

# NIVEAU PROVINCIAL TRAMPOLINE INDIVIDUEL

## PROVINCIAL C

12 ans et moins / 13 ans et plus 

### ROUTINE IMPOSÉE

1. SAUT CARPÉ	<
2. ASSIS	a
3. ½ VRILLE ASSIS	1 a
4. ½ VRILLE DEBOUT	1 d
5. SAUT ÉCART	^
6. VRILLE	2
7. SAUT GROUPE	o
8. ½ VRILLE VENTRE	1 v
9. DOS	do
10. DEBOUT	d

### ROUTINE LIBRE & FINALE

- \* 10 MOUVEMENTS
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

 * MIN. DD	1.6
 * MIN. DD	0.9
* MAX. DD	3.0

## PROVINCIAL B

### ROUTINE IMPOSÉE

1. ¾ BACK LIBRE	3 - ?
2. DEBOUT	d
3. SAUT GROUPE	o
4. BACK GROUPE	4 - o
5. SAUT CARPÉ	<
6. BACK TENDU	4 - /
7. BARANI GROUPE	4 1 o
8. SAUT ÉCART	^
9. ¾ FRONT TENDU	3 - /
10. ½ VRILLE DEBOUT	1 1 d

### ROUTINE LIBRE & FINALE

- \* 10 MOUVEMENTS
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

* MIN. DD	2.6
* MAX. DD	5.2

## PROVINCIAL A

### ROUTINE IMPOSÉE

1. ¾ BACK LIBRE	3 - ?
2. CODY GROUPE	5 - o
3. SAUT CARPÉ	<
4. BACK CARPÉ	4 - <
5. BARANI CARPÉ	4 1 <
6. BACK GROUPE	4 - o
7. BARANI TENDU	4 1 /
8. SAUT GROUPE	o
9. ¾ FRONT TENDU	3 - /
10. BARANI BALLOUT LIBRE	5 1 ?

### ROUTINE LIBRE & FINALE

- \* 10 MOUVEMENTS
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

* MIN. DD	4.6
* MAX. DD	7.5

## PRÉ-NATIONAL

### ROUTINE IMPOSÉE

1. ¾ BACK LIBRE	3 - ?
2. DEBOUT <b>OU CODY LIBRE</b>	d ou 5 - ?
3. SAUT GROUPE	o
4. BACK GROUPE	4 - o
5. SAUT CARPÉ	<
6. BACK TENDU	4 - /
7. BARANI GROUPE	4 1 o
8. SAUT ÉCART	^
9. ¾ FRONT TENDU	3 - /
10. ½ VRILLE DEBOUT	1 1 d
<b>OU BARANI BALL OUT LIBRE</b>	<b>5 1 ?</b>

- \* L'ATHLÈTE DOIT FAIRE CODY OU BARANI BALL OUT, BONUS DE 0.5 SI LES DEUX SONT FAITS

### ROUTINE LIBRE & FINALE

- \* 10 MOUVEMENTS
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

\* **BONUS DE 0.5 POUR LES MOUVEMENTS SUIVANTS : BACK FULL, RUDOLPH, DOUBLE FULL ET MOUVEMENT AYANT AU MINIMUM DE 630° DE ROTATION EN SALTO**

* MIN. DD	4.0
* MAX. DD	Ø MAX

## NOTE

Les athlètes des niveaux Provincial B, A et Pré-national, doivent indiquer sur leur carte de difficulté la position du ¾ back, cody et du barani ball out libre.

## IMPORTANT

Tous les athlètes de niveau provincial reçoivent un bonus équivalent à la valeur de difficulté de leur routine et ce pour la routine libre et la routine finale.

-  La déduction pour ne pas avoir atteint le minimum de difficulté sera de 1.0 par juge d'exécution pour les passages complétés seulement.

