

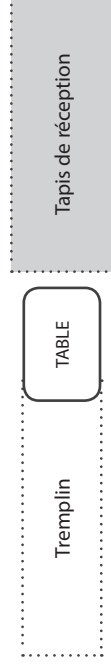
## Art 15. Tableau des fautes générales (Pénalités applicables aux mouvements imposés du 1<sup>er</sup> au 5<sup>ème</sup> degré) – Saut poussins

FAUTES				
Fautes d'exécution	Petites 0,10 pt	Moyennes 0,30 pt	Grosses 0,50 pt	Très grosses 0,80 pt et +
Bras ou jambes fléchis	chq f. x	x	x	
Jambes ou genoux écartés	chq f. x	largeur épaules ou +		
Position incorrecte ou relâchée des pieds/corps/buste	chq f. x	x		
Dynamisme insuffisant	chq f. x	x	x	
<b>Fautes de réception (tous les éléments y compris les sorties)</b>				
Déviations par rapport à l'axe de réception	chq f. x	x		
Jambes écartées à la réception	chq f. x			
Mouvements pour maintenir l'équilibre : (pas de cumul si chute)	Ne pas dépasser 0.80 pt s'il n'y a pas eu chute			
• mouvements supplémentaires des bras, ou du buste, déséquilibré	chq f. x	x		Max 0.80 pt
• pas supplémentaires, petit sursaut	chq f. x			Max 0.80 pt
• très grand pas ou saut (environ 1 mètre)	chq f. x	x		
• flexion profonde	chq f. x		x	
• frôler l'agrès avec mains-bras, sans tomber contre l'agrès	chq f. x	x		
Appui sur le tapis ou l'agrès avec 1 ou 2 bras	chq f. x			1 pt
Chute sur le tapis sur les genoux ou le bassin	chq f. x			1 pt
Chute sur ou contre l'agrès	chq f. x			1 pt
<b>Divers FSCF</b>				
Mauvaise annonce de degré	SP			
Pas d'annonce de saut	Le juge ne doit pas laisser sauter la gymnaste sans connaître le degré			
Saut exécuté avant le signal des juges	Le saut est à refaire SP			
Pour les éléments au choix : option différente au 2 <sup>ème</sup> saut	2 <sup>ème</sup> saut nul, la gymnaste est notée sur le 1 <sup>er</sup> saut			
<b>Comportement de l'entraîneur SUR NOTE FINALE</b>				
Tenue non conforme	Exclusion du plateau ou 2 pts en discipline			
Présence de l'entraîneur sur le tapis / ou sur la zone interdite au saut / ou mains au dessus du tapis	chq f. x		x	
Signes, conseils verbaux, cris...de l'entraîneur à sa gym sauf aux 1 <sup>er</sup> , 2 <sup>ème</sup> et 3 <sup>ème</sup> degré	chq f. x	x		
Gêner la visibilité des juges	chq f. x			
Touche de l'engin pendant l'exercice	chq f. x			
Parler avec les juges en activité pendant la compétition	chq f. x	x		
Comportement antisportif de l'entraîneur	1 <sup>ère</sup> fois : avertissement / 2 <sup>ème</sup> fois : exclusion de la compétition			
<b>Comportement de la gymnaste SUR NOTE FINALE</b>				
Irregularités aux agrès :				
• fautes de présentation en début et/ou en fin d'exercice	chq f. x			
• pas de présentation de l'équipe devant le corps de jury lors des compétitions par équipes				
• poursuite de l'entraînement après la fin de l'échauffement après avertissement :				
- pour l'équipe				
- pour les gymnastes individuelles	x		avec un max. de 1pt	
• utilisation de tapis supplémentaire non autorisé	x			
• modifier la hauteur des agrès sans autorisation			x	
• enlever les ressorts du tremplin			x	
Tenue non conforme (justaucorps, bijoux) à chaque agrès		x		
Quitter l'aire de compétition sans permission	Disqualifiée			
Ne pas participer à la remise de récompenses (sans permission)	Classement annulé			
Retard injustifié ou interruption de la compétition	Pénalité de 2 pts			

