



Février 2015

## GENERALITES

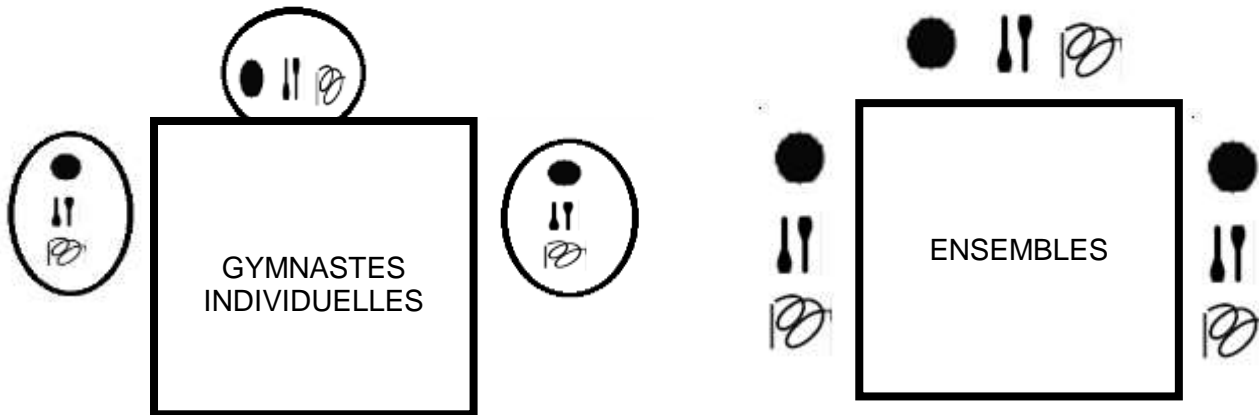
### 1.5.4.

- **Penalisation** : (juge difficulté (D) : 0,50 point si la musique avec voix et paroles est utilisée mais que l'entraîneur ne mentionne par sur la fiche officielle **D** quel exercice utilise la musique avec voix et paroles

➤ Fiche Officielle: : Musique avec voix et paroles ✓ →

Exemple: identification de la musique avec paroles sur la fiche officielle

**4.2.1, La mise en place d'engins de remplacement autour du praticable est autorisée** (selon le programme des engins des exercices individuels et d'ensemble de chaque année)



- La gymnaste peut utiliser tous les engins de remplacement placés autour du praticable; les pénalisations seront calculées en conséquence (ex. trois cerceaux sont placés autour du praticable par le comité d'organisation selon le graphique ci-dessus. La gymnaste peut utiliser les trois, si nécessaire, pour son exercice)

## GYMNASTES INDIVIDUELLES

### 1.1.7.



- La Difficulté corporelle est valable, si elle est exécutée:
  - Avec au minimum 1 élément technique fondamental spécifique à chaque engin et/ou un élément d'un autre groupe technique d'engin pendant
    - la difficulté isolée
      - Pour les rotations (Pivots): l'élément technique d'engin déclaré peut être effectué pendant une partie des rotations
- Pendant chaque série de trois fouettés dans une rotation multiple, un élément technique fondamental différent ou élément différent d'un autre groupe technique d'engin est requis
  - Un élément technique fondamental différent ou élément différent d'un autre groupe technique d'engin peut être effectuée à ne importe quel moment au cours de chaque série de trois rotations (même pour les tours plongés)



Février 2015

## 1.1.10. Les éléments pre-acrobatic

Renversements et roulades sont des éléments pré-acrobatiques; Les éléments pré-acrobatiques sont des éléments avec rotation du corps qui peuvent être ajoutés à la difficulté prévue qui se terminent dans la difficulté correspondant ou doivent commencer immédiatement à la fin de la difficulté, sans interruption

- Exemple:   (Jeté en tournant suivie par rotation latérale effectué en position assise)
  - Ce type de rotation n'est pas un élément pré-acrobatique
  - Cette exécution entre la difficulté et la rotation doit être effectuée sans interruption. Donc cette rotation supplémentaire n'est pas valide.


