

Code FIG 2022-2024



Vivons ensemble l'expérience sport et culture !

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.

Hauteur des Barres : BI : 1,75 m et BS : 2,55 m

Possibilité de monter les 2 portes mains de 5 cm si les pieds touchent le tapis.



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

- Déduction de 1,00 pt.
- Elle doit commencer son exercice.
- L'entrée ne recevra pas de valeur.
- Le Jury D appliquera la déduction sur la Note Finale.

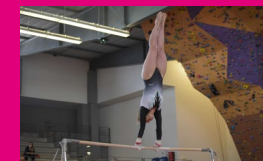
- Un 2^{ème} essai est autorisé pour l'entrée **(Sans pénalité) si** la gymnaste n'a **PAS** touché le tremplin, les barres ou n'est pas passée sous les barres.
- Un 3^{ème} essai n'est pas autorisé.

Art 2.4 :

La gymnaste passe sous BI pour exécuter l'entrée : - 0,30 pt sur la note finale par le jury D **Pas d'application FSCF**

Bonification de la Note D

Aménagement FSCF



Valorisation	+ 0,30 Pt	+ 0,60 Pt	+ 0,90 Pt	+ 1,20 Pt
	Note D comprise entre	Note D comprise entre	Note D comprise entre	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.

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).

Art 11.2 :

- Les entrées et les sorties sont comptabilisées dans le nombre des racines.
- Les éléments sans VD ne sont pas comptabilisés dans le nombre des racines.

Contenu de l'exercice



Exemples :

Ex 1 :    

A + B + C + X (pas de VD)

Ex 2 :    

B + C + D + 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 prises d'élan, entrées et sorties)	4) Elément sans envol avec 1 tour (360° mini sauf entrée)
<p style="text-align: center;">3.307</p>	<p style="text-align: center;">3.405 3.403</p>	<p style="text-align: center;">3.201 3.206</p>	<p style="text-align: center;">3.306</p>

Généralités



- **A la réception, frôler/toucher le tapis avec les mains mais sans tomber : 0,30 pt.**
(Rappel : appui sur le tapis avec 1 ou 2 mains : 1 pt)
- Un bonus de **0,20 pt** sera accordé pour les **sorties de valeur C** (**Aménagement FSCF**) et + si exécutées sans chute.

Déductions spécifiques



Fautes : S'il n'y a pas de chute la déduction maximum pour l'exécution ne peut pas dépasser 0,80 pt par élément	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 le tapis		X	
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		

Déductions spécifiques



Fautes : S'il n'y a pas de chute la déduction maximum pour l'exécution ne peut pas dépasser 0,80 pt par élément	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	

Déductions spécifiques Aménagement FSCF



Fautes : <i>S'il n'y a pas de chute la déduction maximum pour l'exécution ne peut pas dépasser 0,80 pt par élément</i>	0.10	0.30	0.50 ou +
Fermeture excessive de l'angle du bassin dans le fouetté (sortie)	X	X	

Nota : Il est important de séparer les fautes pour élan intermédiaire, la prise d'élan et l'évaluation de l'élément.

Exemple :

- Elan intermédiaire - Faute à 0,50 pt
- Prise d'élan sous les 45° - Faute à 0,30 pt
- Soleil (Bras et jambes fléchies) - Fautes à 0,30 pt + 0,30 pt
- Pour ce cas , le total des fautes s'élèvera à : 1,40 pt

Déductions pour la composition



Fautes :	0,10	0,30	0,50 ou +
Sauter de BI à BS			X
Suspension BS poser les pieds sur BI, saisir BI			X
Plus de 2 éléments identiques liés directement avant la sortie	X		

Déductions spécifiques



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

Élan 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.

Valeur de liaison



0.10	0.20
D + D (ou plus)	D (envol à la même barre ou de BI à BS) + C ou plus (<u>sur BS</u> et doit être exécutée dans cet ordre).
	E + E (Dont un avec envol) F + D (Tous les deux avec envol)

Remarque : les éléments C/D doivent avoir un envol ou au minimum un ½ tour (180°)



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)
- 1,00 Pt de chute (Jury E). Si la gymnaste remonte sur la barre pour exécuter la sortie, on applique la déduction pour chute (pas de pénalité « pas de sortie »).