## Article P2. Saut

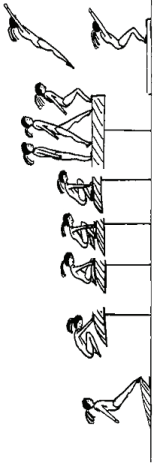
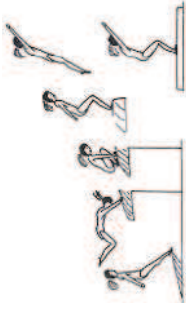

### Généralités :

- La gymnaste doit effectuer 2 sauts identiques (même degré et s'il y a lieu même option) mais au maximum 3 courses.
- Un saut est considéré comme réalisé si la gymnaste court et qu'elle touche soit le tremplin, le mini trampoline, le trampo-tremp ou la table.
- Le juge ne doit pas laisser démarrer la gymnaste s'il ne connaît pas son degré.
- En cas de saut nul au 1<sup>er</sup> essai, le juge doit en informer l'entraîneur avant le 2<sup>ème</sup> essai.
- La course n'est pas à évaluer.
- Possibilité d'utiliser un trampo-tremp à la place d'un mini tramp pour les régions qui en possèdent.
- Placement de l'entraîneur au saut : Interdiction à l'entraîneur de se placer à l'intérieur des pointillés.



<p><b>1<sup>er</sup> degré</b> Pose des genoux, puis des pieds. Se redresser, 1 ou 2 pas saut vertical <u>1 ou 2 tremplins ou double tremplin</u></p>	<p><b>4 pts</b></p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avec ou sans élan, mains posées sur la table de saut</li> <li>- Appel des 2 pieds sur le tremplin pour poser les mains puis les genoux sur la table entre les prises</li> <li>- Par élévation du bassin et appui des bras, poser alternativement (ou en même temps) les pieds entre les prises à la position accroupie</li> <li>- Se redresser, marche jusqu'au bout de la table</li> <li>- Saut vertical, réception à la station dorsale jbes mi-fléchies, bras libres.</li> </ul>
<p><b>2<sup>ème</sup> degré</b> Pose des pieds. Se redresser, 1 ou 2 pas saut vertical <u>1 ou 2 tremplins ou double tremplin</u></p>	<p><b>5 pts</b></p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quelques pas d'élan</li> <li>- Appel des 2 pieds sur le tremplin pour poser les mains, puis les pieds sur la table de saut, jbes fléchies</li> <li>- Se redresser, marche jusqu'au bout de la table</li> <li>- Saut vertical, réception à la station dorsale jbes mi-fléchies, bras libres.</li> </ul>
<p><b>3<sup>ème</sup> degré</b> Pose des pieds et saut vertical <u>1 ou 2 tremplins ou double</u></p>	<p><b>6 pts</b></p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Appel des 2 pieds sur le tremplin pour poser les mains, puis les pieds sur la table de saut, jbes fléchies</li> <li>- Sans arrêt, saut vertical, réception à la station dorsale jbes mi-fléchies, bras libres</li> </ul>
<p><b>4<sup>ème</sup> degré</b> Franchissement groupé <u>1 ou 2 tremplins ou double tremplin</u></p>	<p><b>8 pts</b></p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Appel des 2 pieds sur le tremplin pour franchir la table jbes fléchies</li> <li>- Etendre le corps avant la réception à la station dorsale jbes mi-fléchies, bras libres</li> </ul>
<p><b>4<sup>ème</sup> degré</b> Franchissement écart <u>1 ou 2 tremplins ou double tremplin</u></p>	<p><b>8 pts</b></p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Appel des 2 pieds sur le tremplin pour franchir la table jbes écartées</li> <li>- Etendre le corps avant la réception à la station dorsale jbes mi-fléchies, bras libres</li> </ul>
<p><b>4<sup>ème</sup> degré</b> Lune <u>Mini trampoline ou Trampo-tremp</u></p>	<p><b>8,5 pts</b></p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Appel des 2 pieds sur le mini- trampoline, trampo tremp, double tremplin ou tremplin pour élever le corps tendu à l'ATR passerager</li> </ul>
<p><b>5<sup>ème</sup> degré</b> Lune <u>1 ou 2 tremplins ou double tremplin</u></p>	<p><b>10 pts</b></p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Impulsion sur les 2 bras, réception à la station dorsale jbes mi-fléchies, bras libres</li> <li>- Possibilité de mettre un tremplin simple avant le trampoline au 4<sup>ème</sup> degré</li> </ul>

