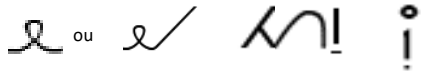
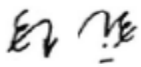
PROGRAMME FEDERAL B

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
Hauteur = 1m25 Hauteur = 1m15 pour les 7-9 ans Trampo tremp Course d'élan 25m max	Mvt BI ou BS ou les 2 BI uniquement pour les 7-9 ans	Hauteur = 1m25 / Temps = 1' max	Sur une longueur de tapis Sans musique / Temps = 1' max
	5 EXIGENCES DE GROUPE = 10 pts max valeur des éléments = 2 pts	5 EXIGENCES DE GROUPE = 10 pts max valeur des éléments = 2 pts	5 EXIGENCES DE GROUPE = 10 pts max valeur des éléments = 2 pts
Réaliser 2 sauts identiques ou différents Le meilleur des 2 est pris en compte Lune interdite pour les 7-9 ans	1 Entrée 1 Suspension (pour les 10 ans et +) 1 Appui 1 Sortie 1 élément au choix (2 pour les 7-9 ans)	1 Entrée 1 Acro 1 Sortie 2 éléments au choix	2 Acro 2 Gymniques 2 éléments au choix
	2 BONIFICATIONS = 1 pt max réalisées sans chute	2 BONIFICATIONS = 1 pt max réalisées sans chute	2 BONIFICATIONS = 1 pt max réalisées sans chute
ND = 7 pts ou 9 pts	ND MAX = 11 pts	ND MAX = 11 pts	ND MAX = 11 pts

PROGRAMME FEDERAL A

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
Hauteur = 1m25 Trampo tremp ou tremplin simple Course d'élan 25m max	Mvt BI ou BS ou les 2	Hauteur = 1m25 / Temps = 1' max	Sur praticable / En musique / Temps = 1' max
	6 EXIGENCES DE GROUPE = 12 pts max valeur des éléments = 1 ou 2 pts	6 EXIGENCES DE GROUPE = 12 pts max valeur des éléments = 1 ou 2 pts	6 EXIGENCES DE GROUPE = 12 pts max valeur des éléments = 1 ou 2 pts
Réaliser 2 sauts identiques ou différents Le meilleur des 2 est pris en compte	1 Entrée 1 Suspension 1 Appui 1 Sortie 2 éléments au choix	1 Entrée 1 Tour 1 Saut 1 Acro Arrière 1 Acro Avant/Latérale 1 Sortie	1 Acro Avant/Latérale 1 Acro Arrière 2 Gymniques 2 éléments au choix
	3 BONIFICATIONS = 1,50 pt max réalisées sans chute	3 BONIFICATIONS = 1,50 pt max réalisées sans chute	3 BONIFICATIONS = 1,50 pt max réalisées sans chute
			 ou
ND = entre 10 pts et 13 pts	ND MAX = 13,50 pts	ND MAX = 13,50 pts	ND MAX = 13,50 pts

PROGRAMME FEDERAL A REGIONAL

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
Hauteur = 1m25 Trampo tremp ou tremplin simple Course d'élan 25m max	Mvt BI ou BS ou les 2	Hauteur = 1m25 / Temps = 1' max	Sur praticable / En musique / Temps = 1' max
	6 EXIGENCES DE GROUPE = 12 pts max valeur des éléments = 1 ou 2 pts	6 EXIGENCES DE GROUPE = 12 pts max valeur des éléments = 1 ou 2 pts	6 EXIGENCES DE GROUPE = 12 pts max valeur des éléments = 1 ou 2 pts
Réaliser 2 sauts identiques ou différents Le meilleur des 2 est pris en compte	1 Entrée 1 Suspension 1 Appui 1 Sortie 2 éléments au choix	1 Entrée 1 Tour 1 Saut 1 Acro Arrière 1 Acro Avant/Latérale 1 Sortie	1 Acro Avant/Latérale 1 Acro Arrière 2 Gymniques 2 éléments au choix
	PAS DE BONIFICATION	PAS DE BONIFICATION	PAS DE BONIFICATION
SAUT NON AUTORISE	ELEMENTS NON AUTORISES (valeur 0 pt)	ELEMENTS NON AUTORISES (valeur 0 pt)	ELEMENTS NON AUTORISES (valeur 0 pt)
PETRICK (1/2 - 1/2) 			
ND = entre 10 pts et 13 pts	ND MAX = 12,00 pts	ND MAX = 12,00 pts	ND MAX = 12,00 pts

