

POUTRE Fédéral C		Temps : 1'00"		Exercice trop court		Difficultés : 0.60 pt max. (4 meilleurs éléments + le Tour + la Sortie)		Sortie		
		Dépassement : Moins de 2 secondes = - 0.10 (sur NF) : Plus de 2 secondes = - 0.30 (sur NF)		Exercice de moins de 30 secondes - 5.00 pts sur note finale		E.G.E : 2.50 max.		Pas de sortie 0.00 pt		
								A (FFG) + 0.30 pt		
								A (FIG) + 0.50 pt		
Un saut 180° Antéropost.	Pirouette 360°	Un élément acro avant ou latéral	Un élément acro en arrière	Sortie	Composition : Entrée pas tableau difficultés - 010 Absence élément proche poutre - 0.10 Pas tentative sortie - 0.30 Artistique : Variation Rythme - 0.10 Manque assurance - 0.10 Créativité - 0.10 Style personnel - 0.10 Gestes inappropriés - 0.10	ED	Exécution	Note A		
								Composition		Note B
								Artistique		Note Finale
								VL		
A (FFG)		A (FIG)								
0.10		0.10								
Un saut 180° Antéropost.	Pirouette 360°	Un élément acro avant ou latéral	Un élément acro en arrière	Sortie	Composition : Entrée pas tableau difficultés - 010 Absence élément proche poutre - 0.10 Pas tentative sortie - 0.30 Artistique : Variation Rythme - 0.10 Manque assurance - 0.10 Créativité - 0.10 Style personnel - 0.10 Gestes inappropriés - 0.10	ED	Exécution	Note A		
								Composition		Note B
								Artistique		Note Finale
								VL		
A (FFG)		A (FIG)								
0.10		0.10								
Un saut 180° Antéropost.	Pirouette 360°	Un élément acro avant ou latéral	Un élément acro en arrière	Sortie	Composition : Entrée pas tableau difficultés - 010 Absence élément proche poutre - 0.10 Pas tentative sortie - 0.30 Artistique : Variation Rythme - 0.10 Manque assurance - 0.10 Créativité - 0.10 Style personnel - 0.10 Gestes inappropriés - 0.10	ED	Exécution	Note A		
								Composition		Note B
								Artistique		Note Finale
								VL		
A (FFG)		A (FIG)								
0.10		0.10								