans l'aire de compétition	❖ - 1,00pt (gym) et carton rouge immédiat et exclusion de l'entraîneur

RECONNAISSANCE DES ÉLÉMENTS

Positions du corps tendu à tous les agrès

- La position corps tendu doit être maintenue pendant la majorité du salto dans les :
 - salti simples
 - double salto au sol et aux barres (sortie)
 - au Saut (salti)
- Si aucune position tendue n'est visible : considérer comme une position carpée
 - dans les éléments sans vrille
 - dans les sauts sans rotation longitudinale



DIRECTIVES TECHNIQUES

Réception des salti simples avec vrilles

Les vrilles exécutées :

- En entrée et sortie aux barres et à la poutre
- Pendant l'exercice à la poutre et au sol
- Toutes les réceptions au Saut

Doivent être complètement terminées ou un autre élément du code sera reconnu

Le placement du pied avant est décisif pour accorder la VD

DIRECTIVES TECHNIQUES

Réception des salti simples avec vrilles

Pour les sous rotations

- 3/1 tours deviennent 2 ½ tours
- 2 ½ tours deviennent 2 /1 tours
- 2 /1 tours deviennent 1 ½ tour
- 1 ½ tours devient 1 tour

Sauf si le salto avec vrille est lié directement avec un autre salto, le premier élément n'est pas dévalué.

DIRECTIVES TECHNIQUES



Reconnaissance des tours pour les éléments gymniques

- Le tour doit être complètement terminé ou un autre élément du code sera attribué
- La position des épaules et des hanches est décisive ou un autre élément du code sera attribué

Exigences pour les tours:

- Doivent être exécutés sur ½ pointes
- Doivent avoir une forme fixe et précise pendant toute la rotation
- La VD ne change pas que la jambe d'appui soit tendue ou fléchie
- Les tours sur une jambe avec la jambe libre placée, la position doit être maintenue pendant tout le tour
- Si la jambe libre n'est pas dans la position demandée on donne la valeur d'un autre élément du code

DIRECTIVES TECHNIQUES



Reconnaissance des tours pour les éléments gymniques

Tours sur une jambe l'augmentation des rotations est de:

- 180° à la poutre
- 360° au sol

Sous rotation sur jambe d'appui

Poutre  devient 

Sol  devient 

DIRECTIVES TECHNIQUES

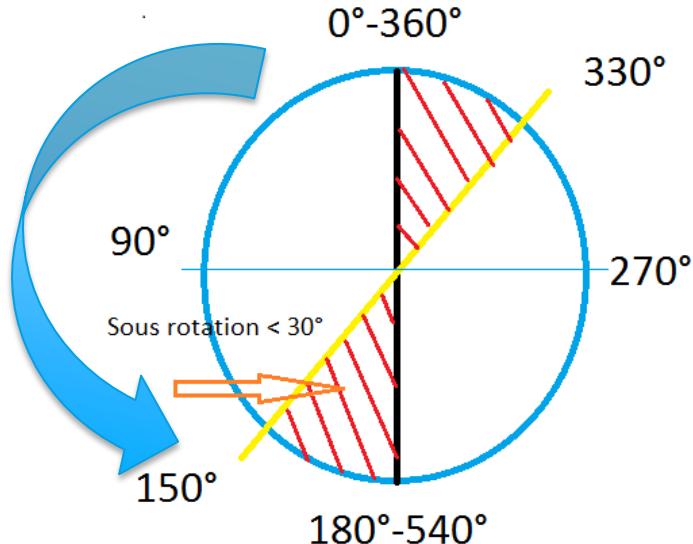


Reconnaissance des sauts avec tour l'augmentation de la rotation est de

- 180° à la poutre et sol (sauts grand écart, écart latéral et pied tête)
- 360° au sol

Sous rotation de 30° ou plus on reconnaît un autre élément du code

- L'élément n'est pas différent avec $\frac{1}{4}$ de tour supplémentaire



DIRECTIVES TECHNIQUES



Exemples :

- Saut changement de jambe $\frac{1}{2}$ tour réalisé avec rotation de 190° .
➤ **L'élément est reconnu à sa valeur avec une pénalité de 0,10 manque de précision.**



- Saut changement de jambe $\frac{1}{2}$ tour réalisé avec 160° de rotation.
➤ **L'élément n'est pas dévalué et conserve sa valeur avec une pénalité de 0,10 manque de précision.**



- Saut changement de jambe $\frac{1}{2}$ tour réalisé avec 130° de rotation.
➤ **L'élément est dévalué et le juge donne la valeur : changement de jambe + $\frac{1}{4}$ de tour, avec une pénalité de 0,10 manque de précision.**



DIRECTIVES TECHNIQUES



Exemples :

- Saut changement de jambe 1 tour réalisé avec 370° de rotation.
➤ **L'élément est reconnu à sa valeur avec une pénalité de 0,10 manque de précision.**



- Saut changement de jambe 1 tour réalisé avec rotation de 340° ,
- **L'élément n'est pas dévalué et conserve sa valeur avec une pénalité de 0,10 manque de précision.**



- Saut changement de jambe 1 tour réalisé avec 320° de rotation.
➤ **Le juge compte le saut jonhson 1,304 avec $\frac{1}{2}$ tour supplémentaire avec une pénalité de 0,10 manque de précision.**





Fédération
Sportive
et Culturelle
de France



WWW.NEWS.CN

CODE FIG 2017

TABLE DE SAUT - CNGF SEPTEMBRE 2016

Révéler la passion qui vous anime.

GÉNÉRALITÉS



Baisse des valeurs de sauts

Les sauts les plus couramment exécutés par les gymnastes FSCF ont une valeur plus faible de 0,20 à 0,50 Pt

➤ Exemples :

Sauts	Numéro	Valeur code 2013	Valeur code 2016
Lune	1,00	2,40	2,00
Yamashita	1,10	2,60	2,40
Lune salto Av Gr	2,10	4,40	4,00
Tsukahara Gr	3,10	4,00	3,50
Yurchenko Gr	4,10	3,80	3,30



Jury D :

- Annonce la valeur du saut exécuté et donne au jury E le numéro du saut exécuté s'il est différent du saut annoncé.

Jury E :

- Chaque juge note le saut exécuté et donne sa note.
- La note du 1^{er} saut doit être affichée avant que la gymnaste exécute son 2^{ème} saut.
- Si la gymnaste obtient « 0 » au 1^{er} saut, le Jury D doit en avertir l'entraîneur.

BONIFICATION DE LA NOTE D'AMÉNAGEMENT FSCF



Valorisation	+ 0,30 Pt	+ 0,60 Pt	+ 0,90 Pt	+ 1,20 Pt
	Note D comprise entre			
Table de saut	3,30 à 3,70	3,80 à 4,20	4,30 et +	!

GÉNÉRALITÉS



- La gymnaste est responsable de l'affichage du numéro du saut qu'elle a l'intention d'exécuter. Il n'y a pas de pénalité si un saut est différent du saut annoncé.
- La distance de la course d'élan est de 25 mètres maximum
- Tous les sauts doivent être exécutés avec impulsion des 2 mains sur la table de saut
- Appui (impulsion) avec seulement une main : **Pénalité de 2,00 Pts sur la note finale (jury D)**



GÉNÉRALITÉS AMÉNAGEMENTS FSCF



- 3 courses d'élan sont autorisées pour 2 sauts exécutés.
- Course avec saut non réalisé **SANS** touche du tremplin ou de la table = sans pénalité
- Course avec saut non réalisé **ET** touche du tremplin ou de la table = saut nul
- Une 4^{ème} course n'est pas autorisée.

GÉNÉRALITÉS



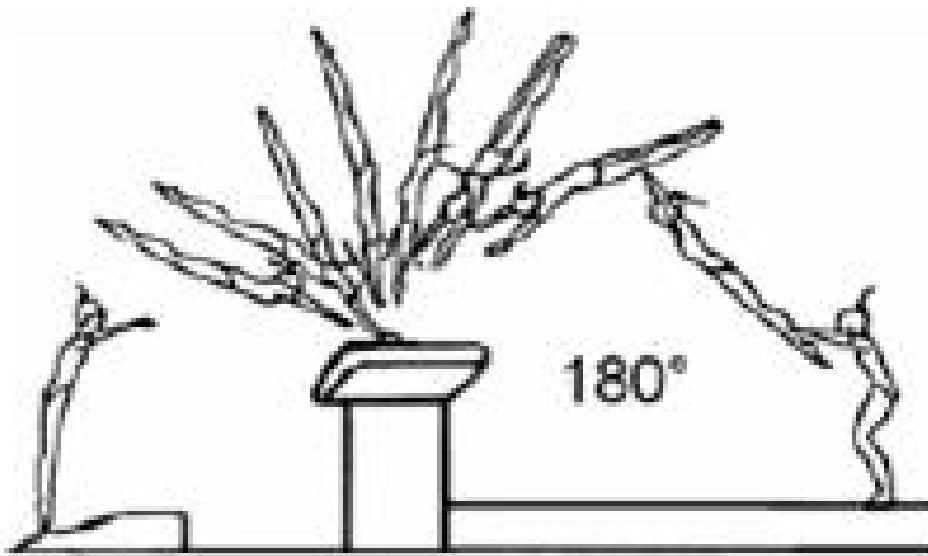
- Pour les sauts par rondade, la gymnaste est tenue d'utiliser correctement la sécurité devant le tremplin (« collier de sécurité » fourni par l'organisateur). Sinon SAUT NUL.
- Un tapis pour les mains peut-être utilisé pour les sauts en Yurchenko seulement.
- L'échauffement à l'agrès est de 50 secondes ou au minimum 2 sauts.