# NIVEAU NATIONAL

## TRAMPOLINE INDIVIDUEL

### NOVICE 15 ANS + NOVICE 11-14 ANS

#### 1<sup>ÈRE</sup> ROUTINE LIBRE

- \* 10 FIGURES DIFFÉRENTES AYANT UN MINIMUM DE 270° DE ROTATION EN SALTO
- \* LES EXIGENCES NE PEUVENT ÊTRE COMBINÉES EN UNE SEULE FIGURE, ELLES DOIVENT ÊTRE COMPLÉTÉES SÉPARÉMENT
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

#### DOIT INCLURE :

- (1) BACK FULL 4 2 /
- (2) RUDOLPH 4 3 /
- (3) BARANI CARPÉ 4 1 <
- (4) 1 FIGURE À RÉCEPTION VENTRALE OU DORSALE
- (5) 1 FIGURE DEPUIS LA RÉCEPTION VENTRALE OU DORSALE EN COMBINAISON AVEC LA FIGURE (4)

#### 2<sup>È</sup> ROUTINE LIBRE & FINALE

- \* 10 FIGURES DIFFÉRENTES AYANT UN MINIMUM DE 270° DE ROTATION EN SALTO
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

- \* NOVICE 15 ANS +: **MIN. DD** 7.0
- \* NOVICE 15 ANS + F: **MAX. DD** 9.5
- \* NOVICE 15 ANS + H: **MAX. DD** 10.4
- \* NOVICE 11-14 ANS: **MIN. DD** 7.0
- \* NOVICE 11-14 ANS: **MAX. DD** Ø MAX
- \* NOV. 11-14 ANS F: **MAX. DD** 10.0
- \* NOV. 11-14 ANS H: **MAX. DD** 10.9

### OPEN (15 ans et +) JUNIOR (13 à 17 ans)

#### 1<sup>ÈRE</sup> ROUTINE LIBRE

- \* 10 FIGURES DIFFÉRENTES AYANT UN MINIMUM DE 270° DE ROTATION EN SALTO
- \* LES EXIGENCES NE PEUVENT ÊTRE COMBINÉES EN UNE SEULE FIGURE, ELLES DOIVENT ÊTRE COMPLÉTÉES SÉPARÉMENT
- \* 2 FIGURES MARQUÉES D'UN ASTÉRISQUE AURONT LEURS DIFFICULTÉS ADDITIONNÉES AU SCORE D'EXÉCUTION, AUCUNE DE CES DEUX FIGURES NE PEUT ÊTRE RÉPÉTÉES DANS LA ROUTINE LIBRE. IL EST POSSIBLE D'UTILISER LES FIGURES CI-BAS (1-4) POUR LES FIGURES QUI COMPTENT EN DIFFICULTÉ
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

#### DOIT INCLURE :

- (1) 1 FIGURE À RÉCEPTION VENTRALE OU DORSALE
- (2) 1 FIGURE DEPUIS LA RÉCEPTION VENTRALE OU DORSALE EN COMBINAISON AVEC LA FIGURE (1)
- (3) 1 DOUBLE SALTO (720°) AVANT OU ARRIÈRE, AVEC OU SANS VRILLE
- (4) 1 FIGURE AYANT UN MINIMUM DE 540° EN VRILLE

#### 2<sup>È</sup> ROUTINE LIBRE & FINALE

- \* 10 FIGURES DIFFÉRENTES AYANT UN MINIMUM DE 270° DE ROTATION EN SALTO
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

- \* OPEN F: **MIN. DD** 9.0
- \* OPEN F: **MAX. DD** 11.7
- \* OPEN H: **MIN. DD** 9.7
- \* OPEN H: **MAX. DD** 13.9
- \* JUNIOR F: **MIN. DD** 9.4
- \* JUNIOR H: **MIN. DD** 10.0
- \* JUNIOR F & H: **MAX. DD** Ø MAX

### SENIOR (17 ans et plus)

#### 1<sup>ÈRE</sup> ROUTINE LIBRE

- \* 10 FIGURES DIFFÉRENTES AYANT UN MINIMUM DE 270° DE ROTATION EN SALTO
- \* 2 FIGURES MARQUÉES D'UN ASTÉRISQUE AURONT LEURS DIFFICULTÉS ADDITIONNÉES AU SCORE D'EXÉCUTION, AUCUNE DE CES DEUX FIGURES NE PEUT ÊTRE RÉPÉTÉES DANS LA ROUTINE LIBRE
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

#### 2<sup>È</sup> ROUTINE LIBRE & FINALE

- \* 10 FIGURES DIFFÉRENTES AYANT UN MINIMUM DE 270° DE ROTATION EN SALTO
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

- \* SENIOR F: **MIN. DD** 11.2
- \* SENIOR F: **MAX. DD** Ø MAX
- \* SENIOR H: **MIN. DD** 13.5
- \* SENIOR H: **MAX. DD** Ø MAX

La déduction pour ne pas avoir atteint le minimum de difficulté sera de 1.0 par juge d'exécution pour les passages complétés seulement. Pour chaque exigence manquante il y aura une déduction de 1.0 par juge d'exécution.

