

BARRES-CAT 1				N° GYM :		
C N G F / N o v e m b r e 2 0 1 7	JURY D			JURY E		10,00
	8 éléments (sortie comprise) dont la valeur est la plus élevée			Fautes de composition		
	V D	E = 0,50		Sauter de BI à BS	0,50	
		D = 0,40		Suspension BS poser les pieds sur BI, saisir BI	0,50	
		C = 0,30		Plus de 2 éléments identiques liés avant la sortie	0,10	
		B = 0,20		Pas de sortie	0,50	
		A = 0,10		Fautes spécifiques		
	TOTAL VD			Alignement du corps dans les ATR et élans à l'ATR	0,10/0,30	
				Ajustement des prises	0,10	
	E C	1- Envol de BS à BI	+0,50	Heurter l'agrès avec les pieds	0,50	
2- Envol à la même barre		+0,50	Heurter le tapis avec les pieds (chute)	1,00		
3- 2 prises différentes		+0,50	Mvt non caractéristique (élts avec impulsion 2 pieds ou cuisses)	0,50		
4- Élément sans envol avec tour de 360°		+ 0,50	Mauvais rythme dans les éléments	0,10		
TOTAL EC			Hauteur insuff. dans les élts avec envol	0,10/0,30		
TOTAL VL			Sous rotation pour les élts avec envol	0,10		
			Extension insuffisante dans les bascules	0,10		
NOTE D (VD + EC + VL)			Elan intermédiaire	0,50		
			Elan à vide	SP		
Valorisation D	1,40 à 2,00	= + 0,30	Angles à la fin des éléments	0,10/0,50		
	2,10 à 2,70	= + 0,60	Elan en Av et en AR sous l'horizontale	SP		
	2,80 à 3,00	= + 0,90	Prise d'élan	0,10/0,30		
	3,10 et +	= + 1,20	Fermeture excessive de l'angle du bassin dans le fouetté(sortie)	0,10/0,30		
Note D valorisée			Fautes d'exécution			
Déductions éventuelles par Jury D sur NF						
Essai avec touche du tremplin ou des barres sans entrée			1,00	Pénalités pour exercice trop court		
Exercice trop court						
Seniors/Juniors		Benjamines/Minimes/Cadettes		TOTAL PENALITES		
5 à 6 éléments	-4,00	5 à 6 éléments	-2,00	Note E		
3 à 4 éléments	-6,00	3 à 4 éléments	-4,00			
1 à 2 éléments	-8,00	1 à 2 éléments	-6,00			
Pas d'éléments	-10,00	Pas d'éléments	-10,00	Déductions du Jury D sur NF	Note Finale	