GÉNÉRALITÉS



Groupes 1

Sauts sans salto (renversement, yamashita, rondade) avec ou sans rotation longitudinale dans le 1^{er} et/ou le 2^{ème} envol

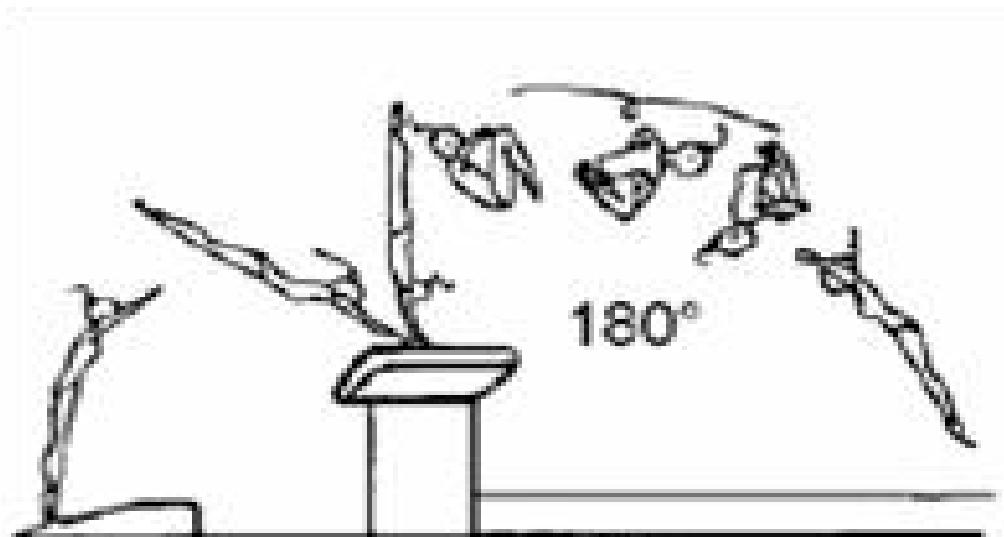


GÉNÉRALITÉS



Groupes 2

Sauts par renversement avant, avec ou sans rotation longitudinale de 1 tour dans le 1^{er} envol – salto avant ou arrière avec ou sans rotation longitudinale dans le 2^{ème} envol



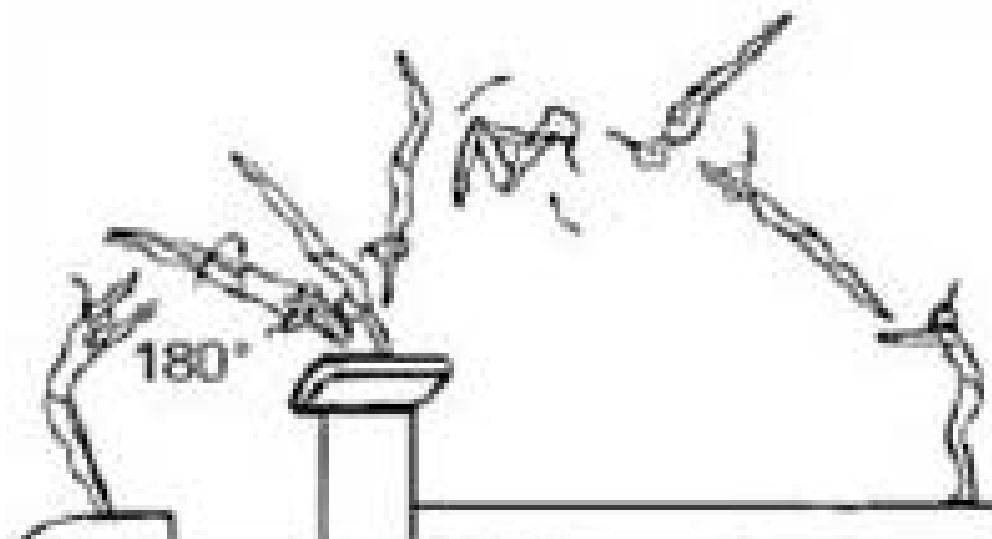
Reverer la passion qui vous anime.

GÉNÉRALITÉS



Groupes 3

Sauts par renversement avec rotation longitudinale de $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$ tour dans le 1^{er} envol (Tsukahara) – salto arrière avec ou sans rotation longitudinale dans le 2^{ème} envol



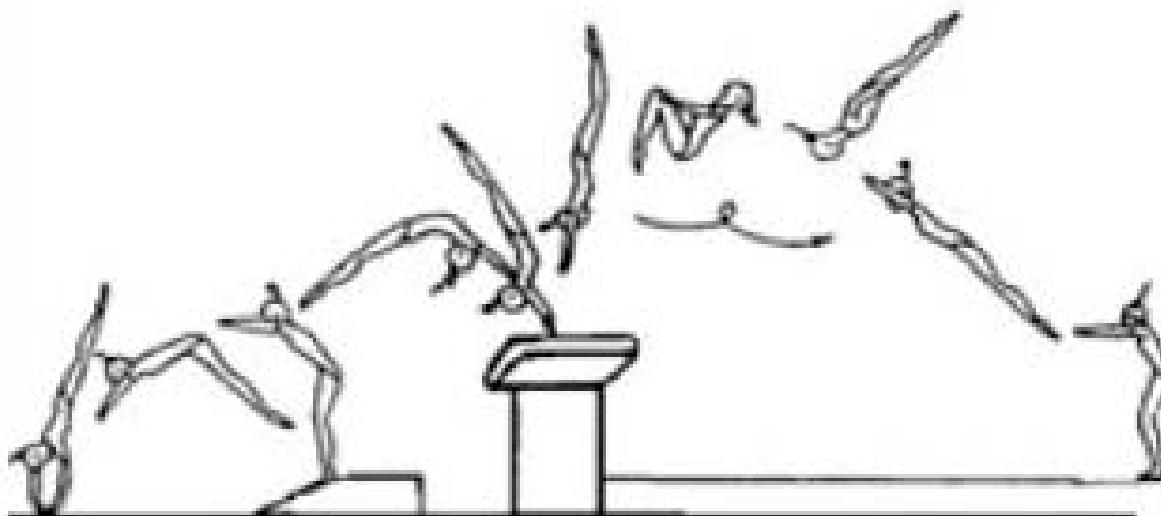
Reveler la passion qui vous anime.

GÉNÉRALITÉS



Groupes 4

Rondade (Yurchenko) avec ou sans $\frac{3}{4}$ de rotation longitudinale (270°) dans le 1^{er} envol – salto arrière avec ou sans rotation longitudinale dans le 2^{ème} envol



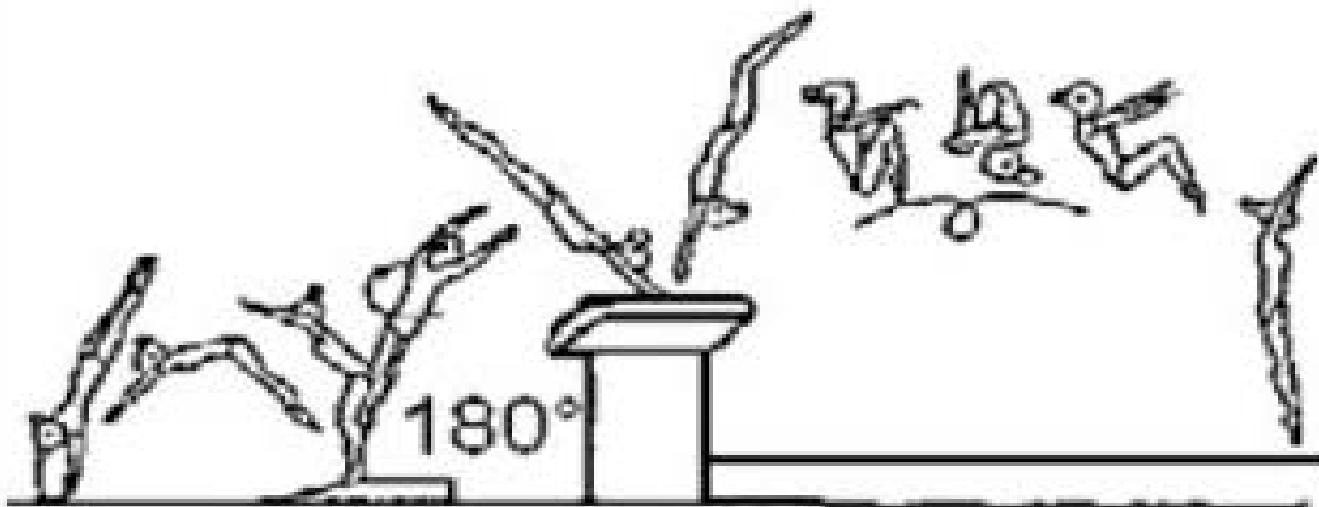
Révéler la passion qui vous anime.

GÉNÉRALITÉS



Groupes 5

Rondade avec rotation longitudinale de $\frac{1}{2}$ tour dans le 1^{er} envol – salto avant ou arrière avec ou sans rotation dans le 2^{ème} envol



TECHNIQUE



Les rotations doivent être terminées **au degré près** sinon on accorde une valeur de saut inférieure pour sous rotation :

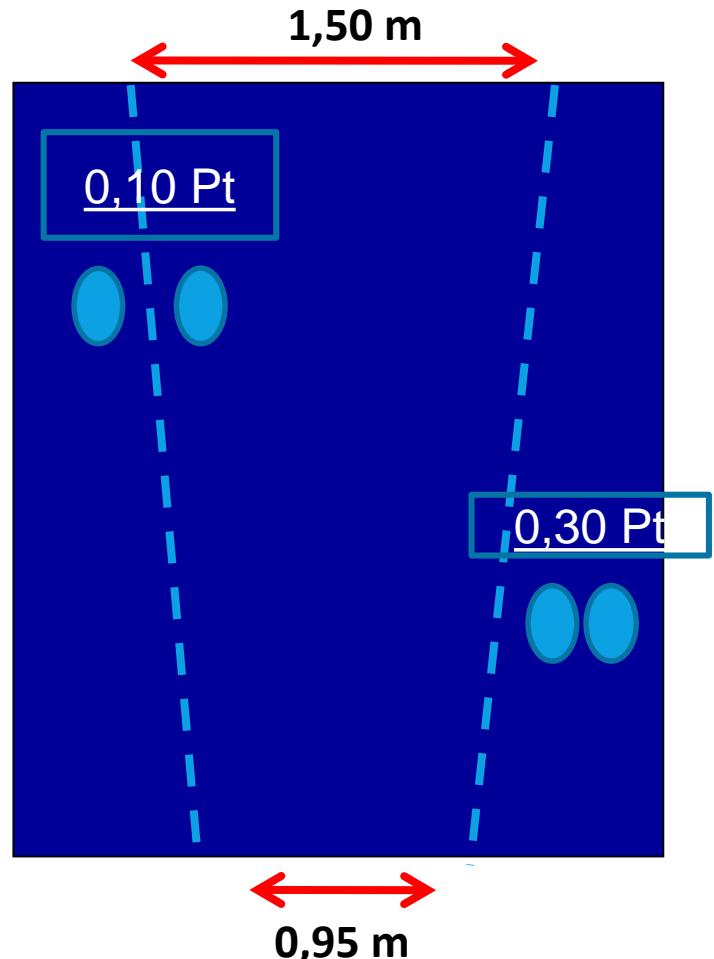
- 2 $\frac{1}{2}$ tours deviennent 2 tours
- 2 tours deviennent 1 $\frac{1}{2}$ tour
- 1 $\frac{1}{2}$ tour devient 1 tour

RÉCEPTION



Il n'y a pas de ligne centrale

- Réception ou pas en dehors du couloir avec 1 pied, 1 main (*partie de pied/main*)
- 0,10 par jury D sur Note Finale
- Réception ou pas en dehors du couloir avec les 2 pieds/mains (*partie de pieds/mains*) ou partie du corps
- 0,30 par jury D sur Note Finale



SAUTS NON VALABLES

JURY D



Course d'élan avec touche du tremplin ou de la Table de Saut sans exécuter de saut	Non Valable	Note : 0
Pas d'appui sur la Table de Saut	Non Valable	Note : 0
Aide pendant le saut	Non valable	Note :0
Ne pas utiliser le « collier de sécurité » pour les sauts par rondade	Non valable	Note : 0
La réception n'est pas faite sur les pieds d'abord	Non valable	Note : 0
Le saut est tellement mal exécuté qu'il ne peut pas être reconnu ou la gymnaste pousse avec ses pieds sur la table de saut	Non valable	Note : 0

SAUTS NON VALABLES JURY D



La gymnaste exécute un saut interdit (*jambes écartées latéralement, élément non autorisé avant le tremplin, réception latérale intentionnelle*)

Non Valable

Note : 0

- La note « 0 » est donnée par le jury D.
- Pas d'évaluation par le jury E.
- Pas de vidéo en FSCF.