# NIVEAU NATIONAL

## TRAMPOLINE SYNCHRONISÉ

### NOVICE (11 ans et plus)

#### 1<sup>ÈRE</sup> ROUTINE LIBRE

- \* 10 FIGURES DIFFÉRENTES AYANT UN MINIMUM DE 270° DE ROTATION EN SALTO
- \* LES EXIGENCES NE PEUVENT ÊTRE COMBINÉES EN UNE SEULE FIGURE, ELLES DOIVENT ÊTRE COMPLÉTÉES SÉPARÉMENT
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

#### DOIT INCLURE :

- (1) BACK FULL 4 2 /
- (2) RUDOLPH 4 3 /
- (3) BARANI CARPÉ 4 1 <
- (4) 1 FIGURE À RÉCEPTION VENTRALE OU DORSALE
- (5) 1 FIGURE DEPUIS LA RÉCEPTION VENTRALE OU DORSALE EN COMBINAISON AVEC LA FIGURE (4)

#### 2<sup>È</sup> ROUTINE LIBRE & FINALE

- \* 10 FIGURES DIFFÉRENTES AYANT UN MINIMUM DE 270° DE ROTATION EN SALTO
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG
- \* MIN. DD 7.0
- \* MAX. DD 9.5

### JUNIOR (13 ans et plus)

#### 1<sup>ÈRE</sup> ROUTINE LIBRE

- \* 10 FIGURES DIFFÉRENTES AYANT UN MINIMUM DE 270° DE ROTATION EN SALTO
- \* LES EXIGENCES NE PEUVENT ÊTRE COMBINÉES EN UNE SEULE FIGURE, ELLES DOIVENT ÊTRE COMPLÉTÉES SÉPARÉMENT
- \* 2 FIGURES MARQUÉES D'UN ASTÉRISQUE AURONT LEURS DIFFICULTÉS ADDITIONNÉES AU SCORE D'EXÉCUTION, AUCUNE DE CES DEUX FIGURES NE PEUT ÊTRE RÉPÉTÉES DANS LA ROUTINE LIBRE IL EST POSSIBLE D'UTILISER LES FIGURES CI-BAS (1-4) POUR LES FIGURES QUI COMPTENT EN DIFFICULTÉ
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

#### DOIT INCLURE :

- (1) 1 FIGURE À RÉCEPTION VENTRALE OU DORSALE
- (2) 1 FIGURE DEPUIS LA RÉCEPTION VENTRALE OU DORSALE EN COMBINAISON AVEC LA FIGURE (1)
- (3) 1 DOUBLE SALTO (720°) AVANT OU ARRIÈRE, AVEC OU SANS VRILLE
- (4) 1 FIGURE AYANT UN MINIMUM DE 540° EN VRILLE

#### 2<sup>È</sup> ROUTINE LIBRE & FINALE

- \* 10 FIGURES DIFFÉRENTES AYANT UN MINIMUM DE 270° DE ROTATION EN SALTO
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG
- \* JUNIOR F : MIN. DD 8.5
- \* JUNIOR F : MAX. DD Ø MAX
- \* JUNIOR H : MIN. DD 9.2
- \* JUNIOR H : MAX. DD Ø MAX

### SENIOR (17 ans et plus)

#### 1<sup>ÈRE</sup> ROUTINE LIBRE

- \* 10 FIGURES DIFFÉRENTES AYANT UN MINIMUM DE 270° DE ROTATION EN SALTO
- \* 2 FIGURES MARQUÉES D'UN ASTÉRISQUE AURONT LEURS DIFFICULTÉS ADDITIONNÉES AU SCORE D'EXÉCUTION, AUCUNE DE CES DEUX FIGURES NE PEUT ÊTRE RÉPÉTÉES DANS LA ROUTINE LIBRE
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

#### 2<sup>È</sup> ROUTINE LIBRE & FINALE

- \* 10 FIGURES DIFFÉRENTES AYANT UN MINIMUM DE 270° DE ROTATION EN SALTO
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG
- \* SENIOR F : MIN. DD 10.0
- \* SENIOR F : MAX. DD Ø MAX
- \* SENIOR H : MIN. DD 12.3
- \* SENIOR H : MAX. DD Ø MAX

♣ La déduction pour ne pas avoir atteint le minimum de difficulté sera de 1.0 par juge d'exécution pour les passages complétés seulement.  
Pour chaque exigence manquante il y aura une déduction de 1.0 par juge d'exécution.

