



# **GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE**

---

## **Programme Provincial Canadien 2011-2012**

**Tableaux principaux  
Version provisoire  
(Version québécoise)**

**NOVEMBRE 2011**

## STRUCTURE COMPÉTITIVE FÉMININE ANNÉES DE NAISSANCE POUR LA SAISON 2011-2012

	PROVINCIAL					NATIONAL	
	PROVINCIAL 1	PROVINCIAL 2	PROVINCIAL 3	PROVINCIAL 4	PROVINCIAL 5	NATIONAL	HAUT NIVEAU
<b>CATÉGORIES</b>	Ouverte 1997 et ↓ Éléments imposés	Ouverte 1997 et ↓ 6 éléments A permis	Ouverte 1997 et ↓ 6 éléments A-B permis	Ouverte 1997 et ↓ 6 éléments A-B-C permis	Ouverte 1997 et ↓ 8 éléments A-B-C-D permis	Ouverte 1999 and ↓ FIG	HP Senior 1998 and ↓ FIG
	Novice 1998 – 1999 Éléments imposés	Novice 1998 – 1999 6 éléments A permis	Novice 1998 – 1999 6 éléments A-B permis	Novice 1998 – 1999 6 éléments A-B-C permis	Novice 1998 – 1999 8 éléments A-B-C-D permis		HP Junior 1997 – 2000 FIG Modèle CDN
	Tyro 2000 – 2001 Éléments imposés	Tyro 2000 – 2001 6 éléments A permis	Tyro 2000 – 2001 6 éléments A-B permis	Tyro 2000 – 2001 6 éléments A-B-C permis	Tyro 2000 – 2001 8 éléments A-B-C-D permis	Novice 1999 – 2001 FIG Modèle CDN	HP Novice 1999 – 2001 FIG Modèle CDN
	Argo 2002–2003 Éléments imposés	Argo 2002–2003 6 éléments A permis	Argo 2002–2003 6 éléments A-B permis		Pré-Novice canadienne Espoir / Élite 2001-2003		
	<u>Pre- comp</u>	Programme de développement					
<u>REC</u>	Programmes récréatifs						

Les points suivants sont de juridiction provinciale et peuvent être modifiés pour répondre aux besoins particuliers de chaque province.

- Âge minimal dans la catégorie Argo (possibilité d'inclure les athlètes de 9 ans).
- Possibilité de combiner des catégories si le nombre de participantes est insuffisant dans un groupe d'âge donné
- Hauteur des engins – Cheval et Poutre
- Utilisation de la mini-trampoline ou de 2 tremplins superposés au Cheval dans les catégories P1 et P2
- Procédure d'échauffement et format de compétition

Note : En cas de divergences entre les versions française et anglaise, le texte anglais a priorité.

## PROGRAMME PROVINCIAL CANADIEN 2011-2012

Veillez consulter le Code de pointage de la FIG, édition 2009 pour obtenir plus d'information sur les notes D et E. Le Code de pointage peut être téléchargé à partir du site de la FIG au [www.fedintgym.com/rules](http://www.fedintgym.com/rules)

### COMPOSANTES DES NOTES D ET E

	<b>Provincial 2-3-4</b>	<b>Provincial 5</b>
Nombre d'éléments	5 éléments les plus difficiles + sortie	7 éléments les plus difficiles + sortie
Exigence de composition	5 EC @ 0,5 chacun = 2,5	
Bonus	Max 0,6	Aucun maximum
Réception pile	0,1 ajouté à la note finale (CH, BA, PO)	
Changements au Code de pointage FIG	Toutes les déductions sont telles que décrites dans le Code de pointage de la FIG, édition 2009. Certaines modifications ont été apportées aux déductions de présentation artistique à la poutre et sol. <b>CHUTE : 1.0 POINT, TEL QU'INDIQUÉ DANS LE CODE DE POINTAGE DE LA FIG.</b>	

### TABLEAU RÉCAPITULATIF DES NOTES D ET E

#### **NOTE D**

	<b>P2</b>	<b>P3</b>	<b>P4</b>	<b>P5</b>
Nombre d'éléments comptés	6	6	6	8
Valeur élément requis	n/a	n/a	n/a	n/a
Valeur élément A	0,1	0,1	0,1	0,1
Valeur élément B		0,2	0,2	0,2
Valeur élément C			0,3	0,3
Valeur élément D				0,4
Max possible VD	0,6	1,0	1,4	<b>2,1</b>
EC	2,5	2,5	2,5	2,5
Boni	0,6	0,6	0,6	Aucun max

#### **Note D Max**

<b>3,7</b>	<b>4,1</b>	<b>4,5</b>	<b>4,6 + Boni</b>
------------	------------	------------	-------------------

#### **NOTE E**

Note maximale pour Exécution /  
Présentation artistique

10	10	10	10
----	----	----	----

#### **NOTE MAXIMALE TOTALE**

<b>13,7</b>	<b>14,1</b>	<b>14,5</b>	<b>14,3 + Boni</b>
-------------	-------------	-------------	--------------------