DÉDUCTIONS SPÉCIFIQUES



Fautes par le Jury E	0,10	0,30	0,50
Premier envol			
- Degrés de rotation manquant dans les rotations longitudinales pendant l'envol			
<ul style="list-style-type: none"> ■ Gr 1 avec $\frac{1}{2}$ tour (180°) ■ Gr 4 avec $\frac{3}{4}$ de tour (270°) ■ Gr 1 ou 2 avec 1/1 tour (360°) 	$\leq 45^\circ$	$\leq 90^\circ$	
<i>Mauvaise technique</i>			
<ul style="list-style-type: none"> ■ Angle des hanches ■ Corps cambré ■ Genoux fléchis ■ Jambes ou genoux écartés 	X	X	
	X	X	X
	X	X	

DÉDUCTIONS SPÉCIFIQUES



Fautes par le Jury E	0.10	0.30	0.50
Impulsion			
- <i>Mauvaise technique</i>			
▪ Appui décalé des mains Gr 1, 2 & 5) pas applicable pour salto Av tendu avec tour)	X	X	
▪ Bras fléchis	X	X	X
▪ Angle des épaules	X	X	
▪ Ne pas passer par la verticale	X		
▪ Rotation longitudinale commencée trop tôt (sur la table)	X	X	

DÉDUCTIONS SPÉCIFIQUES



Fautes par le Jury E	0.10	0.30	0.50
Deuxième envol			
▪ Courbette excessive	X	X	
▪ Hauteur	X	X	X
▪ Précision dans les rotations longitudinales	X		
- <i>Position du corps</i>			
▪ Précision de la position groupé/carpé dans les salti	X	X	
▪ Précision de la position groupé/carpé dans les salti avec RL	X		
▪ Alignement du corps dans les salti tendus	X		
▪ Manque de maintiens de position tendue (carpé trop tôt)	X	X	
▪ Extension insuffisante et/ou tardive (groupé/carpé)	X	X	

DÉDUCTIONS SPÉCIFIQUES



Fautes par le Jury E	0.10	0.30	0.50
Deuxième envol (suite)			
▪ Genoux fléchis	X	X	X
▪ Jambes ou genoux écartés	X	X	
▪ Sous rotation dans le salto sans chute	X		
▪ Sous rotation dans le salto avec chute		X	
▪ Distance (longueur insuffisante)	X	X	
▪ Déviation par rapport à l'axe	X		
▪ Dynamisme	X	X	

DÉDUCTIONS SPÉCIFIQUES



Fautes par le Jury E	0.10	0.30	0.50	+
Fautes de réception				
Voir le tableau dans les généralités				



Fédération
Sportive
et Culturelle
de France



CODE FIG 2017

BARRES - CNGF SEPTEMBRE 2016

Révéler la passion qui vous anime.

GÉNÉRALITÉS



Le jugement de l'exercice commence avec l'appel sur le tremplin ou le tapis.

- Tout support supplémentaire placé sous le tremplin (ex. planchette) n'est pas autorisé.

GÉNÉRALITÉS

AMÉNAGEMENT FSCF



Si la gymnaste lors de son premier essai, touche le tremplin, les barres ou passe sous les barres :

- Déduction de 1,00 P
 - Elle doit commencer son exercice
 - L'entrée ne recevra pas de valeur
-
- Un 2ème essai est autorisé pour l'entrée **(Sans pénalité) si** la gymnaste n'a **PAS** touché le tremplin, les barres ou n'est pas passée sous les barres.
 - Un 3^{ème} essai n'est pas autorisé.
 - Le Jury D appliquera la déduction sur la Note Finale.

CONTENU DE L'EXERCICE



Aux barres, 8 éléments (au maximum) dont la VD est la plus élevée sont comptabilisés (sortie comprise).

A = 0,10	B = 0,20	C = 0,30
D = 0.40	E = 0.50	F = 0.60
G = 0.70		

BONIFICATION DE LA NOTE D'AMÉNAGEMENT FSCF



Valorisation	+ 0,30 Pt	+ 0,60 Pt	+ 0,90 Pt	+ 1,20 Pt
	Note D comprise entre			
Barres	1,40 à 2,00	2,10 à 2,70	2,80 à 3,00	3,10 et +

CONTENU DE L'EXERCICE AMÉNAGEMENT FSCF



Après notification du jury D, le jury E additionnera la déduction pour exercice trop court aux autres déductions (exécution/artistique) :

	Junior-Senior	Benjamine-Minime-Cadette
7 éléments ou + reconnus	Pas de déduction	Pas de déduction
5-6 éléments reconnus	- 4,00 Pts	- 2,00 Pts
3-4 éléments reconnus	- 6,00 Pts	- 4,00 Pts
1-2 éléments reconnus	- 8,00 Pts	- 6,00 Pts
Pas d'éléments	- 10,00 pts	- 10,00 Pts

Avec l'aménagement du code, la gymnaste conservera sa note D comme précédemment.

CONTENU DE L'EXERCICE



Seuls **3 éléments différents issus de la même « racine d'élément »**, seront comptés dans l'ordre chronologique pour la VD, EC et VL (sauf bascules, grands tours Av/Ar et prises d'élan à l'ATR).

La racine d'élément est déterminée par le début de l'élément et la direction de la rotation (Av ou Ar)

Ex 1 : A + B + C +X (pas de VD)

Ex 2 : B + C + D + B + C

GÉNÉRALITÉS (TEMPS DE CHUTE)



Lors d'une chute de l'agrès, la gymnaste dispose d'une interruption de 30 secondes avant de remonter sur les barres pour poursuivre son exercice.

Si la gymnaste dépasse le temps alloué avant de recommencer, une déduction neutre de 0,30 Pt sera appliquée

- Le chronométrage commence lorsque la gymnaste, après la chute, s'est relevée sur ses pieds.
- L'exercice commence officiellement lorsque les pieds quittent le sol.
- Si la gymnaste n'a pas recommencé son exercice dans les 60s, l'exercice est considéré comme terminé.

EXIGENCES DE COMPOSITION (EC)

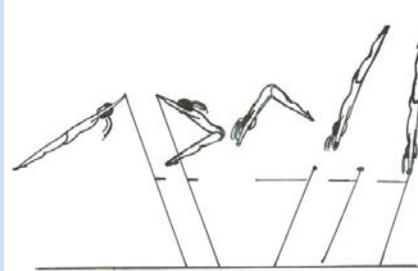


- 1) Envol de BS à BI
- 2) Envol à la même barre
- 3) Prises différentes (sauf prise d'élan, entrées et sorties)
- 4) Elément sans envol avec un tour de 360° mini (sauf entrée)

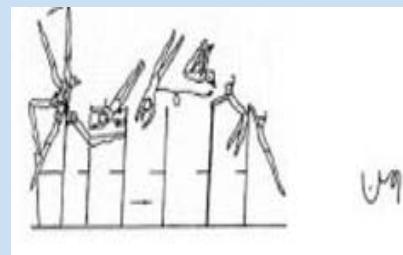
EXIGENCES DE COMPOSITION (EC)



1) Envol de BS à BI



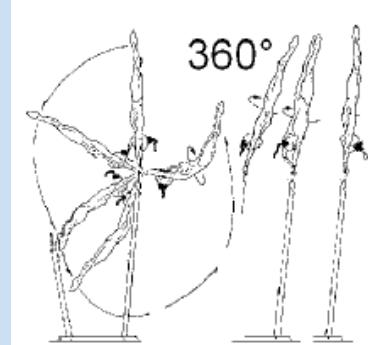
2) Envol à la même Barre



3) Prises différentes (sauf prises d'élan, entrées et sorties)



4) Elément sans envol avec 1 tour (360°mini sauf entrée)



3,307



3,405



3,403



3,201



3,206



3,301



DÉDUCTIONS SPÉCIFIQUES



Fautes	0,10	0,30	0,50 ou +
Alignement du corps dans les ATR et élans à l'ATR	X	X	
Ajustement des prises	X		
Frôler l'agrès avec les pieds		X	
Frôler le tapis avec les pieds			0,50
Heurter l'agrès avec les pieds			0,50
Heurter le tapis avec les pieds			1,00
Mouvement non caractéristique(élément avec impulsion 2 pieds ou cuisses)			0,50
Mauvais rythme des éléments	X		

DÉDUCTION SPÉCIFIQUES AMÉNAGEMENTS FSCF



Fautes	0.10	0.30	0.50 ou +
Hauteur insuffisante des éléments avec envol	X	X	
Sous rotation pour les éléments avec envol	X		
Extension insuffisante dans les bascules	X		
Elan intermédiaire			0,50
Elan à vide			0,50
Angles à la fin des éléments	X	X	X
Amplitude des : - Elans en Av & Ar sous l'horizontale	X		
- Prises d 'élans	X	X	
Fermeture excessive de l'angle du bassin dans le fouetté (sortie)	X	X	

PRÉCISIONS



Elan à vide : élan avant ou arrière sans exécuter d'élément contenu dans le tableau des difficultés, suivi d'un élan dans l'autre direction.

Elan intermédiaire : reprise d'élan de l'appui facial et/ou grand élan qui n'est pas nécessaire à l'exécution de l'élément suivant. Une seule fois la pénalité par élément.

