

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

Lettre n°1

Mardi 21 octobre 2025

LETTRE LOIRE N°1

- **Fédéral B :**
 - Changement du temps de mouvement en sol et poutre
 - Les mouvements de poutre et sol ne devront pas dépasser 1minute sous peine de pénalité de 2 points.
 - Il est interdit de toucher à l'écartement des barres asymétriques
 - Possibilité d'exécuter le mouvement en 2 parties

- **Précisions sur l'élément « pose de pieds » aux barres asymétriques en Fédéral B et animagym :**
 - Cet élément peut être suivi d'un saut droit afin de réaliser le mouvement en 2 parties (BI et BS)
 - Il faudra bien faire la différence entre pose de pieds + sauter ET pose de pieds + chute (-1pt)
 - Il sera TOUJOURS considéré comme un élément dans la famille des appuis.

- **Compétition départementale des 6 et 7 décembre 2025 à St Chamond :**
 - Précisions au saut :
 - Matériel : Saut + réception compétition
 - Tapis ou carpepe autorisée pour toutes les acrobaties de niveau C minimum.