

6^{ème} degré

Sol

- **Page 193** : Nouvelle rédaction de la 3^{ème} Exigence de Composition : Un passage gymnique d'au moins deux éléments différents liés directement ou indirectement (avec des pas courus, petits sauts appel 1 pied, pas chassés, tours chaînés) **et** une pirouette de 360° minimum.
- **Page 196** : Changement du 6-5.3 : salto AR groupé ½ → difficulté avec 0.30pt de bonification
- **Page 196** : Ajout du 6.4.8 : twist groupé → difficulté avec 0.30 pt de bonification (le twist carpé ou tendu 6-4.7 reste une difficulté à 0.50pt de bonification)

Poutre

- **Page 190** : Ajout du 6-3.10 : Saut changement de jambe > 135° → difficulté avec 0.30pt de bonif (le saut changement de jambes > 150°- 6-3.5 reste une difficulté à 0.50pt de bonification)

IMPOSES

SOL

- 5^{ème} degré : 5.11 p 173

Changer les degrés d'écart des exigences techniques du saut changement de jambes :

- Si écart > 135 ° : SP
- Si écart de 120° à 135° : 0.10pt
- Si écart de 90° à 120° : 0.30pt
- Si écart < 90° : élément non reconnu

POUTRE

- Tableau des Eléments tentés-Eléments reconnus p 96 et p146 : suppression complète de la ligne entrée en bout de poutre 3^{ème} degré
- 2^{ème} degré : 2.1 p 148 : ajout de 2 pénalités dans les exigences techniques
 - Le pied ne doit pas toucher la poutre au passage de la jambe
 - Poser le pied **sur la poutre** au passage de la jambe : 0.50pt
- 4^{ème} degré : 4.6 p 151 : nouvelle rédaction du § chorégraphie
 - 1 pas du pied G
 - Mi-flexion de jbe G en pointant le pied D en AV simultanément, amener les 2 bras à l'oblique AV basse
 - Tourner le buste vers la D en effectuant un cercle du bras D (**AV –haut-AR**) jusqu'à l'oblique latérale basse, **position tenue**
 - 1 pas D, pointer pied G en AV, **élever les bras par l'AV** à la verticale
- 5^{ème} degré : 5.3 p 153 (4^{ème} tiret) : pas de pénalité si les doigts ne sont pas posés sur la poutre (et que les bras sont tendus)
- 5^{ème} degré : 5.7 p 155 roue pied-pied le passage sur pointes de pieds doit être visible **à la réception**. Si la gym arrive pied à plat puis monte sur pointes de pieds, elle perd cette exigence technique.