

FAQ et précisions Programmes Div 1-2

Saut

Comment juger le saut si la gymnaste "marche" en ATR sur la table ?

Si la gymnaste marche en ATR sur la table, le saut sera nul. La description du renversement est "renversement", ce qui exige un premier envol, une impulsion et une seconde phase de vol. Si la gymnaste marche et "se laisse tomber" sur les pieds de l'autre côté de la table, il n'y a pas de phase d'impulsion ni de 2de phase de vol. Le saut ne peut donc pas être reconnu.

Si la gymnaste "glisse" sur la table (par exemple dû à un manque de rotation dans le 1er envol), le saut sera jugé et pénalisé par le jury E.

- Saut Div 1 - 11 ans

Pour les sauts en yurchenko (yurchenko ou préparation yurchenko) , le tremplin-trampo n'est pas autorisé.

Pour le saut 2, choix n°1 (préparation yurchenko), un tableau de fautes a été établi : voir document ci-joint.

Pour le saut 2, choix n° 2 (renversement + tomber ventre), nous appliquons les pénalités FIG + fautes concernant la position finale : voir document ci-joint

Le choix du saut se fait par ligne

Echauffement :

Saut 1 : 2 sauts d'échauffement puis compétition

Saut 2 : 2 sauts d'échauffement puis compétition

Pour les gymnastes qui font le saut 1 avec salto : 3 sauts d'échauffement sont autorisés

Barres – Poutre

Division 1 – 11 ans

Pour cette catégorie, la sortie est imposée et seul l'élément de l'EC est autorisé dans le tableau des éléments. Comment juger lorsque la gymnaste n'effectue pas la sortie imposée ?

Nouvelle règle pour barres et poutre :

- La gymnaste effectue une autre sortie FIG (par exemple sortie filée 1/2 tour aux barres ou salto avant groupé à la poutre) ou pas de sortie du tout (par exemple, la gymnaste descend de la barre après la volée ou fait rondade saut droit en sortie de poutre) :

- Pas d'EC pour la sortie,
- Pas de VD pour l'élément effectué si un élément est effectué (le seul élément autorisé en sortie est l'élément imposé) donc 7 éléments pris en compte
- Fautes d'exécution éventuelles
- -1 pt pour chute (déduction FIG appliquée lorsqu'il n'y a pas de sortie, même lorsqu'il n'y a pas réellement de chute)

- La gymnaste essaie de faire salto tendu aux barres mais l'élément n'est pas réalisé correctement (le salto est pris en carpé ou n'arrive pas sur les pieds) :

- Pas d'EC, pas de VD (7 éléments pris en compte), fautes d'exécutions éventuelles

Pas de déduction pour "pas de tentative de sortie" pour cette catégorie.

Barres

- Divisions 1 et 2 – 11 et 12 ans : tapis supplémentaires

Suite au fait que les barres ont été réhaussées de 5 cm, nous avons décidé d'ajouter un tapis de 5cm supplémentaire pour la sortie pour ces catégories. Ce tapis supplémentaire est obligatoire pour la réception de la sortie. S'il y a 2 tapis disponibles, obligation de mettre 1 tapis entre les barres + 1 pour la réception de la sortie

- Divisions 1 et 2 – 11 et 12 ans : présence de l'entraîneur

Pour ces catégories, la présence de l'entraîneur est obligatoire en cas de sortie salto. Si l'entraîneur n'est pas présent, pénalité neutre de -0,50

- Division 1 - 12 ans : volée coupée

Si la gymnaste fait une volée "normale" au lieu de la volée coupée : pénalité de -0,30

Exemple vidéo sur la Dropbox FfG

- Division 2 - 11 ans

La volée (bonus 3) peut-elle remplacée le 3/4 volée + tour arrière (EC 4) ?

Oui, bien sûr. Si une gymnaste fait volée, elle ne doit pas faire le 3/4 volée en plus.

Si la volée n'est pas réussie (pas de VD car pas dans les 10°), la bonification ne sera pas accordée mais l'EC 4 ne sera pas accordée non plus. La gymnaste peut refaire la volée ou faire 3/4 volée + tour arrière afin d'obtenir l'EC 4 et/ou la bonification 3.

Si la gymnaste répète le pieds-barre tour, l'EC 3 peut-elle être accordée ?

