









# Programme Fédéral B

Enchaînement libre de 5 éléments choisis parmi les éléments des grilles Fédéral B. (éléments manquants -2pts)

BARRES		POUTRE		SOL	
EXIGENCES DE GROUPE	BONIFICATIONS	EXIGENCES DE GROUPE	BONIFICATIONS	EXIGENCES DE GROUPE	BONIFICATIONS
1 "Entrées"	2 max(réalisées sans chute)	1 "Entrées"	2 max(réalisées sans chute)	2 éléments acro	2 max(réalisées sans chute)
1 "Suspension"		1 " Sorties"		2 éléments gymniques	
1 "Appuis"		1 élément acro		1 au choix	
1 "Sorties"		2 au choix			
1 au choix					
Fautes spécifiques		Fautes spécifiques		Fautes spécifiques	
Tous les balancés peuvent être réalisés jbes serrées ou écartées		Déséquilibre		Déséquilibre	
Arrêt	0,50	Eléments de maintien non tenu 2s		NON RECONNU	
Eléments de maintien non tenu 2s	NON RECONNU	Manque d'amplitde par rapport aux exigences		Absence de rebonds après les éléments	
Heurter le sol avec les pieds	1,00	S'accrocher à la poutre pour éviter la chute		0,10/0,30	
Heurter la barre ac 1 ou 2 pieds	0,50	Dépassement du temps (1min)		2,00	
Elan inter (pas de cumul avec arrêt)	0,50	Dépassement temps de chute (10s)		EXERCICE TERMINE	
Dépassement temps de chute (30s)	EXERCICE TERMINE			Absence de musique	
				0,10/0,30	
				0,50	
				0,10/0,30	
				2,00	
				2,00	
				NOTE D =	
				Déductions =	
				NOTE F =	
				NOTE D =	
				Déductions =	
				NOTE F =	
				NOTE D =	
				Déductions =	
				NOTE F =	