



Prérogatives des juges

			Niveau 1				Niveau 2				Niveau 3				Niveau 4			
			E	A	D	JA	E	A	D	JA	E	A	D	JA	E	A	D	JA
Fédéral	Fédéral B Fédéral A	7-14 ans	✓	✓	X	X	✓	✓	✓	X	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
		TC	✓	✓	X	X	✓	✓	✓	X	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Trophée Fédéral par équipe	Tous âges	✓	✓	X	X	✓	✓	✓	X	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Performance	National B	8-15 ans	X	X	X	X	✓	✓	✓	X	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
		TC	X	X	X	X	✓	✓	✓	X	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	National A	8-16 ans	X	X	X	X	X	X	X	X	✓	✓	✓	X	✓	✓	✓	✓
		TC	X	X	X	X	X	X	X	X	✓	✓	X	X	✓	✓	✓	✓
	Championnat de France par équipe	Division 2 et 3	X	X	X	X	X	X	X	X	✓	✓	✓	X	✓	✓	✓	✓
		Division 1	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	✓	✓	✓	✓
Elite	Elite	Avenir	X	X	X	X	X	X	X	X	✓	✓	✓	X	✓	✓	✓	✓
		Espoir	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	✓	✓	✓	✓
		Junior	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	✓	✓	✓	✓
		Senior	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	✓	✓	✓	✓

Article 7 de la brochure des juges (I. Règlements généraux)

Un juge niveau 4 d'une discipline a les prérogatives pour officier en tant que niveau 1 sur les compétitions des autres disciplines.

Avant d'officier en tant que juge niveau 1 sur une compétition d'une autre discipline, le juge niveau 4 aura à se familiariser avec les principes de jugement de celle-ci.

Lors de la composition du jury, le responsable des juges affectera le juge niveau 4 issu d'une autre discipline à l'agrès et au poste de juge qui lui semblent les plus adéquats, en concertation avec lui.

Exigence de présentation de juge en compétition

COMPÉTITION		NOMBRE DE JUGES	NIVEAU MINIMAL		PRÉSENCE
	ÉTAPES DU CIRCUIT FÉDÉRAL	Défini par la structure organisatrice*	Fédéral A Fédéral B	1	Défini par la structure organisatrice
	TROPHÉE FÉDÉRAL	1 juge. Tirage au sort parmi les clubs sélectionnés, publié en même temps que la liste des unités qualifiées*	Fédéral A	1 ou 2 **	Pour chaque journée au cours de laquelle le club présente une ou des unités
	TROPHÉE FÉDÉRAL PAR ÉQUIPE	1 juge. Tirage au sort parmi les clubs sélectionnés, publié en même temps que la liste des équipes qualifiées*	Fédéral	1	Pour toute la durée de la compétition
 	SÉLECTIVE RÉGIONALE NBTC	1 juge	National B	2	Pour chaque journée au cours de laquelle le club présente une ou des unités
	SÉLECTIVES INTERRÉGIONALES		National A	3	
			Elite Avenir	4	
			Elite Espoir		
			Elite Junior		
			Elite Senior		
	CHAMPIONNAT DE FRANCE	1 unité engagée : 0 ou 1 juge <u>au-delà</u> : 1 juge	National B	2	Pour chaque journée au cours de laquelle le club présente une ou des unités
			National A	3	
			Elite Avenir	4	
			Elite Espoir		
			Elite Junior		
			Elite Senior		
CHAMPIONNAT DE FRANCE PAR ÉQUIPE	1 juge	Division nationale 3	3***	Pour la journée de compétition de l'équipe	
		Division nationale 2	3		
		Division nationale 1	4		

*Au cours de sa 1ère année de compétition en GAc, un club peut ne pas présenter de juge sur les compétitions de niveau Fédéral s'il en fait la demande au responsable de chaque compétition.

** Un club qui sélectionne 3 unités ou plus sur le Trophée Fédéral doit engager un juge de niveau 2.

***Une dérogation peut être accordée par le responsable national des juges selon le niveau des unités présentées dans l'équipe du club. Cette demande est à adresser à jugegac@ffgym.fr

Définition d'un élément

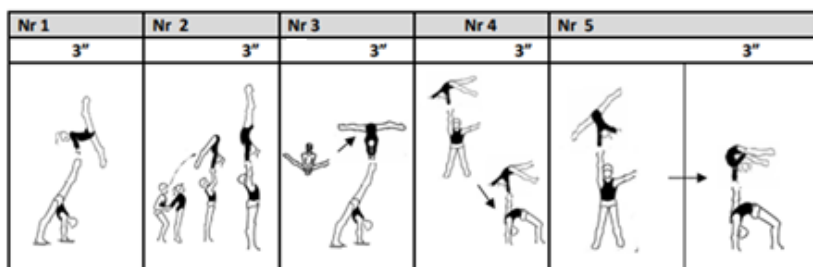
Fédéral B et A / National B - Éléments imposés en National A 8-16 / Elite Avenir :

1 élément = 1 case des grilles d'éléments imposés.

Éléments libres en NA 8-16 / EL AV - catégories NATC, ELES, ELJU, ELSE (cf. annexe 2 COP)

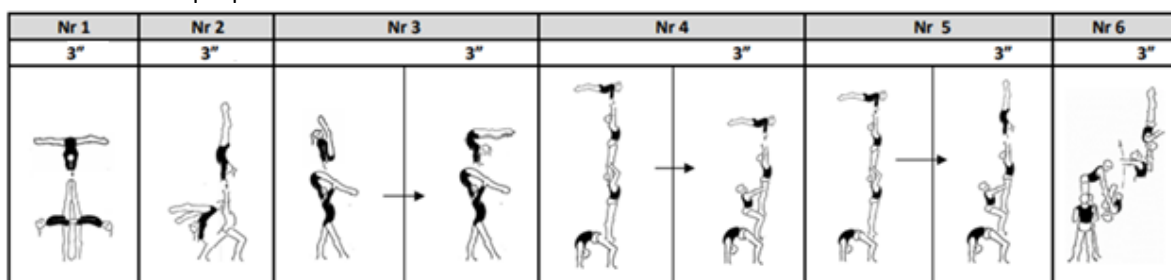
Précisions pour les éléments statiques de duos

1. Maintien statique position de V + P
2. Montée (comprenant le maintien position statique de V + P)
3. Changement de position de V + maintien position statique de V + P
4. Position de départ de V + changement de position de P + maintien position statique de V + P
5. Position de départ de V + changement de position de V + changement de position de P + maintien position statique de V + P



