

LETTRE DR N°3

Version du 8 mars 2012

Grilles d'éléments aux barres asymétriques,

- dans la rubrique des rotations longitudinales, merci de prendre en note la modification pour l'élément en C

C = 0.30	D = 0.40
Balancés rotation 180° à l'oblique basse changement de prise simultané	Balancés rotation 180° en changeant les prises en même temps



ALTERNATIF

Rappel sur les options et éléments de base

- Tout élément tenté en option qui n'est pas reconnu par le jury se verra pénaliser dans le secteur exécution. Principe repris dans la lettre FFG N°1.
- Il en sera de même pour un élément de base dans un mouvement, si celui n'est pas reconnu, il sera pénalisé si besoin dans le secteur exécution.

Critérium Benjamines

- Hauteur de la table de saut à 1m15
- Palmarès par années d'âge

Programme Maniques 2

- Le texte fait foi, la vidéo sert de support. Suivant les modifications apportées depuis la sortie du programme les vidéos sont parfois différentes du texte.
- Exemple Barres Bronze :
 - Programme dit « Demi-longueur »
 - Vidéo montre « Aller – Retour »

Les modifications qui suivent ont été apportées à la brochure DR Version Janvier 2012, elles sont reprises ici pour rappel.

ATTENTION: Modification de la réglementation de la Division Régionale

Suite au changement de calendrier pour les compétitions IND à finalité Zone et Nationale, aucune descente de gymnastes engagées sur ces programme en Individuelle ne pourra être faite dans les équipes de division régionale.

Rayer donc la mention « Les gymnastes qui le souhaitent peuvent s'engager en finalité Zone /Nationale en Individuelles. Dans ce cas, ces gymnastes seront exclues du palmarès individuel sur les compétitions régionales. »

Remplacer par les termes suivants « Les gymnastes engagées en individuelle à finalité Zone et Nationale ne pourront venir compléter une équipe engagée en division régionale catégorie Excellence, Espoir ou Honneur. Pour la catégorie Critérium ou Challenge ces gymnastes seront exclues du palmarès individuel sur les compétitions régionales.»

Programme Excellence, Espoir, Honneur

- SAUT :

Programme honneur : Pose de pied - saut droit

Tableau de fautes générales + Fautes spécifiques :

- Pose de genoux sur la table	-1.00 pt
- Pas intermédiaire avant le saut d'extension	-0.50 pt
- Arrêt prolongé entre la pose de pieds et le saut	-0.10/0.30/0.50 pt

- BARRES, POUTRE et SOL :

Programme Honneur et Espoir :

Les éléments de valeur D non autorisés ne prendront aucune valeur pour le calcul de la note D.

Dans ce cas, si moins de 5 éléments > pas de pénalisations

- BARRES :

Programme Excellence :

- Suppression de la ligne « Reprise d'élan => 0.30 à chaque fois sur NE »
- Précision concernant la pénalisation pour « arrêt » :

Un arrêt pour effectuer une rotation longitudinale ne sera pas pénalisé. Un arrêt sera considéré comme tel si perte de rythme dans le mouvement. Un mouvement de niveau Excellence doit être lié.

Précision concernant la grille d'éléments :

Pour les balancés rotation 180° en C et en D, ils peuvent être réalisés BI ou BS (Exemple en BI : bascule $\frac{1}{2}$ tour bascule en prise simultanée en C).

POUTRE :

Programme Excellence :

Modification : exigence « 1 élément acrobatique de sens différents » : lire « **2 éléments acrobatiques de sens différents** »

Programme Excellence et Espoir :

Précision : exigence « 2 éléments acrobatiques de sens différents » : les sens pris en compte sont Avant ou Latéral et Arrière

L'élément en arrière est donc obligatoire pour valider l'exigence

Précision concernant la grille d'éléments :

Dans la catégorie Maintien, l'équilibre fessier en A et en C se fera jambe tendu pour être validé.

- **SOL :**

Programme Espoir :

Modification Exigence : « 1 série acrobatique avec 1 élément avec envol », lire « **Une série acrobatique de 2 éléments minimum dont un avec envol** ».

Programme Excellence :

Modification Exigence : « 2 acrobaties de sens différents », lire « **une acrobatie en avant ou latéral et une acrobatie en arrière** ».

Modification des exigences spécifiques du mouvement Excellence au sol :

Suppression de la ligne « 2 lignes acrobatiques minimum »

Rajouter la ligne : « **2 série acrobatique de 2 éléments avec envol minimum** ».

L'exigence de sortie ne sera pas accordée si seule une série acrobatique est présente dans le mouvement.

Programme Challenge

Précision concernant la validation des options :

La valeur de l'option n'est attribuée que si l'option répond aux critères techniques.

Exemple : Poutre niveau 2 Option Roue : Même si touche de la poutre au retour de roue et chute ensuite>> pas de validation de l'option si la roue ne passe pas par le plan vertical.