Boni pour réception pile  
(CH, BA, PO) ajouté à la note finale

+0,1	+0,1	+0,1	+0,1
------	------	------	------

**PROGRAMME PROVINCIAL CANADIEN 2011-2012**  
**SAUT**

	<b>PROVINCIAL 2</b>	<b>PROVINCIAL 3</b>	<b>PROVINCIAL 4</b>	<b>PROVINCIAL 5</b>
<b>Note D</b>	Note D : Max: 3,5	Note D : Max: 4,0	Note D : Max: 4,5	Note D : Max: 5,0
<b>SAUTS PERMIS</b>	<a href="#">Sauts permis</a> Voir le tableau pour obtenir la liste et la valeur des sauts permis pour chaque catégorie.			
<b>EXIGENCES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 ou 2 sauts, le meilleur est retenu</li> </ul> <p>P2 seulement : L'utilisation du mini-trampoline est permise avec déduction de 1,5 point de la note finale du saut. (Sous juridiction provinciale). L'aéroboard, est permis pour P2 Argo-Tyro et P3 Argo déduction - 1.5 pts pour autres catégories</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 ou 2 sauts, le meilleur est retenu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 ou 2 sauts, le meilleur est retenu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 ou 2 sauts, le meilleur est retenu</li> </ul>
<b>SAUT EQUIPEMENT</b>	<p><b>Hauteur de la table de saut :</b>            P2 – P3 : Argo-Tyro : 115 cm            P4 – P5 : Tyro : 115 cm ou 125 cm (FIG)            P2 – P5 : Novice / Ouverte : 125 cm (FIG)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tapis de réception de 20 cm</li> <li>• P2-P5 : Tapis supplémentaire pour réception du saut min FIG (min 10 cm). Autrement, l'utilisation de tout tapis ou combinaison de tapis est permise, incluant un tapis de sécurité de 20 cm.</li> <li>• Les lignes indiquant le couloir sur le tapis de réception ne sont pas utilisées. Il est toutefois possible d'utiliser la déduction « Déviation par rapport à l'axe de réception – 0,10 » (faisant partie de la Note E).</li> </ul>			
<b>Présence de l'entraîneur</b>	La présence de l'entraîneur sur le tapis de réception est permise.			
<b>Déductions supplémentaires</b>	Les déductions suivantes sont ajoutées pour toutes les catégories (déductions PPC ajoutées aux déductions FIG) : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Touche de la tête sur le cheval : Saut nul (0,0)</li> <li>• Marcher en ATR sur la table de saut : 0,5 chaque pas</li> </ul>			
<b>Boni</b>	+ 0,1 pour réception pile « stick » ajouté à la note finale (en cas de doute, le boni n'est pas accordé).			

**PROGRAMME PROVINCIAL CANADIEN 2011-2012 (JUIN 2011)**

**TABLEAU : Liste et valeur des sauts permis par catégorie**

				<b>P2</b>	<b>P3</b>	<b>P4</b>	<b>P5</b>
		<b>Saut #</b>		<b>Max 3.5</b>	<b>Max 4.0</b>	<b>Max 4.5</b>	<b>Max 5.0</b>
<b>Saut de mains</b>	Saut de mains	1.00		3.5	3.2	2.9	2.8
	Saut de mains 1/2	1.01		3.5	3.4	2.9	2.8
	Saut de mains 1/1	1.02			4.0	3.7	3.6
	Saut de mains 1 1/2	1.03				4.5	4.3
	Saut de mains 2/1	1.04					4.9
<b>Yamashita</b>	Yamashita	1.10			3.2	2.9	2.8
	Yamashita 1/2	1.11			3.4	3.5	3.0
	Yamashita 1/1	1.12			4.0	4.0	3.6
<b>½ au 1<sup>er</sup> envol</b>	1/2 - 1/2	1.20		3.5	3.2	2.9	2.8
	1/2 - 1/1	1.21			3.6	3.5	3.3
	1/2 - 1 1/2	1.22			4.0	4.3	4.0
	1/2 - 2/1	1.23				4.5	4.4
<b>1/1 On</b>	1/1 - Saut de mains	1.30					3.6
	1/1 – Saut de mains 1/1	1.31					4.4
<b>Yurchenko – sdm 2<sup>e</sup> envol</b>	Yurchenko (rd-ff) – 1/1 au 2 <sup>e</sup> envol	1.405					3.5
	Yurchenko 1/2 – Saut de mains 1/1	1.40					3.6
	Yurchenko 1/2 – Saut de mains 1 1/2	1.41					4.2
<b>SdM salto</b>	Saut de mains – Salto avant groupé	2.10					5.0
<b>Tsukahara</b>	Tsukahara groupé	3.10				4.4	4.5
	Tsukahara groupé ouvert	3.09				4.5	4.8
	Tsukahara carpé	3.20				4.5	4.7
	Tsukahara groupé avec ½ tour	3.11				4.5	5.0
	Tsukahara tendu	3.30					5.0
<b>Yurchenko</b>	Yurchenko groupé	4.10				4.4	4.5
	Yurchenko groupé ouvert	4.09					4.7
	Yurchenko carpé	4.20					4.6
	Yurchenko groupé avec ½ tour	4.11					5.0
	Yurchenko tendu	4.30					5.0