## 1.2. Combinaisons de pas de danse

Les étapes réelles de danse doivent avoir la variété dans les niveaux, les directions, la vitesse et les modalités du mouvement en accord avec le tempo, le rythme le caractère et les accents musicaux  
Les pas de danse ne sont pas valables si:

- la gymnaste chute ou perd son engin
- ils ne contiennent pas au moins 1 élément d'engin fondamental
- la durée est inférieure à 8 secondes
- l'ensemble de la combinaison est exécutée au sol (exécution partielle au sol possible).

**Remarque:** les petites fautes techniques ( **une faute ou plus** ) de 0.10 point sont pénalisées par les juges E et la combinaison est valable

## 1.3. Groupes fondamentaux et autres groupes techniques d'engin

- Indication sur la fiche officielle:
  - *Pour la difficulté corporelle, il convient de noter chaque élément d'engin (du groupe fondamental ou d'un autre groupe*
  - *Pour les combinaisons de pas de danse, noter uniquement les éléments d'engin des groupes fondamentaux*
  - *Les éléments d'engin des groupes fondamentaux utilisés comme éléments de liaison ou exécutés sans rapport avec des difficultés corporelles, des combinaisons de pas de danse , **DER** ou une maîtrise, ne sont pas déclarés*
    - Evaluation des 50%
  - *Avant le début de l'exercice, le juge compte le nombre d'éléments du groupe fondamental et le met en rapport avec le nombre total d'éléments d'engin déclarés sur sa fiche (ceux utilisés avec une difficulté corporelle, une combinaison de pas de danse, une maîtrise ou **DER***
  - *Les **DER** sont considérés comme lancers – "autres groupes techniques d'engin"*
  - *Pendant l'évaluation de l'exercice, le juge annule les éléments fondamentaux qui ne sont pas exécutés conformément à leur définition dans la table 1.3.1. **Exemple:** la gymnaste déclare  cerceau (série de 3 rotations autour de la main), mais elle n'exécute que deux rotations. N'étant pas exécuté conformément à sa définition (au minimum 3 rotations autour de la main), cet élément d'engin fondamental n'est pas pris en compte pour remplir le critère des 50%*
  - *En cas de petite faute d'exécution lors de l'exécution de l'élément d'engin fondamental, ce dernier compte pour remplir le critère des 50%, mais il y a déduction pour la faute d'exécution. En cas de faute d'exécution grave, l'élément d'engin n'est pas pris en compte pour remplir le critère des 50%, comme c'est le cas des difficultés corporelles.*



Février 2015

- Si la difficulté corporelle n'est pas exécutée de manière valable (ex. rotation de moins de 360°, équilibres sans position fixée, etc.), mais l'élément fondamental est exécuté correctement, l'élément d'engin fondamental peut être compté pour remplir le critère des 50%

### 1.3.1



Passage dans la corde avec un saut, Corde tournant en avant, en arrière ou latéralement

- Valable uniquement avec un saut -voir ci-dessus (en passant par de tout ou partie du corps)



Corde tenue par les deux mains

- **Mouvements en huit** : avec mouvement ample du tronc
- **Voiles** : avec mouvement ample du tronc
- **Amplés Circumductions** : seulement avec ample mouvement des bras



**Ballon** : l'action de rebond doit avoir lieu pendant la difficulté (pas la prise du rebond pendant la difficulté); il n'est pas nécessaire la reprise du rebond pendant la difficulté

**Reprise du ballon d'une main** ↓

- Ce symbole indique la reprise d'un grand / moyen lancer (ne pas utiliser avec un petit lancer ou "poussée" avec le ballon)

### 1.3.2



**Unstable Balance**

- **Corde** : ouvert ou plié en deux équilibrée derrière le dos (non compressé) lors des mouvements du corps avec la rotation ou pendant la difficulté avec rotation, sont considérées comme différentes positions d'équilibre instable
- **Massues**



Les Massues tenues dans une position de équilibre instable sur le côté externe ou interne de la main est considérée comme la même position.