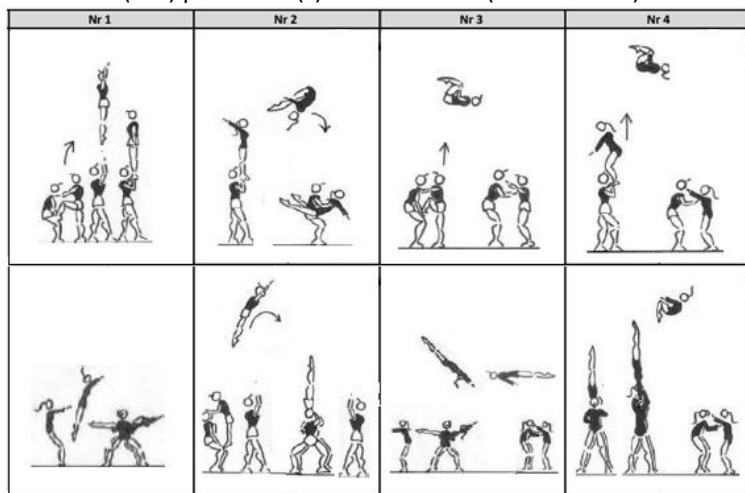
Précisions pour les éléments statiques de groupes

1. Maintien statique positions de V + Base
2. Maintien statique positions de V + S agissant comme V + base.
3. Changement de position de V et/ou de S + maintien statique positions de V et/ou de S + base.
4. Position de départ de V + transition + position finale de V + nouvelle position de base.
5. Position de départ de V + changement de position de V + transition + position finale de V + nouvelle position de base.
6. Montée + maintien statique positions de V + Base



Précisions pour les éléments dynamiques duos et groupes

1. Envol du sol vers le(s) partenaire(s) = rattrape
2. Envol du(des) partenaire(s) au(x) partenaire(s) = rattrape
3. Envol du sol avec brève aide du (des) partenaire(s) au sol = élément dynamique (retour au sol)
4. Envol du(des) partenaire(s) au sol = sortie (retour au sol)



(Le distinguo entre "élément dynamique" et "sortie" est conservé en catégorie "pre-youth" Élite Avenir). Pour les autres catégories, on distingue simplement les "rattrapes" et les "retours au sol".

NOTATION EXECUTION TECHNIQUE

Les Juges à l'Exécution évaluent les exercices présentés pour leurs fautes techniques en stricte application du Code de Pointage (CoP) et sans discussion avec les autres juges ou entraîneurs.

Les juges à l'Exécution doivent garder une trace de la réalisation et des fautes techniques, pour lesquelles des pénalités ont été données, et doivent être capables de justifier leur notation en se référant à la notation symbolique.

L'exécution concerne la qualité de la réalisation technique de l'exercice **et non pas la technique utilisée**. Chaque exercice est évalué pour sa proximité aux critères de perfection d'exécution.

Les juges à l'exécution prennent en considération l'**amplitude** et la **justesse d'exécution technique** de chaque élément présenté. Ceci concerne la qualité de l'extension, de la tonicité du corps et de l'amplitude du mouvement, c'est-à-dire que l'exécution de l'élément doit viser à utiliser l'espace maximal possible. Les éléments collectifs et individuels sont tous concernés, ainsi que les éléments chorégraphiques (ex : grand jeté, pirouette...)

La forme et la ligne du corps sont prises en compte, y compris l'exactitude des angles, en relation avec les critères d'excellence technique définis par les entraîneurs et juges.

L'efficacité de la technique est prouvée par la capacité à réussir des entrées fluides vers les éléments, à maintenir l'équilibre dans les positions statiques, à présenter des sorties et réceptions nettes, à donner un rythme aux éléments au sol et à démontrer une confiance dans les rattrapés et lancers. Les éléments dynamiques doivent entraîner des phases d'envol maximales.

Les fautes d'exécutions sont déduites chaque fois qu'elles se produisent de la note maximale de **10,00 points** en utilisant l'échelle de pénalités suivante :

- **Faute mineure 0,1**
- **Faute significative 0,2 – 0,3**
- **Faute grave 0,5**
- **Chute 1,0**

Pénalité maximale pour un élément à l'exécution :

Élément collectif = 1 point incluant les fautes de mise en place, réception et chutes.

Élément individuel = 1 point par élément ou par série d'élément et par partenaire.

Exemples : un gymnaste réalise...

- *souplesse arrière puis maintien en équerre puis saut de main → 3 éléments séparés, notés chacun sur 1 point.*
- *saut de mains pieds décalés, rondade, flip → 3 éléments en série, notés ensemble sur 1 point*
- *souplesse arrière enchaîné avec flip grand écart puis maintien en poirier → 2 éléments en série notés ensemble sur 1 point et 1 élément isolé noté sur 1 point.*

Dans le cas d'un **élément, collectif ou individuel, non terminé puis recommencé** (par exemple en raison d'une chute), la nouvelle tentative est considérée comme un nouvel élément pour lequel des déductions peuvent également s'appliquer jusqu'à 1 point.

TABLEAU DES FAUTES TECHNIQUES

Sections VII et X CoP 2025-2028

Les tableaux qui suivent visent à fournir **un guide général des déductions** qui peuvent être appliquées pour les fautes techniques des éléments collectifs, des éléments individuels et de la chorégraphie. Il est impossible de lister toutes les fautes techniques. Il est attendu des juges qu'ils utilisent ces directives comme base pour appliquer les déductions de fautes qui ne sont pas incluses dans ces tableaux.

1. AMPLITUDE

Critères d'évaluation	DÉDUCTION		
	Petite	Significative	Grave
1. Manque d'extension, d'amplitude ou de tonicité du corps dans l'exécution d'un élément (pieds, jambes, genoux, bras, dos...)	0,1	0,2 – 0,3	0,5
2. Manque d'amplitude de la phase de vol dans les éléments dynamiques. Déviation par rapport à la direction idéale de tous les éléments (statique, dynamique, individuels)	0,1	0,2 – 0,3	0,5

2. FORME DU CORPS, ANGLES ET LIGNES

Critères d'évaluation	DÉDUCTION		
	Petite	Significative	Grave
1. Equilibre sur les mains non à la verticale ou forme de corps en dehors de la réalisation idéale.	0,1	0,2 – 0,3	0,5
2. Cambrure du dos et/ou flexion des hanches lorsque le gymnaste tente de maintenir une position droite.	0,1	0,2 – 0,3	0,5
3. Bras pliés en équilibre sur les mains et angle des genoux, chevilles et poignets selon la forme de l'équilibre.	0,1	0,2 – 0,3	0,5
4. Jambes au-dessus ou au-dessous de la position idéale dans les maintiens (ex. jambes en dessous de l'horizontale à l'équerre).	0,1	0,2 – 0,3	0,5
5. Jambes écartées à moins de 180°.	0,1	0,2 – 0,3	
6. Jambes / pieds non serrés lors des réceptions des éléments collectifs. Exception : sortie sans assistance du/des porteur(s).	0,1		

