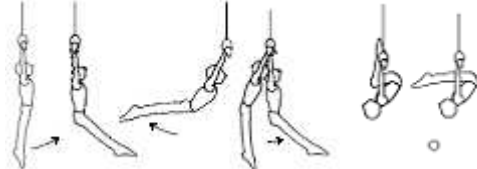








ANNEAUX

Note D = 1 si Note E = ou > 7

Pupilles (1^{er} degré)

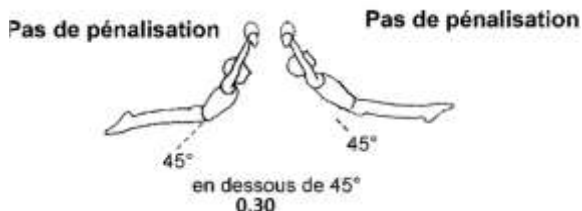
| | |
|---|---|
|  |  |
| 3 ↘ ↙ | 1 ↑! |
| De la suspension, par temps de fouetter (avant puis arrière), élever les jambes fléchies pour venir à la suspension mi-renversée jambes horizontales (position tenue 2s). | Revenir à la suspension renversée. Position tenue 2s. |
| Position sans arrêt..... 1,00 | Flexion des jambes0,1 / 0,3 / 0,5 Arrêt dans la remontée.....0,1 / 0,3 / 0,5 Position sans arrêt.....1,00 |

| | | |
|--|---|---|
|  |  |  |
| 1 ↘ ↙ | 1) | 1) |
| Abaissés les jambes tendues puis élaner en avant (fermeture / ouverture jambes tronc), | Elancer en arrière. | Elancer en avant |
| | Corps sous 45°0,3 | Corps sous 45°0,3 |

| | |
|---|--|
|  |  |
| 1) | 2,0 ↘ ↙ |
| Elancer en arrière | élaner en arrière le corps tendu au dessus de 45°, sortir en arrière par appui sur les anneaux. |
| Corps sous 45°0,3 | Manque d'appui 0,30 ou 0,50 Corps cassé 0,10 ou 0,30 ou 0,50 |

Hauteur des élanés :

Pour les élanés **en avant**, un cassé du corps n'est pas pénalisé. Ni pour une attitude en « cuillère »
 Pour les élanés **en arrière**, les épaules doivent rester basses. Pas de pénalisation pour un cambré du corps
 Dans les élanés **en arrière**, l'amplitude se mesure au niveau **du corps**.
 Les élanés doivent avoir une amplitude **au moins corps à 45° par rapport à la verticale**
 Pas d'exigence demandée pour la hauteur des épaules.
 Pénalisation calculée d'après la déviation du corps par rapport à 45° :




Pour les fautes générales non mentionnées dans le texte de l'exercice, le juge doit se reporter au Code de Pointage Fédéral, pages IMP – 10 à 18.

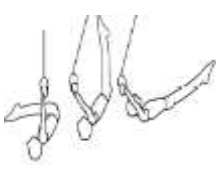
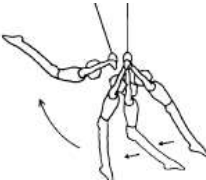

| | | | | | | |
|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|
| 3,0 | 1,0 | 1 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 2,0 |
| ↘ ↙ | ↑! | ↘ ↙ |) |) |) | ↘ ↙ |

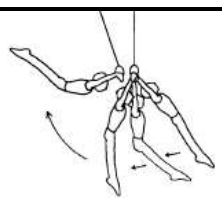
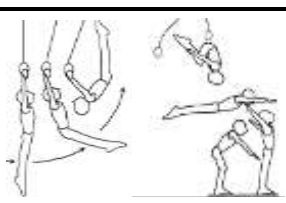
ANNEAUX

Note D = 2 si Note E = ou > 7

Pupille (2° degré)

| | |
|---|---|
|  | |
| 2 ↘ < | 1 ↑! |
| De la suspension, par temps de fouetter (avant puis arrière), élever les jambes fléchies pour venir à la suspension mi-renversée jambes horizontales (position tenue 2s). | Revenir à la suspension renversée. Position tenue 2s. |
| Position sans arrêt..... 1,00 | Flexion des jambes0,1 / 0,3 / 0,5 Position sans arrêt.....1,00 |

| | | |
|--|---|---|
|  |  |  |
| 1 <) | 1) | 1) |
| Abaisser les jambes tendues puis élaner en avant (fermeture / ouverture jambes tronc), | Elancer en arrière. | Elancer en avant |
| | Corps sous 45°0,3 | Corps sous 45°0,3 |

| | |
|--|---|
|  |  |
| 1) | 3) e |
| Elancer en arrière | Elancer en avant et sortie salto arrière corps groupé |
| Corps sous 45°0,3 | Lâché après la verticale.....2 Corps non groupé..... 0,5 Pas de pénalisation pour manque d'amplitude. |

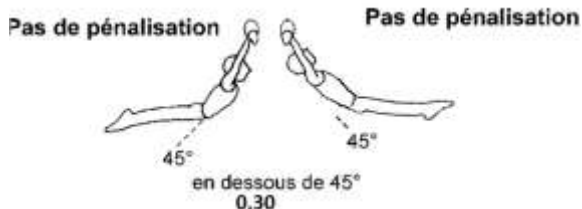
Hauteur des élancés :

Pour les élancés **en avant**, un cassé du corps n'est pas pénalisé. Ni pour une attitude en « cuillère »
 Pour les élancés **en arrière**, les épaules doivent rester basses. Pas de pénalisation pour un cambré du corps
 Dans les élancés **en arrière**, l'amplitude se mesure au niveau **du corps**.