# NIVEAU PROVINCIAL TUMBLING

## PROVINCIAL D

(exclu des Championnat de l'Est)

### ROUTINE IMPOSÉE

\* 1 PASSAGE IMPOSÉ 5 MVTS

1. RONDADE	(
2. FLIC-FLAC	f
3. FLIC-FLAC	f
4. FLIC-FLAC	f
5. FLIC-FLAC	f

SAUT DROIT (la réception est jugée et non le saut droit)

### ROUTINE LIBRE & FINALE

\* 1 PASSAGE LIBRE DE 5 MVTS

\* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

\* MAX. 1 SALTO

\* AUCUNE VRILLE AUTORISÉE

\* SI LA ROUTINE NE SE TERMINE PAS PAR UN SALTO, UN SAUT DROIT DOIT ÊTRE EXÉCUTÉ (la réception est jugée et non le saut droit)

* MIN. DD	1.0
* MAX. DD	1.3

## PROVINCIAL C

12 ans et - / 13 ans et + 

### ROUTINE IMPOSÉE

\* 1 PASSAGE IMPOSÉ 5 MVTS

1. RONDADE	(
2. FLIC-FLAC	f
3. FLIC-FLAC	f
4. FLIC-FLAC	f
5. BACK GROUPE	- 0

### ROUTINE LIBRE & FINALE

\* 1 PASSAGE LIBRE DE 5 MVTS

\* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

\* MIN. 1 SALTO, MAX. 2 SALTOS

\* LE 5<sup>e</sup> MOUVEMENT DOIT ÊTRE UN SALTO

\* AUCUN MOUVEMENT DE 0.7 ET PLUS DE DIFFICULTÉ

* MIN. DD	1.4
* MAX. DD	1.5

## PROVINCIAL B

### ROUTINE IMPOSÉE

\* 1 PASSAGE IMPOSÉ 6 MVTS

\* MIN. 2 SALTOS, MAX. 2 SALTOS  
\* 1 DES SALTOS DOIT ÊTRE UN WHIP (SANS VRILLE)  
\* LE 6<sup>e</sup> MOUVEMENT DOIT ÊTRE UN BACK TENDU

### ROUTINE LIBRE & FINALE

\* 1 PASSAGE LIBRE DE 8 MVTS

\* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

\* MIN. 2 SALTOS, MAX. 4 SALTOS

\* LE 8<sup>e</sup> MOUVEMENT DOIT ÊTRE UN SALTO

\* AUCUN MOUVEMENT DE 0.9 ET PLUS DE DIFFICULTÉ

* MIN. DD	2.0
* MAX. DD	2.4

## PROVINCIAL A

Lors des sélections provinciales, TOUS les athlètes compétitionneront 3 routines en préliminaires. La finale aura lieu seulement aux Championnats québécois. Aux Championnats de l'Est les athlètes compétitionnent l'imposée et la libre 1 en préliminaires et la Libre 2 pour la finale.

### ROUTINE IMPOSÉE

\* 1 PASSAGE DE 8 MVTS

\* MIN. 3 SALTOS, MAX. 3 SALTOS

\* 2 DES SALTOS DOIVENT ÊTRE DEUX WHIPS ENCHAÎNÉS

\* LE 8<sup>e</sup> MOUVEMENT DOIT ÊTRE UN SALTO AVEC VRILLE (360°)

### ROUTINE LIBRE 1

\* 1 PASSAGE DE 8 MVTS

\* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

\* MIN. 3 SALTOS, MAX. 5 SALTOS

\* 2 DES SALTOS DOIVENT ÊTRE DEUX WHIPS ENCHAÎNÉS

\* LE 8<sup>e</sup> MOUVEMENT DOIT ÊTRE UN SALTO

\* AUCUN MOUVEMENT DE 1.4 ET PLUS DE DIFFICULTÉ

* MIN. DD	2.2
* MAX. DD	2.9

### ROUTINE LIBRE 2

\* 1 PASSAGE DE 5 MVTS

\* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

\* MIN. DD 1.7

\* MAX. DD 3.0

Les athlètes Provincial A qui exécutent un back full tempo dans leur routine libre 1, 2 ou leur routine finale auront un bonus de 0.7, ils auront un bonus de 1.0 s'ils font un double salto lors de leur routine libre 2.