3. HÉSITATIONS, PAS ET GLISSADES

Critères d'évaluation	DÉDUCTION		
	Petite	Significative	Grave
1. Hésitations du voltigeur ou réajustements dans la construction ou les transitions.	0,1	0,2 – 0,3	
2. Hésitations dans une phase de changement de position, d'une montée ou lors d'un link, interrompant la fluidité du mouvement.	0,1	0,2 – 0,3	
3. Perte de puissance dans un changement de position obligeant à recommencer le changement de position.		0,3	
4. Sursauts ou pas dans un porter, un rattraper ou une réception. 1-2 petits ; 3 ou 1 grand pas moyen; 4 et + grave.	0,1	0,2 – 0,3	0,5
5. Glissade d'un pied d'une main ou d'un bras dans la montée, le maintien ou les transitions et dans les rattrapes.		0,3	
6. Un pied, une main ou une autre partie du corps passe à travers le carré ou glissant du point de support dans les rattrapes/réceptions dynamiques sur partenaire.		0,3	
7. Trébuchement / faux pas dans n'importe quelle partie de l'exercice en dehors des éléments.		0,3	0,5

4. INSTABILITÉS

Critères d'Evaluation	DÉDUCTION		
	Petite	Significative	Grave
1. Instabilité ou tremblements du/des porteur(s), semi(s) ou voltigeur dans la phase de construction d'un élément statique ou dynamique.	0,1	0,2 – 0,3	0,5
2. Porteur(s) oscillant des talons aux orteils ou faisant des pas en essayant de stabiliser un élément.	0,1	0,2 – 0,3	Plus de 3 pas 0,5
3. Réajustement des positions après un rattraper ou avant un lancer, ou en essayant de stabiliser l'équilibre.	0,1		
4. Touche du partenaire ou du sol, ou aide significative, ou stabilisation du partenaire pour garder l'équilibre sur un partenaire.		0,3	
5. Pose non intentionnelle d'un genou ou d'une main au sol ou d'une jambe ou de la tête, ou d'une épaule sur ou contre un partenaire.			0,5
6. Pression temporaire du(des) corps ou épaules du/des porteur(s) contre le voltigeur afin de le stabiliser.		0,3	
7. Pression du torse ou des épaules du/des porteur(s) contre le voltigeur afin de régler un grave problème de stabilité ou pour éviter la chute.			0,5
8. Aide supplémentaire d'un partenaire(s) pour éviter la chute (Ex. rattraper manqué ou une sortie précise manquée).			0,5

5. ROTATIONS

Critères d'évaluation	DÉDUCTION		
	Petite	Significative	Grave
1. Sur ou sous rotation dans les tours, vrilles ou saltos.	0,1	0,2 – 0,3	0,5
2. Sous rotation de saltos demandant de l'aide du/des partenaire(s) pour terminer la rotation.		0,3	
3. Sous/sur rotation de saltos demandant le soutien total du/des partenaire(s) pour terminer la rotation et/ou éviter une chute.			0,5

6. ELEMENTS NON TERMINÉS ET CHUTES

Critères d'évaluation	DÉDUCTION		
	Petite	Significative	Grave
1. Élément non terminé sans chute.			0,5
2. Partenaire arrivant au sol avec une réception non intentionnelle ou illogique, sans contrôle, d'un point de support ou d'équilibre, mais sans chute.			0,5
3. Une main ou un pied glissant d'un point de support sur un partenaire et les mains sont utilisées pour éviter la chute.			0,5
4. Les 2 pieds ou les 2 mains glissent à travers le carré, des épaules ou d'autres points d'appui sur le corps du partenaire, lors d'une tentative de maintien d'équilibre ou lors d'un rattraper.			= CHUTE 1,0
5. Chute au sol ou sur partenaire(s) depuis une pyramide ou élément de duo ou depuis un carré sans réception contrôlée ou logique.			= CHUTE 1,0
6. Réception incontrôlée ou chute sur le sol ou au sol sur la tête, les fesses, le ventre le dos ou le côté, les mains et les genoux ensemble, les deux mains et pieds ou les deux genoux.			= CHUTE 1,0
7. Roulade avant ou arrière suivant une réception sans avoir montré d'abord une réception stabilisée sur les pieds.			= CHUTE 1,0

Quels sont les critères à retenir ?

- Efficacité et logique des entrées et sorties d'éléments
- Efficacité de l'exécution technique
- Exactitude des lignes et des formes
- Amplitude (allongement et finition) dans l'exécution des éléments collectifs et individuels (extension maximale dans les éléments statiques et envol maximal dans les éléments dynamiques)
- Stabilité des éléments statiques, fluidité des changements de position
- Sûreté, efficacité des rattrapes et des lancers
- Précisions des vrilles et tours
- Contrôle des réceptions (statique et dynamique)
- Soutien d'un dynamique avec retour au sol par un seul P en trio alors que l'élément imposé en exige 2 = 0,5 point
- Les trébuchements, faux pas, chutes durant la chorégraphie
(chute lors de la chorégraphie = 1 point, si plusieurs partenaires chutent en même temps = 1 point)

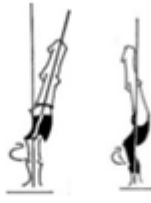
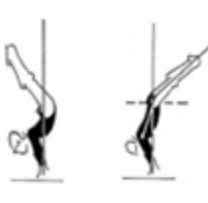
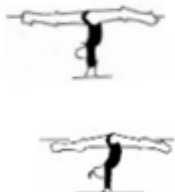
Sur le terrain, que doit faire un juge à l'Exécution ?

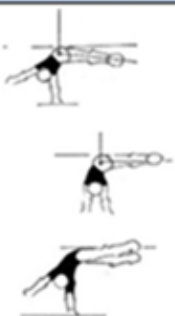
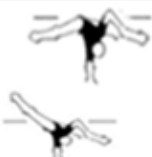
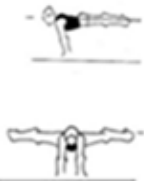
- 1) Regarder la réalisation technique des éléments individuels de chaque partenaire, des éléments collectifs et la chorégraphie.
- 2) Prendre si possible en symbolique les éléments et dans tous les cas, inscrire les pénalités relatives à chaque élément sur sa feuille de notation.
- 3) À la fin de l'exercice, additionner toutes les pénalités et les retirer du total de la note de base de 10 points.
- 4) Veiller à respecter la cohérence avec la notation des autres groupes de la même catégorie.
- 5) Jusqu'à la validation des résultats de la catégorie par le juge arbitre, conserver une trace écrite des notes attribuées à chaque unité (ceci afin de palier d'éventuels problèmes informatiques).