**PROGRAMME PROVINCIAL CANADIEN 2011-2012 (Juin 2011)  
BARRES ASYMÉTRIQUES**

	<b>PROVINCIAL 2</b>	<b>PROVINCIAL 3</b>	<b>PROVINCIAL 4</b>	<b>PROVINCIAL 5</b>
<b>VD</b>	Top 5 difficultés + Sortie Max VD 0,6 (Max D: 3,7) Éléments A seulement**	Top 5 difficultés + Sortie Max VD 1,0 (Max D : 4,1) Éléments A et B seulement**	Top 5 difficultés + Sortie Max VD 1,4 (Max D : 4,5) Éléments A, B et C seulement**	Top 7 difficultés + Sortie Max VD 2,1 (Max D: 4,6 + boni) Éléments A, B, C et D seulement**
<b>Éléments interdits :</b> - 1,0 ch. de la note finale	Éléments B+	Éléments C+ Sortie pieds-mains salto avant Sortie double salto groupé Lune, Soleil ou lune avec rot. longitudinale	Éléments D+ Soleil ou lune avec rotation de 360°	Éléments E+
	P1 – P5 : Éléments exécutés avec amplitude maximale permis même si leur valeur FIG change. L'élément filé ½ tour avec envol à BI est permis en P3 même si valeur C. (Accorder la valeur maximale permise pour la catégorie)			
<b>EC</b>	<u>EC – 0,5 chacun</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>1 changement de barre, BI-BS (aucune valeur requise)</li> <li>Tour proche de la barre</li> <li>Bascule</li> <li>1 élément en suspension (longue bascule, ½ soleil ou établissement, exclut sortie salto)</li> <li>Sortie Salto A = 0,5 Autres A = 0,3</li> </ul> Note : Il n'y a aucune déduction si entrée est sans valeur.	<u>EC – 0,5 chacun</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>1 chang. de barre, BI – BS (aucune valeur requise)</li> <li>Tour proche de la barre</li> <li>Bascule – prise d'élan min à l'horiz. jambes ensemble (voir clarification)</li> <li>1 élément de long balancer (établissement, soleil, contre-mouvement ou sortie salto)</li> <li>Sortie Salto A ou Éléments B = 0,5 Autres A = 0,3</li> </ul>	<u>EC – 0,5 chacun</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>1 chang. de barre, BI – BS (aucune valeur requise)</li> <li>Tour proche de la barre</li> <li>Prise d'élan min 30° de la verticale</li> <li>Éléments à l'ATR ou passant par l'ATR</li> <li>Sortie Salto tendu av. ou arr (valeur A), ou B, ou C = 0,5 Salto A (autre que salto tendu) = 0,3</li> </ul>	<u>EC – 0,5 chacun</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>1 chang. de barre avec valeur</li> <li>Tour proche de la barre min B</li> <li>Bascule – Prise d'élan min 30° de la verticale</li> <li>Éléments à l'ATR ou passant par l'ATR (autre que prise d'élan à l'ATR)</li> <li>Sortie C ou D = 0,5 B = 0,3</li> </ul>
<b>Prises d'élan</b>	<b>Clarifications P1 – P5 :</b> Les prises d'élan exécutées à 45°+ de la verticale (vers l'ATR) peuvent être faites jambes ensemble ou écartées (technique corps carpé). Si exécutée jambes écartées, les jambes doivent se coller à la fin de la prise d'élan.			
<b>BONI</b>	<b>Maximum 0,6</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>+0,2 Prise d'élan min 45°</li> <li>+0,2 pour 2<sup>e</sup> Bascule (différente)</li> <li>+0,2 Tour pieds-mains (jambes fléchies ou tendues)</li> </ul>	<b>Maximum 0,6</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>+0,2 Prise d'élan min 45° (accordé une seule fois)</li> <li>+0,2 pour B</li> <li>+0,2 Sortie salto arrière tendu (sans vrille)</li> </ul>	<b>Maximum 0,6</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>+0,2 bascule - prises d'élan à l'ATR (± 10°) avec jambes écartées (accordée une seule fois)</li> <li>+0,2 pour B+</li> </ul>	<b>Aucun maximum</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>+0,2 pour 2<sup>e</sup> + chang. de barre avec valeur</li> <li>+0,2 pour C</li> <li>+0,2 pour D</li> <li>+0,2 Soleil ou lune avec 180°</li> <li>+0,2 C+C ou C+D (semblables ou différents, envol ou ½ tour non requis)</li> <li>+0,2 Sortie double salto arrière groupé</li> </ul>
<b>Déductions spécifiques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>2<sup>e</sup> Course manquée – 1,0</li> <li>Ajustement des prises – 0,1</li> <li>Frôler l'agrès avec les pieds – 0,3</li> <li>Frôler le tapis – 0,5</li> <li>Heurter l'agrès avec les pieds – 0,5</li> <li>Heurter le tapis avec les pieds – 1,0</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mouvement non caractéristique – 0,3</li> <li>Hauteur insuffisante des éléments avec envol – 0,1/0,3</li> <li>Sous rotation pour les éléments avec envol – 0,1</li> <li>Extension insuffisante pour les bascules – 0,1</li> <li>Élan intermédiaire – 0,5</li> <li>Précision des angles à la fin des éléments – 0,1 / 0,3 / 0,5</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mauvais rythme des éléments – 0,1</li> <li>Élan en av. ou en arr. sous l'horizontale – 0,1</li> <li>Amplitude des prises d'élan (différent de FIG) – 0,1</li> <li>Plus de 2 él. identiques liés directement à la sortie – 0,1</li> <li>Pas de tentative de sortie – 0,5</li> </ul>	
<b>Équipement</b>	P2-P5 : Tapis supplémentaire pour réception de la sortie min FIG (min 10 cm supplémentaire ou 5 cm permis si la gymnaste touche le tapis de 10 cm) Autrement, l'utilisation de tout tapis ou combinaison de tapis est permise, incluant un tapis de sécurité de 20 cm. Les tapis supplémentaires peuvent être placés sous les barres. Largeur des barres : <b>Argo et Tyro (130-180), aucun maximum Novice Senior</b> – Doit respecter les limites sécuritaires de l'équipement			
<b>Boni suppl.</b>	+ 0,1 pour réception pile « stick » ajouté à la note finale (en cas de doute, le boni n'est pas accordé) Le boni pour réception pile est accordé si la valeur de la sortie est suffisamment élevée pour obtenir 0.3 ou 0.5 pour l'EC de la sortie			

