

Code C2-2025-2028

Généralités



CNGF Octobre 2024

Calcul de la Note

À chaque agrès, la note 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**)
- **À la table de saut**, la note **D** inclut la valeur de difficulté.

Calcul de la Note

Le jury E applique les déductions regroupant :

- Les fautes générales.
- Les fautes d'exécution spécifiques à l'agrès.
- Les fautes d'artistique.

Qui seront toujours retranchées de la note de 10 pts.

Valeur de difficulté (VD)

- **Les VD** : Pour être comptabilisés tous les éléments doivent être codifiés Code FIG (qui peuvent être pris ou non dans les grilles d'éléments du code catégorie 2).
- Tous les éléments doivent être différents.

A = 0,10

B = 0,20

C = 0,30

D = 0,40

E = 0,50

- Aux Barres, en Poutre et Sol 8 éléments (au maximum) dont la VD est la plus élevée sont comptabilisés (**sortie comprise**).

- En poutre et sol :

3 VD acrobatiques dont la sortie

3 VD Gymniques

2 VD au choix

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)

- 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.

Valeur de difficulté (VD Différente)

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

- Seulement un tour (Pirouette) en position groupée sur une jambe (Poutre & Sol) recevra une VD, dans l'ordre chronologique.

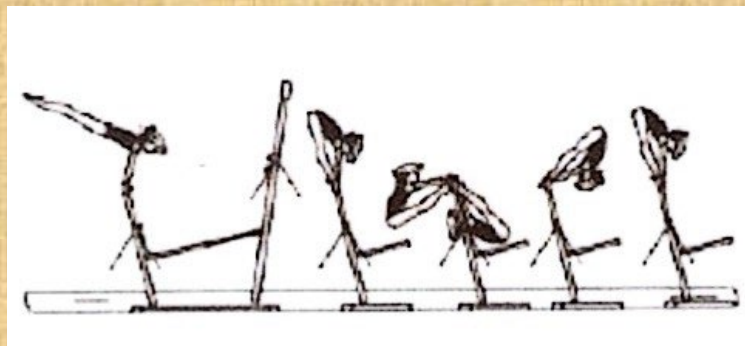
Exemple Poutre : **3.207 & 3.407**  

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 :

Éléments aux barres :

- Exécutés avec ou sans changement de prises en sautant.
- Les grands tours en AV et en AR 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.



Valeur de difficulté (VD identique)

Éléments gymniques :

- Avec réception sur 1 ou 2 pieds ou position ventrale au Sol.
- Avec appel un ou deux pieds avec la même position de jambe.

Ex : cosaque  ou 

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

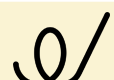
Les sauts exécutés en position latérale recevront un degré de valeur supérieur par rapport à la position transversale.

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)

Éléments acrobatiques:

- Avec réception sur 1 ou 2 pieds.

Salto AV Gr pieds décalés	Rondade	Salto AR tendu
		

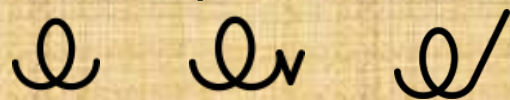
Saut de mains	Flip AV	Salto AV Gr
		

Valeur de difficulté (VD différente)

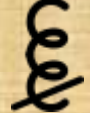
Les éléments sont considérés comme différents s'ils sont répertoriés sous des numéros différents ou sous le même numéro et répondent aux critères suivants :

Éléments acrobatiques

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



- Les degrés de rotation sont différents :

$\frac{1}{2}$ Tr  1/1 Tr  1 $\frac{1}{2}$ Tr  etc.....

- L'appui est sur un, les deux bras ou libre.
- L'appel est sur un ou deux pieds.

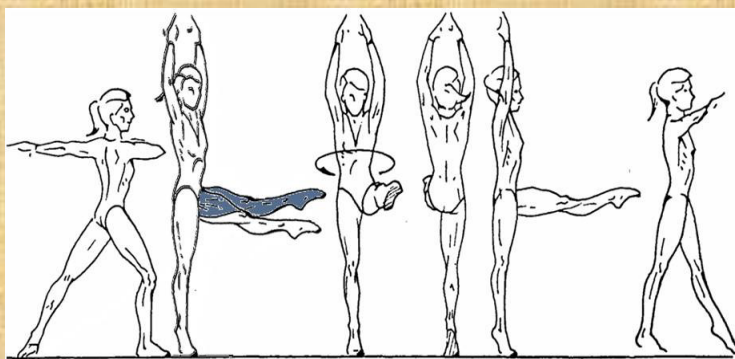
Valeur de difficulté (Reconnaissance VD)

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

1^{er} 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 **C3.304.**



Valeur de difficulté (Reconnaissance VD)

2ème principe :

La VD n'est pas accordée :

- En Barres, élément avec envol *sans reprise de barres.*
- En Poutre, élément *sans revenir sur les pieds.*
- 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 :

Si un élément qui a reçu une VD inférieure (il est dévalué) pour manque d'exigence technique est à nouveau exécuté dans l'exercice, il sera considéré comme une répétition et ne recevra pas la VD.

Ex Barres: Le tour d'appui libre à l'ATR **C2.305** 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 principes présentés, on pénalise toujours l'élément même si on ne le reconnaît pas.

Exigences de composition

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.

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

Fautes d'exécution des éléments gymniques

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.

A cela peuvent s'ajouter les fautes pour manque d'amplitude et les fautes de réception (déséquilibre par exemple).

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 en sortie aux barres.
 - Au Saut (salti).
- Si aucune position tendue n'est visible : considérer comme une position carpée :
 - Dans les éléments sans vrille aux Barres, Poutre & Sol.