Non, un élément ne peut pas être répété pour remplir une EC

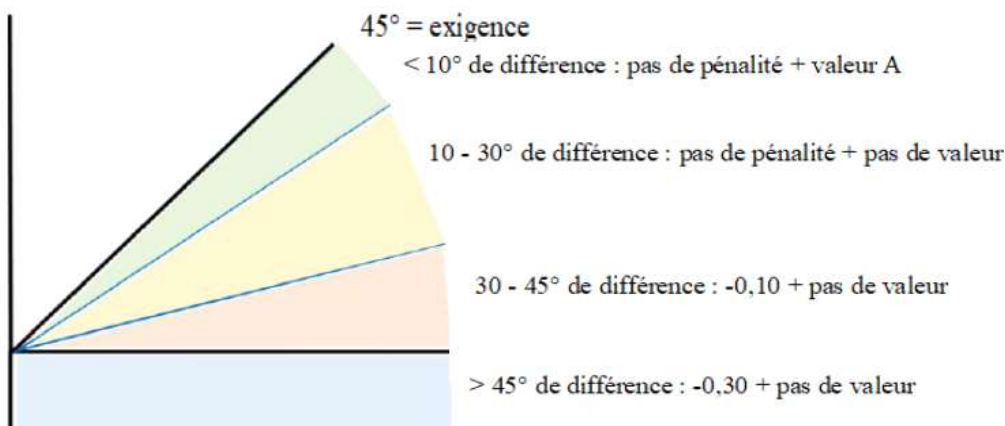
- Elan à 45°

Cet élément est compté comme un élément A en Division 2 pour les catégories 11, 12 et 13 ans pour réduire le nombre d'exercices trop courts, uniquement s'il est exécuté jambes serrées. Il s'agit du même élément que l'ATR jambes serrées (compté 1x dans ordre chronologique)

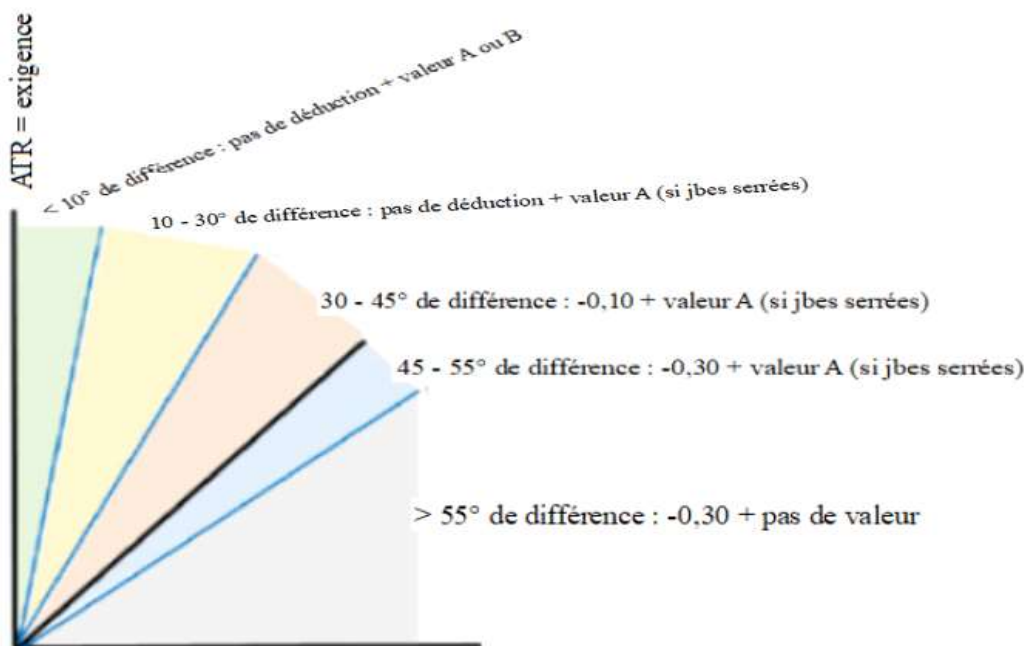
Pour le jury D, l'élément peut être accordé dans les mêmes conditions qu'un ATR, càd avec une tolérance de 10° par rapport à l'angle demandé. S'il manque + de 10°, l'élément n'a pas de valeur

Pour le jury E :

En 11 ans Div 2, l'élan à 45° est jugé par rapport à l'angle demandé (dans les 30° par rapport à 45°)



