

# **Programme FFSU GAF**

## **= Code FIG aménagé 2024/2025**

### **+ Aménagements supplémentaires**

Possibilité d'utiliser la grille supplémentaire d'éléments « FFSU » : cf règlement général GA FFSU

#### **Saut:**

2 sauts identiques ou différents / Le meilleur des deux pris en compte

Pénalisation Code FIG

Note D	de 3.60 à 3.70	A partir de 3.80
<b>Bonifications jury D</b>	+ 0.30	+ 0.60

2 sauts dont le 1<sup>er</sup> envol est différent, avec rotation transversale dans le 2<sup>ème</sup> envol, avec 1.5 pt ou moins de fautes sur chacun des 2 sauts = + 0.50

#### **Barres Asymétriques:**

##### **Exigences de Composition (EC) – jury D :**

- |   |                      |
|---|----------------------|
| 1) <b>Envol de BI à BS</b>  | <b>0.30 attribué</b> |
| Envol de BS à BI  | 0.50 attribué        |
| 2) Envol à la même barre  | 0.50 attribué        |
| 3) Prises différentes (sauf entrée, sortie et prises d'élan)                | 0.50 attribué        |
| 4) Élément sans envol avec rotation longitudinale de 360° min (sauf entrée) | 0.50 attribué        |

Cas particulier de la prise d'élan jambes serrées ou écartées, au-dessus de l'horizontale : prise en compte uniquement dans le décompte des éléments mais n'aura pas de valeur de difficulté.

Pas de pénalisation pour élan à vide (sauf après un tour d'appui arrière suivi d'une prise d'élan).

Cf règlement général : Possibilité de répéter une fois un seul élément pris en compte uniquement dans le décompte des éléments mais n'aura pas de valeur de difficulté.

**Valeur de Liaison (VL) et Bonus sortie – jury D:** possible avec les entrées et sorties – éléments identiques ou différents

C + C	+ 0.10
D + B (la B doit montrer un envol de BI à BS)	+ 0.10
C + D	+ 0.20
D + D (ou plus difficile)	+ 0.20

Un bonus de 0.20 sera accordé pour une sortie de valeur C minimum (réalisée sans chute).

##### **Bonifications (jury D) :**

Note D	1.80 à 2.20	2.30 à 2.70	2.80 à 3.20	3.30 à 3.70	à partir de 3.80
Bonifications	+ 0.30	+ 0.60	+ 0.90	+ 1.20	+ 1.50

**Poutre** : au minimum 3 acro et 3 gymniques parmi les 8 éléments

**Exigences de composition (EC) – jury D :**

- 1) Une liaison d'au moins 2 éléments gymniques différents dont 1 saut écart 180° 0.50 attribué
- 2) Tour (groupe 3) OU roulés/cercle 0.50 attribué
- 3) Une série acrobatique d'au moins 2 éléments identiques ou différents
  - a). avec envol et appui des mains 0.30 attribué
  - b). avec envol et avec ou sans appui des mains dont un salto 0.50 attribué
- 4) Eléments acrobatiques de directions différentes (av/lat et arr) 0.50 attribué

**Valeur de Liaison (VL) et Bonus sortie – jury D :**

Acro avec envol (sauf sortie)	C + C et B + D	+ 0.20
Bonus série (en plus des autres VL) Le même élément acro (avec ou sans envol) peut être répété dans la même liaison pour recevoir le BS. Valable avec entrée et/ou sortie (sortie C min)	B + B + C (gym, mixte ou acro) Avec ou sans rebond Dans n'importe quel ordre	+ 0.20
Mixte ou gymnique (Pour la série mixte, les éléments acro doivent être avec envol)	B + D	+ 0.10
	C + C	+ 0.20
	D (salto) + A (gym) dans cet ordre	+ 0.20
	A + C (tours seulement)	+ 0.20

Un bonus de 0.20 sera accordé pour une sortie de valeur C minimum (réalisée sans chute).

**Bonifications (jury D) :**

Note D	3.60 à 3.80	3.90 à 4.10	4.20 à 4.40	à partir de 4.50
Bonifications	+ 0.30	+ 0.60	+ 0.90	+ 1.20

**Sol** : au minimum 3 acro et 3 gymniques parmi les 8 éléments

**Exigences de composition (EC) – jury D :**

- 1) Un passage gymnique composé de 2 sauts différents du code, liés directement ou indirectement dont 1 avec écart 180° 0.50 attribué  
(la réception du 1<sup>er</sup> saut doit se faire sur 1 pied. Les sauts appel 2 pieds et les tours ne sont pas autorisés.)
- 2) Salto avec rotation longitudinale (minimum 360°) 0.50 attribué
- 3) Salto avec double rotation transversale 0.50 attribué
- 4) Salto arr et av (sauf renversement libre) dans une ligne acro 0.50 attribué  
(dans la même ou différente ligne acro)

Une ligne acro consiste en un minimum de 2 éléments avec envol dont un salto, liés directement. Les EC 2, 3 et 4 doivent faire parties d'une ligne acro.

**Valeur de Liaison (VL) et Bonus sortie – jury D :**

Acro directes: identiques ou différents	C + A et B + B	+ 0.10
	B + C et D + A	+ 0.20
	C + C	+ 0.30
Acro indirectes	B + C et A + A + C	+ 0.10
	B/C + D et A + A + D	+ 0.20
Mixtes	C (acro) + A (gym)	+ 0.10
	D (acro) + A (gym)	+ 0.20
Pivots	B + B	+ 0.10
	A + D	+ 0.20

Un bonus de 0.20 sera accordé pour une sortie de valeur C minimum (dernière L.A. réalisée sans chute).

**Bonifications (jury D) :**

Note D	3.60 à 3.80	3.90 à 4.10	4.20 à 4.40	à partir de 4.50
Bonifications	+ 0.30	+ 0.60	+ 0.90	+ 1.20