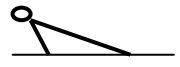
## PROGRAMME PROVINCIAL CANADIEN 2011-2012 (Juin 2011)

	Provincial 2	Provincial 3	Provincial 4	Provincial 5
<b>A Limité</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ½ soleil (long balancer enroulé BS)</li> <li>• Petit bonhomme (groupé ou carpé, jambes ensemble ou écartées) attraper BS</li> <li>• Prise d'élan à l'horizontale, jambes ensemble (angle défini par une ligne épaules-pieds)</li> <li>• Sortie pieds-mains sur BS</li> <li>• Tour d'appui avant</li> <li>• <b>Pieds-Mains ½ tour sur BI (pas comme sortie)</b></li> </ul>	<b>Aucune valeur</b>		
<b>A</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tour pieds-mains avant ou arrière min 270° jambes ensemble ou écartées. Aucune déduction pour jambes fléchies</li> <li>• Établissement</li> </ul>			


**\*\* Éléments A, B, C ou D seulement :** Les éléments exécutés avec amplitude maximale sont permis, même si leur valeur (FIG ou élément de progression) change. Si la valeur de l'élément présenté (lorsque exécuté avec amplitude maximale) est interdite, leur valeur permise la plus élevée dans la catégorie est accordée. Aux BA, à la PO et au SOL, la valeur maximale permise est : P2 = A, P3 = A et B, P4 = A, B, et C  
**Attention : L'entrée par renversement et le balancé avant à l'horizontal ne sont plus des éléments de progression**

### Prise d'élan – Déduction pour angle (les bonis sont inclus dans le tableau ci-dessus)

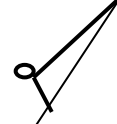
**Prise d'élan– P1** Exigence : Prise d'élan, pieds à la hauteur de la barre

<u>Jury D</u>	<u>Jury E</u>	
Pieds à la hauteur de la barre – ER créditée	• Pieds à la hauteur de la barre – Aucune déduction	 Pieds hauteur de la barre
Pieds sous la barre – ER non créditée	• Pieds sous la barre – Déduct 0,10	

**Prise d'élan – P2 et P3** Exigence : Prise d'élan à l'horizontale, jambes ensemble (à moins que la prise d'élan ne soit à 45°+, voir clarifications dans le tableau). Corps parallèle au sol. Angle des épaules n'est pas pris en considération.