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)

Technique: reconnaissance des éléments



Prises d'élans à l'Appui Tendu Renversé

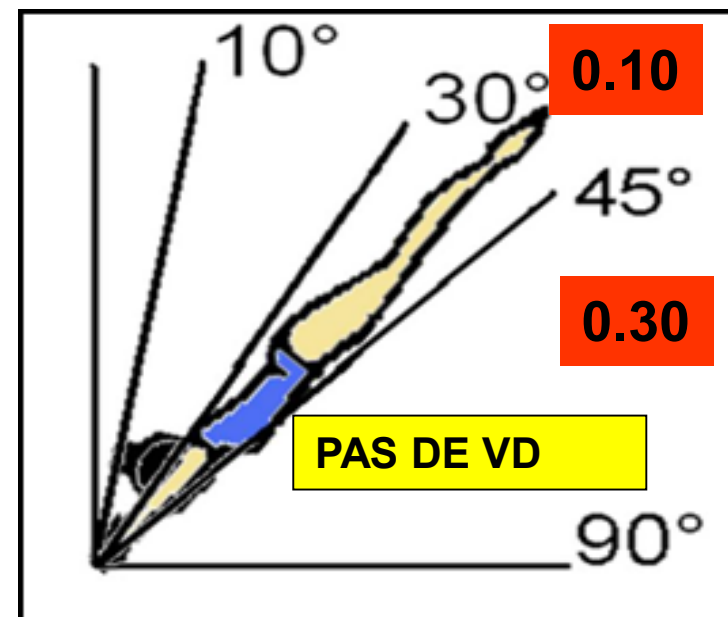
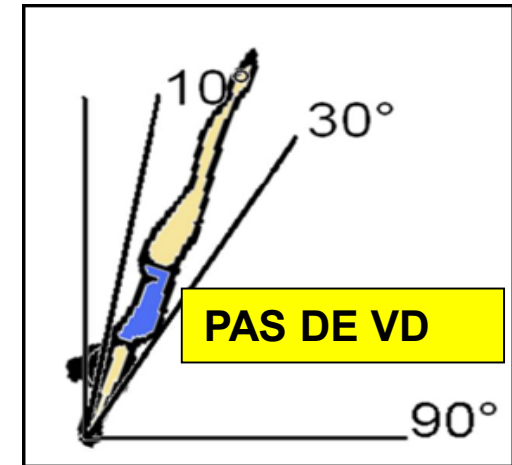
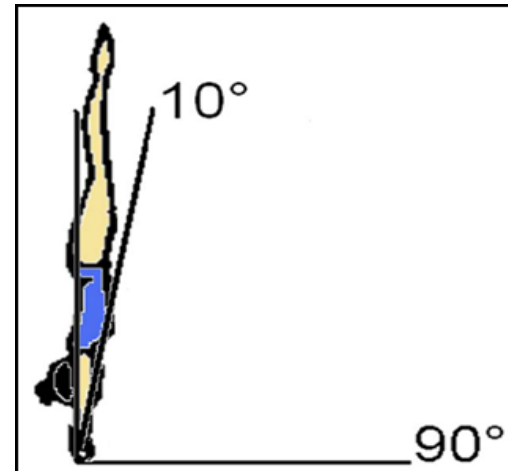
L'**ATR** est considéré comme réalisé quand toutes les parties du corps sont à la verticale.

Jury D élément terminé :

- dans les 10° par rapport à la verticale :
 - VD attribuée
- > 10°
 - pas de VD

Jury E :