Reconnaissance des éléments

Position du corps tendu à la table de saut

- Une légère fermeture au niveau des hanches (jusqu'à 30°) est autorisée dans les sauts sans rotation longitudinale.



Tendu

Carpé $> 30^\circ$

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.

Directives techniques



Exigences pour les tours:

- Doivent être exécutés sur $\frac{1}{2}$ 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.

Différentes techniques de saut avec 1 tour (360°) et plus sont autorisées : en carpant, groupant ou écartant les jambes au début, au milieu ou à la fin des tours (sauf s'il y a une exigence spéciale de l'élément).

- Pour les sauts avec ½ tour (180°) la position doit être atteinte au début ou à la fin.



Directives techniques

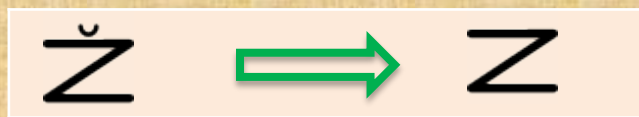


Reconnaissance des sauts avec rotation

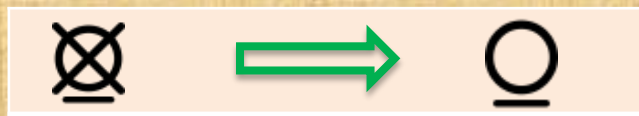
Sous rotation de 30° ou plus on reconnaît un autre élément du code.

Exemples :

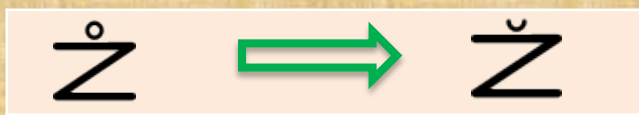
- Poutre & Sol



- Sol



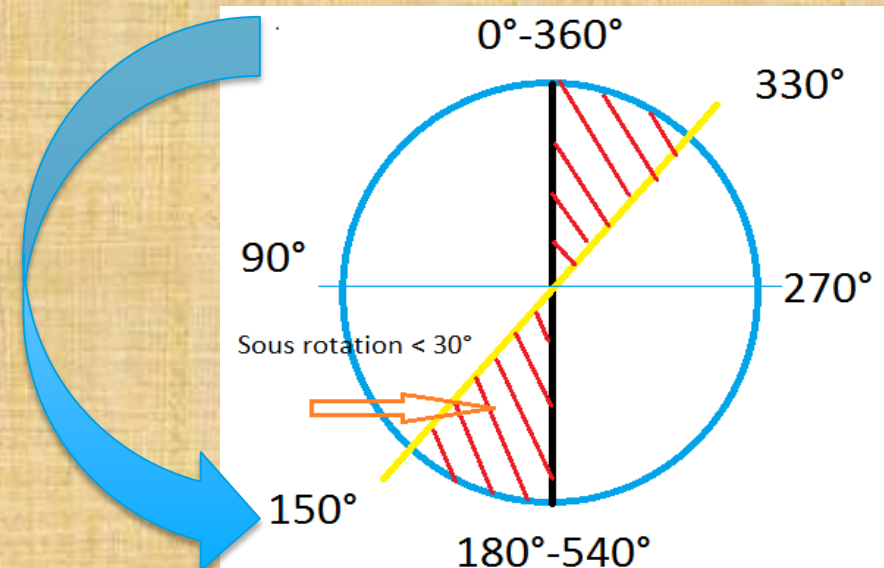
- Sol



- Poutre



- L'élément n'est pas différent avec ¼ de tour supplémentaire.



Directives techniques



Grand jeté Pied tête, grand jeté changement de jambe pied tête, saut écart pied tête (avec ou sans tour).

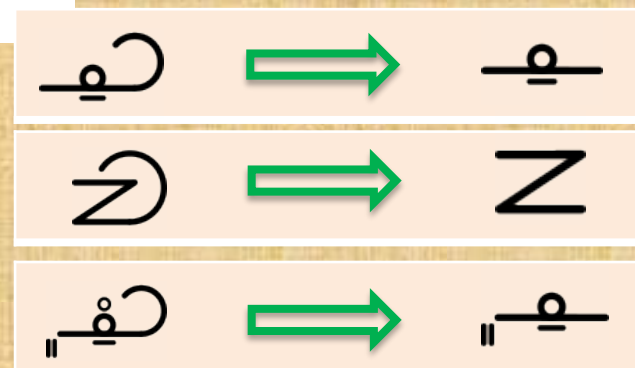


Jury D :

Pas de cambré et extension de tête

Pied Ar en dessous du sommet de la tête

Synchronisation incorrecte dans le tour



Directives techniques



Grand jeté Pied tête, grand jeté changement de jambe pied tête, saut écart pied tête (avec ou sans tour).



Jury E :

- Position cambrée insuffisante :
- Jambe AV sous l'horizontale :
- Jambe AV sous l'horizontale (45°) :
- Pied AR à hauteur de la tête :
- Pied AR à hauteur des épaules :
- Jambe AR tendue :

- Petite Faute, 0,10 pt
- Petite Faute, 0,10 pt
- Faute moyenne 0,30 pt
- Petite Faute, 0,10 pt
- Faute moyenne 0,30 pt
- Petite Faute, 0,10 pt

Généralités

- 2.3.2 Bas de compression
 - La gymnaste ne doit pas porter des bas/chaussettes de **compression** pendant la compétition – **dérogation FSCF = pas appliqué sous réserve d'un certificat médical**
- 2.3.1 Chute à terre
 - Après une chute de l'agrès, elle doit s'abstenir de rester **intentionnellement** à terre afin d'éviter le décompte du temps de chute.