<u>Jury D</u>	<u>Jury E</u>	
Prise d'élan à l'horiz – VD créditée (P2 seulement)	• Prise d'élan à l'horiz – Aucune déduction	 horizontal Corps parallèle au sol
Prise d'élan sous l'horiz – Aucune VD	• Prise d'élan sous l'horiz – Déduct 0,10	

**Prise d'élan – P4 et P5** Exigence : Prise d'élan à 30° (

<u>Jury D</u>	<u>Jury E</u>	
P-élan à l'ATR (±10°) – Crédité élément A ou B	• > 10° – 30° – Aucune déduction	 30 degrés
P-élan entre 45° et 10° – Aucune VD	• > 30° – 45° – Aucune déduction	
P-élan sous 45° – Aucune VD	• > 45° – Déduct 0,10	

### Tours proches de la barre, sans pirouette et éléments avec envol de BS à BI – Déductions pour angle

Inclut : tours libres, stalder, etc. **Au Québec voir à utiliser les déductions d'angle FIG**

±10° de la verticale	VD FIG créditée (ou maximum selon la catégorie), aucune déduction
Entre 45° et 10°	Une valeur inférieure (Règle FIG), aucune déduction
Entre 45° et horiz	Une valeur inférieure (Règle FIG), déduction 0,1
Sous l'horizontale	Valeur A, déduction 0,1 (FIG modifié), aucune déduction, élément A accordé

**Autres éléments, déductions pour angle sont telles que prescrites par la FIG**

**PROGRAMME PROVINCIAL CANADIEN 2011-2012 (Juin 2011)**  
**POUTRE**

	<b>PROVINCIAL 2</b>	<b>PROVINCIAL 3</b>	<b>PROVINCIAL 4</b>	<b>PROVINCIAL 5</b>
<b>VD</b>	<b>Top 5 difficultés + Sortie Max VD 0,6 (Max D : 3,7) Éléments A seulement**</b>	<b>Top 5 difficultés + Sortie Max VD 1,0 (Max D : 4,1) Éléments A et B**</b>	<b>Top 5 difficultés + Sortie Max VD 1,4 (Max D : 4,5) Éléments A, B et C**</b>	<b>Top 7 difficultés + Sortie Max VD 2,1 (Max D: 4,6 + boni) Éléments A, B, C et D**</b>
<b>Éléments interdits :</b> - 1,0 ch. de la note finale	Acro B+	Acro C+ Série acro de 2 él. avec envol	Acro D+ Élément acro C dans une série acro	Acro E+
	P1 – P5 : Les éléments gymniques et parties de maintien de n'importe quelle valeur exécutés en entrée ou durant l'exercice sont permis et peuvent être utilisés pour les VD.			
<b>EC</b>	<p align="center"><u>EC – 0,5 chacun</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Série gymnique, min 2 él. différents</li> <li>Tour min 360°</li> <li>1 élément acro*</li> <li>2° élément acro de directions différentes (avant OU arrière OU latérale) excluant l'entrée et la sortie</li> <li>Sortie Salto A, RSM, SMSM = 0,5 Autres A = 0,3</li> </ul> <p>*ATR (départ vers l'avant, de la station) est un élément avant. Roue à l'ATR considérée comme él. latéral (Tous les ATR sont semblables, valeur accordée une seule fois). RSM : Roue sans mains; SMSM : Saut de mains sans mains</p>	<p align="center"><u>EC – 0,5 chacun</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Série gymnique, min 2 él. différents dont un saut avec écart 180° (antéro-postérieur)</li> <li>Tour min 360°</li> <li>Série acro, min 2 éléments, aucun envol requis*</li> <li>Éléments acro de différentes directions (avant /latérale ET arrière) excluant l'entrée et la sortie</li> <li>Sortie Salto A ou B, = 0,5 RSM, SMSM = 0,3</li> </ul> <p>*ATR tenu ou non peut être utilisé comme 1<sup>er</sup> élément d'une série acro vers l'arrière (et peut obtenir un boni) RSM : Roue sans mains; SMSM : Saut de mains sans mains</p>	<p align="center"><u>EC – 0,5 chacun</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Série gymnique, min 2 él. différents dont un saut avec écart 180° (antéro-postérieur)</li> <li>Tour min 360°</li> <li>Série acro, min 2 él. dont 1 avec envol</li> <li>Éléments acro de différentes directions (avant /latérale ET arrière) excluant l'entrée et la sortie</li> <li>Sortie B ou C = 0,5 A = 0,3</li> </ul>	<p align="center"><u>EC – 0,5 chacun</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Série gymnique, min 2 él. différents dont un saut avec écart 180° (antéro-postérieur)</li> <li>Tour (règles FIG)</li> <li>Série acro, min 2 él. avec envol</li> <li>Éléments acro de différentes directions (avant /latérale ET arrière excluant l'entrée et la sortie</li> <li>Sortie C ou D = 0,5 B = 0,3</li> </ul>
<b>BONI</b>	<p align="center"><b>Maximum 0,6</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>+0,2 pour premier Gym B+ ou saut avec écart 180° (boni accordé si écart 135°) (max 0,2 pour éléments gymniques)</li> <li>+0,2 Renversement (toutes variations)</li> <li>+0,2 Entrée montée à l'ATR en force (tenu ou non)</li> <li>+0,2 Série acro, min 2 él., aucun envol requis. ATR tenu ou non peut être utilisé comme 1<sup>er</sup> élément d'une série acro vers l'arrière</li> <li>+0,2 Acro A (non répété) lié directement à sortie salto A+</li> </ul>	<p align="center"><b>Maximum 0,6</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>+0,2 pour premier Gym B+ (max 0,2 pour éléments gymniques)</li> <li>+0,2 pour Acro B</li> <li>+0,2 Série acro dont un él. B avec envol (incl. ATR – flic-flac) excl. entrée et sortie</li> <li>+0,2 Acro A (non répété) ou B lié directement à sortie salto A+</li> </ul>	<p align="center"><b>Maximum 0,6</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>+0,2 pour premier Gym C+ (max 0,2 pour éléments gymniques)</li> <li>+0,2 pour Acro C</li> <li>+0,2 Série acro avec 2 él. avec envol (liaison directe) excl. entrée et sortie</li> <li>+0,2 Acro B lié directement à une sortie salto A+</li> </ul>	<p align="center"><b>Aucun Maximum</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>+0,2 pour C</li> <li>+0,2 pour D</li> <li>+0,2 Série mixte min B+C</li> <li>+0,2 Série acro 2 él. avec envol dont un salto (liaison directe) excl. entrée et sortie</li> </ul>
	<p><b>Déductions spécifiques (de la note E)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Entrée pas dans la table des difficultés (P4 et P5) – 0,1</li> <li>Plus d'un ½ tour sur 2 pieds jambes tendues (P2 à P5) – 0,1</li> <li>Absence d'un mouvement proche de la poutre – 0,1</li> <li>Pas de tentative de sortie – 0,5</li> </ul>		<p><b>Présentation artistique (Max 0.3)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Variation du rythme insuffisante – 0,1</li> <li>Manque d'assurance d'exécution – 0,1</li> <li>Créativité chorégraphique (originalité de la composition, des éléments et des mouvements) – 0,1</li> <li>Gestes ou mimiques inappropriés, ne correspondant pas au mouvement – 0,1</li> </ul>	
<b>EQUIPMENT</b>	<p align="center">Poutre : <b>Argo / Tyro: 110 cm</b>, Novice / Open: 125 cm (FIG) P2-P5 : Tapis supplémentaire pour réception de la sortie min FIG (min 10 cm). Autrement, l'utilisation de tout tapis ou combinaison de tapis est permise, incluant un tapis de sécurité de 20 cm. <b>La présence de l'entraîneur sur le tapis est permise pour la sortie seulement.</b></p>			
<b>Boni spécial</b>	<p align="center">+ 0,1 pour réception pile « stick » (en cas de doute, le boni n'est pas accordé) Le boni pour réception pile est accordé si la valeur de la sortie est suffisamment élevée pour obtenir 0,3 ou 0,5 pour l'EC de la sortie</p>			