## Article P2. Saut - 1<sup>er</sup> / 2<sup>ème</sup> / 3<sup>ème</sup> degré

1 <sup>ER</sup> DEGRÉ - 4 PTS	2 <sup>ÈME</sup> DEGRÉ - 5 PTS	3 <sup>ÈME</sup> DEGRÉ - 6 PTS
 <p>Pose des genoux, pas + saut vertical</p>	 <p>Pose des pieds, pas + saut vertical</p>	 <p>Pose des pieds + saut vertical</p>

FAUTES					
1 <sup>er</sup> envol	SP	Petites 0.10 pt	Moyennes 0.30 pt	Grosses 0.50 pt	Très grosses 0.80 pt et +
Rebond supplémentaire sur le tremplin (1 <sup>er</sup> )	x				
<b>Appui</b>					
Déplacement des mains sur la table		x			
Pose alternative des genoux (1 <sup>er</sup> ) des pieds (2 <sup>ème</sup> et 3 <sup>ème</sup> )				x	
Manque de continuité (3 <sup>ème</sup> )		x		x	
<b>2<sup>ème</sup> envol</b>					
Élévation insuffisante dans le saut		x			
1 ou 2 pas avant le saut (3 <sup>ème</sup> )			x		
<b>Réception</b>					
Déviations par rapport à l'axe de réception		x			
<b>Généralités</b>					
Présence de l'entraîneur entre le tremplin et la table					
Présence de l'entraîneur sur les tapis ou mains au-dessus du tapis					x
Dynamisme insuffisant					x
Saut exécuté ne correspondant pas au saut annoncé	SP				
Saut exécuté avant le signal des juges	Saut à refaire sans pénalité				
Aide de l'entraîneur pendant le saut	Saut nul				
Pas de pose des mains sur la table de saut	Saut nul				
Pas d'annonce de saut	Le juge ne doit pas laisser partir la gym sans connaître le degré à réaliser				

### NE PAS OUBLIER LES FAUTES DU TABLEAU DES FAUTES GENERALES SI NECESSAIRE

La gym doit réaliser 2 sauts identiques mais 3 courses maximum :

- Course avec saut non réalisé **SANS** touche de tremplin/ trampoline et /ou de la table : **Sans pénalité**
- Course avec saut non réalisé **ET** touche de tremplin/ trampoline et /ou de la table : **Saut nul**