DÉDUCTIONS SPÉCIFIQUES



Fautes par le Jury E	0.10	0.30	0.50
- Sauter de BI à BS (changement de Barres sans élément)			X
- Suspension BS poser les pieds sur BI , saisir BI			X
- Plus de 2 éléments identiques liés directement avec la sortie	X		
- Pas de sortie			X

VALEUR DE LIAISON



0.10

0.20

D + D ou plus difficile

D (envol à la même barre ou de BI à BS) + C ou plus difficile (sur BS et doit être exécuté dans cet ordre)

D + E (tous les deux avec envol)

Remarque : les éléments C/D doivent avoir un envol ou au minimum un $\frac{1}{2}$ tour (180°)

SORTIE



a) Pas de tentative de sortie du tout

- ✓ Pas de VD- 7 éléments seulement sont comptés (Jury D)
- ✓ 0,50 pas de sortie (Jury E)
- ✓ Chute 1,00 Pt ou déductions pour fautes de réception si il n'y a pas de chute (Jury E)

b) Si la sortie est commencée ex 1: avec début de salto (sans réception sur les pieds)

- ✓ Pas de VD- 7 éléments seulement sont comptés (Jury D)
- ✓ Chute 1,00 Pt (Jury E)

b) Si la sortie est commencée ex 2: sans commencer le salto (seulement élan par-dessous barre)

- ✓ Pas de VD- 7 éléments seulement sont comptés (Jury D)
- ✓ Appliquer les fautes de réception (Jury E)

TECHNIQUE: RECONNAISSANCE DES ÉLÉMENTS



Prises d'élans à l'Appui Tendu Renversé

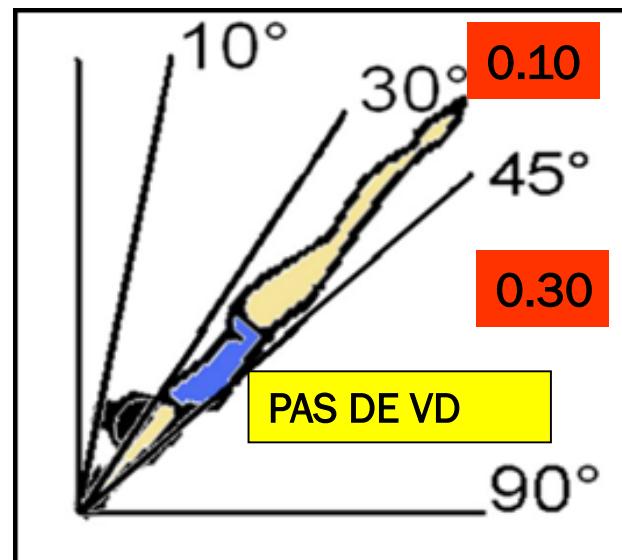
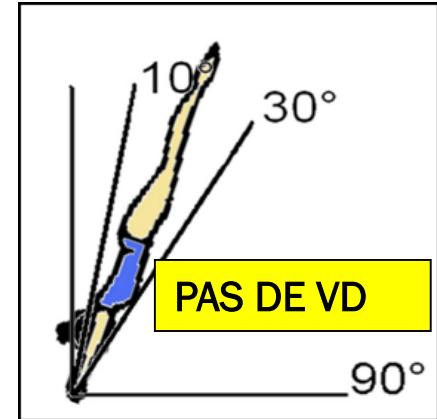
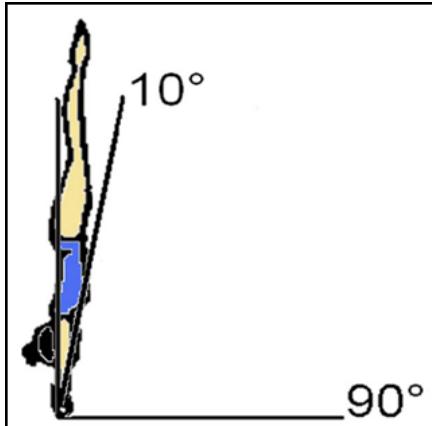
L'ATR est considéré comme réalisé quand toutes les parties du corps sont à la verticale.

Jury D élément terminé :

- o dans les 10° par rapport à la verticale
 - VD attribuée
- o $> 10^\circ$
 - pas de VD

Jury E :

- $> 10^\circ - 30^\circ$ pas de déduction
- $> 30^\circ - 45^\circ$ – 0.10 pt
- $> 45^\circ$ – 0,30 pt



Révéler la passion qui vous anime.

TECHNIQUE: RECONNAISSANCE DES ÉLÉMENTS AMÉNAGEMENT FSCF



Éléments circulaires à l'ATR sans tours et éléments avec envol de BS à l'ATR BI

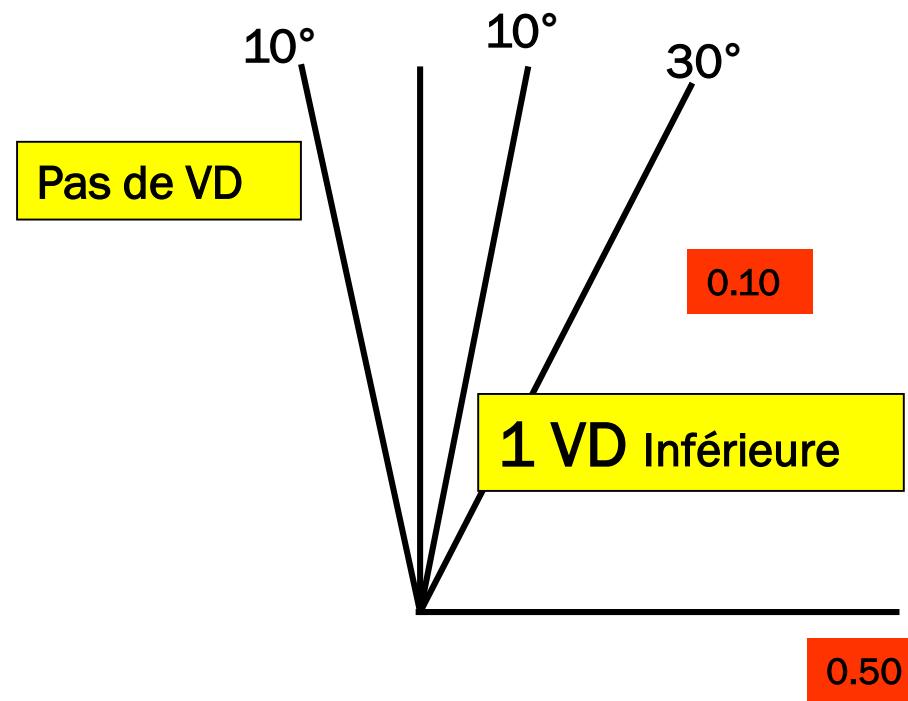
Jury D : Si l'ATR se termine dans les 10° de chaque côté de la verticale la VD sera attribuée

Si élément terminé

- > 10° avant la verticale – Pas de VD
- > 10° après la verticale – VD inférieure
- Pas de dévaluation pour le soleil et la lune

Jury E :

- De 0° - 30° – Pas de pénalité
- > 30° - 90° – 0.10 pt
- > 90° – 0.50 pt



TECHNIQUE: RECONNAISSANCE DES ÉLÉMENTS AMÉNAGEMENT FSCF



Élans – éléments avec tours qui :

- n'atteignent pas l'ATR
- ne passent pas par la verticale
- continuent le mouvement après la rotation dans la direction opposée

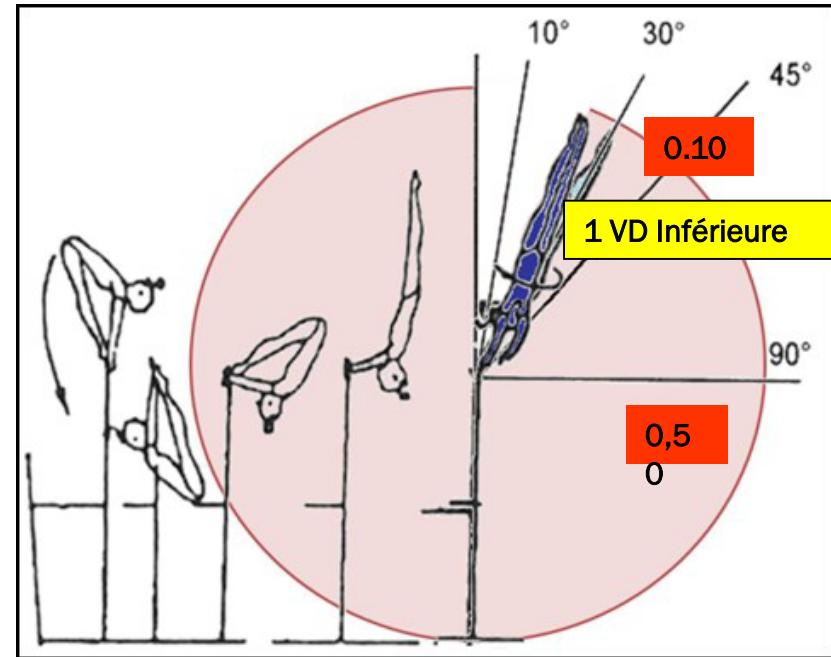
Jury D :

- < 10° de la verticale **VD attribuée**
- > 10° **1 VD inférieure** à l'élément à l'ATR est attribuée

Jury E :

- De 0° - 30° – Pas de pénalité
- > 30° - 90° – 0.10 pt
- > 90° – 0.50 pt

XJ ✓J DJ



TECHNIQUE: RECONNAISSANCE DES ÉLÉMENTS AMÉNAGEMENT FSCF



Éléments circulaires à l'ATR avec rotation à l'ATR et prises d'élan avec rotation à l'ATR



30°

10°

10°



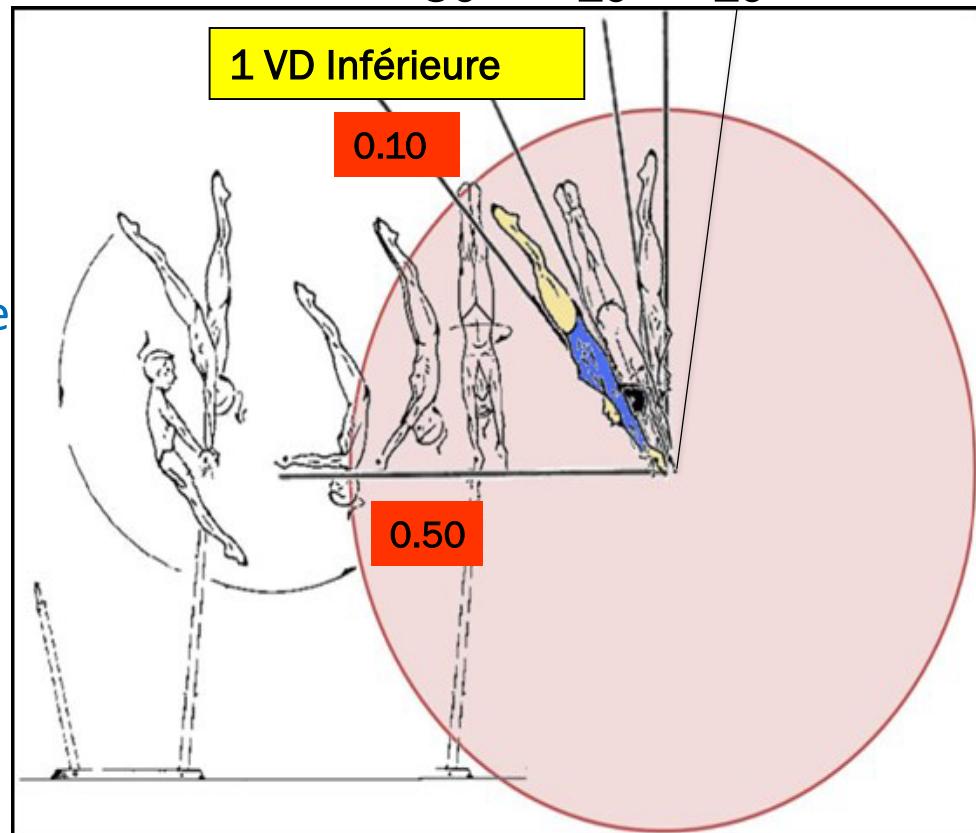
- Jury D :

