

GENERALITES - 6^{ème} DEGRE

Difficulté 6^{ème} : Elément contenu dans les grilles des Difficultés 6^{ème}

Autre Difficulté : Elément composant le mouvement et venant en supplément des Difficultés 6^{ème} et figurant au minimum dans le 5^{ème} degré Aînées/Jeunesses ou pouvant provenir du code catégorie 2 ou code FIG.

Une autre difficulté ou une Difficulté 6^{ème} ne peut pas être exécutée 2 fois (sauf en Barres). La 2^{ème} fois, elle ne sera pas reconnue, ni bonifiée (les fautes d'exécution seront déduites de la note E) mais elle pourra servir pour valider une liaison bonifiée. Elle ne pourra pas servir à valider une EC.

Si une difficulté 6^{ème} ne répond pas aux caractéristiques techniques, elle peut, dans certains cas, être comptabilisée en 'Autre Difficulté'.

Bonification : Aucune bonification n'est accordée en cas de :

- Chute
- Répétition
- Position tenue non tenue
- Fautes supérieures ou égales à 0.60 pt

Les bonifications sont accordées pour des Difficultés 6^{ème} différentes même si elles font partie de la même famille.

Une liaison est bonifiée même si les 2 Difficultés 6^{ème} concernées ont plus de 0.60 pt de fautes.

Un exercice sans sortie (Difficulté 6^{ème} ou Autre Difficulté) sera pénalisé de 0.80pt.

Un exercice avec une entrée non codifiée ne sera pas pénalisé.

POUTRE

Le saut changement de jambes :

- Voir tableau de bonifications suivant écart
- il est considéré comme 'Autre Difficulté' si l'écart des jambes après le changement est inférieur à 135°. Il devient un saut enjambé.

L'Auerbach en bout de poutre ou sur le coté est accepté groupé, carpé ou tendu.

L'ATR : Un ATR de la grille, qui n'est pas tenu, peut être comptabilisé en Difficulté 6^{ème} (si la gym en a 'besoin' pour avoir ses 3 difficultés minimums) mais il faut appliquer une pénalité de 1.00 pt pour 'position non tenue'. Dans ce cas, l'ATR ne sera pas bonifié.

Si la gym n'a pas 'besoin' de cette Difficulté 6^{ème}, l'ATR sera comptabilisé comme Autre Difficulté.

Précision sur l'EC 5 : toute longueur doit comporter au moins une 'Autre Difficulté' ou une Difficulté 6^{ème}. Si la 3^{ème} longueur est la prise d'élan pour la sortie, la gym n'obtient pas l'EC 5.

Equerre renversée: si elle n'est pas tenue, elle sera comptabilisée comme une Autre Difficulté.

Ne pas oublier les cas de **liaisons bonifiées** :

- 2 sauts Difficultés 6^{ème} différents : +0.30pt
- Rondade + salto en sortie en liaison directe : +0.50pt
- Flip + élément acrobatique avec ou sans envol sur poutre en liaison directe ou inversement + 0.50pt
- Flip + salto en sortie en liaison directe : + 0.50pt

BARRES

Une Autre Difficulté ou une Difficulté 6^{ème} peut être exécutée 2 fois. La 3^{ème} fois, l'Autre Difficulté ou la Difficulté 6^{ème} ne sera pas reconnue. Une pénalité de 0.50pt + les éventuelles fautes d'exécution seront déduites de la note E.

Les bascules : La gymnaste peut effectuer autant de bascules qu'elle le souhaite mais seulement 2 seront retenues comme 'Autres Difficultés' (en plus d'une bascule retenue en Difficulté 6^{ème}).

La prise d'élan à l'ATR : La gymnaste peut exécuter autant de prises d'élan à l'ATR qu'elle souhaite mais la 1^{ère} sera retenue comme Difficulté 6^{ème} et la 2^{ème} sera retenue comme Autre Difficulté. Les autres ne seront pas comptabilisées mais aucune pénalité ne sera appliquée.

Tour AR libre : s'il est effectué sous l'horizontale, il sera retenu en difficulté 6^{ième} mais avec une pénalité de 1 point. .

Précision sur l'EC 5 : un passage du corps en AR à l'horizontale minimum est demandé. Le corps doit être à l'horizontal de la tête à la pointe des pieds. Une simple prise d'élan avant un élément peut remplir cette EC.

Directives Techniques P215

- Contre-mouvement
- Retrait
- Shushunova

SOL

Le renversement latéral libre et le renversement AV libre sont considérés comme des Saltis.

Aucun salto dans le mouvement = - 2.00 pt sur la note E

Liaisons Directes : Toutes difficultés en liaison exécutées sans arrêt, sans élan intermédiaire, sans pas intermédiaire ou perte d'équilibre.

Éléments non retenus : On applique quand même les fautes d'exécution sur la note E.

Ne pas oublier les cas de **liaisons bonifiées** :

- Salto AV en liaison direct avec min 2 Autres Difficultés ou Difficultés 6^{ème}, acro avec envol + 0.30pt
- Saut de mains + salto AV groupé ou carpé + 0.30pt
- Saut de mains + flip AV (ou inverse) + 0.30pt
- Saut de mains + salto AV tendu, groupé 1 tour ou tendu 1 tour + 0.50pt
- Flip AV + salto AV groupé, carpé, tendu ou avec tour + 0.50pt
- Liaison directe de 2 salti différents + 0.50pt

TABLE DE SAUT

Choix de 12 sauts

Aucune pénalité ne s'applique si :

- Saut exécuté avant le signal des juges (le saut est à refaire)
- Mauvais annonce du saut (appartenant à la grille)

Cas de saut nul :

- Appui d'une seule main ou pas de main sur la table de saut
- Ne pas poser les mains sur la table de saut
- Ne pas arriver les 2 pieds d'abord à la réception
- Poser la tête sur la table de saut
- Pour lune carpée : Pas d'alignement du corps avant le carpié
- Pour 1/2 -1/2 : réception 2^{ème} envol inférieure à 1/4 (cf position de pieds)
- Pour Yurchenko : ne pas utiliser la protection
- Pour lune vrille : tour non réalisé (inférieur à 3/4) ou exécuté au sol
- Saut n'appartenant pas à la grille