PROGRAMME PERFORMANCE 8-9 ANS

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
Hauteur = 1m15 / Trampo tremp	1 mvt BI et 1 mvt BS / hauteur FIG	Hauteur = 1m25 / Temps = 1'30 max	Sur praticable / En musique / Temps = 1' 30 max
VALEUR DE DIFFICULTE - ND = 1 pt ou 3 pts	VALEUR DE DIFFICULTE	VALEUR DE DIFFICULTE	VALEUR DE DIFFICULTE
	7 éléments + la sortie	7 éléments + la sortie 3 gymniques / 3 acros / 2 éléments au choix	7 éléments + la sortie 3 gymniques / 3 acros / 2 éléments au choix
	EXIGENCES DE COMPO (0,50 pt chaque)	EXIGENCES DE COMPO (0,50 pt chaque)	EXIGENCES DE COMPO (0,50 pt chaque)
Réaliser 2 sauts identiques ou différents Le meilleur des 2 est pris en compte (la meilleure note finale)	1 bascule 1 prise d'élan (élan arrière) 1 tour proche 1 grand balancé (grand tour)	1 SG 2 sauts dif dont 1 écart 180° 1 relevé sur 1/2 pte 2" + 1 pivot 180° min 1 Acro Avant/Latérale 1 Acro Arrière	1 SG 2 sauts dif dont 1 écart 180° 1 pivot 180° min terminé sur 1/2 ptes 2 lignes acros *(rondade flip + saut de mains rebond oblig)* 1 salto avant ou arrière
	BONIFICATIONS (sans chute)	BONIFICATIONS (sans chute)	BONIFICATIONS (sans chute)
	prise d'élan jbes serrées à 45° : 0,30 placement du dos à l'ATR : 0,30 prise d'élan jbes serrées à l'ATR : 0,50 tour d'appui arrière libre à 45° : 0,30 passement filé à l'ATR : 0,50	équerre écart élévation à l'ATR : 0,30 ATR tenu 2" : 0,30 roue retour en fente ou arabesque : 0,30 souplesse avant : 0,30 flip jbes décalées : 0,30	roulade arrière ATR bras tendus : 0,30 équerre écart élévation à l'ATR : 0,30 saut de mains-flip avant-rebond : 0,50
	<u>Bonif pour les 9 ans en finale</u> 2 soleils : 0,30 sortie salto arrière tendu : 0,30	<u>Liaisons</u> (non cumulables) souplesse avant-roue : 1,10 roue - souplesse arrière : 0,80 souplesse avt-roue-souplesse arr : 1,60	<u>infos complémentaires</u> une ligne acro = 1 élément avec envol 1 élément de souplesse obligatoire *(gd écart antéro ou écrasement passé sur ventre)*

PROGRAMME PERFORMANCE

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
Hauteur = 1m25	Hauteur FIG	Hauteur = 1m25 / Temps = 1'30 max	Sur praticable / En musique / Temps = 1' 30 max
VALEUR DE DIFFICULTE	VALEUR DE DIFFICULTE	VALEUR DE DIFFICULTE	VALEUR DE DIFFICULTE
Valeur Code FIG	7 éléments + la sortie	7 éléments + la sortie 3 gymniques / 3 acros / 2 éléments au choix	7 éléments + la sortie 3 gymniques / 3 acros / 2 éléments au choix
Trampo Tremp autorisé ND = valeur FIG -1 pt	EXIGENCES DE COMPO (0,50 pt chaque) éléments à 0,10 minimum	EXIGENCES DE COMPO (0,50 pt chaque) éléments à 0,10 minimum sur poutre	EXIGENCES DE COMPO (0,50 pt chaque) éléments à 0,10 minimum
	1 tour proche B minimum 1 élément dans les grands tours (soleil ou lune) 1 bascule ATR dans les 10° 1 sortie avec un salto	1 SG 2 élémts dif dont 1 saut écart 180° 1 élément du groupe 3 (tour) 1 SA 2 élémts id ou dif dont 1 envol (sauf ATR) 2 acros de direction dif (avt/lat et arr)	1 SG 2 sauts dif dont 1 écart 180° 1 rot long 360° dans 1 ligne acro 3 lignes acro dt 1 avec 3 élémts 1 salto avant et 1 salto arrière *(pas forcément dans la même ligne acro)*
BONIFICATIONS	BONIFICATIONS sur ND	BONIFICATIONS sur ND	BONIFICATIONS sur ND
0,50 pts si 2 sauts avec 1er envol différent et avec rotation transversale dans le 2è envol et si 1,50 pt max de fautes sur chaque saut	1,8 - 2,2 : 0,30 2,3 - 2,7 : 0,60 2,8 - 3,2 : 0,90 3,3 - 3,7 : 1,20 3,8 ou + : 1,50	3,3 - 3,5 : 0,30 3,6 - 3,8 : 0,60 3,9 - 4,1 : 0,90 4,2 ou + : 1,20	3,3 - 3,5 : 0,30 3,6 - 3,8 : 0,60 3,9 - 4,1 : 0,90 4,2 ou + : 1,20
	BONIFICATIONS (0,50 pt chq - 2 pts max)	BONIFICATIONS (0,50 pt chq - 2 pts max)	BONIFICATIONS (0,50 pt chq - 2 pts max)
	1 rotation 180° (tour proche, soleil) passant à l'ATR envol BS BI ou sortie double transversale tour proche C diffférent de EC 1 prises différentes (grand tour avant LUNE)	1 SA 2 élémts id ou dif avec envol dt 1 salto 1 salto ou renversemt libre isolé 2 gymniques C mini 1 sortie B mini en liaison avec 1 envol	1 rotation long 720° mini 1 double rotation transversale 1 ligne acro avec 2 salti id ou dif en liaison 2 gymniques C mini