### FINALE

\* 1 PASSAGE DE 8 MVTS

\* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

\* MIN. 3 SALTOS, MAX. 5 SALTOS

\* 2 DES SALTOS DOIVENT ÊTRE DEUX WHIPS ENCHAÎNÉS

\* LE 8<sup>e</sup> MOUVEMENT DOIT ÊTRE UN SALTO

\* AUCUN MOUVEMENT DE 1.4 ET PLUS DE DIFFICULTÉ

* MIN. DD	2.2
* MAX. DD	2.9

## IMPORTANT

Tous les athlètes de niveau provincial auront un bonus de 0.3 pour chaque whip exécuté dans leur routine libre et finale.

 La déduction pour ne pas avoir atteint le minimum de difficulté sera de 1.0 par juge d'exécution pour les passages complétés seulement.

Pour chaque exigence manquante il y aura une déduction de 1.0 par juge d'exécution.

# NIVEAU NATIONAL TUMBLING

## NOVICE 15 ANS + NOVICE 11-14 ANS

### 1<sup>ÈRE</sup> ROUTINE LIBRE

- \* 1 PASSAGE LIBRE DE 8 MOUVEMENTS
- \* UN DES DEUX PASSAGES PRÉLIMINAIRES DOIT INCLURE 1 FIGURE AYANT UN MINIMUM DE 1.1 DE DIFFICULTÉ
- \* VRILLE PERMISE DANS LE 8<sup>e</sup> MOUVEMENT
- \* MINIMUM DE 3 SALTOS
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG
- \* NOVICE 15 ANS +: **MIN. DD** 2.7
- \* NOVICE 15 ANS +: **MAX. DD** 4.1
- \* NOVICE 11-14 ANS: **MIN. DD** 2.7
- \* NOVICE 11-14 ANS: **MAX. DD** Ø MAX
- \* NOVICE 11-14 ANS: **MAX. DD** 4.1

### 2<sup>È</sup> ROUTINE LIBRE / PASSAGE DE VRILLES

- \* 1 PASSAGE LIBRE DE 8 MOUVEMENTS
- \* **EXIGENCE NOTEZ CI-HAUT SI NON COMPLÉTÉ LORS DU PREMIER PASSAGE**
- \* MINIMUM DE 3 SALTOS
- \* MINIMUM DE 2 SALTOS AVEC VRILLE (360° + EN VRILLE)
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG
- \* NOVICE 15 ANS +: **MIN. DD** 2.7
- \* NOVICE 15 ANS +: **MAX. DD** 4.7
- \* NOVICE 11-14 ANS: **MIN. DD** 2.7
- \* NOVICE 11-14 ANS: **MAX. DD** Ø MAX
- \* NOVICE 11-14 ANS: **MAX. DD** 4.7

### FINALE

- \* 2 PASSAGES LIBRES DE 8 MOUVEMENTS
- \* MINIMUM DE 3 SALTOS
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG
- \* NOVICE 15 ANS +: **MIN. DD** 2.7
- \* NOVICE 15 ANS +: **MAX. DD** 4.7
- \* NOVICE 11-14 ANS: **MIN. DD** 2.7
- \* NOVICE 11-14 ANS: **MAX. DD** Ø MAX
- \* NOVICE 11-14 ANS: **MAX. DD** 4.7

## OPEN (15 ans et +) JUNIOR (13 à 17 ans)

### 1<sup>ÈRE</sup> ROUTINE LIBRE / PASSAGE DE SALTOS

- \* 1 PASSAGE LIBRE DE 8 MOUVEMENTS
- \* UN SALTO SANS VRILLE (-180°) DOIT ÊTRE EXÉCUTÉ AU 8<sup>e</sup> MOUVEMENT
- \* AUCUN SALTO NE PEUT AVOIR PLUS DE 180° EN VRILLE
- \* UN DES DEUX PASSAGES PRÉLIMINAIRES DOIT INCLURE 1 FIGURE AYANT UN MINIMUM DE 720° DE ROTATION EN SALTO (AVEC OU SANS VRILLE)
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG
- \* OPEN MIN. DD: **F: 3.9 H: 3.9**
- \* OPEN MAX. DD: **F: 6.1 H: 6.4**
- \* JUNIOR MIN. DD: **F: 3.9 H: 3.9**
- \* JUNIOR MAX. DD: **F & H: Ø MAX**

