

Changements dans nouvelles directives

1.2 Les gymnastes à l'artistique qui ont participé durant l'année à des concours à l'artistique **ou qui sont en possession d'une licence pour la saison en cours** n'ont pas le droit de participer à des concours en gymnastique aux agrès.

1.3 C1 BP Exercice imposé
C2 BP 4L/1C
C3 BP 3L/3C
C3 AB 4L/1C
C4 ST 1L (exécuté 2 fois)

2 Des cartes de catégorie **peuvent** être commandées au secrétariat de la FSG pour inscrire la catégorie atteinte et les concours effectués. Elles ne sont plus obligatoires.

2.2.2 La catégorie S senior devient catégorie D/H dames/hommes

3.1.5 C1-C4
Les balancés à vide sont autorisés, mais seront jugés pour la technique et la tenue.

C5-C7 et CD/H
Un balancé à vide autorisé à la barre fixe et aux anneaux balançants, deux aux barres parallèles. Les balancés seront jugés pour la technique et la tenue.

3.1.6 C1-C4
Les balancés intermédiaires sont autorisés, mais seront jugés pour la technique et la tenue.

C5-C7 et CD/H
Les balancés **intermédiaires ne sont pas autorisés** mais seront jugés pour la technique et la tenue.

3.2.1 Déduction par élément montré sans chute max. 0.80pts
Déduction par élément montré avec chute max. 1.00pts

Déduction technique, par élément max. 0.50pts
Déduction tenue, par élément max. 0.30pts

Réception sans chute max. 0.30pts
Déduction par élément montré avec réception max. 1.00pts

3.2.6 Eléments tenus – tenus moins de 2 secondes = déduction 0.20pts

3.2.7 Pas de sortie déduction 0.50pts
Valeur de difficulté trop basse ou trop haute (y.c. pour la sortie),
PAR valeur de difficulté 0.30pts

- 3.2.7 Combinaison, manque d'amplitude pendant l'exercice, présentation – déduction max. 0.50pts, seulement en C5-C7
- 3.3.2 sortie de tapis en longueur ou largeur (sauf grand écart dans la largeur) 0.20pts
- Plus de restrictions concernant les pas !
- 3.3.3 balancés du début, technique et tenue 0.80pts
 poussée de départ max. 0.80pts
 début tardif de l'exercice, **par** balancé à vide 0.30pts
- 3.3.4 Saut
- | | |
|--------------------------------|--------------|
| Phase d'envol | max. 1.50pts |
| Phase d'action | max. 1.50pts |
| Hauteur, longueur et direction | max. 1.00pts |
| Réception | max. 0.50pts |
| Tenue | max. 0.50pts |
| Chute | 0.40pts |

Attention ne pas pénaliser dans la réception si la technique de la phase d'action a déjà été déduite et provoque la mauvaise réception.

Sauts libres

Axe de rotation au-dessus de la hauteur des mains du gymnaste debout les bras en haut sur le trampoline.

Sauts de base

Centre de gravité au-dessus des mains du gymnaste debout les bras en haut dans le trampoline.

Au min. un saut doit correspondre à la catégorie.

Si les 2 sauts ne correspondent pas à la catégorie, pour chaque saut, déduction 3.00pts

Si les 2 sauts sont identiques, pour le 2^{ème} saut, déduction 3.00pts

Si un saut a une valeur de difficulté trop basse, déduction 3.00pts

Résumé des changements, éléments imposés et à choix, C1-C4

C1

Sol C1-7 de la position accr. monter à l'appui renv. groupé – DISPARAÎT
 C1-9 Pas avec ½ tour – DISPARAÎT

New C1-5 Roue

BP exercice imposé

C2

BF C2-4 Crochet du jarret – DISPARAÎT

- C2-5 de l'appui facial, s'abaisser ... à la station – DISPARAÎT
- New C2-3 la prise d'élan compte comme un élément enchaîné avec C2-4 ou C2-B
- Sol C2-3 roue non-naturelle – DISPARAÎT
C2-5 rondade lente – DISPARAÎT
C2-7 saut écarté – DISPARAÎT
- New C2-4 roue ¼ tour
C2-6 saut de galop
C2-7 balance faciale
- BP 4 éléments imposés, entrée à choix sauter et élaner à l'équerre ou au siège écarté
- C3**
- BF C3-B soleil – n'est plus imposé mais à choix
C3-5 prise d'élan – DISPARAÎT
- New C3-B la sortie filée devient un élément imposé
- Sol C3-A l'élément imposé est la roue ¼ tour
C3-3 roulé de côté avec les jambes écartées – DISPARAÎT
C3-4 on peut lier la roue imposée avec une roue naturelle (plus non-naturelle)
- New C3-6 saut extension ½ tour
C3-8 poirier
- AB 4 imposés, sortie à choix avec ou sans ½ tour
- ST New - Salto ¾ tendu
- BP 3 éléments imposés, 3 à choix
- C4**
- BF C4-5 de l'appui dorsal pied barre groupé
C4-11 élané en suspension arrière
C4-12 demi-grand, seulement à la barre haute
C4-10 est remplacé par le C4-13 l'élaner en av. ½ tour en suspension et sauter à la station.
- Sol C4-B roulé stand devient un élément à choix
C4-2 le saut roulé devient un obligatoire
C4-4 saut extension 1 tour – DISPARAÎT
C4-5 saut de galop devient saut de galop ½ tour
C4-7 souplesse arrière – DISPARAÎT
C4-10 appui renversé de force – DISPARAÎT

- New C4-2 roulé arrière
C4-6 poirier
- AB C4-2 descendre du mi-renversé devient un élément imposé
C4-B balancer en arrière et s'établir à la suspension mi-renversé devient à choix
C4-6 de la susp. fléchie s'abaisser avec ½ tour – DISPARAÎT
C4-8 balancer en avant en mi-renversé et sauter à la station – DISPARAÎT
- BP C4-A l'élancer en susp. brachiale devient un élément à choix, seul. en arrière
C4-1 à lancer en arr. en appui, s'abaisser à la susp. brach. – DISPARAÎT
C4-3 de l'appui brachial élaner en avant à la position mi-renversé devient imposé
C4-4 appui renversé sur les épaules et roulé tendu – DISPARAÎT
C4-7 élaner en arr. à l'appui renversé passager – DISPARAÎT
- New C4-2 de l'appui renv. sur les bras, roulé en av. et élaner en susp. brach. en arr.
C4-6 bascule sous toutes forme