PROGRAMME CODE FIG AMENAGE

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
Hauteur = 1m25	Hauteur FIG	Hauteur = 1m25 / Temps = 1'30 max	Sur praticable / En musique / Temps = 1' 30 max
VALEUR DE DIFFICULTE	VALEUR DE DIFFICULTE	VALEUR DE DIFFICULTE	VALEUR DE DIFFICULTE
Valeur Code FIG	7 éléments + la sortie	7 éléments + la sortie 3 gymniques / 3 acros / 2 éléments au choix	7 éléments + la sortie 3 gymniques / 3 acros / 2 éléments au choix
	EXIGENCES DE COMPO (0,50 pt chaque)	EXIGENCES DE COMPO (0,50 pt chaque)	EXIGENCES DE COMPO (0,50 pt chaque)
	1 envol BS BI 1 envol même barre 2 prises différentes 1 élémt sans envol avec rot long 360°	1 SG 2 élémts dif dont 1 saut écart 180° 1 tour (groupe 3) 1 SA 2 élémts avec envol dont 1 salto 2 acros de direction dif (avt/lat et arr)	1 SG 2 sauts dif dont 1 écart 180° 1 rot long 360° dans 1 ligne acro 1 double rotation transversale dans 1 ligne acro 1 salto avant et 1 salto arrière dans 1 ligne acro *(pas forcément dans la même ligne acro)*
BONIFICATIONS	LIAISONS	LIAISONS	LIAISONS
0,50 pts si 2 sauts avec 1er envol différent et avec rotation transversale dans le 2è envol et si 1,50 pt max de fautes sur chaque saut	C + C (180° ou 1 envol) : 0,10 D + B (B envol BI BS) : 0,10 C + D : 0,20 D + D : 0,20	Acro avec envol (sauf sortie) C + C : 0,20 B + E : 0,20 Bonus série (gym-mixte-acro) B + B + C : 0,20 Mixte (élémt acro avec envol) ou Gymnique B + D : 0,10 C + C : 0,20 D (salto) + A (gym) : 0,20 A + C (2 pivots) : 0,20	Acro directe C + A : 0,10 B + B : 0,10 B/C + C : 0,20 D + A : 0,20 Acro indirecte B + C : 0,10 A + A + C : 0,10 B/C + D : 0,20 A + A + D : 0,20 Mixte C (acro) + A (gym) : 0,10 D (acro) + A (gym) : 0,20 Pivots B + B : 0,10 A + D : 0,20
BONIFICATIONS sur ND	BONIFICATIONS sur ND	BONIFICATIONS sur ND	BONIFICATIONS sur ND
4 - 4,1 : 0,30 4,2 - 4,3 : 0,60 ~~4,4 et + : 0,90~~	1,8 - 2,2 : 0,30 2,3 - 2,7 : 0,60 2,8 - 3,2 : 0,90 3,3 - 3,7 : 1,20 3,8 ou + : 1,50	3,6 - 3,8 : 0,30 3,9 - 4,1 : 0,60 4,2 - 4,4 : 0,90 4,5 ou + : 1,20	3,6 - 3,8 : 0,30 3,9 - 4,1 : 0,60 4,2 - 4,4 : 0,90 4,5 ou + : 1,20