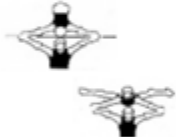
NB : utiliser la fiche type téléchargeable sur le site fédéral : se connecter à l'extranet / mon compte / compétition / base documentaire / GAc / Documents de notation

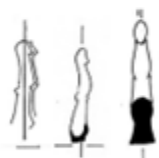
Illustrations des fautes techniques

(Annexe 1 du Code de Pointage)

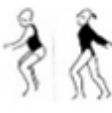
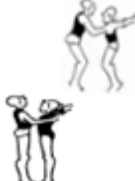
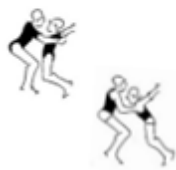
		Fautes				
	Elément	Idéal	0,1	0,2	0,3	0,5
1	ATR					
						
						
						
2	Mexicain					
						
						
						
						

		Fautes				
	Elément	Idéal	0,1	0,2	0,3	0,5
3	Drapeau					
		Position des hanches à 90° 				Pas d'inclinaison des hanches 
	Drapeau profond					
	Drapeau écart	180° écart de jambes 				
4	Planche					
						
						
						
						

		Fautes				
	Elément	Idéal	0,1	0,2	0,3	0,5
5	Yogi					
						
6	Crocodile					
						
	Poule					
7	Bras écartés					
8	Position cambrée					
9	Pont					
						
10	Table					
						

		Fautes				
	Elément	Idéal	0,1	0,2	0,3	0,5
11	Equerre					
						
	Equerre renversée					V : jambes écartées en équerre renversée
12	Bras					
						
13	Pointes Genoux					
						
						

		Fautes				
	Elément	Idéal	0,1	0,2	0,3	0,5
14	Debout					
						
15	Assis jambes écartées				plus de 90° 	
16	Phoque				plus de 90° 	
						

		Fautes					
	Elément	Idéal	0,1	0,2	0,3	0,5	1,0
1	Groupé						
							
2	Carpé	 		 			
3	Tendu					 pas de tonicité	
				 			
4	Pas et réception non soutenue		 1 pas	 2 pas	 3 pas	 4 pas ou +	
5	Réception soutenue						
							
							

NOTATION ARTISTIQUE

Les juges à l'artistique évaluent la qualité artistique des exercices réalisés en respectant strictement le code de pointage et sans discussion avec les autres juges et entraîneurs.

Sections VI et X COP 2025-2028

Généralités

LA QUALITÉ ARTISTIQUE

La qualité artistique prend en considération la structure chorégraphique et la composition de l'exercice, la variété du contenu incluant la sélection des éléments de difficulté et leur répartition tout au long de l'exercice. Cela concerne également la relation entre les partenaires, le mouvement et la musique.

La qualité artistique est le reflet des qualités uniques du style de l'unité, de l'expression et de la musicalité. C'est la capacité à transcender toutes les exigences de ce sport pour toucher l'audience et les juges.

Un exercice est présenté aux spectateurs et juges. Il doit établir une identité propre à chaque unité et être mis en valeur par la chorégraphie.

Le jugement artistique commence au début de l'exercice et se termine à la position finale. L'entrée sur le praticable doit être simple, utiliser le chemin le plus court, réalisée de manière naturelle et relâchée, sans musique, sans marche « gymnique » ni aucune chorégraphie.

La fin de l'exercice doit coïncider avec la fin de la musique et être une position statique fixée pendant un instant. Après la position finale, les athlètes sont libres de célébrer, saluer le public et quitter le praticable.

Aucune marque ne peut être faite au sol pour aider la performance. Les athlètes doivent exécuter leur exercice sans l'aide d'un entraîneur ou autre aide physique.

Un esprit de sportivité doit être maintenu tout au long de la présence dans l'arène de compétition.

ACCOMPAGNEMENT MUSICAL

Tous les exercices sont réalisés en musique. La musique et les paroles (mots) peuvent être utilisées en respectant le code de l'éthique de la FIG : les paroles inappropriées (par exemple sexuelles, offensantes, agressives, violentes...) sont interdites.

La reproduction musicale doit être de la plus haute qualité. Un choix musical judicieux aidera à établir la structure, le rythme et le thème de l'exercice

Si les compétiteurs ne commencent pas ou s'ils arrêtent leur exercice parce que la musique n'est pas correcte ou qu'il y a un autre problème technique, ils sont autorisés à recommencer leur exercice sans pénalité. Si le problème ne peut pas être rectifié immédiatement, le JA a le droit de reporter l'exercice à la fin de la série. Un exercice ne peut pas être répété une fois terminé.

L'ÉVALUATION ARTISTIQUE

L'évaluation artistique n'est pas seulement CE que font les compétiteurs mais aussi COMMENT et OÙ ils réalisent leur exercice.

Pour établir la note, les critères artistiques suivants sont évalués de façon positive selon 5 critères, via un questionnaire : **partenariat - expression - performance - créativité - musicalité**

Chaque critère est évalué sur 2 points. La moitié de ces points est attribuée à l'unité. Pour attribuer la deuxième moitié des points, le juge à l'artistique doit répondre à des questions par "oui", "modérément" ou "non" ; chaque réponse crédite, ou non, des dixièmes de points. Les questions et les valeurs associées aux réponses sont listées ci-après.

Pour la note artistique les points sont attribués jusqu'à la note maximale de :

- **10,00 points en filières Elite et Nationale A** : tous les critères mentionnés ci-dessus sont pris en compte.
- **6,00 points en filières Nationale B et Fédérale** : seuls les critères Performance / Créativité / Musicalité sont pris en compte.

PARTENARIAT / DIFFÉRENCE DE TAILLE

Il doit y avoir une relation logique (maturité, niveau de préparation physique et technique dans les éléments, la danse et les mouvements, avec un équilibre de réalisation au sein de l'unité). La connexion entre les individus à l'intérieur du partenariat doit être visible ; les partenaires doivent avoir la capacité à aller au-delà de leur propre relation pour toucher le public.

La différence de taille entre les partenaires doit être logique du point de vue esthétique selon le niveau et la catégorie. Sur les compétitions internationales, une pénalité est appliquée sur la note finale par le JA pour différence trop importante. (Cf. annexe 3 CoP).

RÉALISATION / CHORÉGRAPHIE

La chorégraphie est définie comme l'organisation des mouvements corporels gymniques et artistiques dans le temps, les niveaux et l'espace, ainsi que dans la relation avec les autres partenaires. Il s'agit de lier esthétiquement les éléments de difficulté avec fluidité, connexions et mouvements continus, par exemple des entrées et sorties, des pas, des sauts et des tours chorégraphiques.

Les partenaires doivent montrer une unité dans la démonstration de mouvements synchronisés. Les éléments de difficulté et la chorégraphie doivent utiliser tout l'espace et le praticable. Tous les mouvements doivent être exécutés avec un maximum d'amplitude en utilisant le plus d'espace disponible possible, ou être réalisés en utilisant subtilité et nuance selon la musique.

EXPRESSION

Tous les partenaires de l'unité doivent démontrer leur capacité à projeter l'émotion et ce, tout au long de l'exercice. Il doit y avoir une harmonie dans l'expression des partenaires.

