










GCO = SAUTS

 BASES : 0,00	Diffic. GCO / EC d'Onde totale	Pour chaque saut/ pivot suppl. max. 3	Série (pour éléments engins)	Sans mains (corps ou sur main ouverte)	Au sol (avec perte de contact)	Hors du champ visuel	Changement de plan/direction de l'engin	Passage au- dessus de l'engin complet (saut)	Pour chaque passage supplémentaire dans l'engin (pendant même saut) ou, avec corde doublée	Rotation du corps	Transmission de l'engin au-dessous d'un saut ou, Transmission sans main
 : 0,10 tournant en avant	0,10	0,20			0,10		0,10 *1		0,10	0,10	
 tournant en avant					0,10		0,10 *1		0,10	0,10	
 : 0,10	0,20	0,30		0,10	0,10	0,10	0,10		0,10 double rotation du bout	0,10	0,10
 	0,10			0,10		0,10	0,10	0,10		0,10	0,10
 avec mains	0,10			0,10	0,10			0,10			0,10





***NOTES :**

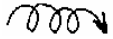
1. Changement de plan/direction de l'engin :

- a. Avec les sauts ou les sautillés, ce critère inclut la corde qui tourne en direction différente, autre que celle du corps.
- b. Dans le cas de double changement (plan et direction) la valeur est doublée (0,10 + 0,10)





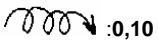

GCO = les 4 groupes corporels

 BASES : 0,00	Diffic. GCO / EC d'Onde totale	Pour chaque saut/ pivot suppl. max. 3	Série (pour éléments engins)	Sans mains (corps ou sur main ouverte)	Au sol (avec perte de contact)	Hors du champ visuel	Changement de plan/direction de l'engin	Passage au-dessus de l'engin complet (saut)	Pour chaque passage supplémentaire dans l'engin (pendant même saut)	Rotation du corps	Transmission de l'engin au-dessous d'un saut ou, Transmission sans main
 : 0,10 long *1 (2 segments minimum) sur le corps avec impulsion de la main	0,10		0,10	0,10	0,10	0,10	0,10			0,10	
 sur le sol, droit en avant ou en arrière	0,10			0,10	0,10	0,10	0,10	0,10		0,10	
 autour main (série)	0,10			0,10		0,10				0,10	0,10 transmission sans main
 autour de l'axe, sur main ou sol	0,10		0,10	0,10 pour chaque	0,10	0,10		0,10		0,10	
 partiel / complet (saut/sautillés), avec main/s	0,10	0,20		0,10	0,10	0,10	0,10 (avec saut ou sautillés)		0,10 (avec saut ou sautillés)	0,10	
 - partiel (avec mains) - partiel (roulement au sol)	0,10					0,10	0,10	0,10		0,10	
 avec mains	0,10			0,10	0,10						0,10

*NOTES : 1. Groupe  : En ce qui concerne les roulements sur bras écartés, le long roulement doit être exécuté en passant sur les **deux** bras



GCO = souplesse et ondes

 BASES :0,00	Diffic. GCO / EC d'Onde totale	Pour chaque saut / pivot suppl. max. 3	Série (pour éléments engins)	Sans mains (corps ou sur main ouverte)	Au sol (avec perte de contact)	Hors du champ visuel	Changement de plan/ direction de l'engin	Passage au-dessus de l'engin complet (saut)	Pour chaque passage supplémentaire dans l'engin (pendant même saut)	Rotation du corps	Transmission de l'engin au-dessous d'un saut ou, Transmissio sans main
 série	0,10			0,10	0,10	0,10	0,10*3	0,10 (1 rebond)		0,10	
 :0,10 Long *1 (2 segments minimum), impulsion avec la main	0,10		0,10	0,10	0,10	0,10				0,10	
 avec mains	0,10			0,10	0,10		0,10*2				0,10

*NOTES :1. Groupe  : En ce qui concerne les roulements sur bras écartés, le long roulement doit être exécuté en passant sur les deux bras écartés




2. Groupe  : le changement de Plan/direction de l'engin inclut les critères suivants :

- Petites spirales successives
- Mouvement en huit avec changement de plan et ample mouvement du tronc
- Rotations de la main autour du ballon
- Petits roulements successifs
- Long roulement (2 segments minimum) accompagné
- Etc.



3. Groupe  et le critère « Changement de plan/direction » : le changement de rythme des rebonds est considéré comme un changement de plan/direction.



GCO = équilibre



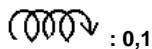


 BASES : 0,00	Diffic. GCO / EC d'Onde totale	Pour chaque saut / pivot suppl. max. 3	Série (pour éléments engins)	Sans mains (corps ou sur main ouverte)*2	Au sol (avec perte de contact)	Hors du champ visuel	Changement de plan/direction de l'engin	Passage au-dessus de l'engin complet (saut)	Pour chaque passage supplémentaire dans l'engin (pendant même saut)	Rotation du corps	Transmission de l'engin au-dessous d'un saut ou, Transmission sans main
 : 0,10 1 moulinet (double ou triple)	0,10		0,10			0,10	0,10*3			0,10	
Mouvements asymétriques	0,10		0,10	0,10	0,10	0,10	0,10			0,10	
 *1 avec mains	0,10		0,10	0,10 pour chaque	0,10	0,10	0,10				0,10

* NOTES :






1. Le Groupe technique des  inclut aussi la rotation libre des massues et le roulement des massues.
2. Le critère « Sans mains » (avec une partie du corps ou sur main ouverte) inclut le critère « avec l'aide d'une des deux massues ».
3. Groupe  et le critère « Changement de plan/direction » : la description d'un demi-cercle (0,10 pour chaque) avec moulinets est considérée comme un changement de plan/direction



GCO = pivot

 BASES : 0,00	Diffic. GCO / EC d'Onde totale	Pour chaque saut / pivot suppl. max. 3	Série (pour éléments engins)	Sans mains (corps ou sur main ouverte)	Au sol (avec perte de contact)	Hors du champ visuel	Changement de plan/direction de l'engin	Passage au-dessus de l'engin complet (saut)	Pour chaque passage supplémentaire dans l'engin (pendant même saut)	Rotation du corps	Transmission de l'engin au-dessous d'un saut ou, Transmission sans main
 : 0,10	0,10	0,20	0,20*1			0,10				0,10	
 : 0,10	0,10	0,20	0,20*1			0,10	0,10*3			0,10	
	0,10		0,10				0,10*3	0,10	0,10	0,10	
 *2 avec mains	0,10			0,10	0,10						0,10

***NOTES :**

- Groupes  et  et le critère « Série » :
 - La série de spirales ou serpentins (0,20) contient déjà et obligatoirement le critère « changement de plan /direction de l'engin ».
 - La série peut être aussi composée de serpentins et spirales en alternance.
- Le Groupe Technique des  inclut aussi la rotation de la main autour de la baguette et le roulement de la baguette.
- Groupes  et  et le critère « Changement de plan/direction » : Le passage partiel du corps (ie: du bras) à travers le dessin (+0,10 s'il s'agit de spirales) avec passage total de la baguette suivi d'un échapper sans rotation de la baguette est considéré comme un changement de plan /direction.

Egle Abruzzini

Egle Abruzzini,
Présidente du CT-GR