Afin d'avoir différentes positions instables avec une massue tenue par l'autre sur la face intérieure / extérieure de la main, il est nécessaire de changer la position du bras (haut, bas, côté)

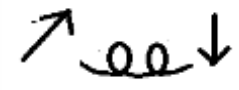
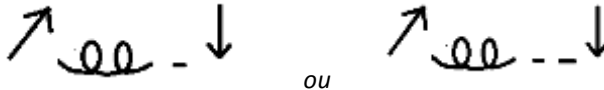

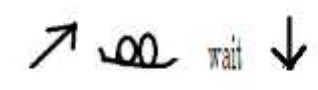
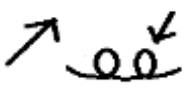
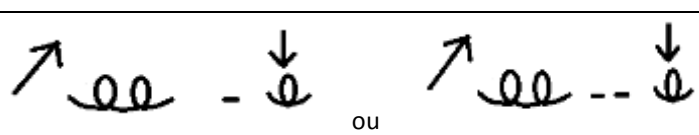
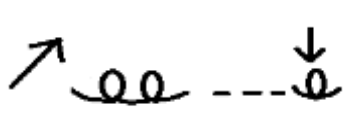


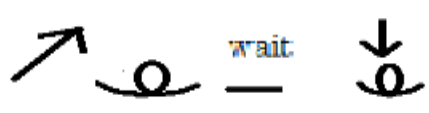
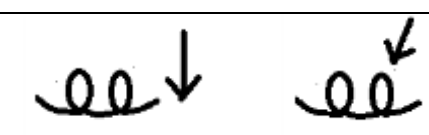
### 1.4. **Eléments dynamiques avec rotation et lancer** ↗

- Reprise de l'engin pendant ou à la fin de la/des rotation(s). En cas de faute technique de 0,10 pendant la reprise (une faute ou plus) le **DER** est valable et il y a une pénalisation pour faute d'exécution.
  - Pour les fautes de 0,10 au cours de la reprise (une faute ou plus), le **DER** est valable et pénalité E; de la perte d'une extrémité de la corde sur le sol, la **DER** n'est pas valide (perte de l'engin). Pour les fautes techniques simples de 0,30 ou plus (la perte, la trajectoire imprécise avec 3 ou plusieurs pas, enroulement avec une interruption, et reprise après un lancer du cerceau : contact avec le bras), le **DER** n'est pas valide et pénalité E.



Février 2015

**DER Exemples**

• Reprise de l'engin à la fin des rotations	
	Ok
	OK (1 - 2 pas)
	No (3 pas ou plus )
 En attente de 1-2 secondes	OK
• Reprise de l'engin pendant la rotation	
	Ok
	OK (1-2 pas) (supprimer la dernier rotation)
	No (3 pas or chassée )
	OK (supprimer la dernier rotation)
 En attente 1-2s econdes	Ok (supprimer la dernier rotation)
	No (interruption entre 2 bases rotations)
 Reprises après la musique	NO



Février 2015

1.4.5.

- le lancer ou la reprise de l'engin dans un **DER**, il est possible d'exécuter des difficultés corporelles avec rotation (sauts et rotations de 180° et plus) d'une valeur **supérieure à 0.10 point** ; ils seront pris en considération dans le calcul du nombre de rotations dans **le DER**. Ces difficultés corporelles doivent être déclarées.
- Il est possible d'effectuer une série de 2-3 sauts / avec rotation avec le lancer pendant le saut et la reprise lors d'un saut, compté comme Difficultés de corps seulement.
  - Il est possible d'effectuer une difficulté de corps sans rotation au cours du lancer du DER tant que les rotations commencent immédiatement après la difficulté, sans pas intermédiaires.
  - Il est possible d'effectuer une difficulté de corps sans rotation au cours de la reprise tant qu'elle est réalisée selon la définition de DER à 1.4.
- *Indications sur la manière de remplir la fiche officielle lorsque le jeté en tournant est utilisé comme une des rotations:*