Les expressions faciales extrêmes, les interprétations trop théâtrales de l'histoire ou de la musique, les imitations en playback (synchronisation des lèvres), la violence (armes à feu, combats d'épée, coups) doivent être évités, de même que les attitudes extrêmement agressives, impolies ou irrespectueuses. A défaut, l'émotion projetée ne pourra pas être considérée comme « correcte » (cf. question 1 du critère)

CRÉATIVITÉ

L'unité doit montrer :

- imagination, originalité, inventivité, inspiration ;
- différentes façons de construire (entrées) et de terminer (sorties) les éléments.
- une variété dans la composition, différents types d'éléments et des éléments rarement démontrés.

MUSICALITÉ

Tous les exercices doivent être chorégraphiés afin de s'harmoniser de manière logique et esthétique avec le rythme et le caractère de l'accompagnement musical, en respectant les phrases musicales et les accents utilisés.

La fluidité de l'exercice ne doit pas être interrompue entre la chorégraphie et les éléments de difficulté ; les arrêts qui sont logiques et ne perturbent pas la fluidité de l'exercice sont autorisés.

TENUE DE COMPÉTITION

L'évaluation de l'exercice est focalisée sur l'exécution des éléments et de la chorégraphie. Les tenues doivent compléter la performance, mais ne font pas partie de l'évaluation artistique. En cas d'infraction, les pénalités sont données par le Juge Arbitre.

GRILLE ARTISTIQUE DÉTAILLÉE				
	NON	+/-	OUI	
PARTENARIAT				
Existe-t-il un niveau de maturité acceptable entre tous les partenaires ? <i>Est-ce que le niveau de maturité (physique, assurance, présence, ...) de chaque partenaire est relativement identique ?</i>	0	0,2	0,4	1
Existe-t-il un bon niveau de préparation technique et physique entre tous les partenaires ? <i>Est-ce que les partenaires présentent un niveau (préparation gymnique, préparation physique, difficulté) relativement identique ?</i>	0	0,1	0,3	
Existe-t-il une connexion visible et cohérente entre tous les partenaires ? <i>Est-ce qu'il y a une relation visible (regard, connexion physique, complicité, relation compréhensible, ...) entre les partenaires ?</i>	0	0,1	0,3	
PERFORMANCE / RÉALISATION				
Y a-t-il une fluidité continue et des parties avec une synchronisation parfaite ? <i>Est-ce que l'enchaînement se déroule sans perte de rythme, hésitation, rupture ni attente ? Y a-t-il des parties synchronisées ?</i>	0	0,2	0,4	1
Est-ce que tous les partenaires ont une grande amplitude dans l'exercice ? <i>Est-ce que chaque gymnaste réalise les gestes en utilisant l'espace corporel avant, arrière, proche, éloigné, petit, grand ? Les partenaires effectuent-ils les mouvements avec la même qualité et dans les mêmes proportions ?</i>	0	0,1	0,3	
Est-ce une chorégraphie originale et crée-t-elle une identité personnelle ? <i>Est-ce que l'exercice présente des points marquants sortant de l'ordinaire (gestuelles, porters, histoire / thème, connexion entre les partenaires, ...) ? Est-ce que les partenaires créent au travers de leur exercice une identité/personnalité ou style qui permet de marquer les esprits et/ou de se démarquer des autres unités ?</i>	0	0,1	0,3	
EXPRESSION				
Est-ce que tous les partenaires projettent une émotion correcte de l'exercice ? <i>Est-ce que tous les partenaires projettent des émotions (expressions faciales, gestuelles, ...) en lien avec le thème de l'exercice ?</i>	0	0,2	0,4	1
Existe-t-il une harmonie de l'expression entre les partenaires ? <i>Est-ce que l'intensité, la qualité et le type d'expression est équivalent entre les partenaires ?</i>	0	0,1	0,3	
Est-ce que l'émotion est maintenue durant tout l'exercice ? <i>Est-ce qu'une émotion (identique ou variable pendant l'exercice) est conservée tout au long du mouvement ?</i>	0	0,1	0,3	
CRÉATIVITÉ				
L'unité montre-t-elle une variété d'éléments et exécute-t-elle des éléments rarement réalisés ? <i>Est-ce que l'unité réalise des pyramides et/ou éléments individuels variés (forme de corps, sens de rotation, bases, positions...) et non habituels dans la catégorie (qui sont peu communs) ?</i>	0	0,2	0,4	1
L'unité fait-elle preuve d'originalité et d'inventivité pendant tout l'exercice ? <i>Est-ce que la composition de l'exercice (gestes, pas, expressions, porters chorégraphiques, ...) sort de l'ordinaire tout au long de l'exercice ?</i>	0	0,1	0,3	
Y a-t-il des montées et descentes spéciales/différentes ? <i>Est-ce que la construction, la déconstruction des pyramides et/ou des éléments individuels sortent de l'ordinaire ?</i>	0	0,1	0,3	
MUSICALITÉ				
Est-ce que l'exercice correspond aux thèmes/spécificités et à l'ambiance de la musique ? <i>Est-ce que la chorégraphie (gestuelle, expression, construction) correspond aux thèmes / spécificités de la musique utilisée ?</i>	0	0,2	0,4	1
Les phrases musicales, les accents et le rythme sont-ils respectés et utilisés tout au long de l'exercice ? <i>Est-ce que les différents aspects de la musique (silence, rythme, accent, bruitage, temps forts, ...) sont exploités dans la gestuelle tout au long de l'exercice ?</i>	0	0,1	0,3	
La chorégraphie est-elle en harmonie avec la musique ?	0	0,1	0,3	

Sur le terrain, que doit faire un juge à l'Artistique ?

- 1) Avoir la grille artistique détaillée sur la table pour s'y référer dès que besoin.
- 2) Etre concentré sur la prestation de l'unité mais uniquement du point de vue artistique : occulter l'aspect technique des éléments réalisés par les gymnastes.
- 3) A la fin de la prestation, répondre à chacune des questions par "oui", "modérément" ou "non" ; en comparaison des passages précédents.
- 4) Effectuer le calcul de la note finale.
- 5) Jusqu'à la validation du palmarès de la catégorie par le juge arbitre, conserver une trace écrite des notes attribuées à chaque unité (ceci afin de palier d'éventuels problèmes informatiques).

NB : utiliser la fiche type téléchargeable sur le site fédéral : se connecter à l'extranet / mon compte puis aller sur compétition / base documentaire / GAc / Documents de notation

EVALUATION DES EXERCICES

Section IX COP

Calcul des notes d'Exécution (note E) et d'Artistique (note A)

	Note d'Exécution (E)	Note d'Artistique (A)
	Note sur 10 points, coefficient 2	La note est sur - 6 points (catégories fédérales et nationales B) - 10 points (catégories nationales A et élite)
2 ou 3 juges	Moyenne des notes.	
4, 5 ou 6 juges	Moyenne des notes restantes après élimination de la plus haute et de la plus basse.	
Précisions	Selon la configuration de la compétition, le Juge Arbitre et les juges à la Difficulté peuvent intégrer le jury à l'Exécution et/ou à l'Artistique.	
	Les exercices sont notés avec une précision de 0,001 sans arrondi du chiffre final.	