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



Technique: reconnaissance des éléments

AMÉNAGEMENT FSCF



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

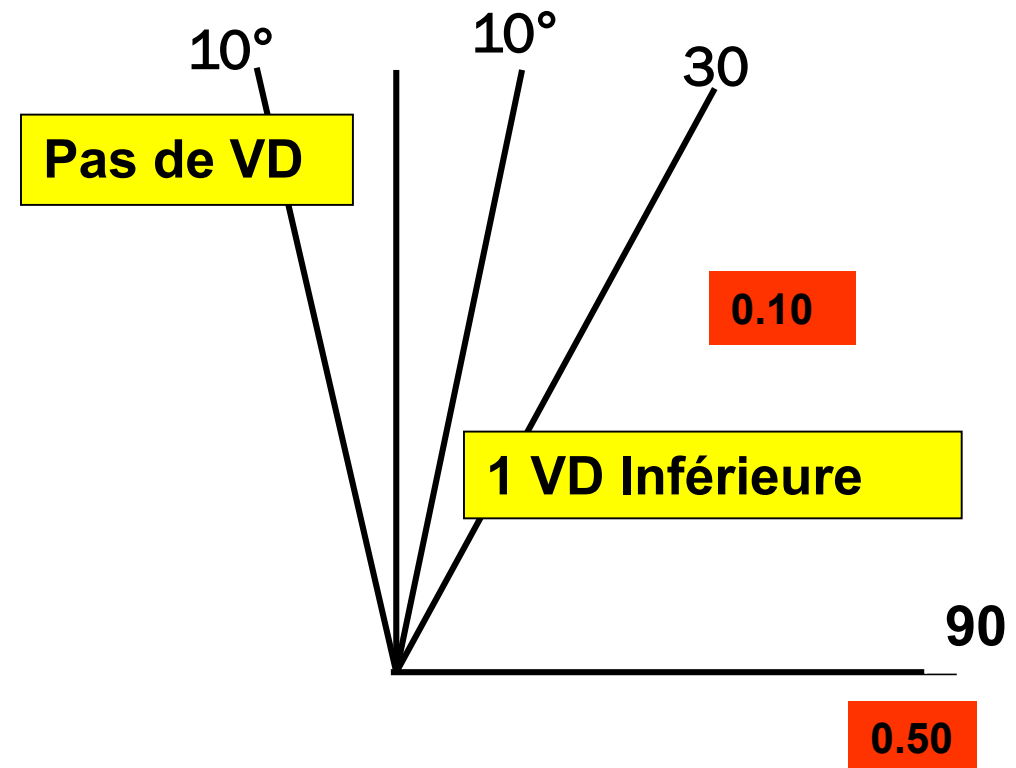
Jury D : Si l'ATR se termine dans les 10° de chaque côté de la verticale la VD sera attribuée.

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 :

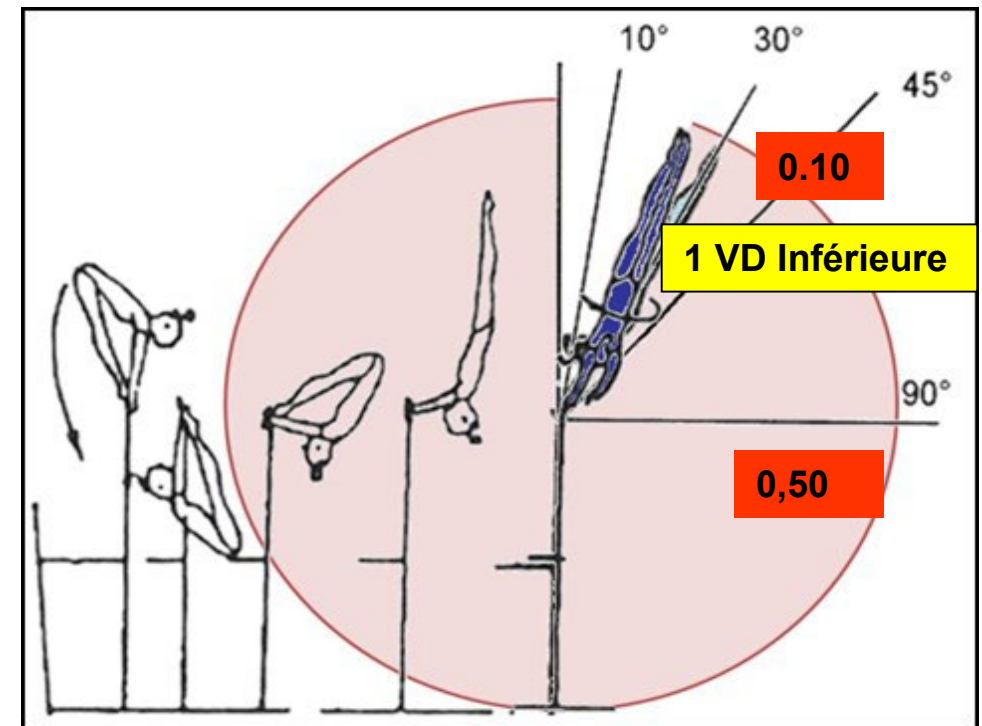
- n'atteignent pas l'ATR
- ne passent pas par la verticale
- continuent le mouvement après la rotation dans la direction opposée

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



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

- 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