<b>DER: Difficulté du corps pendant le lancer</b>	<b>Difficulté du corps pendant la reprise</b>

**Dans les exemples ci-dessus, le lancer est compté une fois («Autres» groupe) dans le calcul des 50%**

*Lorsque le jeté en tournant n'est pas déclarée comme difficulté corporelle, la difficulté corporelle est valable, mais il y a une pénalisation de 0.30 pour difficulté exécutée mais pas déclarée*



Février 2015

### 1.4.4. Tablette récapitulative des critères supplémentaires

	<p>Relancer / rebond</p> <p>Le relancer fait partie du lancer initial pour les R<sup>↑</sup></p> <p>Le critère exécuté pendant le « relancer » doit être noté sur la fiche devant le symbole du relancer . Le critère après le relancer n'est pas valable.</p> <p>Exemple : R<sup>↑</sup> 2 <del>⊗</del>  = 0.50: relancer en dehors du champ visuel sans l'aide des mains (OK)</p> <p>Exemple : R<sup>↑</sup> 2 <del>⊗</del> <del>+</del> = 0.50 → 0.40: relancer en dehors du champ visuel, ensuite reprise sans l'aide des mains</p>
	<p>Lancer asymétrique de 2 massues</p> <p>Exemple :  R<sup>↑</sup> 2 = 0.30</p> <p>Exemple : <del></del>  R<sup>↑</sup> 2 = 0.40 → 0.30</p>

**1.8.1.** Si le symbole\* est incorrect ou si une difficulté est répétée, ou un élément technique d'engin est exécuté identique pendant la difficulté corporelle la difficulté ne compte pas (**pas de pénalisation**)

\* Exemples de symboles incorrects qui annulent la validité de la difficulté (pas de pénalisation):

- Déclaré: Exécuté: (symbole pour le maniement d'engin incorrect)
- Déclaré: Exécuté (aucun maniement d'engin déclaré)
- Déclaré: Exécuté : (symbole de la difficulté corporelle incorrect)

**1.9.1.2:** Les critères suivants peuvent être ajoutés à la base de sauts (N° 9, 10): le passage avec les jambes pliées pendant l'enjambée - 0,10 ( ); passant avec les jambes tendues pendant l'enjambée - 0,20 ( ) indépendante de la phase initiale ou de la position finale du saut.



Février 2015

## ENSEMBLES

### 1. Difficulté de l'exercice d'ensemble :

La note relative au point 1.1.7 exige "Avec au minimum 1 élément technique fondamental spécifique à chaque engin et/ou un élément d'un autre groupe technique d'engin pendant la difficulté isolée ..." Cette note s'applique au paragraphe 1.1. aux difficultés sans échange

1.1.2.1, p.27 Exemples pour l'écriture et le calcul de la valeur des échanges

E 0.00	Sans critère
E 0.10	Avec un critère (le mouvement corporel comme critère peut être exécuté au moment du lancer ou de la reprise)
E 0.00	Le même critère ou un critère différent est valable seulement s'il est exécuté par les 5 gymnastes pendant le lancer ou la reprise
E 0.10	5 gymnastes exécutent des critères différents
E 0.20	Deux critères (5 gymnastes exécutent un mouvement corporel, à cela s'ajoute le critère de la distance)
E 0.30	Trois critères (5 gymnastes exécutent le critère lors du lancer et lors de la reprise, à cela s'ajoute le critère de la distance)
E 0.40	5 gymnastes lancent l'engin avec des critères différents, 5 gymnastes exécutent différentes rotations sous l'engin en vol et pendant la reprise (pas consécutivement), à cela s'ajoute le critère de la distance ( voir 1.1.2.7.)
E 0.10	Echanges successifs avec un critère (le chiffre indique le nombre de gymnastes impliquées dans chaque succession)
E 0.20	Echanges successifs avec deux critères (5 gymnastes exécutent le critère au moment du lancer, à cela s'ajoute le critère de la distance)



