

Guide du juge 6<sup>ème</sup>

Poutre



2024-2025

# Familles de difficultés 6èmes



Elément non bonifié		Elément bonifié à 0,30 Pt			Elément bonifié à 0,50 Pt	
6-1 Eléments gymniques						
	Saut Groupé ½ tour	Cosaque appel 1 pied	Cosaque appel 2 pieds	Saut carpé écart	Saut 1 tour bascule BI	Saut changement de jambes 135°
	Saut carpé en position latérale	Saut groupé 1 tour ou +	Saut écart antéroposté- rieur ½ tour	Saut changement de jambes 150°	Pirouette 1 ½ ou + sur 1 jambe	

- Le saut cosaque appel 1 ou 2 pieds (même élément) et le saut changement de jambes ouverture 135° ou 150° (même élément).
- Le saut carpé écart en position transversale et le saut carpé en position latérale (même élément).
- L'ordre chronologique sera retenu.

# Familles de difficultés 6èmes



6-2 ATR tenu – Partie  de maintien							
	ATR transversal poisson	ATR latéral	Equerre renversée (entrée ou en cours de mouvement)	ATR transversal roulade AV	ATR transversal 1/2 tour	ATR transversal ou latéral arrivée équerre (entrée ou en cours de mouvement)	ATR en entrée
6-3 Eléments  acrobatiques latéraux							
	Roue d'un bras	Rondade					

# Familles de difficultés 6èmes



6-4 Eléments acrobatiques Avant					
	Souplesse AV	Cloche	Saut de mains	Salto AV appel 1 pied arrivée à la station	Salto AV Gr arrivée à la station

6-5 Eléments acrobatiques Arrière				
	Souplesse AR (Sauf arrivée en fente ou à la station)	Souplesse AR <u>en liaison</u> avec saut ou AD	Flip arrivée au choix	Salto AR groupé



Arrivée accroupie, au siège, à genoux, à l'arabesque tenue

# Familles de difficultés 6èmes



<b>6-6 Sorties</b>	 Sortie	 Sortie	 Sortie	 Sortie	 Sortie	 Sortie
	Salto AV carpé	Salto AR groupé	Salto AR carpé	Renversement AV libre	Salto AR tendu	Auerbach sur le côté de la poutre
	 Sortie	 Sortie	 Sortie	 Sortie	 Sortie	 Sortie
	Salto AV tendu	Salto AV groupé 1 tour	Salto AR tendu 1/2 tour ou +	Renversement AV libre 1 tour	Auerbach en bout de poutre	Twist

# Répétitions



- Une Difficulté 6<sup>ème</sup> ou une « autre difficulté » **ne peut être exécutée 2 fois.**
- Une difficulté 6<sup>ème</sup> ou une « autre difficulté » répétée ne sera pas reconnue ni comptabilisée à sa deuxième exécution. Nous enlèverons les éventuelles fautes d'exécution des deux éléments

## Exemple :

Entrée équerre (5 <sup>ème</sup> )	Saut changement de jambes 150°	ATR poisson	½ tour	Saut changement de jambes 135°	Saut écart antéropostérieur ½ Tr	Rondade	Salto AR groupé°
AD	D6	D6	Élément non retenu	Élément non retenu	AD D6 devient AD	D6	AD D6 devient AD

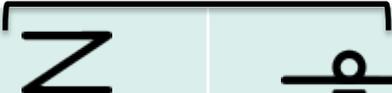
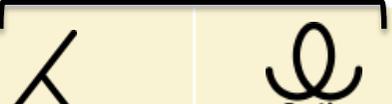


# Précisions



- Une difficulté 6<sup>ème</sup> ou une « autre difficulté » répétée ne peut remplir une exigence de composition mais peut valider une liaison bonifiée de difficultés

## Exemples :

EC série de saut non validée				Liaison acro. bonifiée			
	puis				puis		
D6		Elément non retenu	AD	D6		Elément non retenu	D6

# Précisions



- Une difficulté 6<sup>ème</sup> répétée mais avec une arrivée différente peut être comptabilisée deux fois.

## Exemples :

Sauf pour la souplesse AR

Flip		
	puis	
Flip		Flip poisson
D6		AD D6 devient AD

Souplesse AR		
	puis	
Souplesse AR + Saut vertical		Souplesse poisson
D6		

Elément non reconnu

# Précisions



- Un ATR de la grille non tenu sera pénalisé de 1,00 Pt quand il fait partie des difficultés 6èmes retenues pour la Note D.

## Exemples :

### ATR non tenu pénalisé de 1,00 Pt

	 non tenu					 Sortie
AD	D6	AD	D6	D6	AD	AD

### ATR non tenu pas pénalisé

	 non tenu					 Sortie
AD	AD <sub>D6</sub> devient AD	AD	D6	D6	AD	D6

# Exigences de composition



- 1) Un élément acrobatique avec/sans envol (Entrée et sortie exclue) ou 1 ATR de la grille des difficultés 6<sup>èmes</sup>

<u>Exemples :</u>	Acro. Sans envol		Acro. Avec envol		ATR	

- 2) Une série gymnique de 2 sauts différents (« Autre difficulté » ou difficulté 6<sup>ème</sup>)

<u>Exemples :</u>	Autres difficultés		Difficultés 6 <sup>èmes</sup>		AD + D6	

# Exigences de composition



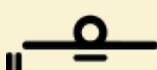
3) Une pirouette 360° ou plus sur une jambe

Exemples :

Pirouette 360°		Pirouette 540°	
			

4) Un saut à l'écart antéropostérieur  $\geq 135^\circ$

Exemples :

Appel un pied			Appel deux pieds	
				

# Exigences de composition



5) 1 passage proche de la poutre **et** 3 longueurs minimum

- *Le passage proche de la poutre ne doit pas être obligatoirement un élément codifié. Le seul fait de toucher la poutre avec une partie du corps autre que les pieds suffit pour remplir l'EC5*
- *Une longueur doit comporter au moins une « Autre difficulté » ou une difficulté 6ème*

Exemples :

PP En entrée		PP En cours de mouvement		PP Passage chorégraphique	
	