Tolérance des écarts de notes

À l'exécution et à l'artistique, une tolérance d'un écart maximal entre les notes prises en compte dans la moyenne est requise :

- de 0,3 point si la note du jury est supérieure ou égale à 7,00 points ;
- de 0,5 point si la note du jury est inférieure à 7,00 points ;
- de 0,3 pour les notes artistiques notées sur 6,00 points.

Si cette tolérance n'est pas respectée, le juge arbitre a pour rôle de réunir son jury pour harmoniser le jugement, en s'appuyant sur ses notes de référence.

Cette règle s'applique sur toutes les compétitions.

Calcul de la note de difficulté (note D)

(Ref. CoP 2025-2028 pour réglementation FIG et Brochures des programmes – éd.sept 2025)

Rq : le juge Arbitre peut intervenir dans le calcul de la note de difficulté.

Catégorie	Calcul du total de difficulté (TD)	Calcul de la note de difficulté (ND)
Fédéral B & A	$= \text{total valeurs éléments collectifs} + \frac{\text{total valeurs éléments individuels}}{\text{nombre de partenaires}}$	TD x 0,04
National B	$= \text{total valeurs éléments collectifs} + \frac{\text{total valeurs éléments individuels}}{\text{nombre de partenaires}}$	TD x 0,02
National A 8-16 Elite Avenir	= total valeurs éléments collectifs imposés (max 0,5)	TD x 1
National A TC Elite Espoir Elite Junior Elite Senior	$= \text{total valeurs éléments collectifs} + \frac{\text{total valeurs éléments individuels}}{\text{nombre de partenaires}}$	TD x 0,01

Plafond de difficulté

(Ref. CoP 2025-2028 pour réglementation FIG et Brochures des programmes – éd.sept 2025)

Catégorie	Statique		Dynamique		Combiné
National A 8-16					Eléments imposés max 0,5 (combiné 2)
Elite Avenir	Eléments imposés max 0,5		Eléments imposés max 0,5		
National A TC	duos 40 V	groupes 60 V	duos 30 V	groupes 40 V	
Elite Espoir	90 V		80 V		
Elite Junior	120 V		110 V		180 V
Elite Senior	Pas de plafond (difficulté ouverte)				

Lorsque la difficulté est limitée, les unités peuvent réaliser jusqu'à 20 valeurs au-dessus de celles permettant d'obtenir la note maximale de difficulté, sans être créditées. Au-delà, pénalité de 1 point.

Note de Pénalités (note P)

Le Juge Arbitre et le(s) Juges à la Difficulté(s) applique(nt) les pénalités (note P) sur la Note Totale qui est déterminée en additionnant les notes A, E et D.

Cf. tableaux des pénalités pages suivantes.

Calcul de la Note Finale

La note finale (NF) d'un exercice est calculée avec une précision de 0,001 sans arrondir le chiffre final.

Elle est calculée par la formule :

note de Difficulté + note Exécution (x2) + note Artistique - Pénalités = Note Finale de l'exercice

$$\text{D} + \text{E} (\text{x}2) + \text{A} - \text{P} = \text{NF}$$

PÉNALITÉS (JUGE À LA DIFFICULTÉ ET JUGE ARBITRE)

Section X COP 2025-2028

L'éventail des pénalités est compris entre 0,1 et 1,00 comme indiqué dans les tableaux des pénalités.

Pénalités du Juge à la Difficulté

Fautes	Pénalités
Faute de temps pour chaque élément collectif statique tenu moins de temps que déclaré	0,3 par seconde manquante
Élément collectif statique non terminé. La faute de temps est appliquée seulement si tous les partenaires sont en place, avec V dans n'importe quelle position sur le point de support.	0,9 faute de temps pas de valeur en difficulté Exigence spécifique (ES) non prise en compte
Élément individuel statique tenu une seconde	0,3 faute de temps
Élément individuel statique non terminé	0,6 faute de temps pas de valeur en difficulté ES non prise en compte ⚠ pas d'ES en ELJU et ELSE car éléments individuels non obligatoires
Élément commencé et non terminé	pas de valeur en difficulté ES non prises en compte Faute de temps le cas échéant
Non-respect des Exigences Spécifiques de composition - Précision en Fédéral A & B / NB / éléments imposés NA 8-16 / ELAV : élément réalisé mais non conforme. - En Fédéral et National B, se référer aux dessins et aux textes de clarifications qui accompagnent les grilles quant à la reconnaissance des éléments (orientation des partenaires les uns par rapport aux autres, phase aérienne, accompagnement des retours au sol, etc.)	1,0 pour chaque ES manquante pas de valeur en difficulté ES non prises en compte (cf. tableau ci-après pour clarifications)
Réalisation d'un élément interdit - Précision en NA 8-16 / ELAV : réalisation d'un élément simple dépassant la quantité de rotation transversale ou longitudinale autorisée, ou la valeur max de 5 - Réalisation d'un élément collectif libre ou d'un élément individuel dépassant la fourchette autorisée - Précision en NATC / ELES / ELJU : réalisation d'éléments (déclarés ou non) au-delà des 20 valeurs additionnelles autorisées <i>sauf entrées / sorties simples (valeur max 5)</i>	1,0 chaque fois
- Éléments non réalisés dans l'ordre déclaré	0,3 (1 seule fois par exercice)
- Plus d'une alternative déclarée sur la carte (Fed, NB, NA 8-16 comb. 1) - Alternative en NA 8-16 comb. 2 et EL AV - Alternative sur un élément statique ou individuel en NATC, ELES, ELJU, ELSE	0.3
Fédéral, NB, NA 8-16 et ELAV - Réalisation d'un élément non déclaré en remplacement d'un élément déclaré, permettant de remplir l'Exigence Spécifique	0,3 ES prise en compte
NA 8-16 et ELAV : Réception sans soutien (sorties ou élément dynamique V > 1) exceptions : éléments « Canon Ball » et 5/4 gainer départ crevette	0,5 à chaque fois

