



Entrée bascule
BS



Shushunova



Bascule faciale
BI



Tour facial AR



Contre
mouvement



Bascule faciale
BI



Tour AR libre
45°



Sortie salto AR
tendu

Autre Difficulté

Jambes fléchies =
0,10pt

Difficulté 6ème
Bonifiée à 0,50 pt

Jambes fléchies =
0,10pt

Ecart de jambes =
0,10pt

Autre Difficulté

Jambes fléchies =
0,10pt

Difficulté 6ème
Bonifiée à 0,30 pt

Epaules S/BS = 0,30pt

Carpé insuffisant =
0,10pt

Autre Difficulté

Jambes fléchies =
0,10pt

Elément non
reconnu

Difficulté 6ème
Bonifiée à 0,30 pt

Jambes fléchies =
0,10pt

Bras fléchis = 0,10pt

Autre Difficulté
D6 devient AD

Sortie trop près de la
BS = 0,30pt





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

DIFFICULTE 1	6-2	✓	DIFFICULTE 2	6-6	✓	DIFFICULTE 3	6-5	✓	9,00
--------------	-----	---	--------------	-----	---	--------------	-----	---	------

Bonifications : 1.50 pts (maximum) =	✓	0,50	✓	0,30	✓	0,30	1,10
--------------------------------------	---	------	---	------	---	------	------

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

- EC1 : 1 changement de barres (BS à BI ou BI à BS) exécuté par une difficulté 6ème avec envol
- EC2 : 1 élément avec rotation longitudinale 180° mini (Entrée et Sortie comprises)
- EC3 : 1 bascule en cours de mouvement
- EC4 : 1 tour autour d'une barre Exécuté par une difficulté 6ème
- EC5 : 1 passage du corps en arrière à l'horizontale minimum

✓

0,50
0,50
0,50
0,50
0,50

= 2,50

Difficultés + Bonifications + Exigences de Composition =

Note D = 12,60

Note E	8	éléments reconnus	10,00
--------	---	-------------------	-------

- Fautes d'exécution 1,40

Note E = 8,60

Note D + Note E = Note finale = 21,20