

CAT 2				
N° GYM :		N° SAUT 1	N° SAUT 2	TABLE DE SAUT
				N° SAUTS
1 ^{er} envol	<ul style="list-style-type: none"> Rotation longitudinale incomplète <ul style="list-style-type: none"> ≤ 45° 0.10 ≤ 90° 0.30 > 90° 0.50 Angle du bassin 0.10 - 0.30 Corps cambré 0.10 - 0.30 Jambes ou genoux écartés 0.10 - 0.30 Genoux fléchis 0.10 - 0.30 - 0.50 			1,00 lune 2,40 1,01 lune + ½ tour 2,80 1,10 lune carpée 2,60 1,11 lune carpée + ½ tour 3,00 1,20 ½ tour + ½ tour 3,00
	Autres déductions JURY D			
Impulsion	<ul style="list-style-type: none"> Appui décalé ou pose alternative des mains (pour saut au 1er envol en avant) 0.10 - 0.30 Angle épaules 0.10 - 0.30 Pas de passage à la verticale 0.10 - 0.30 Bras fléchis 0.10 - 0.30 - 0.50 Rotation longitudinale commencée trop tôt 0.10 - 0.30 			<ul style="list-style-type: none"> Ne pas se présenter av. / après saut 0.30 Présence entraîneur sur tapis ch x 0.50 Signes, cris, conseils verbaux pdt saut 0.50 Utilisation incorrecte de la magnésie 0.10 Ne pas mettre tapis réception 0.50 Placer tremplin sur surface interdite 0.50 Enlever ressort du tremplin 0.50 Déplacer le tapis de réception 0.50 Utilisation tapis suppl. non autorisé 0.50 Tenue incorrecte (justaucorps, bijou..) 1 x 0.30 Dépassement temps d'échauffement 0.30 Commencer saut quand le carton est rouge note zéro
2ème envol	<ul style="list-style-type: none"> Hauteur insuffisante 0.10 - 0.30 - 0.50 -0,80 Manque de précision dans rotation longitudinale 0.10 Jambes ou genoux écartés 0.10-0.30 Genoux fléchis 0.10 - 0.30 - 0.50 Extension insuffisante et/ou tardive (st groupé/carpé) 0.10 - 0.30 Manque maintien position corps tendu (dans saut tendu) 0.10 - 0.30 			<ul style="list-style-type: none"> Ne pas commencer dans 30 s carton vert 0.30 Ne pas afficher n° saut prévu 0.30 Saut différent du saut annoncé SP Appui 1 bras 2.00 Course élan touche table ou tremplin note zéro Pas de contact avec table de saut note zéro Toute aide pendant saut note zéro Réception non sur pieds d'abord note zéro Réception dans couloir mais pas au centre 0.10 Réception 1 pied hors du couloir 0.30 Réception 2 pieds hors du couloir 0.50
Réception	<ul style="list-style-type: none"> Longueur insuffisante 0.10 - 0.30 - 0.50 Dynamisme insuffisant 0.10 - 0.30 - 0.50 Jambes écartées 0.10 Mouvement supplémentaire des bras 0.10 Mouvement supplémentaire du buste chq.f. 0.10 - 0.30 Pas supplémentaire, sursaut chq. f. 0,10 Grand pas suppl. chq. f.0.30 (max. 0.80) Faute de position de corps chq.f. 0.10 - 0.30 Flexion non profonde 0,50 Frôler/toucher l'agrès/tapis sans tomber contre l'agrès chq. f. 0,30 Appui 1 main ou 2 sur tapis ou agrès 1,00 Chute sur tapis genoux ou bassin 1,00 Chute sur ou contre agrès 1,00 Réception sur pieds puis chute saut jugé Réception non sur pieds d'abord note zéro 			
Total Pénalités				
NOTE E (10 points-pénalités)				
NOTE D				
D + E				
Autres déductions				
NOTE FINALE				

TOTAL	
--------------	--