

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
<b>contenu</b>	<b>contenu</b>	<b>contenu</b>	<b>contenu</b>
ND : 7 ou 9 pts	5 éléments = ND = 10 pts	5 éléments = ND = 10 pts	5 éléments = ND = 10 pts
	2 bonifs à 0,5 : max = 1pt	2 bonifs à 0,5 : max = 1pt	2 bonifs à 0,5 : max = 1pt
	ND max : 11 max	ND max : 11 max	ND max : 11 max
H : 1m25 <b>Trampo-tremp uniquement</b>	1 entrée 1 suspension 1 appui 1 sortie 1 élément au choix	1 entrée 1 élément acrobatique 1 sortie 1 élément au choix 1 élément au choix	2 éléments acrobatiques 2 éléments gymniques 1 élément au choix
<b>Fédéral B</b>  	<b>Éléments de la grille FB exclusivement</b>	<b>Éléments de la grille FB exclusivement</b>	<b>Éléments de la grille FB exclusivement</b>
	<b>à exécuter sur 1 ou 2 barres au choix</b>	<b>40" max / H 1m25</b>	<b>40" max / sur 1 longueur sans musique</b>
SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
<b>contenu</b>	<b>contenu</b>	<b>contenu</b>	<b>contenu</b>
ND : 7pts	5 éléments = ND = 10 pts	5 éléments = ND = 10 pts	5 éléments = ND = 10 pts
	2 bonifs à 0,5 : max = 1pt	2 bonifs à 0,5 : max = 1pt	2 bonifs à 0,5 : max = 1pt
<b>lune interdite</b>	ND max : 11 max	ND max : 11 max	ND max : 11 max
H : 1m15 <b>trampo-tremp uniquement</b>	1 entrée 1 appui 1 sortie 2 éléments au choix	1 entrée 1 élément acrobatique 1 sortie 2 éléments au choix	2 éléments acrobatiques 2 éléments gymniques 1 élément au choix
<b>FB 7-9 ans</b>  <b>2024 - 2025</b>	<b>Éléments de la grille FB exclusivement</b>	<b>Éléments de la grille FB exclusivement</b>	<b>Éléments de la grille FB exclusivement</b>
	<b>BI uniquement pour les 7-9 ans</b>	<b>40" max / H 1m25</b>	<b>40" max / sur 1 longueur sans musique</b>
	<b>possibilité de plier les jambes pour les suspensions</b>	<b>l'entraîneur aura possibilité de monter la gym sur la poutre si elle chute</b>	