



DOCUMENT DE CLARIFICATIONS Suite aux stages de juges automne 2011

Les informations incluses dans ce document visent à clarifier l'application des règles régissant le programme du Circuit Régional (CR) à la suite de questions reçues depuis le début des stages de cette saison.

GÉNÉRALITÉ

Éléments permis : Les éléments acrobatiques prescrits par la catégorie et le programme ainsi que les éléments gymniques A (FIG ou de progression) avec déductions appropriées pour fautes d'exécution. Au Sol catégorie spécialiste, les éléments gymniques B sont permis.

Éléments interdits : Éléments acrobatiques n'appartenant pas à la catégorie.

BARRE

Notion de balancé vide

En CR la notion de balancé vide n'existe pas et l'enchaînement du balancé-balancé enroulé est un élément en soit dans ce programme. Une déduction d'amplitude pourra être appliquée si le premier balancé est sous l'horizontal.

Notion de travail sur la barre supérieure

Afin de faire la différence avec les gymnastes qui ne prennent pas le risque de compléter le travail requis à la barre supérieure, deux spécifications sont apportées pour associer une pénalité liées à l'absence du travail sur barre supérieure :

1. **La sortie est un élément reconnu sur barre supérieure seulement.** Les gymnastes qui exécutent la sortie pieds-mains sur barre inférieure ne reçoivent aucune valeur d'élément et la déduction du code de pointage pour exercice sans sortie de -0.5.
2. **Absence de travail sur la barre supérieure déduction de -0.5** appliquée sur la note finale (en plus de la déduction d'exercice sans sortie).

POUTRE :

Catégorie spécialiste :

Boni pour sortie salto A avant ou arrière incluant la sortie **renversement avant libre** (saut de mains sans main).

SOL

Passage de danse : Le passage de danse se définit par un passage de minimum deux sauts avec impulsion un pied et déplacement avant dont un des deux sauts est de grande amplitude 180° (minimum 135° pour être accordé). L'enchaînement peut se faire directement ou avec un ou des pas entre les sauts. Il ne doit pas y avoir d'arrêt ou d'élément acrobatique ou d'élément sur place à l'intérieur du passage gymnique.

Catégorie spécialiste : Boni

- +0.3 Saut écart de 180° exécuté avec un minimum 160° antéropostérieur ou facial (Valeur A ou B) isolé ou inclus dans le passage gymnique (une seule fois). Ceci est pour inciter les gymnastes à travailler l'amplitude du mouvement et présenter une exécution adéquate.

Éléments acrobatiques

Les éléments acrobatiques prescrits par le programme peuvent être fait en liaison ou séparément selon l'ordre déterminé par la gymnaste et le choix musical. Habituellement les gymnastes préfèrent séparer les passages acrobatiques. Pour toutes les catégories CR3 les gymnastes peuvent enchaîner les éléments acrobatiques dans une seule ligne pour remplir les exigences requises. Ceci n'est pas recommandé puisque cette possibilité limite les déplacements, l'espace et change le rythme de l'exercice.

Par contre, pour la catégorie Spécialiste, la gymnaste doit présenter un minimum de deux passages acrobatiques pour être éligibles aux bonis. Un passage acrobatique est une expression signifiant l'exécution d'au minimum 1 élément acrobatique. Ce passage pourrait être un élément isolé ou un enchaînement de 2 ou + éléments dans une même ligne. Un élément acrobatique isolé est considéré comme un passage acrobatique, exemple roue latérale en fin de routine.

Questions?

Si vous avez des questions sur le programme veuillez communiquer avec :

Hélen Laliberté

hlaliberte@gymnastique.qc.ca