

INDIVIDUELLES			
Temps : 1'15 à 1'30	Contrat D	E 10 points	A 10 points
Engin libre au choix (paroles autorisées)	<p>Code FIG aménagé</p> <p>DB : 8 difficultés corporelles – Les plus élevées sont comptabilisées. Valeur des difficultés corporelles non limitée. Minimum de 3 difficultés corporelles dont 1 de chaque groupe corporel.</p> <p>3 combinaisons de difficultés corporelles autorisées. Minimum 1 R Maximum 5 R dans l'ordre de performance. Minimum 2 ondes totales du corps.</p> <p>DA : Minimum 1 DA - Maximum 15 DA – Les plus élevées sont comptabilisées (ATTENTION MODIFICATION par rapport au CODE FIG) Éléments engin spécifiques fondamentaux : minimum 2. Éléments engin fondamentaux : minimum 1.</p>	Code FIG	Code FIG
DUO			
Temps : 1'30 à 2'00	Contrat D	E 10 points	A 10 points
Ballons (paroles autorisées)	<p>Code FIG aménagé</p> <p>DB : 4 difficultés corporelles et 4 difficultés d'échange – Les plus élevées sont comptabilisées. Valeur des difficultés corporelles non limitée. Minimum 1 difficulté corporelle de chaque groupe corporel. 1 combinaison de difficultés corporelles autorisée. Maximum 1 R. Minimum 2 ondes totales du corps.</p> <p>DA : Minimum 9 difficultés de collaboration (3 CC, 3 CR et 3 C fleche fleche) - Maximum 15 difficultés de collaboration dans l'ordre de performance. Éléments engin spécifiques fondamentaux : minimum 2.</p>	Code FIG	Code FIG
QUATUOR			
Temps : 2'00 à 2'30	Contrat D	E 10 points	A 10 points
2 cerceaux/ 4 massues (paroles autorisées)	<p>Code FIG aménagé</p> <p>DB : 4 difficultés corporelles et 4 difficultés d'échange – Les plus élevées sont comptabilisées. Valeur des difficultés corporelles non limitée. Minimum 1 difficulté corporelle de chaque groupe corporel. 1 combinaison de difficultés corporelles autorisée. Maximum 1 R. Minimum 2 ondes totales du corps.</p> <p>DA : Minimum 9 difficultés de collaboration (3 CC, 3 CR et 3 C fleche fleche) - Maximum 15 difficultés de collaboration dans l'ordre de performance. Éléments engin spécifiques fondamentaux : minimum 2.</p>	Code FIG	Code FIG