VL 0.1	0.2
D+D *ou plus*	D *(envol →ou ↗) +* *C ou plus sur BS* *doit être* *exécuté dans cet ordre*
	D+E (Les deux avec envol.)
C/D avec tour ou envol	

Sauter de BI à BS	*0.5*
Suspension BS,pieds sur BI, saisir BI	*0.5*
Elan à vide	*0.3*
.+2 éléments identiques avant la sortie	*0.1*

EC

BS ↘ BI

envol →

2 prises diff.(sauf entrée,sortie, et prises d'élan)

Elém. ss envol avec rotation long. 360° (sauf entrée)

Sortie

VL	0.1	0.2
Acro avec envol *(sauf sortie)* *Toutes les liaisons doivent être avec rebond sauf si précisé*	C/D+D (ss rebond -en av) C+C B+E	C/D+D B+D (en av.) B+F
Bonus série acro (Sortie min C)	B+B+C D+B+C	
Gymn/Mixte Salto + gymn/ Planche (cet ordre) Pirouette	C+C D+A A+C	D + D

Assurance	*0.1*
Style personnel	*0.1*
Rythme & tempo dans les mouvements (pas de VD)	*0.1*
Exercice avec séries d'élém./mouvt. discontinus	*0.1*
Manque de créativité ds mouvts. et transitions	*0.1*
Manque de mouvements latéral (pas éléments)	*0.1*
Utilisation insuffisante de toute la longueur de la poutre	*0.1*
Absence de combinaison de mouvement/ élément près de la poutre	*0.1*
Entrée pas dans le tableau des éléments	*0.1*
+1 d'un ½ tour sur les deux pieds (tout l'exercice)	*0.1*

EC

2 gymn diff - dont 1avec *180° Écart ou écarté lat*

Pirouette (Gr 3)

Série acro. (2 élé. 1 salto)

Direction Acro . (av/lat & ar)

Sortie

VL	0.1	0.2
Acro Indirecte	B/C+D A+A+D	C+E D+D A+A+E
Acro Directes	A+D C+C	A+E C+D
Toutes les liaisons doivent être avec rebond		
Mixte	D (salto) + B (gymn) E(salto) + A (gym)	
Pirouette	B+B (sans pas)	D + B

Expression	*0.1*
Assurance	*0.1*
Style personnel	*0.1*
Incapacité à exprimer un rôle ou un cractère	*0.1*
Exercice avec séries d'élém./mouv. discontinus	*0.1*
Pas de chorégraphie claire pour se rendre dans l'angle	*0.1*
Manque de créativité ds mouvts. et transitions	*0.1*
Sélection incor. des mouvts pour musique particul.	*0.1/0.3*
Pas de structure musicale	*0.1*
Utilisation de lignes droites,courbes et changt direct.	*0.1*
Absence d'un mouvement touchant le sol	*0.1*
Absence d'un tour de 360° min. sur un pied	*0.3*
+1élé en position ventrale	*0.1 ch.f*

EC

2 gymn diff. - 1 avec 180°écart /écarté lat.

Direction salti (av/lat & ar)

Salto avec rotation long (min. 360˚)

Salto avec double rot. transv.

Sortie

V

			Barres		VD
			Acro	Gymn	Total	EC
		.8 H				VL
		.7 G				Note D-
		.6 F				
		.5 E				
		.4 D				Note E-
		.3 C				
EXE	ART	.2 B				FINAL
		.1 A				

			Barres		VD
			Acro	Gymn	Total	EC
		.8 H				VL
		.7 G				Note D-
		.6 F				
		.5 E				
		.4 D				Note E-
		.3 C				
EXE	ART	.2 B				FINAL
		.1 A				

			Barres		VD
			Acro	Gymn	Total	EC
		.8 H				VL
		.7 G				Note D-
		.6 F				
		.5 E				
		.4 D				Note E-
		.3 C				
EXE	ART	.2 B				FINAL
		.1 A				