Pénalités du Juge Arbitre

Fautes	Pénalités
Durée de la musique supérieure à la durée autorisée. <i>Le chronomètre est déclenché à la première note (hors bip)</i>	0,1 par seconde
Différence de taille entre un partenaire et le partenaire immédiatement plus grand.	Pas d'application en France
Comportement antisportif dans l'arène de compétition.	0,5
Manquement aux règles sur les musiques (ex : paroles inappropriées).	0,5
Pas en dehors des limites du praticable	0,1 chaque fois
Réception avec les 2 pieds ou chute en dehors des limites du praticable	0,5 chaque fois
Début avant la musique Fin avant ou après la musique	0,3
Manquement aux règles de publicité (par exemple, identification nationale non clairement visible sur la tenue)	Pas d'application en France
Réajustement de la tenue. Perte d'accessoires.	0,1 chaque fois
Manquement aux règles sur les tenues, (ex : port de bijoux), à l'exception de ce qui est indiqué spécifiquement dans ce tableau.	0,3 pour chaque infraction
Tenue interdite (ex : manches amples) ou tenue impudique (ex : décolleté trop bas, justaucorps entre les fessiers)	0,5
Marques sur le praticable, tapis (exception exercices statique et combiné des quatuors)	0,5
Positions indécentes ex : 	0,3
Présence de l'entraîneur sur le praticable	1,0 chaque fois
Carte remise en retard (Cf. Lettre GAc p. 13) – Carte illisible	0,3 par carte
Musique remise en retard (Cf. RT GAc p. 39)	0,5 sur le total de l'unité ou de l'équipe

Présentation des éléments de difficulté aux juges

Un exercice de gymnastique acrobatique est destiné à être vu, apprécié et jugé. Chaque élément, collectif comme individuel, doit pouvoir être reconnu et évalué.

Dans le cas où il apparaît manifestement que l'orientation d'un élément collectif par rapport aux juges, ou le placement des gymnastes lors des éléments individuels (gymnaste « caché » par un autre), vise à empêcher les juges d'évaluer correctement la qualité technique d'un élément, alors la reconnaissance de celui-ci pourrait se voir refusée par le juge à la difficulté.

Validation des notes

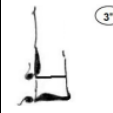
A l'issue des passages d'une catégorie, les résultats doivent être validés par le juge arbitre AVANT leur affichage par les organisateurs et la cérémonie de palmarès.

Jusqu'à cette validation, tous les juges doivent conserver une trace écrite des notes qu'ils ont attribuées à chaque unité.

Exemples de cas de pénalités du juge à la difficulté – Fédéral & National B

Ce qui est déclaré sur la carte	Ce qui est réalisé en compétition	Pénalités
 Fédéral DUO Pos. Variées H1	Pyramide tenue 2'' / Pyramide tenue 1''	Faute de temps : 0,30 / 0,60 Difficulté : OK Exigence : OK
	Pyramide tenue moins de 1'' élément non retenté	Faute de temps : 0,90 Difficulté : NON Exigence : 1 point
	Pyramide tenue moins de 1'' Elément retenté et réussi 3''	Faute de temps : 0,90 (1 ^{ère} tentative) Difficulté : OK Exigence : OK
	Pyramide moins de 1'', élément retenté et réalisé à nouveau avec moins de 1''	Faute de temps : 1,80 (0,90 pour chaque tentative) Difficulté : NON Exigence : 1 point
	Elément non tenté	Pas de faute de temps (on ne les applique que sur un élément construit, ce n'est pas le cas ici) Difficulté : NON - Exigence : 1 point
 X4 Fédéral QUATUOR Indiv. Maintien F1	L'un des partenaires réalise 1''	Faute de temps : 0,30 Difficulté : OK Exigence : OK
	Deux partenaires réalisent 1''	Faute de temps : 0,60 (0,30 par partenaire) Difficulté : OK Exigence : OK
	L'un des partenaires réalise moins de 1'', élément non retenté	Faute de temps : 0,60 Difficulté : NON pour l'unité (aucun des gymnastes ne reçoit de valeur en difficulté) Exigence : 1 point
	L'un des partenaires réalise moins de 1'', élément retenté et réussi	Faute de temps : 0,60 (1 ^{ère} tentative) Difficulté : OK Exigence : OK
	Deux partenaires réalisent moins de 1'', élément non retenté	Faute de temps : 1,20 (0,60 par partenaire) Difficulté : NON pour l'unité (aucun des gymnastes ne reçoit de valeur en difficulté) Exigence : 1 point (on prend en compte l'unité et non le gymnaste)
 National B QUATUOR Positions Variées – F3a	Le semi s'installe sur les cuisses des porteurs et chute. Elément retenté et réussi 3''	Faute de temps : NON (tous les partenaires n'étaient pas en place, V en appui sur le point de support au moment de la chute) Difficulté : OK Exigence : OK
	Le voltigeur se place en appui sur les mains du semi sans avoir commencé l'équerre et chute immédiatement au sol. Elément non retenté	Faute de temps : 0,9 (1 ^{ère} tentative – tous les partenaires étaient en place, V en appui sur le point de support au moment de la chute) Difficulté : NON Exigence : 1 point
	Le voltigeur se place en équerre dans les mains du semi et chute immédiatement au sol. Elément retenté et réussi 2''	Faute de temps : 0,9 (1 ^{ère} tentative – tous les partenaires étaient en place au moment de la chute) et 0,3 (2 ^e tentative) = 1,20 Difficulté : OK Exigence : OK
 Fédéral B TRIO Equerre – E3	 Elément Equerre D3 maintenu 3''	Difficulté : NON Exigence : OK (car famille Equerre représentée) Erreur de carte : 0,30 (car l'élément réalisé remplace celui déclaré et remplit l'exigence)
	 Elément Equerre D3 maintenu 1''	Difficulté : NON Exigence : OK (car famille Equerre représentée) Faute de temps : 0,60 Erreur de carte : 0,30 (même remarque)

Ce qui est déclaré sur la carte	Ce qui est réalisé en compétition	Pénalités
 Fédéral B DUO Equerre - A3	 Equerre écartée sur la même position de P 3'' (n'est pas proposée dans les grilles du programme Fédéral)	Difficulté : NON Exigence : 1 point
	 Equerre écartée sur la même position de P 2'' (n'est pas proposée dans les grilles du programme Fédéral)	Faute de temps : 0,30 (car 3'' déclaré même s'il s'agit d'un autre élément) Difficulté : NON Exigence : 1 point
4/4B  Fédéral A TRIO Dynamique 2 - J2	Elément non tenté	Difficulté : NON Exigence : 1 point
	4/4F Dynamique 2 - J1 	Difficulté : NON Exigence : OK (car famille Dynamique 2 représentée) Erreur de carte : 0,30 (car l'élément réalisé remplace celui déclaré et remplit l'exigence)
	4/4B Salto arrière tendu 	Difficulté : NON (élément non conforme, l'élément présenté n'est pas proposé dans les grilles du programme fédéral) Exigence : 1 point
X3  Fédéral TRIO Indiv. Agilité / Tumbling – G5	2 partenaires OK, le 3 ^e réalise une rondade (Agilité / Tumbling – D4)	Difficulté : NON pour le seul gymnaste, OK pour les 2 autres Exigence : Ok (car famille Tumbling représentée par tous) Erreur de carte : 0,30
	1 partenaire OK, les 2 autres réalisent une rondade (Agilité / Tumbling – D4)	Difficulté : NON pour les 2 gymnastes, OK pour celui réalisant le saut de mains Exigence : Ok (idem) Erreur de carte : 0,30
	2 partenaires OK, le 3 ^e ne tente pas l'élément	Difficulté : NON pour l'ensemble des 3 gymnastes Exigence : 1 point
	1 partenaire OK, les 2 autres ne tentent pas l'élément	Difficulté : NON pour l'ensemble des 3 gymnastes Exigence : 1 point (on prend en compte l'unité et non le gymnaste)
	2 partenaires OK, le 3 ^e réalise une souplesse avant	Difficulté : NON pour l'ensemble des 3 gymnastes Exigence : 1 point (car les familles d'éléments individuels sont différentes)
	1 partenaire OK, les 2 autres réalisent une souplesse avant	Difficulté : NON pour l'ensemble des 3 gymnastes Exigence : 1 point (on prend en compte l'unité et non le gymnaste)
	2 partenaires ok, 1 partenaire réalise saut de mains + salto avant	Difficulté : OK Exigence : OK Des fautes d'exécution peuvent s'appliquer sur le salto avant. Pas d'erreur de carte, car cet élément n'en remplace pas un autre.
4/4B  Fédéral A TRIO Dynamique 2 – G2	La réception de V est accompagnée par un seul P	Difficulté : OK Exigence : OK (des fautes d'exécution peuvent s'appliquer pour la réception)
	La réception de V n'est accompagnée par aucun P	Difficulté : NON Exigence : 1 point (élément non conforme)