En 12-13 ans Div 2, l'élan à 45° est jugé pour l'exécution comme en FIG (par rapport à l'ATR)



- Division 2 – 14 ans et + : bonification pour volée ½ tour

Le bonus pour volée min 180° peut être obtenu plusieurs fois (si exécuté sans chute)

Exemple : la gymnaste fait volée demi-tour (180°) et, ensuite, volée tour (360°). Elle obtiendra 2x le bonus de 0,20

- Division 2 – 14 ans et + bonification pour 2 tours proches différents

Exemple 1 : la gymnaste fait bascule élan tour libre à 45° bascule élan stalder à 45°. Elle aura une bonification de 0,10 pour 2 tours proches de racines différentes à min 45° (s'il n'y a pas de chute)

Exemple 2 : la gymnaste fait tour libre à 45° + stalder à 45° (B+B)

Elle aura une bonification pour 2 tours proches de racines différentes à 45° (+0,10) et B+B différents (+0,10) soit au total : +0,20 de bonification (s'il n'y a pas de chute)

Exemple 3 : la gymnaste fait pieds-mains à l'équi + tour libre à l'équi + stalder à l'équi (C+C+C).

Elle aura les bonifications suivantes :

2 tours proches de racines différentes min 45° : +0,10

C+C+C : 2x 0,20 pour B+C

Soit au total : 0,50 de bonification (s'il n'y a pas de chute)

Exemple 4 : la gymnaste fait pieds-mains à l'horizontale + tour libre à l'horizontale (B+B)
Elle aura uniquement la bonification pour B+B : +0,10 (les tours proches ne sont pas à 45° donc pas de bonification pour 2 tours proches de racines différentes à min 45°)

- Reconnaissance du tour libre B

En FIG, le tour libre est reconnu comme élément B (tour libre à l'équi C dévalué à B) lorsque :

- une position de courbe est maintenue pendant tout le tour proche

ET

- le corps s'éloigne de la barre lorsque la gymnaste passe au-dessus de la barre. Il y a donc une reprise d'appui.

L'élément devient tour arrière (élément A) lorsque :

- les hanches se ferment pendant l'élément (lorsqu'il y a un angle au niveau des hanches)

OU

- le corps ne s'éloigne pas de la barre

- Reconnaissance du salto Pak

Quand le salto Pak peut-il être reconnu lorsque la gymnaste ne parvient pas à poursuivre son exercice ?

La valeur du salto Pak sera reconnue lorsque la gymnaste poursuit son exercice ou, si lorsqu'elle attrappe la barre, il y a un appui visible avant la chute.

S'il y a une chute au salto Pak ou si la gymnaste heurte le tapis lors de la bascule qui suit le salto Pak, la chute sera prise en compte sur le salto Pak et non sur la bascule, peu importe où la gymnaste heurte le tapis (avant ou après la verticale de la barre). Aucune VL ne pourra donc être comptée.

- Elan à vide

= élan ou balancé avant ou arrière et ensuite, repartir dans l'autre direction sans exécuter un élément

Exemples :

- balancé après Shapo puis bascule (si suivi d'un élément avec vol : pas d'élan à vide)

- après tour arrière

- balancé avec 1/2 tour sous l'horizontale

Jugement : -0,50 pour élan à vide (pas de fautes d'exécution lors d'un élan à vide)

- Elan intermédiaire

= élan intermédiaire à l'appui ou en suspension qui n'est pas nécessaire pour pouvoir exécuter l'élément suivant (= "arrêt" dans l'exercice)

Exemples :

- balancés après un petit lu avant de faire la bascule

- arrêt avec élan intermédiaire après une bascule

Jugement : -0,50 pour élan intermédiaire + pas de déductions pour fautes d'exécution

Si plusieurs élan intermédiaires sont exécutés à la suite les uns des autres (ex : plusieurs balancés après le petit lu), on ne pénalise qu'une fois -0,50

- Bascule en courant

Comment faut-il juger une gymnaste qui reprend son exercice après une chute par une bascule en courant ?

C'est considéré comme une chute.

Exemple : la gymnaste fait ATR et passe au-dessus (chute) et ensuite, elle reprend son exercice par une bascule en courant

=> -1pt pour la chute à l'ATR et -1pt pour la bascule en courant

Poutre

- Division 1 - 11 ans

* Les éléments imposés peuvent-ils être pris en compte pour la VD ?

