

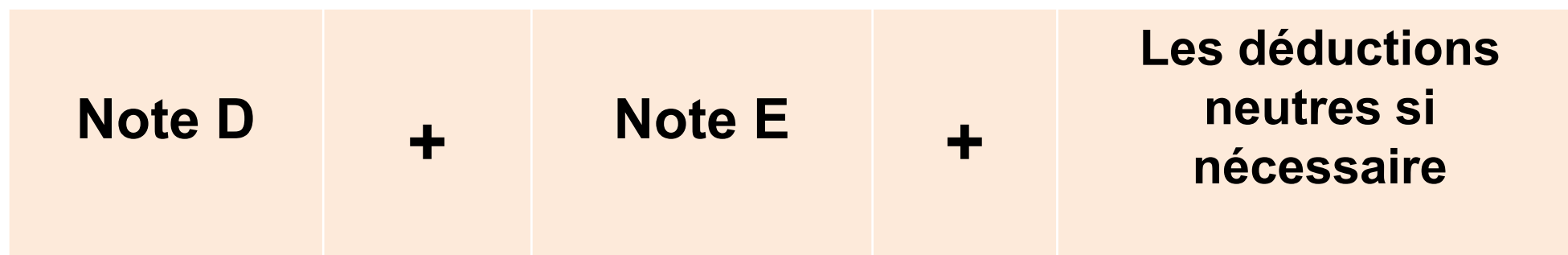
Code FIG 2022-2024

CNGF Octobre 2022

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 :**



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**)
- **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** 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 | J = 1,00 |

- 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 acro minimum** et 3 gymniques minimum + **2 éléments au choix**.

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.

Règlement pour la note D

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 une seule ligne acrobatique) :

Pas de VD - 7 éléments seulement sont comptés (*jury D*)

- 0.50 pt pas de sortie sur la note finale par le jury D

- 0.50 pt pas de sortie (*jury E*) Aménagement FSCF

- 1.00 pt pour chute en barres et poutre et fautes d'exécution en sol

Bonification de la Note

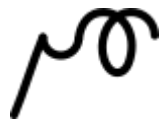
Aménagement FSCF

| 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 |
| Table de saut | 3,00 à 3,40 | 3,50 à 3,90 | 4,00 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 :


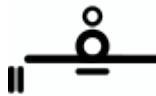
- Le même élément recevra la VD une seule fois dans l'exercice et dans l'ordre chronologique.
- Pour recevoir la VD l'élément doit être exécuté selon la description de la position du corps faite dans le tableau des éléments.
- Les twists sont considérés comme des éléments en avant.



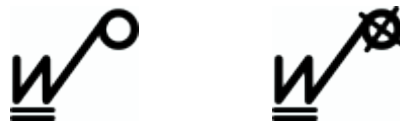
Valeur de difficulté (VD)

Reconnaissance des éléments identiques et différents :

- Les éléments 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.

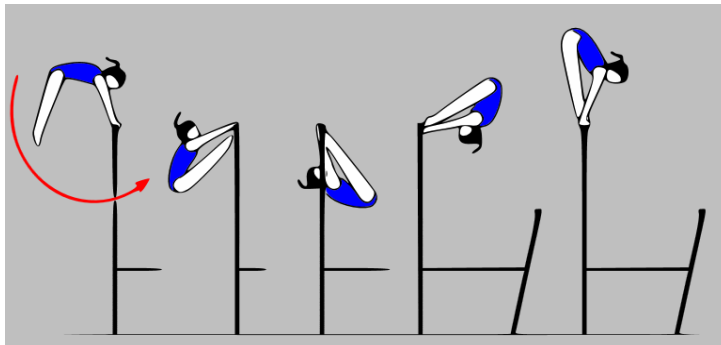


Valeur de difficulté (VD identique)

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 

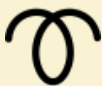

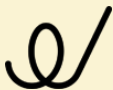
- Sont exécutés en position latérale ou transversale (**poutre**)  ou 
Les sauts exécutés en position latérale recevront un degré de valeur supérieur par rapport à la position transversale.