**PROGRAMME PROVINCIAL CANADIEN 2011-2012 (Juin 2011)  
POUTRE – LISTE DES ÉLÉMENTS DE PROGRESSION**

	Provincial 2	Provincial 3	Provincial 4	Provincial 5
<b>A limité</b>	<p><b>Éléments gymniques (chaque ligne représente un élément différent)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saut extension, sans ouverture curviligne – tous les sauts extension et variations sont semblables</li> <li>• Saut groupé</li> <li>• Saut de chat</li> <li>• Saut ciseaux</li> <li>• Saut de biche (pas de développé de la jambe avant) – appel 1 ou 2 pieds</li> </ul> <p><b>Éléments acro</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ATR à <math>\pm 10^\circ</math> de la verticale, non tenu 2 secondes (voir note ci-bas). Tous les ATR, peu importe la phase d'entrée, sont semblables et sont crédités une seule fois.</li> <li>• Sortie : Rondade (mains en bout de poutre)</li> <li>• Sortie : Saut de mains (mains en bout de poutre)</li> </ul>	<b>Aucune valeur</b>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sorties :RSM et SMSM</li> </ul>			

**\*\* Éléments A, B, C ou D seulement** : Les éléments gymniques sont permis sans restriction pour toutes les catégories. Si un élément permis mais de valeur interdite est exécuté, la valeur maximale permise dans la catégorie sera accordée. Aux BA, à la PO et au SOL, la valeur maximale permise est :

- P2 = A
- P3 = A et B
- P4 = A, B et C

**Notes :**

- Le tic-toc est un élément arrière.
- En P2 seulement, l'ATR, départ vers l'avant, de la station est un élément avant. La roue à l'ATR est considérée comme un élément latéral. Tous les ATR (tenu ou non, départ de la station ou de la roue latérale) sont identiques et ne sont crédités qu'une seule fois.

**Dans le PPC :**

PO et SOL : A moins que ce ne soit spécifié, le terme « saut » s'applique aux sauts avec impulsion sur 1 ou 2 pieds.