Non, ces éléments ont déjà une valeur de 0,50 pts. Ils ne peuvent pas être comptés parmi les 8 éléments pris en compte pour la VD. Ils sont par contre bien pris en compte dans le cadre du nombre d'éléments pour un exercice trop court

* Que faire lorsque l'ATR n'est pas tenu 2" lors de l'entrée en force ?

Si l'ATR n'est pas tenu 2" comme demandé, l'élément n'aura pas de valeur

* Pour les éléments avec une position de départ et/ou de fin imposée : si la position n'est pas respectée, une pénalité de -0,30 sera appliquée

Exemples :

- Roue retour pied posé au lieu de pointe retournée : -0,30
- Souplesse avant sans départ de l'arabesque : -0,30
- Rondade salto en sortie sans ouverture : -0,30 (valable également au sol)
- Souplesse arrière sans départ jambe levée : -0,30

Des vidéos sont disponibles sur la Dropbox de la FfG

Précisions pour l'arabesque :

Si l'arabesque est exécutée mais manque d'amplitude ou n'est pas exécutée correctement : -0,10



Exigences : dos droit + jambe arrière horizontale

* Pirouettes imposées + EC 1 : Précisions

Possibilités pour l'EC 1 : pirouette min A (groupe 3) différente de la pirouette imposée. **Cette pirouette est une pirouette de 360° (pas +)**

Exemple 1 : 1/2 pirouette accroupie + 1/2 pirouette accroupie comme élément imposé
Comme EC, la gymnaste peut faire toutes les pirouettes debout (pirouette simple, jambe à l'horizontale ou en grand écart, pied en main) sans devoir adapter la chorégraphie

Exemple 2 : 1/2 pirouette + 1/2 tour comme élément imposé

Si la gymnaste fait la pirouette accroupie comme EC, la chorégraphie ne doit pas être adaptée.
Si la gymnaste fait une autre pirouette debout pour l'EC (jambe à l'horizontale ou en grand écart, pied en main), la préparation pour la pirouette accroupie doit être enlevée de la chorégraphie et la 2ème pirouette debout doit être faite directement après la pirouette imposée (1/2 pirouette + 1/2 tour)

2 possibilités existent concernant la technique de ½ pirouette + ½ tour sur pointes :

- soit comme sur la vidéo : la ½ pirouette se termine pied plat pied au genou (si la gymnaste pose le talon, elle doit maintenir la position pied au genou)
- soit la gymnaste pose le pied après la ½ pirouette et reste sur demi-pointes pour effectuer le ½ tour

Si la gymnaste fait un déséquilibre entre la ½ pirouette et le demi-tour sur pointes, l'élément pourra être pris en compte pour la note D mais il y a aura une pénalité (jury E) de 0,30 pour "arrêt". S'il y a chute après la ½ pirouette, la gymnaste peut répéter l'élément pour pouvoir faire l'enchaînement demandé.

* Que faire pour la chorégraphie lorsque la gymnaste ne sait pas encore faire un élément ?

Etant donné que la chorégraphie est imposée, si la gymnaste ne sait pas faire un élément, elle doit avancer ou reculer correctement pour se placer au bon endroit afin de poursuivre la série. Pour cela, un mouvement de chorégraphie peut être ajouté afin de garder le rythme et la fluidité de la série

S'il manque une partie de la chorégraphie : -0,50 (jury E)

* Chronométrage

Pour cette saison, les poutres de cette catégorie ne seront pas chronométrées (ou le seront à titre indicatif)

- Division 2 – 11 ans

Que faire lorsque l'ATR n'est pas tenu 2 secondes pour la bonification 1 : ATR menichelli ?

Si l'ATR n'est pas tenu, la bonification sera quand même accordée (s'il n'y a pas de chute) mais une déduction E de -0,30 sera accordée.

Que faire si la gymnaste de démarre pas "pointé" pour la sortie rondade salto (bonification 4) ?

Si la gymnaste fait plusieurs pas avant d'effectuer la rondade, la bonification ne sera pas accordée (l'EC 4 est quand même accordée). Un pas est toléré

- Division 2 - 12-13 ans : Bonification : B + B

Est-ce que flic flic peut remplacer l'EC 3 (souplesse arrière flic) ?