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 :

1/2 Tr  1/1 Tr  1 1/2 Tr  etc.....

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

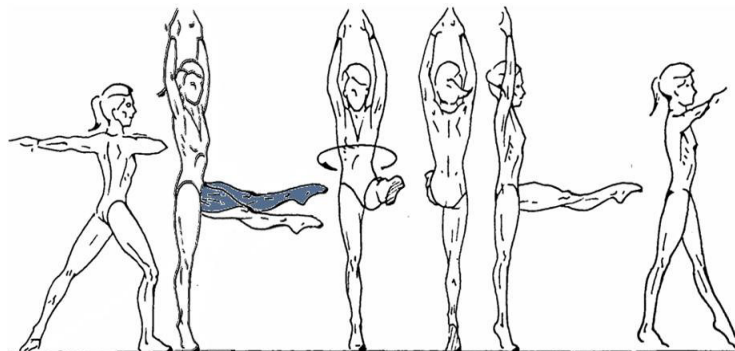
Valeur de difficulté (Reconnaissance VD)

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)

2^{ème} 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.

Valeur de liaison (VL)

Aménagement FSCF

La valeur de liaison doit correspondre à une combinaison d'éléments unique, aux Barres, à la Poutre et au 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
- Un bonus de 0,20 pt sera accordé pour les **sorties de valeur C et +** si exécutées sans chute. (**Aménagement FSCF**)

Valeur de liaison (VL)

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.
- Les éléments gymniques ne peuvent pas être répétés.

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 :

• **Barres** : Tkatchev + Tkatchev : 

• **Poutre** : Renversement Av libre + Renversement Av libre : 

• **Sol** : Liaison directe ou indirecte avec Salto tempo x 2 suivi de double salto Ar carpé :



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

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. en Barres : 8 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. en poutre : 7 acro. (dont la sortie) + 1 gym : le jury D retient 6 VD et n'applique aucune pénalité pour exercice trop court sur la note finale car la gym a bien exécuté 8 éléments codifiés et non répétés.

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

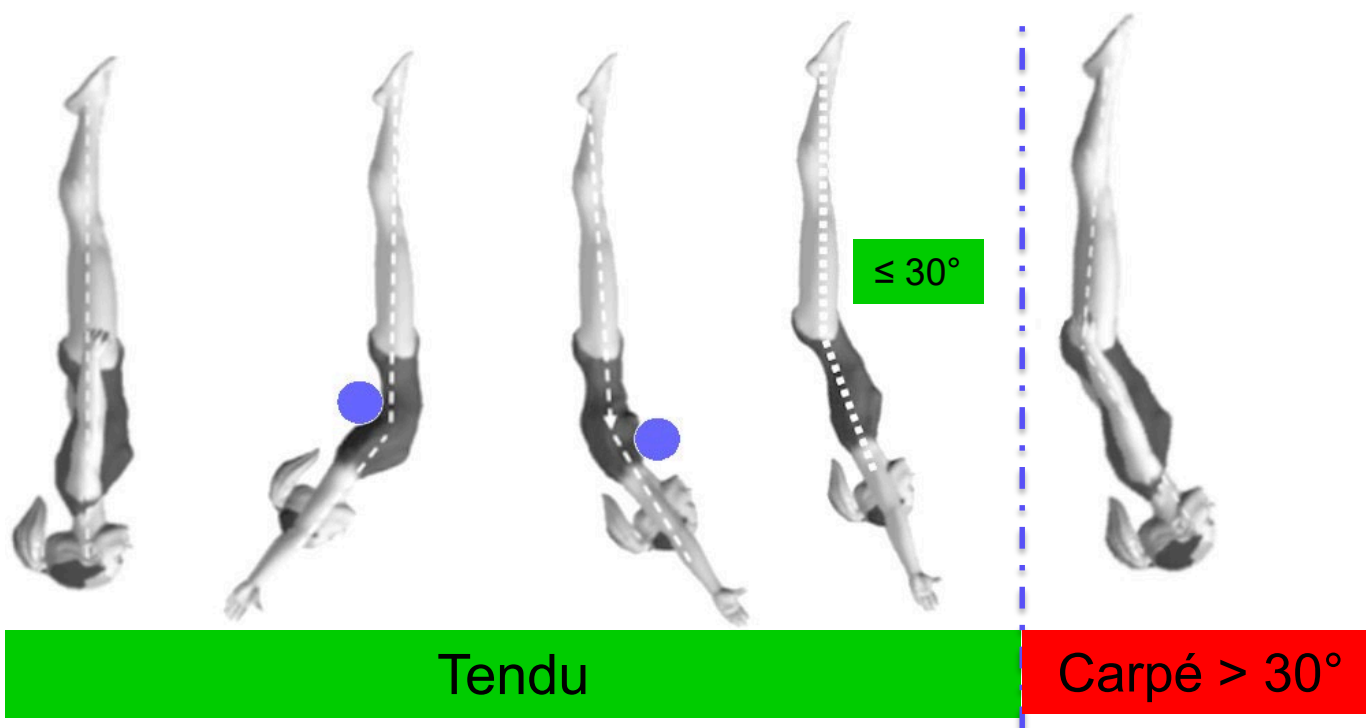
Position du corps tendu à tous les agrès