Si élément terminé

- Dans les 10° de la verticale(de chaque côté)
 - VD attribuée

- Jury E :

- > 10° - 30° – Pas de pénalité
- > 30° - 90° – 0,10 pt
- > 90° – 0,50 pt



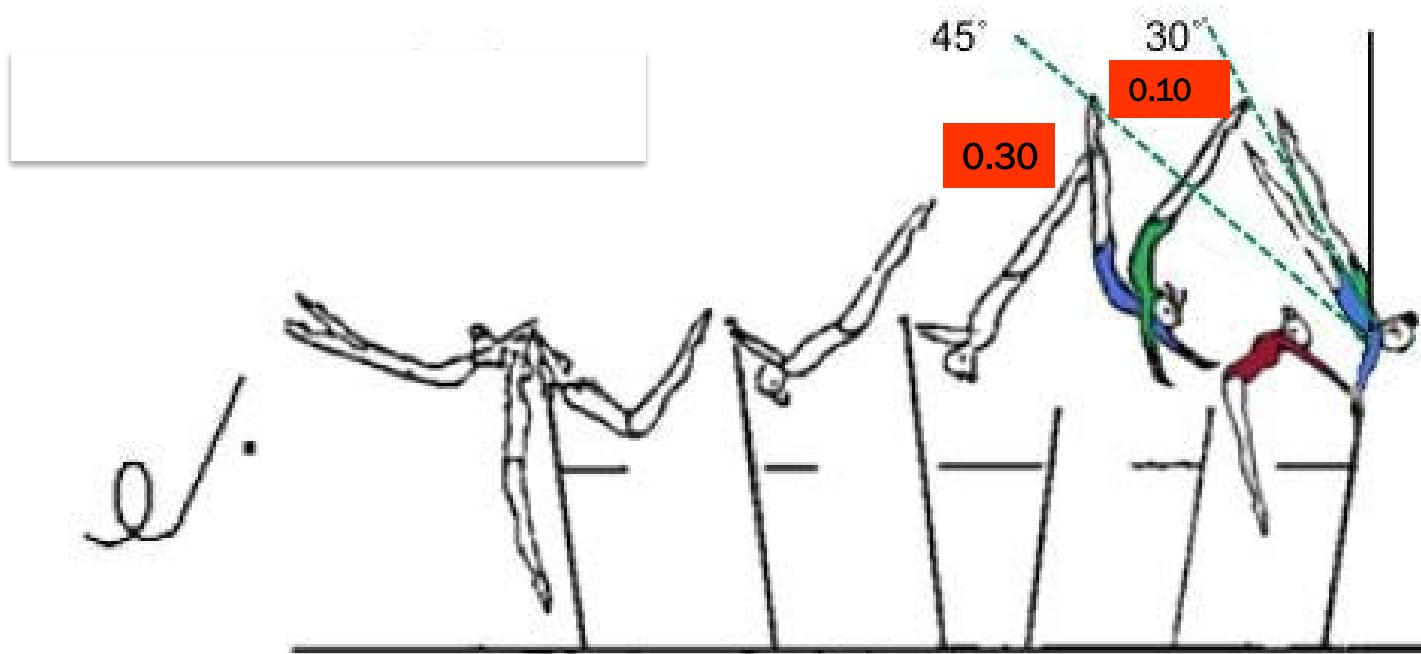
TECHNIQUE: RECONNAISSANCE DES ÉLÉMENTS



Pour Salto Pak : 3.404

Jury E :

- - 10° - 30° – Pas de déduction
- - > 30°- 45° – 0.10 pt
- - > 45° – 0,30 Pt



SPÉCIFICITÉS DE PÉNALITÉS



Il n'y a pas de cumul de pénalité de fautes de **jambes fléchies** avec une autre pénalité quand cette dernière est plus élevée.

Exemples :

- Elan intermédiaire + jambes fléchies = 0,50 pt maxi
- Jambes fléchies et écartées 0,50 pt maxi
- Heurter la barre + chute 1,00 pt
- Heurter le sol + jambes fléchies 1,00 pt

ATTENTION : la pose de pieds (sans élan à l'ATR avant) sera pénalisée de 0,30 pt pour la prise d'élan et 0,50 pt pour changement de barres sans élément

Autres spécificités :

- Elan intermédiaire + traction enroulé + double reprise d'élan = 0,50 pt + 0,50 pt
- Pas de chute sur l'agrès en Barres
- Si balancer ½ tour sous l'horizontale pénalité de 0,50 pour élan à vide



Fédération
Sportive
et Culturelle
de France



CODE FIG 2017

POUTRE - CNGF SEPTEMBRE 2016

Révéler la passion qui vous anime.

ARTISTIQUE



Nouvelle façon d'appréhender la notation d'un mouvement ,
nous parlons de ***performance artistique***.

- Créativité
- Assurance
- Style personnel
- Technique parfaite

Ce n'est pas « ***ce que*** » la gymnaste exécute
mais « ***comment*** » elle exécute

ARTISTIQUE



Composition & chorégraphie :

- Acrobatiques et gymniques
- Changements de niveau : près et loin de la poutre
- Changements de direction : Av, Arr. et Lat.
- Rythme différent : lent et rapide
- Créativité ou originalité

C'est ce qu'elle exécute.

GÉNÉRALITÉS



Le jugement de l'exercice commence avec l'appel sur le tremplin ou le tapis .

Tout support supplémentaire placé sous le tremplin (ex. planchette) n'est pas autorisé.

GÉNÉRALITÉS AMÉNAGEMENTS FSCF



Si la gymnaste, lors de son premier essai, touche le tremplin ou la poutre :

- Déduction de 1,00 Pt
- Elle doit commencer son exercice.
- L'entrée ne recevra pas de valeur.
- Une déduction pour « entrée n'appartenant pas dans le tableau des difficultés » sera appliquée.

Un 2^{ème} essai est autorisé pour l'entrée (**Sans pénalité**) si la gymnaste n'a pas touché le tremplin ou la poutre.
Un troisième élan n'est pas autorisé

Le jury D appliquera la déduction sur la note finale.

GÉNÉRALITÉS



- La durée de l'exercice à la poutre ne doit pas dépasser 1mn30.
- Le chronomètre est déclenché quand la gymnaste prend appui sur le tremplin ou le tapis
- 10 secondes avant la fin de l'exercice et à nouveau à la fin du temps maximum, un signal sonore avertit la gymnaste qu'elle doit terminer son exercice.
- Si la réception de la sortie est exécutée pendant le 2^{ème} signal sonore, il n'y a pas de déduction.
- Si la réception de la sortie est exécutée après le 2^{ème} signal sonore, une déduction pour dépassement de temps réglementaire est appliquée : 0.10 pt.
- Les éléments exécutés après la limite des 1mn30 seront reconnus par le Jury D et le Jury E.
- La déduction sera effectuée par le Jury D sur la Note Finale.

GÉNÉRALITÉS



- Lors de l'interruption de l'exercice due à une chute de l'agrès un temps d'arrêt de 10 secondes est autorisé.

Si la gymnaste dépasse le temps alloué une déduction neutre de 0,30 Pt sera appliquée

- Le chronométrage commence lorsque la gymnaste, après la chute, s'est relevée sur ses pieds
- La durée du temps de chute est chronométrée à part et n'entre pas dans le calcul du temps total de l'exercice.
- Le temps de chute se termine quand la gymnaste prend appui sur le tapis pour remonter sur la poutre.
- Le chronométrage reprend lorsque la gymnaste est remontée sur la poutre et exécute son 1^{er} mouvement pour continuer l'exercice.
- ***Si la gymnaste n'a pas recommencé son exercice dans les 60 secondes l'exercice est considéré comme terminé***

CONTENU DE L'EXERCICE



8 éléments maximum y compris la sortie dont la valeur est la plus élevée sont pris en compte pour les VD

- **3 Acrobaties au minimum**
- 3 gymniques au minimum
- **2 éléments au choix**



A = 0,10	B = 0,20	C = 0,30
D = 0.40	E = 0.50	F = 0.60
G = 0.70		

BONIFICATION DE LA NOTE D'AMÉNAGEMENT FSCF



Valorisation	+ 0,30 Pt	+ 0,60 Pt	+ 0,90 Pt	+ 1,20 Pt
	Note D comprise entre			
Poutre	2,90 à 3,30	3,40 à 3,80	3,90 à 4,30	4,40 et +

EXIGENCES DE COMPOSITION (EC)

AMÉNAGEMENTS FSCF



Exigences de composition 2,00 Pts maxi

- 1) Une liaison d'au moins 2 éléments gymniques différents dont un saut avec un écart de 180° (transversal ou latéral) ou écarté latéral
- 2) Tour (Groupe 3)
- 3) Une série acrobatique de minimum 2 éléments avec envol avec ou sans appui des mains dont 1 salto (les éléments peuvent être identiques)
Une série acrobatique de minimum 2 éléments avec envol et appui des mains (les éléments peuvent être identiques) 0,30 Pt
- 4) Eléments acrobatiques de direction différente (AV/LAT et AR)

Attention : les roulés, ATR, maintiens ne peuvent pas remplir d'EC.

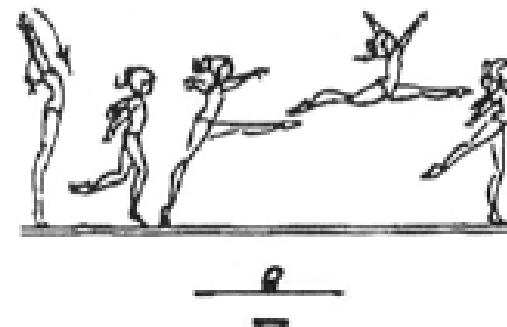
Les ATR et les roulades sont considérés comme des Acro.

Les EC 1 à 4 doivent être exécutées sur poutre.