Février 2015

1.1.2.6 Si un ou plusieurs engins tombent pendant l'échange ou lorsqu'il y a collision d'engins, l'échange n'est pas valable.

Si deux ou plusieurs gymnastes prennent l'engin avec une grande altération de la technique de base, l'échange n'est pas valide (une faute de valeur supérieure à 0,10)

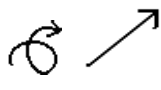
Exemples	
	<p><b>OK</b> Seulement une gymnaste avec une altération importante de la technique de base (trajectoire imprécise avec la reprise après trois pas: -0,30)</p>
	<p><b>OK</b> Deux gymnastes avec un petite faute technique ( trajectoire imprécise avec reprise après deux pas: -0,10 x 2 gymnastes)</p>
	<p><b>OK</b> Seulement une gymnaste avec une altération importante de la technique de bas (trajectoire imprécise avec la reprise après trois pas: -0,30) et une gymnaste avec une faute technique de -0,10</p>
	<p><b>NO</b> <del>Deux gymnastes avec une altération importante de la technique de base ( trajectoire imprécise avec la reprise après trois pas: -0,30 x 2 gymnastes)</del></p>





Février 2015

## 1.4: Des exemples d' évaluation

CR/ CRR/ CRRR -- ↓	<b>Ok</b> (1 - 2 pas, indépendamment du nombre de gymnastes)
CR/ CRR/ CRRR --- ↓	<b>No</b> (plus de 2 pas)
CR/ CRR/ CRRR Attendez 1-2 secondes ↓	<b>OK</b>
CR/ CRR/ CRRR Attendez plus de 2 secondes ↓	<b>No</b>
CR/ CRR/ CRRR 	<b>No</b> ( Si l'engin est lancé à la partenaire après qu'elle termine sa rotation : l'engin doit être en vol lors de la rotation)
Toutes les Collaborations	<b>No</b> ( perte de l' engin)
Toutes les Collaborations	<b>No</b> ( Perte d'équilibre pendant la collaboration avec appui sur la main/les mains ou sur l'engin ou chute )
Toutes les Collaborations	<b>No</b> ( Immobilité visible de plus de 4 secondes d'une ou de plusieurs gymnastes ou engins)
Toutes les Collaborations	<b>No</b> (une ou plusieurs gymnastes sont sans engins pendant plus de 4 secondes)
Toutes les Collaborations	<b>No</b> Altération grave de la chorégraphie de la collaboration comme conséquence de fautes d'exécution de plusieurs gymnastes
<i>Si le nombre de gymnastes ou le type de collaboration est différent de celui déclaré sur la fiche, la collaboration n'est pas valable</i>	



Février 2015

## **1.4.5 Critères et valeur des éléments avec collaboration entre gymnastes**

### **CRR - CRR3**

Lancer d'un engin par une ou plusieurs gymnastes et reprise d'engin ou de l'engin de la partenaire après:

- Un élément dynamique avec rotation du corps sous le vol de l'engin avec perte de contact visuel avec l'engin
- Avec passage par-dessus, par dessous ou à travers un ou plusieurs engins et/ou partenaires
- **Ou**, passage **par-dessus, par dessous ou à travers** avec support /appui sur une ou plusieurs partenaires et/ou l'engin d'une ou de plusieurs partenaires

Nataliya Kuzmina  
RG TC President  
February 23, 2015

Caroline Hunt  
RG TC Secretary  
February 23, 2015