**PROGRAMME PROVINCIAL CANADIEN 2011-2012 (Juin 2011)**

**SOL**

	<b>PROVINCIAL 2</b>	<b>PROVINCIAL 3</b>	<b>PROVINCIAL 4</b>	<b>PROVINCIAL 5</b>
<b>VD</b>	<b>Top 5 difficultés + Sortie</b> Max VD 0,6 (Max D: 3,7) Éléments A seulement**	<b>Top 5 difficultés + Sortie</b> Max VD 1,0 (Max D: 4,1) Éléments A et B seulement**	<b>Top 5 difficultés + Sortie</b> Max VD 1,4 (Max D : 4,5) Éléments A, B et C seulement**	<b>Top 7 difficultés + Sortie</b> Max VD 2,1 (Max D: 4,6 + boni) Éléments A, B, C et D seulement**
<b>Éléments interdits :</b> - 1,0 ch. él. de note finale	Acro B+ Salto avec rot. longitudinale Ligne acro avec 2 salti	Acro C+	Acro D+ Double saltos	Acro E+
P1 – P5 : Les éléments gymniques de n'importe quelle valeur sont permis et peuvent être utilisés pour les VD.				
<b>EC</b>	<u>EC – 0,5 chacun</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Passage de 2 sauts gymniques diff. impulsion 1 pied dont un saut avec écart de 180° (antéro-postérieur)</li> <li>• Tour sur 1 pied min 360°</li> <li>• 1° ligne acro 3 él. dont 2 avec envol, salto non requis</li> <li>• 2° ligne acro 3 él. aucun envol ou salto requis*, ou ligne acro de 2 él. avec vol dont un salto*</li> <li>• Sortie (élément non répété) Acro A avec envol dans une ligne acro ou salto A = 0,5 Acro A sans envol dans ligne, Acro A avec ou sans envol (sauf salto) Isolé = 0,3</li> </ul> *2° ligne acro doit inclure au moins une VD non répétée pour remplir l'EC	<u>EC – 0,5 chacun</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Passage de 2 sauts gymniques diff. impulsion 1 pied dont un saut avec écart de 180° (antéro-postérieur)</li> <li>• Tour sur 1 pied min 360°</li> <li>• 1° ligne acro de 3 él. avec envol, dont un salto</li> <li>• 2° ligne acro min 2 él. avec envol, dont un salto*</li> <li>• Sortie (élément non répété) Salto A dans une ligne acro (min 2 éléments) ou salto B = 0,5 Salto A isolé = 0,3</li> </ul> *2° ligne doit inclure au moins une VD non répétée pour remplir l'EC.	<u>EC – 0,5 chacun</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Passage de 2 sauts gymniques diff. impulsion 1 pied, dont un saut avec écart de 180° (antéro-postérieur)</li> <li>• Ligne acro avec 2 salto différents</li> <li>• 2 saltos dans des directions différentes (arrière et avant/latéral)</li> <li>• Salto avec rot. longitudinale min 180°</li> <li>• Sortie Salto B ou C = 0,5 Salto arr. tendu = 0,3</li> </ul>	<u>EC – 0,5 chacun</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Passage de 2 sauts gymniques diff. impulsion 1 pied dont un saut avec écart de 180° (antéro-postérieur)</li> <li>• Ligne acro avec 2 salto différents</li> <li>• 2 saltos dans des directions différentes (arrière et avant/latéral)</li> <li>• Double salto ou salto avec rotation longitudinale min 360°</li> <li>• Sortie Salto C ou D = 0,5 Salto B = 0,3</li> </ul>
<b>Clarification EC-Sortie</b>	L'EC de la sortie n'est pas accordée si une seule ligne acrobatique est présentée. • P2 : chercher un <u>élément acro</u> isolé ou dans la dernière ligne acrobatique. Ne peut être un élément répété (doit avoir une VD). Les éléments sans valeur (roulade avant par ex.) n'ont pas d'impact sur l'EC de la sortie. • P3-P5 : chercher le dernier <u>salto (appel 2 pieds, en rebond)</u> exécuté ou le salto avec valeur la plus élevée dans une ligne combo (ex : 1½ vrille arrière-impulsion salto avant). S'il n'y a qu'une seule ligne acro, l'EC de la sortie n'est pas accordé. SMSM et RSM (appel 1 pied) et les saltos de la station (pas de rebond) ne peuvent être utilisés pour remplir l'EC de la sortie.			
<b>BONUS</b>	<b>Maximum 0,6</b> <b>Éléments gymniques - Max 0.2</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• +0,2 pour premier Gym B+ (max 0,2 pour éléments gymniques)</li> <li>• +0,2 pour chaque Salto ou SMSM ou RSM différent</li> </ul>	<b>Maximum 0,6</b> <b>Éléments gymniques - Max 0.2</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• +0,2 pour premier Gym B+ (max 0,2 pour éléments gymniques)</li> <li>• +0,2 pour Acro B</li> <li>• +0,2 Salto arr. tendu (sans vrille)</li> <li>• +0,2 Ligne acro (min 3 él.) avec 2 saltos (peuvent être répétés seulement si les 2 saltos sont exécutés dans la même ligne)</li> </ul>	<b>Maximum 0,6</b> <b>Éléments gymniques - Max 0.2</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• +0,2 pour premier Gym C+ (max 0,2 pour éléments gymniques)</li> <li>• +0,2 pour Acro C</li> <li>• +0,2 Ligne acro avec 2 saltos, dont un salto B+</li> </ul>	<b>Aucun Maximum</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• +0,2 pour C</li> <li>• +0,2 pour D</li> <li>• +0,2 Double Salto</li> <li>• +0,2 Ligne acro avec 2 saltos dont un salto C+</li> </ul>
	<b>Composition : Déductions de la note finale</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Plus d'un saut à l'appui ventral – 0,1 ch.</li> <li>• Absence d'un mouvement proche du sol – 0,1</li> <li>• Absence d'un tour sur 1 pied (P4 et P5 seulement) – 0,3</li> <li>• Pas de tentative de sortie – 0,5</li> </ul>		<b>Présentation artistique (Max 0.3) : Au Québec voir à mettre une emphase 0.1-0.3 (maximum 0.7)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Créativité chorégraphique (originalité de la composition, des éléments et des mouvements) 0.1-0.3</li> <li>• Variation du rythme insuffisante – 0,1</li> <li>• Mauvaise relation musique / mouvement – 0,1-0.3</li> <li>• Gestes ou mimiques inappropriés, ne correspondant pas à la musique ou au mouvement – 0,1</li> </ul>	
<b>Équipement</b>	Jusqu'à 10 cm de matelas additionnel pour réception de salto. Le matelas peut être retiré ou laissé en place.			