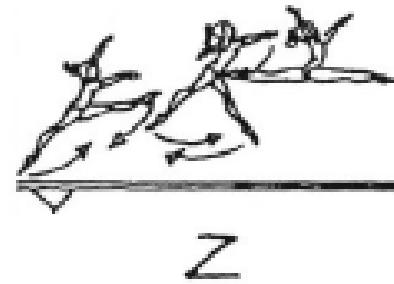
EXIGENCES DE COMPOSITION (EC 1)



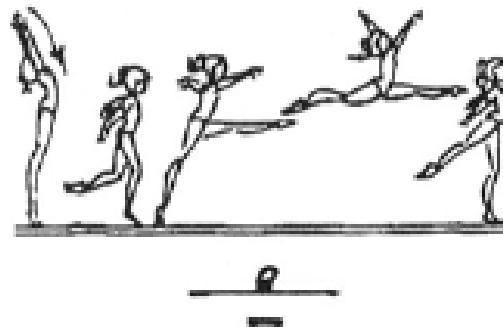
Une liaison d'au moins 2 éléments gymniques différents dont un saut avec un écart de 180° (transversal ou latéral) ou écarté latéral



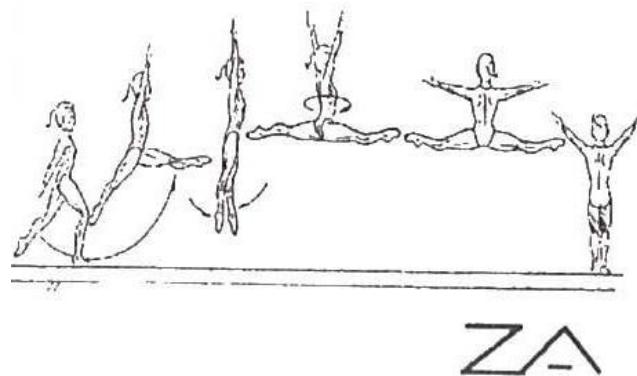
+



Z



+

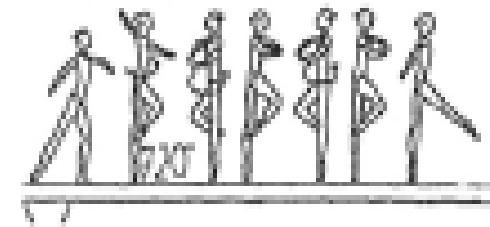
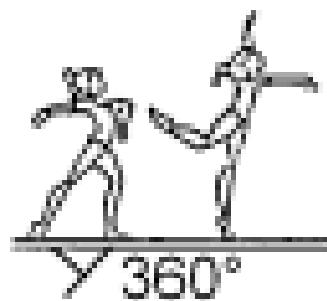
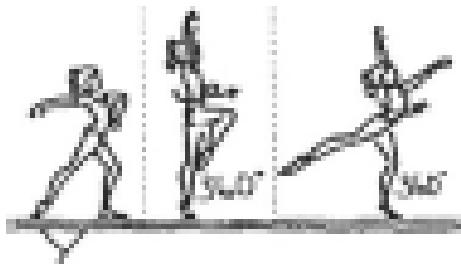


ZA

EXIGENCES DE COMPOSITION (EC 2)



Tour (élément du groupe 3 du tableau des difficultés)



0

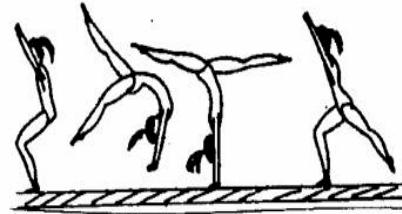
↗

↙

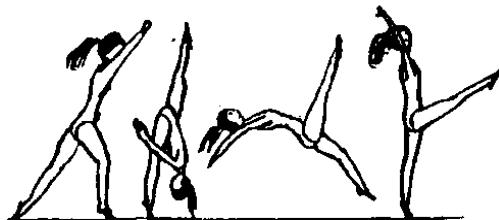
EXIGENCES DE COMPOSITION (EC 3)



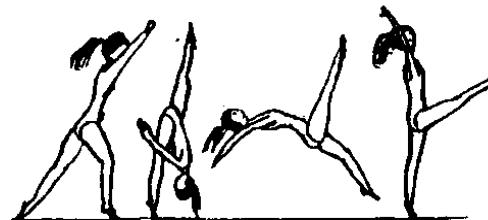
Une série acrobatique, mini 2 éléments, avec envol dont un salto (les éléments peuvent être identiques) 0,50 Pt attribué



+



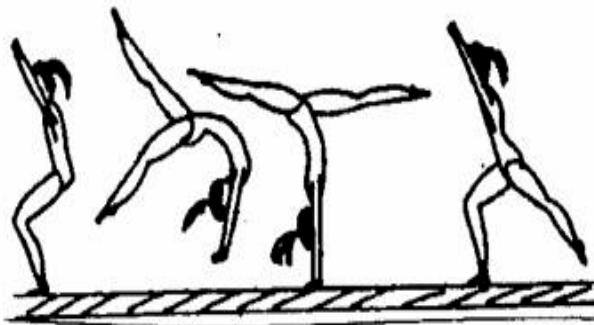
+



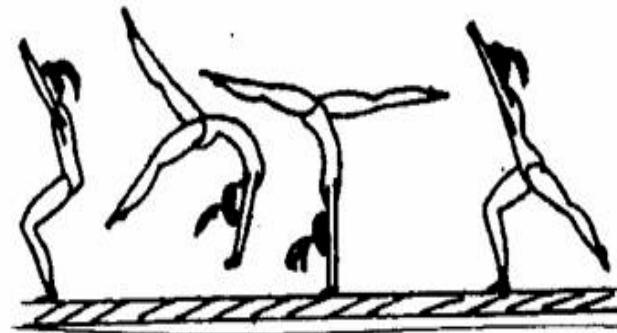
EXIGENCES DE COMPOSITION (EC 3) AMÉNAGEMENTS FSCF



Une série acrobatique, mini 2 éléments avec envol (les éléments peuvent être identiques) 0,30 Pt attribué



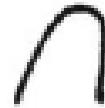
+



EXIGENCES DE COMPOSITION (EC 4)



Eléments acrobatiques de directions différentes (Av/Lat et Ar)



VALEUR DE LIAISON & BONUS SÉRIE



- a) La valeur de liaison (VL) peut être obtenue pour des liaisons directes
- b) Les VL et les bonus séries (BS) sont inclus dans la note D
- c) **Les bonus séries sont obtenus pour une liaison de 3 éléments ou +**
Principe pour les liaisons directes :

Acrobatiques

2 éléments acrobatiques avec envol, y compris entrée et sortie (mini F)

Toutes les liaisons directes doivent être avec rebond

0,10

C + C

B + E

0,20

C/D + D (ou plus)

B + D (en avant seulement)

B + F

VALEUR DE LIAISON & BONUS SÉRIE



Un bonus série (BS) de + 0,10 Pt

Sera attribué aux séries gymniques/mixtes et séries acrobatiques (avec et sans rebond) à partir de B+B+C (n'importe quel ordre) y compris entrée et sortie(mini C)

Exemple 1 : B + B + C = + 0,10 bonus série

OU : D + B + C = + 0,10 bonus série

Exemple 2 : C + C + C



VL 0,10 VL 0,10 +0,10 bonus série

Total VL + BS = 0,30

- Les éléments acro sans envol mini B (sauf maintiens) peuvent être utilisés
- Le même élément (avec/sans envol) peut être répété dans la même liaison pour recevoir le BS

VALEUR DE LIAISON & BONUS SÉRIE



Une Valeur de liaison (VL) de + 0,10 Pt

Exemple : C + C = VL 0,10 + obtient la VL mais ne répond pas à l'EC1 (répétition du même élément)

Exemple 2 : C + C = VL 0,10 + obtient la VL et répond à l'EC3 (répétition du même élément autorisé)

Une Valeur de liaison (VL) de +0,10 Pt et un bonus série (BS) de + 0,10 Pt

Exemple : B + C + C = **VL + BS = 0,20** + + 0,10 bonus série
VL 0,10

VALEUR DE LIAISON (VL)



Eléments gymniques et mixtes (éléments acrobatiques avec envol seulement) sauf la sortie

0,10	0,20
<p>C + C ou plus (gymnique)</p> <p>A + C (tours seulement)</p> <p><u>B + D (mixte)</u></p> <p>D + A (Salto à la planche sur un pied)</p> <p>(Dans cet ordre, pas non autorisé)</p>	<p>D + D ou plus</p>



Remarque : Les tours peuvent être exécutés sur la même jambe d'appui (bref demi-plié autorisé) ou avec un pas pour tourner sur la jambe opposée(bref demi plié sur un ou deux pieds non autorisé)

VALEUR DE LIAISON (VL)



Précisions :

Les éléments acrobatiques B avec envol et appui des mains suivants :

- Flic flac jambes serrées
- Flic flac jambes décalées
- Flic flac Auerbach
- Rondades
- Renversement avant

Peuvent être exécutés une 2^{ème} fois dans l'exercice, obtenir la VL et le BS mais ne peuvent pas être exécutés une 2^{ème} fois pour l'EC ni pour la VD.

DÉDUCTIONS POUR COMPOSITION & CHORÉGRAPHIE



Fautes par le Jury E	0.10	0.30	0.50
<u>Exécution artistique</u>			
Exécution artistique insuffisante pendant tout l'exercice y compris :			
▪ Assurance	X		
▪ Style personnel	X		
Rythme et tempo			
▪ Variation du rythme et tempo insuffisante dans les mouvements (sans VD)	X		
▪ Exécution de tout l'exercice avec des séries d'éléments et mouvements discontinus (manque d'aisance)	X		

DÉDUCTIONS POUR COMPOSITION & CHORÉGRAPHIE



Fautes par le Jury E	0.10	0.30	0.50
<u>Composition et chorégraphie</u>			
- Entrées sans valeur (toutes les entrées sans valeur seront généralement reconnues comme « A » sauf entrée à cheval et accroupi)	X		!
Utilisation insuffisante de tout l'agrès :			
- Utilisation insuffisante de toute la longueur de la poutre	X		
- Manque de mouvements latéraux (sans VD)	X		
- Absence de combinaison de mouvements/éléments proche de la poutre avec une partie du buste (y compris les cuisses, genoux ou tête) en contact avec la poutre(pas nécessairement un élément)	X		

DÉDUCTIONS POUR COMPOSITION & CHORÉGRAPHIE



Fautes par le Jury E	0.10	0.30	0.50
<u>Composition et chorégraphie</u>			
- Complexité ou créativité dans les mouvements insuffisante	X		
- Utilisation unilatérale d'éléments <ul style="list-style-type: none">Plus d'un ½ tour sur les deux pieds, jambes tendues, pendant tout l'exercice		X	
- Pas de sortie			X



DÉDUCTIONS SPÉCIFIQUES



Fautes par le Jury E	0.10	0.30	0.50
- Mauvais rythme dans les liaisons (avec VD)	X Ch.f		
<u>Préparation excessive</u>			
<ul style="list-style-type: none"> • Ajustement (pas et mouvements inutiles) • Elan des bras excessif avant les éléments gymniques • Pause (appliqué à 2 secondes) 	X Ch.f X Ch.f X Ch.f		
Mauvaise tenue du corps/amplitude pendant l'exercice (allongement maximum des mouvements)			
<ul style="list-style-type: none"> • Position de la tête, du buste, des épaules et des bras 	X		
<ul style="list-style-type: none"> • Pointes de pieds non tendues(relâchées) pieds en Dedans 	X		
<ul style="list-style-type: none"> • Manque de travail en relevé 	X		
Amplitude insuffisante dans les élans de jambes	X		

DÉDUCTIONS SPÉCIFIQUES



Fautes par le Jury E	0.10	0.30	0.50
- Appui supplémentaire d'une jambe sur le côté de la poutre		X	
- Non respect des exigences techniques de l'élément par un appui supplémentaire		X	
- S'accrocher à la poutre pour éviter une chute			X
- Mouvements supplémentaires pour maintenir l'équilibre	X	X	X

SORTIES



a) Si, lors d'une chute à la sortie, le salto n'est **pas** commencé (pas de début de rotation) Exemple 1:  saut en dehors de la poutre

Jugement :

- ✓ Pas de VD- 7 éléments seulement sont comptés (Jury D)
- ✓ Pas de sortie – 0,50 (Jury E)
- ✓ Chute 1,00 Pt ou déductions pour fautes de réception si il n'y a pas de chute (Jury E)

b) Si lors de la sortie le salto a été commencé et ensuite la chute se produit:

Exemple 2:  début de salto en sortie, chute sans retour sur les pieds d'abord

Jugement :

- ✓ Pas de VD- 7 éléments seulement sont comptés (Jury D)
- ✓ Chute 1,00 Pt (Jury E)



Fédération
Sportive
et Culturelle
de France



CODE FIG 2017

SOL - CNGF SEPTEMBRE 2016

Révéler la passion qui vous anime.