## Article P2. Saut - 4<sup>ème</sup> degré par franchissement

4 <sup>ÈME</sup> DEGRÉ : FRANCHISSEMENT GROUPE - 8 PTS	4 <sup>ÈME</sup> DEGRÉ : FRANCHISSEMENT ÉCART - 8 PTS
	

FAUTES					
1 <sup>er</sup> envol	SP	Petites 0.10 pt	Moyennes 0.30 pt	Grosses 0.50 pt	Très grosses 0.80 pt
<b>Élévation du bassin insuffisante</b>					
		X	X	X	
<b>Appui</b>					
Frôler la table avec les pieds					
		X	X	X	
Appui prolongé					
		X	X	X	
Passage en saut de flanc : les 2 jbes à D ou à G des prises					
					X
<b>2<sup>ème</sup> envol</b>					
Omission de redresser le corps avant la réception					
		X	X	X	X
Frôler la table de saut avec les fesses, le dos ou les pieds					
			X		
Heurter la table de saut avec les fesses ou le dos					
				X	
Arrivée assise sur la table de saut					
			Saut nul		
<b>Réception</b>					
Déviation par rapport à l'axe de réception					
		X	X		
Longueur insuffisante					
		X	X	X	
<b>Généralités</b>					
Présence de l'entraîneur entre le tremplin et la table					
				X	
Présence de l'entraîneur sur les tapis ou mains au-dessus du tapis					
				X	
Dynamisme insuffisant					
		X		X	
Saut exécuté ne correspondant pas au saut annoncé					
	SP				
Saut exécuté avant le signal des juges					
		Saut à refaire sans pénalité			
Aide de l'entraîneur pendant le saut					
		Saut nul			
Pas de pose des mains sur la table de saut					
		Saut nul			
Ne pas arriver sur les pieds d'abord					
		Saut nul			
Pas d'annonce de saut					
		Saut nul			
Pour les sauts au choix : option différente au 2 <sup>ème</sup> saut					
		Le juge ne doit pas laisser partir la gym sans connaître le degré à réaliser			
		2 <sup>ème</sup> saut nul : la gymnaste est notée sur le 1 <sup>er</sup> saut			

### NE PAS OUBLIER LES FAUTES DU TABLEAU DES FAUTES GENERALES SI NECESSAIRE

La gym doit réaliser 2 sauts identiques mais 3 courses maximum :

Course avec saut non réalisé **SANS** touche de tremplin/ trampoline et /ou de la table : **Sans pénalité**

Course avec saut non réalisé **ET** touche de tremplin/ trampoline et /ou de la table : **Saut nul**

## Article P2. Saut - 4<sup>ème</sup> / 5<sup>ème</sup> degré saut par renversement

4 <sup>ÈME</sup> DEGRÉ : LUNE MINI-TRAMPOLINE OU TRAMPO-TREMP - 8,5 PTS	5 <sup>ÈME</sup> DEGRÉ : LUNE TREMPLIN SIMPLE OU DOUBLE - 10 PTS
	

FAUTES		SP	Petites 0.10 pt	Moyennes 0.30 pt	Grosses 0.50 pt	Très grosses 0.80 pt
<b>1<sup>er</sup> envol</b>						
Corps cassé			X	X	X	X
Corps cambré			X	X		
<b>Appui</b>						
Appui prolongé			X	X	X	
Bras fléchis (si tête touche la table = saut nul)			X	X	X	X
Épaules en avant			X	X	X	
Déplacement des mains sur la table pendant la phase d'appui						Saut nul
<b>2<sup>ème</sup> envol</b>						
Hauteur insuffisante			X	X	X	
Frôler la table de saut avec les fesses ou le dos				X		
Heurter la table de saut avec les fesses ou le dos					X	
<b>Réception</b>						
Longueur insuffisante			X	X	X	
Déviation par rapport à l'axe de réception			X	X		
<b>Généralités</b>						
Présence de l'entraîneur entre le tremplin et la table					X	
Présence de l'entraîneur sur les tapis ou mains au-dessus du tapis					X	
Dynamisme insuffisant			X	X	X	
Saut exécuté ne correspondant pas au saut annoncé		SP				
Saut exécuté avant le signal des juges		Saut à refaire sans pénalité				
Aide de l'entraîneur pendant le saut		Saut nul				
Pas de pose des mains sur la table de saut		Saut nul				
Ne pas arriver sur les pieds d'abord		Saut nul				
Pas d'annonce de saut		Saut nul				
Pour les sauts au choix : option différente au 2 <sup>ème</sup> saut		Le juge ne doit pas laisser partir la gym sans connaître le degré à réaliser				
		2 <sup>ème</sup> saut nul : la gymnaste est notée sur le 1 <sup>er</sup> saut				

### NE PAS OUBLIER LES FAUTES DU TABLEAU DES FAUTES GENERALES SINECESSAIRE

La gym doit réaliser 2 sauts identiques mais 3 courses maximum :

- Course avec saut non réalisé **SANS** touche de tremplin/ trampoline et /ou de la table : **Sans pénalité**
- Course avec saut non réalisé **ET** touche de tremplin/ trampoline et /ou de la table : **Saut nul**