

Gymnaste 6 - Libre-2025



Bascule
faciale BI



Franchissem
ent carpé



Bascule
faciale BS



Shushunova
ATR



Bascule
faciale BI



Tour AR
Libre ATR



Contre
mouvement



Bascule
faciale BS



Soleil



Sortie salto
AR tendu

A

Jambes fléchies =
0,10pt

Jambes fléchies =
0,10pt

B

Jambes fléchies =
0,10pt

Elan avant l'élément à
90° = 0,30 Pt
Ecart de jambes =
0,10 Pt

-

D

Elan avant l'élément à
45° = 0,10 Pt
Corps cambré =
0,10pt

A

C

Epaules sous BS =
0,30 Pt
Carpé insuffisant =
0,30pt
Elan intermédiaire =
0,50pt

B

-

Elan avant l'élément à
45° = 0,10 Pt
Jambes fléchies =
0,10 Pt

B

Pas = 0,10 Pt

A



Nombre
d'éléments

8

Exercice
trop court

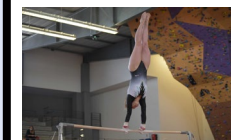
0,00

Pénalités

2,30

Note E

7,70



Gymnaste 6 - Note D - Libre-2025

VD	E	0,50		-
	D	0,40	Ue1	0,40
	C	0,30	DI	0,30
	B	0,20	9/1 P4/ U	0,60
	A	0,10	Ue7 1/ L	0,40
Total VD				1,70

EC	Eléments avec envol de BS à BI	0,50	0,50
	Eléments avec envol à la même barre	0,50	0,50
	Prises différentes (Sauf prises d'élan, E/S)	0,50	-
	Eléments sans envol avec 1 Tour 360° mini (Sauf entrée)	0,50	-
Total EC			1,00

B (gd Tr) + Sortie B = 0,10 pt	VL FSCF	-
C + Sortie B = 0,10 pt		
B (gd Tr) + Sortie C = 0,10 pt		
C + Sortie C = 0,20 pt		
Total VL FIG		-
Bonus sortie C ou + (0,20 pt)		-
(VL + EC + VL FSCF + VL Fig + Bonus sortie) Note D		2,70

Valorisation de la note D	1,50 à 2,10	0,30	
	2,20 à 2,70	0,60	0,60
	2,80 à 3,00	0,90	
	3,10 et +	1,20	
Note D valorisée			3,30

