

SOL N° 10 Correction



Changement de
jambe ½ tour

Saut de
main

Salto AV
tendu

Saut
grand jeté

Changement
de jambe

Souplesse AR
à genoux

Rondade

Flip

Salto AR
tendu

Pirouette
1 tour

6-1-13

Pointe de pied
= 0.10

Bonif. = 0.50

6-4-6

Manque précision
dans tendu
(cambré) = 0.10
Grand pas
= 0.30

Bonif. = 0.50

Pas parallèle au
sol = 0.10

6-5-4

Bonif. = 0.30

Écart insuffisant
≥ 160° = 0.10
Pas parallèle au
sol = 0.10

Sous rotation
= 0.30

Nombre
d'éléments

10

Pénalités

1.10

Note

SOL N° 10 Note


















Difficultés : 9.00 pts (3 difficultés 6^{ème} à 3 pts de la grille pris dans 3 familles différentes)

DIFFICULTE 1 **6-1-13**  DIFFICULTE 2 **6-4-6**  DIFFICULTE 3 **6-5-4**  **9.00**

Bonifications : 1.50 pts (maximum) =  = 0.50  = 0.50  = 0.30  = 0.50 **1.50**

Exigences de Composition : 2.50 pts (5 x 0.50 pt)

- ♦ EC1 : 1 série acro de 2 éléments minimum avec envol dont 1 salto     **0.50**
 - ♦ EC2 : 2 salti différents dans le mouvement   **0.50**
 - ♦ EC3 : 1 passage gymnique d'au moins 2 sauts différents appel 1 pied, **et** 1 pirouette de 360°    **0.50**
 - ♦ EC4 : 3 éléments acrobatiques avec envol en AV, AR et latéral    **0.50**
 - ♦ EC5 : 1 saut à l'écart antéropostérieur ≥ 150°    **0.50**
- = 2.50**

Difficultés + Bonifications + Exigences de Composition = Note D = **13.00**

Note E **10** éléments reconnus **10.00**

- Fautes d'exécution **1.10**

Note E = **8.90**

Note D + Note E = Note finale = **21.90**