Flic flic peut remplacer l'EC 3 seulement pour les 13 ans.

Si une gymnaste de 12 ans fait flic flic, elle n'aura pas l'EC 3 (souplesse flic) mais aura une bonification de 0,20 (s'il n'y a pas de chute).

- Division 2 : 14-15 ans et 16 ans et + : EC 3 Série acro FIG ou menichelli menichelli

Est-ce que la gymnaste peut faire menichelli + flic 2 pieds au lieu de menichelli menichelli pour remplir l'EC ?

Oui, elle peut faire toutes les variantes de flic. Si elle fait menichelli flic 2 pieds, elle pourra également obtenir un bonus pour B+B différents

- Sauts en position latérale

Les sauts en position latérale avec rotation pour lesquels la rotation n'est pas terminée doivent être considérés comme exécutés en position transversale.

Exemples :



La gymnaste exécute saut écart demi-tour en position latérale mais la rotation n'est pas terminée. Le saut compté sera sans rotation (saut écart) ET en position transversale et non en position latérale. D devient B

Si, lors d'un saut en position latérale avec rotation, la rotation n'est pas complète => toujours "dévaluer" la rotation incomplète ET considérer le saut en position transversale

ET

Si, lors d'un saut en position latérale avec rotation, la gymnaste regarde le bout de la poutre avant d'exécuter le saut => toujours "dévaluer" la rotation incomplète ET considérer le saut en position transversale **idem si le timing n'est pas respecté dans le saut (position spécifique à effectuer avant ou après la rotation pour les sauts avec demi-tour)**

En Division 2 - 11 et 12 ans, une gymnaste exécute un saut écart demi-tour en position latérale (valeur D) mais, dans le tableau des éléments, seuls les éléments de valeur C sont autorisés. Quelle valeur donne-t-on à ce saut ?

Etant donné que les éléments gymniques sont limités à C dans ces catégories, le saut écart demi-tour obtiendra la valeur C, peu importe qu'il soit exécuté en latéral ou en transversal.

- Changement de jambes avec demi-tour

Si la rotation n'est pas complète, on reconnaît changement de jambes ou changement de jambes 1/4 de tour (Johnson) si on voit clairement la position carpé écarté ou écart latéral avec les 2 jambes



Rotation incomplète
(+ de 30°)

avec déduction pour
position de corps



Z

Ecart de jambes avant/arrière => reconnu comme changement de jambes



ZA

Ecart latéral => reconnu comme changement de jambes 1/4 de tour (Johnson)

- répétition des éléments acrobatiques

Les éléments acros suivants avec appui des mains peuvent être répétés une 2ème fois dans l'exercice pour la VL et le bonus série mais ne peuvent pas être répétés pour l'EC de série acro :

- menichelli
- flic 2 pieds
- flic auerbach
- volte
- rondade

Exemple : la gymnaste fait menichelli et s'arrête. Elle avance et fait menichelli salto (sans chute). Elle n'obtiendra pas l'EC de série acro mais pourra obtenir la VL (en Div 2).

- Entrée flic sur les bras (élément 1.314 C)

Que se passe-t-il si la gymnaste ne tient pas sur les bras en chandelle mais revient directement à l'appui ?

L'élément est compté comme **C** car, dans le code, il est indiqué que le flic doit arriver en position chandelle mais pas que la position doit être maintenue. Si la position d'arrivée sur la poutre n'est pas claire, on peut uniquement pénaliser pour précision (-0,10).

*De la station dos à la poutre
flic flic par-dessus la poutre
en position de chandelle , pour
terminer à l'appui facial avec
ou sans tour d'apui ar.*

Que se passe-t-il si la gymnaste tombe après la chandelle ?

L'élément n'aura pas de valeur car il est bien précisé que l'élément doit se terminer à l'appui facial.

Sol

- Division 2 - 14-15 ans et 16 ans et + : bonus pour double salto

Est-ce que cette bonification peut-être accordée pour double twist ?

Non, la bonification est accordée uniquement pour double salto arrière comme indiqué dans le programme.

- Pirouette jambe à l'horizontale (élément 2.202 B)

Dans le code 2022-2024, cette pirouette ne peut plus être exécutée avec la jambe fléchie ou en tenant la jambe. Si c'est le cas, elle sera considérée comme pirouette en passé parallèle (pirouette pied au genou)