

# Précisions concernant l'EGE de Sortie au Sol

Catégories Concernées :

- Honneur
- Excellence

Dans la brochure il est précisé pour l'Honneur :

- Pas de sortie = 0 point
- Sortie A = 0.30 points
- Sortie B ou + = 0.50 points

Dans la brochure il est précisé pour l'Excellence :

- Pas de sortie = 0 point
- Sortie B = 0.30 points
- Sortie C ou + = 0.50 points

Les éléments qui peuvent remplir cette EGE sont **uniquement des éléments acrobatiques** et non pas des éléments de souplesse ou de maintien.

## EXEMPLES DE MOUVEMENTS

- ½ Pivot
- Rondade – Roulade arrière
- Saut Cosaque – Saut A/P
- Souplesse Arrière
- Saut de Main – sortie prise en EGE à 0.50
  
- ½ pivot
- roue pied-pied – roulade arrière
- saut de chat – saut extension ½ tour
- roulade avant – sortie prise en EGE à 0.30
- souplesse arrière
  
- pivot
- roulade avant élevée
- cabriole – sissonne
- rondade – roulade arrière – EGE de sortie à 0.50 ( Meilleur élément de la série)
- Souplesse Avant

le principe de l'EGE de sortie fonctionne sur le même principe que pour les programmes nationaux **c'est à dire que l'on prendra le dernier élément acrobatique ou liaison d'éléments acrobatiques .**