Ce qui est déclaré sur la carte	Ce qui est réalisé en compétition	Pénalités
3/4B  Fédéral B TRIO Dynamique 2 – F6	L'élément est réalisé sans phase aérienne de V	Difficulté : NON Exigence : 1 point (le dessin fait foi quant à l'exigence de phase aérienne)
3/4B  Fédéral B DUO Dynamique 1 – G2	L'élément est réalisé sans phase aérienne de V → devient l'élément Dynamique 2 E2 	Difficulté : NON Exigence : OK Erreur de carte : 0,30
 ou  Fédéral DUO ATR – D1 ou ATR – F1	 ATR – F1	Difficulté : OK (celle de l'élément F1) Exigence : OK Pas d'erreur de carte
 Fédéral DUO ATR – F1	 ATR – D1	Difficulté : NON Exigence : OK (car famille ATR représentée) Erreur de carte : 0,30 → d'où l'intérêt d'utiliser l'alternative !
 puis  Fédéral A QUATUOR Equerre – H1 puis Pos. variées – J5	 puis  Pos. variées – J5 puis Equerre – H4	Erreur de carte : 0,30 (inversion) Difficulté : OK pour les deux éléments Exigence OK pour les deux éléments
 Duo Fédéral B ATR – F5	 ATR – G5 (élément interdit en Fédéral B)	Difficulté : NON Exigence : 1 point (car la famille ATR n'est pas représentée par une valeur A à F en Fédéral B)
En Fédéral, l'unité ne réalise qu'un seul élément dynamique (deux sont exigés)		Exigence : 1 point (une des deux familles de Dynamique n'est pas représentée)
En Fédéral, l'unité déclare et réalise deux éléments de la grille dynamique 2 et aucun de la grille dynamique 1		Difficulté : Ok pour le premier élément réalisé en dynamique 2 seulement Exigence : 1 point (famille Dynamique 1 non représentée)
En Fédéral ou en National B, l'unité réalise deux éléments de la même famille (par exemple deux pyramides ATR)		Exigence : OK Difficulté : OK seulement sur l'élément déclaré. Si 2 éléments sont déclarés : prise en compte du premier réalisé et erreur de carte 0,3
En National B trio ou quatuor, l'unité réalise les deux éléments statiques sur des bases de la même catégorie (identifiée par la même couleur dans les grilles)		Difficulté : OK pour le premier élément réalisé. Exigence : 1 point (le 2 ^e élément étant interdit, il ne valide pas l'exigence)

Écriture symbolique

1. Positions debout et variantes

Position debout	Chaise	Chaise bras libres	Fente
Jambes écart	Appui ventral	Pont	Trépied
Trépied bras libres			

2. Arabesques et variantes

Arabesque	Attitude	Y	Y approfondi
Position cambrée	Position cambrée approfondie	I renversé (back scale)	Œil (eye)
Arabesque approfondie jambe tenue (Needle stand)			

3. Grands écarts

Grand écart facial	Grand écart antéropostérieur		

4. Positions assises

Jambes serrées	Jambes écart	Écrasement facial / poule (japana)	À genoux redressé
A genoux sur talons	Sur 1 genou	A genoux cambré	

5. Positions allongées

Sur le dos	Sur le ventre	Angle droit	Angle (front angle)
Biche (back angel)			

6. Travail sur tête

Poinier	Appui sur tête		

7. Appui sur épaules / poitrine

Chandelle	Appui sur la poitrine	Grand C	

8. Bras

Bras fléchis	1 bras fléchi	Bras tendus	1 bras
Mains jointes	Bras écartés	Sans les bras	

9. Appuis sur les mains

ATR		ATR 1 bras		Mains jointes		Mexicain 2 bras	
Mexicain 1 bras		Jambes écart		Disloc		Drapeau	
planche		crocodile		Equerre écart		Equerre serrée	
Equerre renversée							

10. Sauts

Latéral		Grand jeté		Changement de jambes		Pied tête	
2 pieds tête		Saut extension		180°		360°	
540°		720°		Carpé écart			

11. Balancers

Canonball							

12. Roulades

Avant		Arrière		latérale		Élevée / saut de l'ange	

13. Renversements

Roue		Roue 1 bras		Roue sans bras (salto costal)		Souplesse arrière	
Souplesse arrière 1 bras		Souplesse avant		Souplesse avant sans bras (salto facial)		Souplesse arrière demi-tour souplesse avant	
Souplesse arrière arabe (Valdez)		Retour debout					

14. Renversements dynamiques

Saut de mains		Flip		Saut de tête		Rondade	
Saut de mains 2 pied		Flip avant					

15. Salto

Tempo		Arrière groupé		Double arrière		Triple arrière	
Arrière carpé		Double carpé		Arrière tendu		Double tendu	
180°		Full in back out		Avant		Double avant	
Avant carpé		Avant tendu		Japonais		Barani	

16. Pivots

180°		360°		540°		720°	
900°		Pivot accroupi		Pivot en position Y			

17. Pirouettes horizontales

180°		360°					

18. Lancers

Rigodon		Départ cote cote		Carré (2)		Plateforme (3)	
Départ positions « enfourchées »		Départ par-dessus la tête					

19. Rattrapés

Dans les bras		Dans les bras (groupe)		Enfourché, de face		Enfourché, de dos	
Sur les épaules		Dans les mains					

20. Divers

Pas		Diamidov		Papillon		Cerde	
Coupé		Retour					