### 2<sup>È</sup> ROUTINE LIBRE / PASSAGE DE VRILLES

- \* 1 PASSAGE LIBRE DE 8 MOUVEMENTS
- \* MINIMUM DE 2 SALTOS AVEC VRILLE (360° + EN VRILLE)
- \* UN SALTO AVEC OU SANS VRILLE DOIT ÊTRE EXÉCUTÉ AU 8<sup>e</sup> MOUVEMENT
- \* **EXIGENCE NOTÉE CI-HAUT SI NON COMPLÉTÉE LORS DU PREMIER PASSAGE**
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG
- \* OPEN MIN. DD: **F: 3.4 H: 3.4**
- \* OPEN MAX. DD: **F: 5.1 H: 6.9**
- \* JUNIOR MIN. DD: **F: 3.4 H: 3.4**
- \* JUNIOR MAX. DD: **F & H: Ø MAX**

### FINALE

- \* 2 PASSAGES LIBRES DE 8 MOUVEMENTS
- \* UN SALTO DOIT ÊTRE EXÉCUTÉ AU 8<sup>e</sup> MOUVEMENT
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG
- \* OPEN MIN. DD: **F: 3.4 H: 3.4**
- \* OPEN MAX. DD: **F: 6.1 H: 6.9**
- \* JUNIOR MIN. DD: **F: 3.4 H: 3.4**
- \* JUNIOR MAX. DD: **F & H: Ø MAX**

## SENIOR (17 ans et plus)

### 1<sup>ÈRE</sup> ROUTINE LIBRE / PASSAGE DE SALTOS

- \* 1 PASSAGE LIBRE DE 8 MOUVEMENTS
- \* UN SALTO SANS VRILLE (-180°) DOIT ÊTRE EXÉCUTÉ AU 8<sup>e</sup> MOUVEMENT
- \* AUCUN SALTO NE PEUT AVOIR PLUS DE 180° EN VRILLE
- \* HOMME: LE PASSAGE DOIT INCLURE 2 DOUBLES SALTOS SANS VRILLE (720° SALTOS X 2)
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG
- \* SENIOR MIN. DD: **F: 5.6 H: 6.1**
- \* SENIOR MAX. DD: **F & H: Ø MAX**

### 2<sup>È</sup> ROUTINE LIBRE / PASSAGE DE VRILLES

- \* 1 PASSAGE LIBRE DE 8 MOUVEMENTS
- \* MINIMUM DE 2 SALTOS AVEC VRILLE (360° + EN VRILLE)
- \* UN SALTO AVEC OU SANS VRILLE DOIT ÊTRE EXÉCUTÉ AU 8<sup>e</sup> MOUVEMENT
- \* HOMME: LE PASSAGE DOIT INCLURE 2 DOUBLES SALTOS AVEC VRILLE (720° SALTOS X 2)
- \* FEMME: DOIT INCLURE 1 DOUBLE SALTO AVEC VRILLE (720° SALTO, 360° VRILLE)
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG
- \* SENIOR MIN. DD: **F: 4.7 H: 6.4**
- \* SENIOR MAX. DD: **F & H: Ø MAX**

### FINALE

- \* 2 PASSAGES LIBRES DE 8 MOUVEMENTS
- \* UN SALTO DOIT ÊTRE EXÉCUTÉ AU 8<sup>e</sup> MOUVEMENT
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG
- \* SENIOR MIN. DD: **F: 4.7 H: 6.1**
- \* SENIOR MAX. DD: **F & H: Ø MAX**

La déduction pour ne pas avoir atteint le minimum de difficulté sera de 1.0 par juge d'exécution pour les passages complétés seulement.

Pour chaque exigence manquante il y aura une déduction de 1.0 par juge d'exécution.

# NIVEAU PROVINCIAL

## DOUBLE-MINI TRAMPOLINE

### PROVINCIAL C

12 ans et moins / 13 ans et plus

#### PRÉLIMINAIRES

- \* 2 PASSAGES LIBRES
- \* 1<sup>er</sup> OU 2<sup>e</sup> PASSAGE DOIT INCLURE  
1 FIGURE AYANT UN MINIMUM  
DE 360° DE ROTATION EN SALTO
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

#### FINALES

- \* 2 PASSAGES LIBRES
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

\* MIN. DD            0.2  
\* MAX. DD            0.7

\* Si le minimum de difficulté n'est pas rempli lors d'un passage complet sans répétition, la routine sera considérée comme interrompue et vaudra 0.0.