PERFORMANCE ARTISTIQUE



Performance artistique :

- **Chorégraphie fluide révélant beauté**
- **Expressivité**
- **Musicalité**
- **Technique parfaite**

Composition et chorégraphie :

- **Groupes variés (acro, gym, ATR, maintiens...)**
- **Changement de niveau (près et loin du sol)**
- **Changements de direction (Av, Arr, Lat)**
- **Rythme différent (lent, rapide)**

C'est « **ce que** » la gym exécute.

PERFORMANCE ARTISTIQUE



Expression et Musique

- Créativité ou originalité
- Capacité de la gymnaste à interpréter la musique

C'est non seulement « **ce que** » la gym exécute mais également « **comment** » elle l'exécute.

GÉNÉRALITÉS



- Le jugement de l'exercice commence avec le 1^{er} mouvement de la gymnaste.
- La durée de l'exercice ne doit pas dépasser 1mn30.
- Absence de musique ou musique avec parole entraîne une déduction de 1.00 pt du Jury D sur la Note Finale.
- La voix humaine sans paroles peut-être utilisée comme un instrument de musique
- Le CD doit comporter le nom de la gym.

GÉNÉRALITÉS



- Le chronomètre est déclenché avec le 1^{er} geste de la gymnaste pour commencer son exercice et il est arrêté avec la dernière position de la gymnaste à la fin de l'exercice. Il doit se terminer en même temps que la musique.
- Une déduction pour dépassement de temps est appliquée si la durée de l'exercice est supérieure à 1mn30.
- **La déduction de 0.10 pt sera effectuée par le Jury D sur la Note Finale.**
- Les éléments exécutés après la limite des 1mn30 seront reconnus par le Jury D et le Jury E.

CONTENU DE L'EXERCICE



8 éléments maximum y compris la sortie, dont la valeur est la plus élevée sont pris en compte pour les VD .

- **3 Acrobacies au minimum**
- 3 gymniques au minimum
- **2 Eléments au choix**

A = 0,10	B = 0,20	C = 0,30
D = 0,40	E = 0,50	F = 0,60
G = 0,70	H = 0,80	I = 0,90

BONIFICATION DE LA NOTE D'AMÉNAGEMENT FSCF



Valorisation	+ 0,30 Pt	+ 0,60 Pt	+ 0,90 Pt	+ 1,20 Pt
	Note D comprise entre			
Sol	2,90 à 3,30	3,40 à 3,80	3,90 à 4,30	4,40 et +

CONTENU DE L'EXERCICE



Nouveaux éléments gymniques et changements de valeur

Dénomination	Code 2013			Code 2017		
Saut de chat				ℳ	A	0,10
Saut de chat 1/1 tour	ℳ	A	0,10		B	0,20
Saut carpé 1/1 tour	ℳ	B	0,20		C	0,30
Saut vertical 1/1 tour	ℳ	A	0,10		B	0,20
Saut vertical 2/1 tour	ℳ	B	0,20		C	0,30
Saut groupé 1/1 tour	ℳ	A	0,10		B	0,20
ATR valse 1½ à 2/1 tours	ℳ	A	0,10		B	0,20

CONTENU DE L'EXERCICE



Lignes acrobatiques

- Le nombre maximum de lignes acro. est de 4
- Aucune difficulté dans les lignes acro. Suivantes ne sera prise en compte pour la VD
- **Une ligne acro. Consiste en un minimum de 2 éléments avec envol, dont un salto, liés directement**
 - Si la réception du salto n'est pas faite sur les pieds d'abord, **la ligne acro est quand même prise en compte**

La sortie est la dernière ligne acro prise en compte (**VD la plus élevée**)

- Pas de sortie accordée si seulement une ligne acro est exécutée

EXIGENCES DE COMPOSITION



1. Un passage gymnique d'au moins 2 sauts différents du code, liés directement ou indirectement (avec des pas courus, petits sauts appel 1 pied, pas chassés, tours chaînés) dont un avec un écart de 180°en position transversale/latérale, écarté latéral
2. Salto avec rotation longitudinale (mini 360°)
3. Salto avec double rotation transversale
4. Salto AR et AV(sauf renversement libre) dans la même ou différente ligne acro.

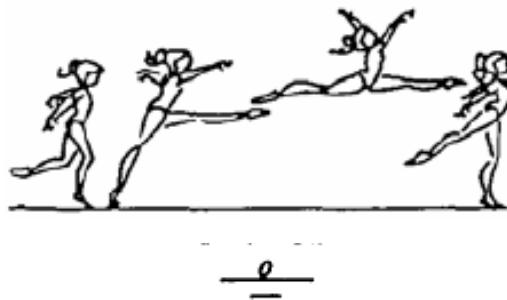
Pas de pirouette demandée

Nota : Les EC 2, 3 & 4 doivent être exécutées dans une ligne Acro

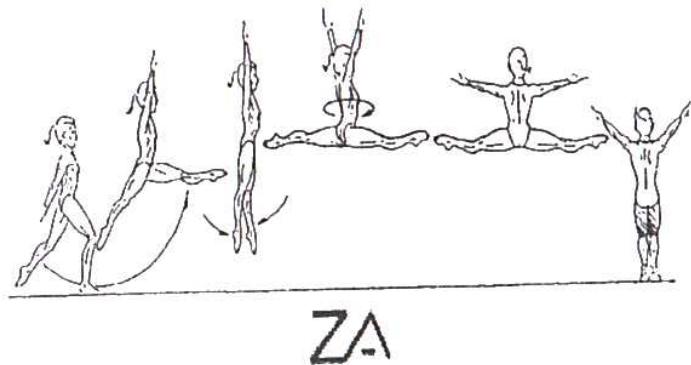
EXIGENCES DE COMPOSITION (EC 1)



- L'objectif est de créer un large déplacement
- Les sauts appel deux pieds ne sont pas autorisés car ils sont sur place. Les tours chaînés (1/2 tour sur les deux pieds) sont autorisés car ils entraînent un déplacement
- La réception des sauts doit se faire sur un pied s'ils sont exécutés comme 1^{er} élément dans le passage gymnique



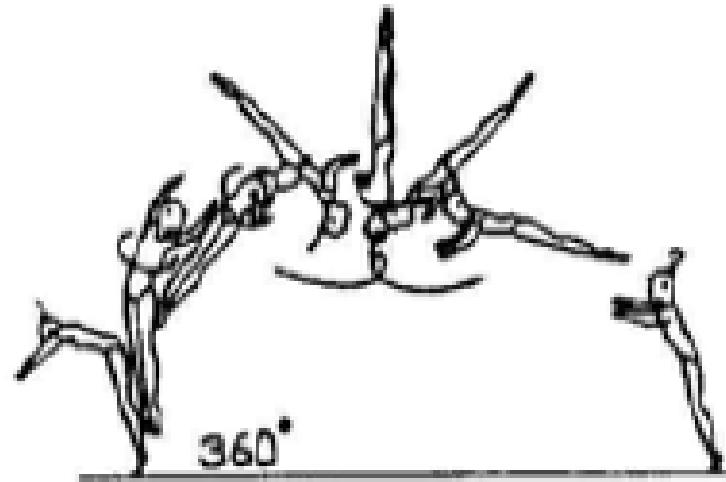
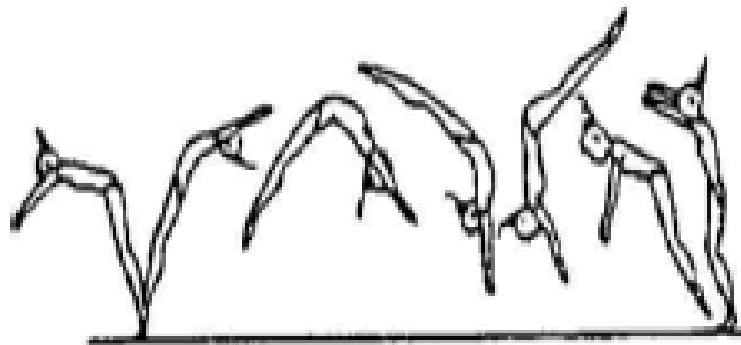
+



EXIGENCES DE COMPOSITION (EC 2)



Salto avec rotation longitudinale de 360° minimum (Dans une ligne Acro)



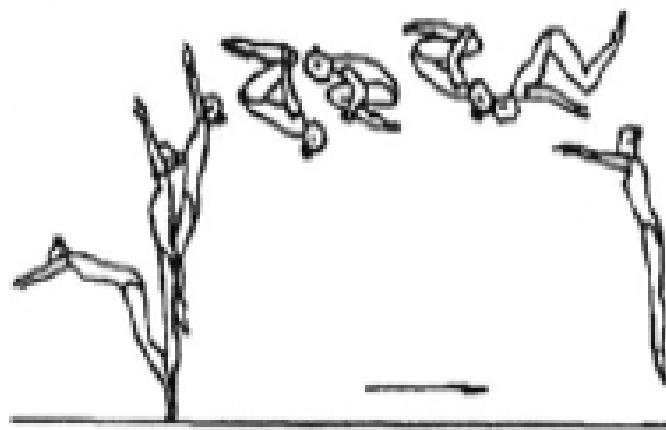
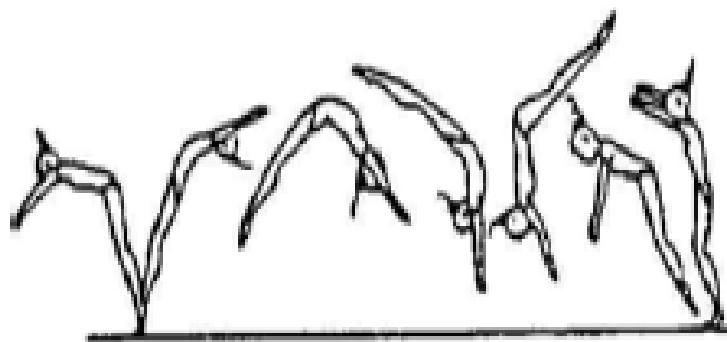
ϵ'



EXIGENCES DE COMPOSITION (EC 3)



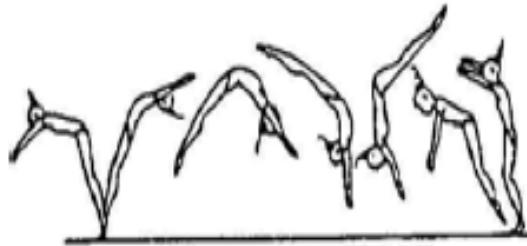
**Salto avec double rotation transversale (dans une ligne
Acro)**



EXIGENCES DE COMPOSITION (EC 4)



Salto Ar et Av (sauf renversement libre) dans la même ou différente ligne acro.