- 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.



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

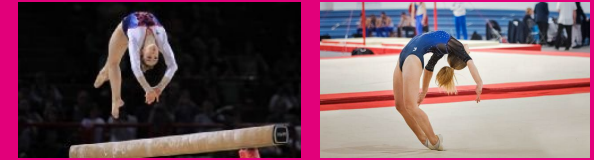
Réception des salti simples avec vrilles

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.

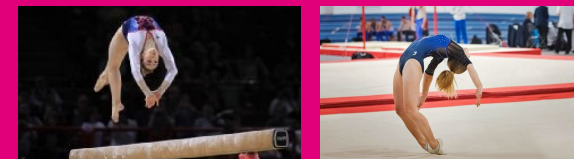
Directives techniques



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.

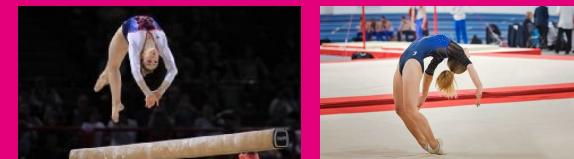
Directives techniques



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 :

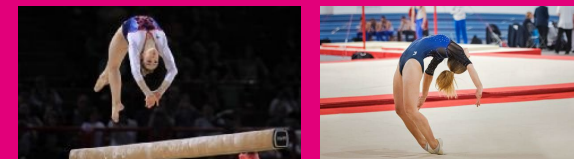
- 180° à la poutre
- 360° au sol

Sous rotation sur jambe d'appui :

Poutre ~~⊗~~ devient ~~⊙~~

Sol ~~⊗~~ devient ⊙

Directives techniques



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

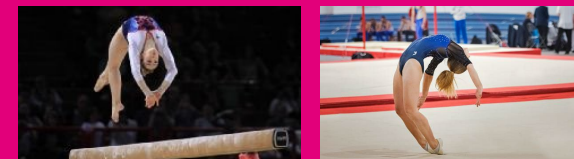
- 180° à la poutre et sol (sauts grand écart, écart latéral et pied tête).
- 360° au sol.

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 $\frac{1}{2}$ tour (180°) la position doit être atteinte au début ou à la fin.