**PROGRAMME PROVINCIAL CANADIEN 2010 - 2011 (Juin 2011)  
SOL – LISTE DES ÉLÉMENTS DE PROGRESSION**

	Provincial 2	Provincial 3	Provincial 4	Provincial 5
<b>Éléments A</b>	<p><b>Éléments gymniques (tous considérés différents)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saut tour 360° impulsion sur 1 ou 2 pieds (considérés comme des éléments identiques)</li> <li>• Saut de chat</li> <li>• Saut de loup (appel 1 pied)</li> <li>• Saut ciseaux</li> <li>• Saut de biche (sans développé de la jambe avant) appel 1 pied. NOTE : le saut de biche appel 2 pieds est un élément A dans le Code de pointage FIG</li> </ul> <p><b>Éléments acrobatiques</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Roue latérale et variations</li> <li>• Renversements avant et arrière et variations</li> <li>• Streuli à l'ATR</li> </ul>	<b>Aucune valeur</b>		

**\*\* Éléments A, B, C ou D seulement :** Les éléments gymniques sont permis sans restriction pour toutes les catégories. Si un élément permis mais de valeur interdite est exécuté, la valeur maximale permise dans la catégorie sera accordée. Aux BA, à la PO et au SOL, la valeur maximale permise est : P2 = A, P3 = A et B, P4 = A, B, et C

**Clarifications EC Sortie – Exemples**

- P2
- 1) rd-ff-ff
  - 2) rd-ff-salto arr groupé
  - 3) rd-saut carpé écarté

Rencontre l'EC #3 et #4. EC Sortie non accordé (0.0) parce que le dernier élément acro – rondade (saut écart) – n'a aucune valeur puisque répété.

- P2:
- 1) rd-ff-salto arr groupé
  - 2) rd-ff-ff
  - 3) course - salto avant groupé

Rencontre EC #3 et 0,5 pour EC Sortie (salto A isolé). Ne remplit pas l'EC #4 parce que la 2<sup>e</sup> ligne acro ne contient aucun élément non répété.

- P2
- 1) rd-ff-ff
  - 2) rd-ff-salto arr groupé
  - 3) renversement arrière (non répété), suivi d'une roulade avant

Rencontre EC #3 et #4; reçoit 0,3 pour EC Sortie – parce que le dernier élément acro est le renversement arrière (acro A sans envol, isolé). La roulade avant n'a aucun impact puisque l'élément n'a pas de VD.

- P3
- 1) rd-ff-salto arr groupé
  - 2) Saut de mains -rd-ff
  - 3) RSM

Rencontre EC #3 et #4; EC Sortie non accordé parce que le dernier salto est dans la 1<sup>e</sup> ligne acro. Bien que la RSM soit un salto, elle ne peut compter puisqu'un salto appel 2 pieds, en rebond est requis pour rencontrer l'EC de la sortie.

- P3
- 1) rd- ff-salto arr groupé
  - 2) rd- ff-salto arr tendu
  - 2) saut de mains-rd-ff

Rencontre EC #3 et #4; pour l'EC de la sortie, le dernier salto exécuté (appel 2 pieds, avec rebond) est utilisé. Le salto arr tendu peut être utilisé puisqu'il n'est pas dans la 1<sup>e</sup> ligne acrobatique.