VALEUR DE LIAISON (VL)



Principe pour les liaisons acrobatiques indirectes et directes

ACRO INDIRECTES	
0.10	0.20
B/C + D	C + E et D + D
A + A + D	A + A + E
ACRO DIRECTES	
A + D	A + E
C + C	C + D

Liaisons indirectes : liaisons dans lesquelles entre les sauts sont exécutés des éléments acrobatiques avec envol et appui des mains liés directement.

Seuls les éléments acrobatiques sans appui des mains peuvent être utilisés pour la VL.

VALEUR DE LIAISON (VL)



MIXTES

0,10

0,20

Salto D + B (gymnique)
Salto E + A (gymnique)
Exécuté dans cet ordre

Liaisons de tours sur une jambe

D + B

B + B (sans pas)

Les tours peuvent être exécutés sur la même jambe d'appui ou avec un pas pour tourner sur la jambe opposée (un bref demi-plié sur 1 ou 2 pieds est autorisé)

DÉDUCTIONS POUR L'ARTISTIQUE



Fautes	0.10	0.30	0.50
Exécution artistique insuffisante durant l'exercice			
■ Gestes ou expression du visage (mimiques)inappropriés , ne correspondant pas à la musique ou au mouvement	X		
■ Ne pas retenir l'attention du public	X		
■ Manque d'expressivité	X		
■ Inaptitude retransmettre le thème musical, à jouer un rôle ou exprimer un caractère pendant tout l'exercice	X		
■ Exécution de tout l'exercice avec séries de mouvements & éléments discontinus	X		

DÉDUCTIONS POUR L'ARTISTIQUE



Fautes	0.10	0.30	0.50
Composition/Chorégraphie			
▪ Mauvaise sélection des mouvements pour musique particulière (musique de Tango et mouvements de Polka)	X	X	
▪ Insuffisante complexité ou créativité des mouvements	X		
▪ Manque de variété chorégraphique vers les coins	X Ch. f		
▪ Absence d'un mouvement touchant le sol (minimum le buste, les cuisses, les genoux ou la tête)	X		

DÉDUCTIONS POUR L'ARTISTIQUE



Fautes	0.10	0.30	0.50
Musique et musicalité			
Montage de la musique (pas de début, fin ou accents) ▪ Pas de structure musicale	X		
▪ Manque de synchronisation entre le mouvement et la mesure pendant une partie de l'exercice ▪ Manque de synchronisation entre le mouvement et la mesure à la fin de l'exercice ▪ Musique de fond		X	X
-Pas de sortie			X

DÉDUCTIONS POUR L'ARTISTIQUE



Fautes	0.10	0.30	0.50
Préparation excessive			
▪ Pause (appliquée à 2 secondes)	X Ch.f		
▪ Ajustement (pas inutiles)	X Ch.f		
▪ Elan des bras excessifs avant les éléments gymniques	X Ch.f		
Mauvaise position du corps/Amplitude pendant tout l'exercice			
▪ Position de la tête, des épaules et des bras	X		
▪ Les pointes de pieds ne sont pas tendues (relâchées), pieds en dedans/pieds plats	X		
▪ Amplitude insuffisante des jambes dans les élans	X		

DÉDUCTIONS POUR L'ARTISTIQUE



Fautes	0.10	0.30	0.50
Distribution des éléments <ul style="list-style-type: none">▪ L'exercice commence immédiatement avec une ligne Acro	X		
<ul style="list-style-type: none">▪ Ligne acro exécutée à la suite l'une de l'autre dans la même diagonale sans chorégraphie entre (longue ligne acro autorisée)	X Ch.f		
<ul style="list-style-type: none">▪ Plus d'une ligne acro en suivant	X Ch.f		
<ul style="list-style-type: none">▪ L'exercice se termine avec un élément acro (pas de chorégraphie après la dernière acro)	X		

GÉNÉRALITÉS



- Le dépassement de la surface réglementaire du praticable (12X12m) est pénalisé si une partie quelconque du corps touche le sol en dehors des lignes.

Un pas ou réception en dehors des lignes avec 1 pied ou une main	0.10
Pas en dehors des lignes avec les 2 pieds, les 2 mains ou une partie du corps ou réception avec les 2 pieds dehors de la ligne	0.30

- C'est le Jury D qui applique la pénalité sur la Note Finale.

LIGNES ACROBATIQUES

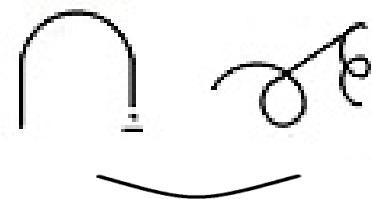


Une ligne acrobatique consiste en un minimum de 2 éléments avec envol , dont un salto, liés directement

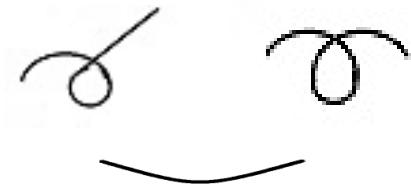
Constituent une ligne acrobatique :



ou



ou



LIGNES ACROBATIQUES & SORTIE

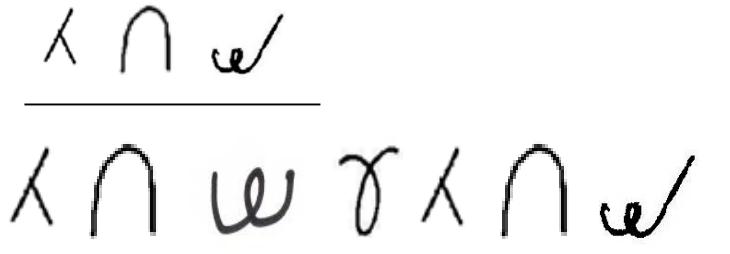


Exemple 1 : seulement 1 ligne acrobatique

- Une gym n'exécute que :

-OU

- Une gym n'exécute que :



1 ligne acro même si 2 diagonales

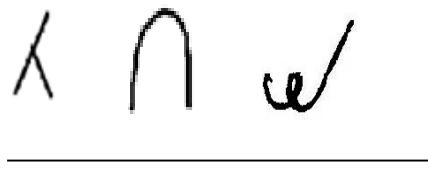
Jugement :

- pas de VD - 7 éléments maximum comptés (jury D)
- - 0.50 pas de sortie (Jury E)
- déductions pour fautes de réception (jury E)

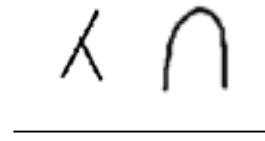
LIGNES ACROBATIQUES & SORTIE



Exemple n°2 : une ligne acrobatique seulement



PUIS



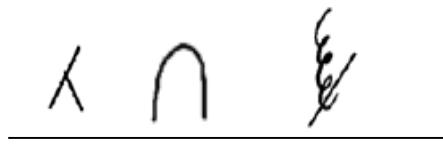
Jugement :

- pas de VD - 7 éléments maximum comptés (jury D)
- - 0.50 pas de sortie (jury E)
- déductions pour fautes de réception (jury E)

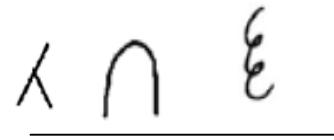
LIGNES ACROBATIQUES & SORTIE



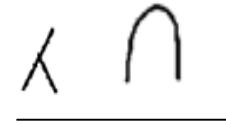
Exemple n°3 : DEUX lignes acrobatiques



PUIS



PUIS



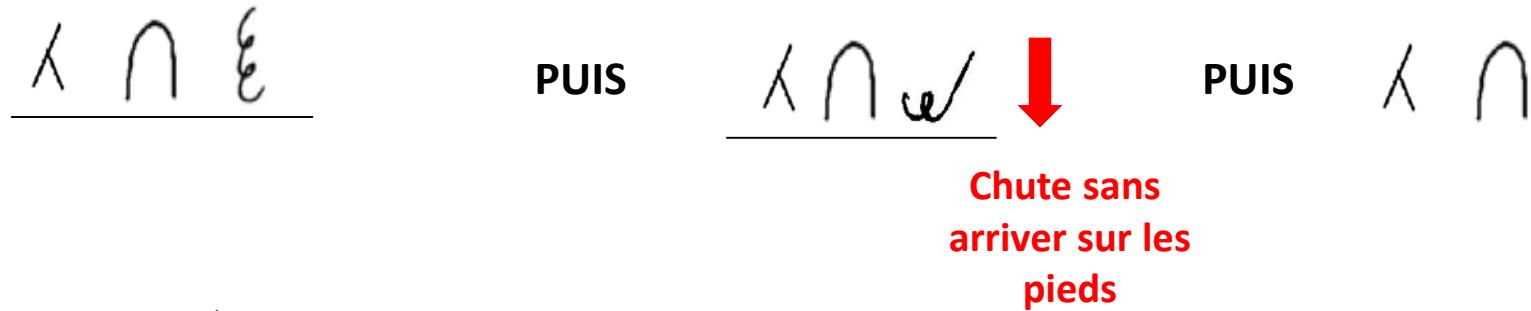
Jugement :

la sortie est donnée par le Jury D

LIGNES ACROBATIQUES & SORTIE



Exemple n°4 : la gymnaste chute sans arriver sur les pieds d'abord dans la 2^{ème} ligne acrobatique



Jugement :

- pas de VD - 7 éléments maximum comptés (jury D)
- chute 1.00 (jury E)

LIGNES ACROBATIQUES AMÉNAGEMENT FSCF



Pour les réceptions en fente des éléments acrobatiques pas de déduction.