

BARRES - CAT 1

CNGF Octobre
2022

Numéro de la Gymnaste :

Jury D

Jury E

8 éléments (sortie comprise) dont la valeur est la plus élevée

Fautes de composition

0,10 0,30 0,50 + de 0,50

VD	E	0,50		Sauter de BI à BS			X		
	D	0,40		Suspension BS poser les pieds BI et saisir BI			X		
	C	0,30		Plus de 2 éléments identiques liés avant la sortie	X				
	B	0,20		Pas de sortie			X		
	A	0,10			1,00 pt de chute				

Total VD

Fautes spécifiques

EC	1	Eléments avec envol de BS à BI	0,50	Alignement du corps dans les ATR et élans à l'ATR	X	X			
	2	Eléments avec envol à la même barre	0,50	Ajustement des prises	X				
	3	Prises différentes (sauf prises d'élan, entrées et sorties)	0,50	Frôler le tapis		X			
	4	Eléments sans envol avec 1 tour 360° mini (sauf entrée)	0,50	Heurter l'agrès avec les pieds			X		

Total EC

Heurter le tapis avec les pieds (chute) 1,00

Total VL

Elément non caractéristique (élément avec impulsion 2 pieds ou cuisses) X

Bonus sortie C (0,20 pt)

Mauvais rythme des éléments X

(VD + EC + VL + Bonus Sortie) Note D

Hauteur insuffisante des éléments avec envol X X

Valorisation de la note D

1,40 à 2,00	+ 0,30
2,10 à 2,70	+ 0,60
2,80 à 3,00	+ 0,90
3,10 et +	+ 1,20

Sous rotation pour les éléments avec envol X

Extension insuffisante dans les bascules X

Elan intermédiaire X

Elan à vide SP

Note D valorisée

Angles à la fin des éléments X X

Déductions éventuelles par le jury D sur la note finale

Amplitudes :

Essai avec touche du tremplin ou des barres sans entrée	Elan en AV ou en AR sous l'horizontale	SP
---	--	----

	Prises d'élan	X X
--	---------------	-----

Exercice trop court

Fermeture excessive de l'angle du bassin dans le fouetté (sortie) X X

Seniors/Juniors Benjamines/Minimes/Cadettes

Fautes d'exécution

5 à 6 éléments	- 4,00	5 à 6 éléments	- 2,00	Pénalité pour exercice trop court
----------------	--------	----------------	--------	--

3 à 4 éléments	- 6,00	3 à 4 éléments	- 4,00	Note E
----------------	--------	----------------	--------	---------------

1 à 2 éléments	- 8,00	1 à 2 éléments	- 6,00	Déductions neutres
----------------	--------	----------------	--------	---------------------------

Pas d'éléments	- 10,00	Pas d'éléments	- 10,00	Note Finale
----------------	---------	----------------	---------	--------------------