Les élancés doivent avoir une amplitude **au moins corps à 45° par rapport à la verticale**

Pas d'exigence demandée pour la hauteur des épaules.

Pénalisation calculée d'après la déviation du corps par rapport à 45° :



Pour les fautes générales non mentionnées dans le texte de l'exercice, le juge doit se reporter au Code de Pointage Fédéral, pages IMP – 10 à 18.

| | | | | | | |
|---------------|------------|---------------|------------|------------|------------|------------|
| 2,5 | 1,0 | 1 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 2,5 |
| ↘ < | ↑! | <) |) |) |) |) e |

CHEVAL D'ARCONS

Note D = 1 si Note E = ou > 7

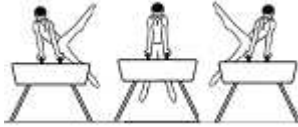
Pupille (1^{er} degré)



1,0

De la station latérale faciale, mains sur arçons : sauter à l'appui.

Arrêt à l'appui 0,1, 0,3, 0,5



2,0



3,0



sans arrêt balancer à gauche, balancer à droite,

balancer à gauche, engager jambe gauche sous main gauche, main gauche reprenant arçon gauche, balancer à droite, main droite reprenant arçon droit

Pas de pénalisation pour manque d'amplitude

Pas de pénalisation pour main décollée

Jambe arrière statique 0,1 ou 0,3 / chaque fois

Pas de pénalisation pour manque d'amplitude



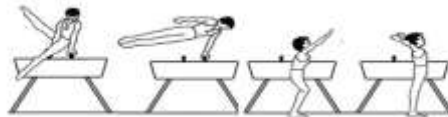
2,0



balancer à gauche, main gauche reprenant l'arçon gauche,

Pas de pénalisation pour manque d'amplitude

Jambe arrière statique 0,1 ou 0,3



2,0



balancer à droite, engager jambe droite par-dessus arçons droit, resserrer les jambes avec un quart de tour à gauche **corps tendu**, sortie à la station costale gauche main gauche sur arçon gauche.

Manque d'appui du bras à la sortie 0,30 pas d'amplitude demandée pour la sortie

Jambes écartées dans le quart de tour...0.10 ou 0.30 ou 0.50 **Flexion du corps à la sortie 0.10 ou 0.30 ou 0.50**

Pendant tout l'exercice :

Manque de rythme, chaque fois 0,1 ou 0,3

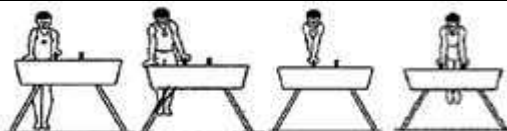
Toucher de l'engin avec les jambes ou pieds, chaque fois (pas de pénalisation pour frottement lors des élanés) 0,1

Heurter d'engin , chaque fois 0,5

Arrêt , chaque fois 0,1 ou 0,3 ou 0,5

Pour les fautes générales non mentionnées dans le texte de l'exercice, le juge doit se reporter au Code de Pointage Fédéral, pages IMP – 10 à 18.

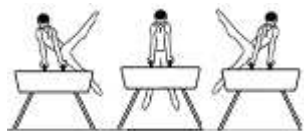
| | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1,0 | 2,0 | 3,0 | 2,0 | 2,0 |
| ↑ |)) |)) |) |)↓ |



1,0

De la station latérale faciale, main gauche sur arçon droit, main droite sur la croupe : sauter à l'appui, sans arrêt déplacer main droite sur arçon droit, sans arrêt déplacer main gauche sur arçon gauche

Arrêt à l'appui 0,1, 0,3, 0,5



2,0



3,0



sans arrêt balancer à gauche, balancer à droite,

balancer à gauche, engager jambe gauche sous main gauche, main gauche reprenant arçon gauche, balancer à droite, main droite reprenant arçon droit

Pas de pénalisation pour manque d'amplitude

Pas de pénalisation pour manque d'amplitude

Pas de pénalisation pour main décollée

Jambe arrière statique 0,1 ou 0,3 / chaque fois



2,0



balancer à gauche, main gauche reprenant l'arçon gauche,

Pas de pénalisation pour manque d'amplitude

Jambe arrière statique 0,1 ou 0,3



2,0



balancer à droite, engager jambe droite par-dessus arçons droit, resserrer les jambes avec un quart de tour à gauche **corps tendu**, sortie à la station costale gauche main gauche sur arçon gauche.

Manque d'appui du bras à la sortie 0,30

pas d'amplitude demandée pour la sortie

Jambes écartées dans le quart de tour....0.10 ou 0.30 ou 0.50 **Flexion du corps à la sortie 0.10 ou 0.30 ou 0.50**

Pendant tout l'exercice :

Manque de rythme, chaque fois 0,1 ou 0,3

Toucher de l'engin avec les jambes ou pieds, chaque fois (pas de pénalisation pour frottement lors des élanés) 0,1

Heurter d'engin , chaque fois 0,5

Arrêt , chaque fois 0,1 ou 0,3 ou 0,5

Pour les fautes générales non mentionnées dans le texte de l'exercice, le juge doit se reporter au Code de Pointage Fédéral, pages IMP – 10 à 18.

| | | | | |
|-------|-----|-----|-----|-----|
| 1,0 | 2,0 | 3,0 | 2,0 | 2,0 |
| ↑ → → | // | // |) | / ↓ |