**Mini-Trampoline et Tumbling**

Durée de l’exercice : maximum 2’15

|  |
| --- |
| **Composition – 5 points** |
| **Capacité et maturité des gymnastes**1 point par gymnaste et par passage avec perte de la valeur de la difficulté pour tout élément réalisé avec plus de 1.5 pt de fautes (dans la limite des 5 points de composition) |
| **Intensification**-0.5 point par passage si aucune intensification n’est appliquée (en dehors de la série commune) ;-0.2 point par baisse d’intensification sauf si tous les gymnastes du passage ont une série de 2 pts de valeur de difficulté. |
| TRAMPOLINE | TUMBLING |
| Un passage en **rotation longitudinale**, au moins 180°-0.5 pt par gymnaste | Un passage en **rotation arrière**Un passage en **rotation avant**-0,5 pt à chaque fois et par gymnaste. |

## Mini-trampoline :

|  |
| --- |
| **Valeurs additionnelles à ajouter à la valeur de l’élément de base :** |
| Carpé | + 0.1 |
| Tendu | + 0.2 |
| Chaque ½ vrille (180°) | + 0.2 |
| Double salto | + 1.0 |

La grille de difficulté est ouverte

**Valeur de base : Salto = 1,0 pt**

## Tumbling :

La grille de difficulté est ouverte

Chaque série doit être composée d’au moins 2 éléments acrobatiques

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Sens** | **Difficulté** | **Valeur** |
| Avant | Saut de mains | 0.3 |
| Avant | Saut de mains un pied | 0.3 |
| Avant | Flip Avant | 0.7 |
| Arrière | Flip arrière | 0.3 |
| Avant | Salto en avant | 1 |
| Arrière | Salto en arrière | 1 |
| Avant | Saut de mains Salto | 1.2 |
| Avant | Flip avant Salto | 1.4 |

La roue, la roue pied-pied et la rondade n’ont pas de valeur mais peuvent permettre de compléter le nombre d’acrobaties dans la série.

|  |
| --- |
| **Valeurs additionnelles à ajouter à la valeur de l’élément de base :** |
| Carpé | + 0.1 |
| Tendu | + 0.2 |
| Chaque ½ vrille (180°) | + 0.2 |
| Double salto | + 1.0 |
| Salto au départ (sans liaison salto + salto) | +0.1 |
| Liaison salto + salto | +0.2 |