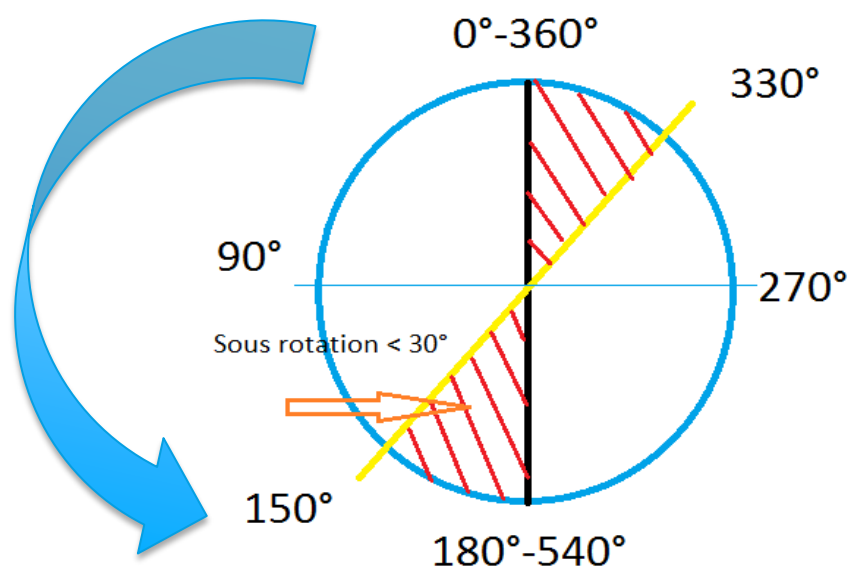
Directives techniques



Reconnaissance des sauts avec tour

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


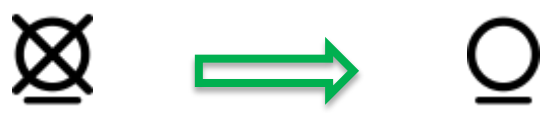


- ❑ L'élément n'est pas différent avec $\frac{1}{4}$ de tour supplémentaire.



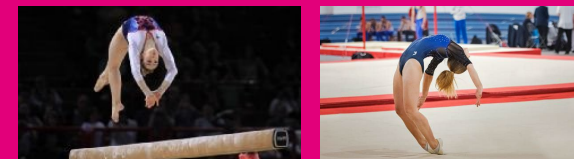
Directives techniques



Exemples :

- *Poutre & Sol :*  **Si la position « écarté latéral » est bien visible**
- *Sol :* 
- *Sol :*  **Si la position « écarté latéral » est bien visible**
- *Poutre :* 

Directives techniques



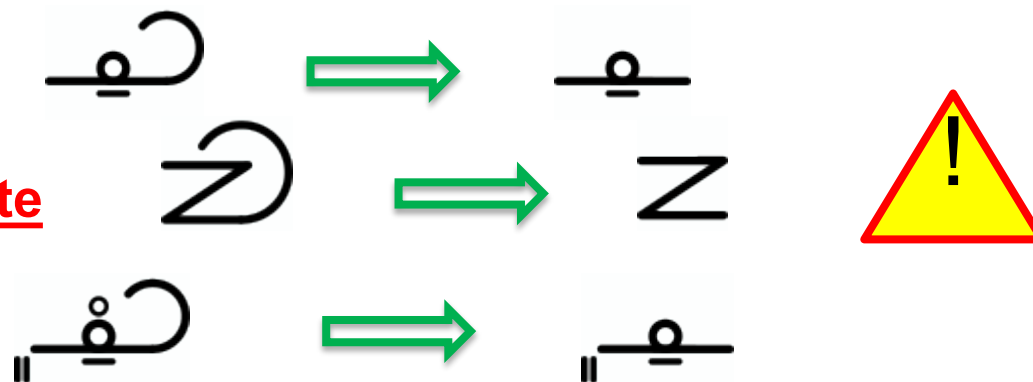
Grand jeté Pied tête, grand jeté changement de jambe pied tête, saut écart pied tête (avec ou sans tour).

Jury D :

Pas de cambré et extension de tête

Pied Ar en dessous du sommet de la tête

Synchronisation incorrecte dans le tour



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.