### PROVINCIAL B

#### PRÉLIMINAIRES

- \* 2 PASSAGES LIBRES
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

#### FINALES

- \* 2 PASSAGES LIBRES
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

\* MIN. DD            0.7  
\* MAX. DD            1.3

### PROVINCIAL A

#### PRÉLIMINAIRES

- \* 2 PASSAGES LIBRES
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

#### FINALES

- \* 2 PASSAGES LIBRES
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

\* MIN. DD            1.3  
\* MAX. DD            2.5

\* La déduction pour ne pas avoir atteint le minimum de difficulté sera de 1.0 par juge d'exécution pour les passages complétés seulement.  
Pour chaque exigence manquante il y aura une déduction de 1.0 par juge d'exécution.

# NIVEAU NATIONAL

## DOUBLE-MINI TRAMPOLINE

### NOVICE 15 ANS + NOVICE 11-14 ANS

#### PRÉLIMINAIRES

- \* 2 PASSAGES LIBRES
- \* 1<sup>er</sup> OU 2<sup>e</sup> PASSAGE DOIT INCLURE 1 FIGURE AYANT UN MINIMUM DE 1.5 DE DIFFICULTÉ
- \* CHAQUE FIGURE DOIT AVOIR UN MINIMUM DE 360° DE ROTATION EN SALTO
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

#### FINALES

- \* 2 PASSAGES LIBRES
- \* CHAQUE FIGURE DOIT AVOIR UN MINIMUM DE 360° DE ROTATION EN SALTO
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

\* NOVICE 15 ANS +: **MIN. DD** 1.8  
 \* NOVICE 15 ANS +: **MAX. DD** 3.7

\* NOVICE 11-14 ANS: **MIN. DD** 1.8  
 \* NOVICE 11-14 ANS: **MAX. DD** Ø MAX

\* NOV. 11-14 ANS F: **MAX. DD** 3.7  
 \* NOV. 11-14 ANS H: **MAX. DD** 4.4

### OPEN (15 ans et +) JUNIOR (13 à 17 ans)

#### PRÉLIMINAIRES

- \* 2 PASSAGES LIBRES
- \* CHAQUE PASSAGE DOIT INCLURE 1 DOUBLE SALTOS (720° SALTOS)
- \* CHAQUE FIGURE DOIT AVOIR UN MINIMUM DE 360° DE ROTATION EN SALTO
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

#### FINALES

- \* 2 PASSAGES LIBRES
- \* CHAQUE FIGURE DOIT AVOIR UN MINIMUM DE 360° DE ROTATION EN SALTO
- \* RÈGLEMENTS DE RÉPÉTITION FIG

\* OPEN F: **MIN. DD** 3.1  
 \* OPEN F: **MAX. DD** 5.1

\* OPEN H: **MIN. DD** 3.1  
 \* OPEN H: **MAX. DD** 6.0

\* JUNIOR: **MIN. DD** 3.1  
 \* JUNIOR: **MAX. DD** Ø MAX

### SENIOR (17 ans et plus)

#### PRÉLIMINAIRES

- \* 2 PASSAGES LIBRES
- \* CHAQUE FIGURE DOIT AVOIR UN MINIMUM DE 360° DE ROTATION EN SALTO
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

#### FEMME :

- \* 1<sup>er</sup> OU 2<sup>e</sup> PASSAGE DOIT INCLURE 2 DOUBLE SALTOS (720° SALTOS X 2)

#### HOMME :

- \* CHAQUE PASSAGE DOIT INCLURE 2 DOUBLE SALTOS (720° SALTOS X 2)

#### FINALES

- \* 2 PASSAGES LIBRES
- \* CHAQUE FIGURE DOIT AVOIR UN MINIMUM DE 360° DE ROTATION EN SALTO
- \* RÈGLES DE RÉPÉTITIONS FIG

\* SENIOR F: **MIN. DD** 4.4  
 \* SENIOR F: **MAX. DD** Ø MAX

\* SENIOR H: **MIN. DD** 5.2  
 \* SENIOR H: **MAX. DD** Ø MAX

La déduction pour ne pas avoir atteint le minimum de difficulté sera de 1.0 par juge d'exécution pour les passages complétés seulement. Pour chaque exigence manquante il y aura une déduction de 1.0 par juge d'exécution.