

## Présentation de l'agrès

### Matériel et organisation

- Les surfaces d'évolution se font en fonction des possibilités matérielles.
- Les réceptions hautes sont au minimum à 40 cm.
- Pour les saltos arrière, avec un mini-trampoline, l'utilisation du cheval ou du DIMA est facultative pour effectuer la prise d'élan.
- Possibilité d'utiliser des tapis de réception (10cm d'épaisseur max)

### Exigences liées à la réception

- Seule la réception axée est prise en compte pour les réceptions hautes.
- Le rebond pourra être autorisé pour certains éléments.

### Exigences liées à l'amplitude

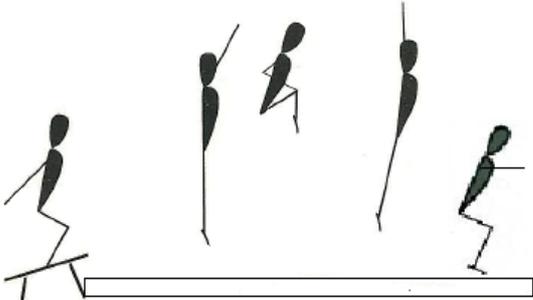
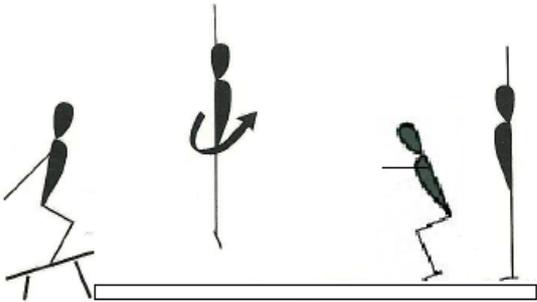
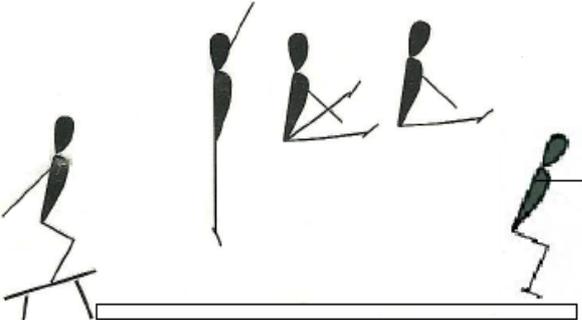
- Pour tous les saltos, le point d'amplitude est accordé si la rotation se réalise à la hauteur des épaules.
- Pour les renversements, le point d'amplitude est accordé si l'alignement est complet.

### Exigences liées à la tenue du corps

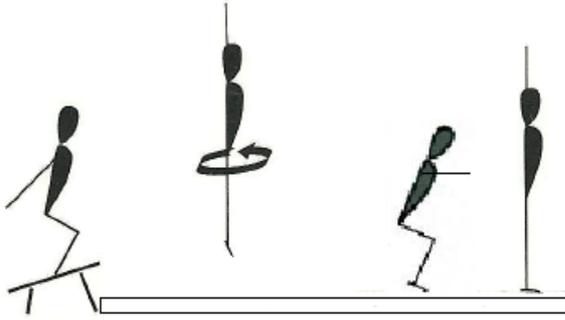
- On prend en compte l'alignement du corps, excepté pour les saltos, où c'est la qualité du groupé ou du carpé qui est prise en compte.

# SOL

## Sauter pour tourner

N°	ÉLÉMENTS	COTATION	CRITÈRES DE RÉUSSITE	REMARQUES ET DÉCLASSEMENTS
1	 <p>Chandelle</p>	3	- Arrivée sur les pieds.	
2	 <p>Chandelle groupé-dégroupé</p>	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> <li>- Genoux au moins à la hauteur du bassin</li> </ul>	Déclassement : élément n° 1 – 3pts
3	 <p>Chandelle ½ tour</p>	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> <li>- Le ½ tour est terminé avant la réception</li> </ul>	Déclassement : élément n° 1 – 3pts
4	 <p>Chandelle carpé écart ou serré</p>	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> <li>- Les pieds sont au moins à la hauteur du bassin</li> </ul>	Déclassement : élément n° 1 – 3pts

5



Chandelle tour complet

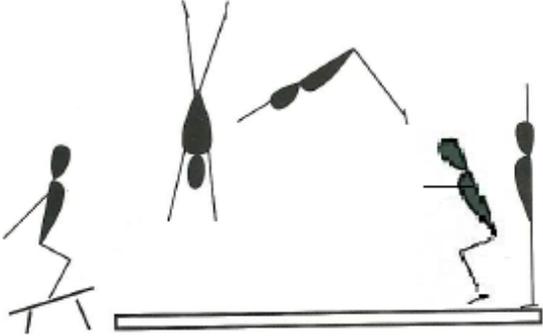
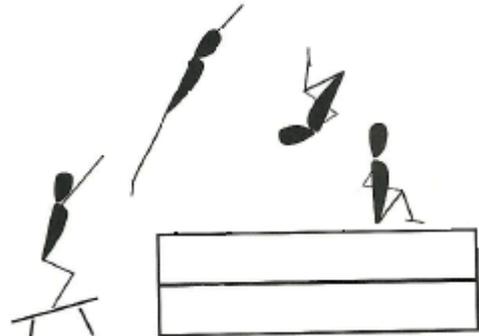
6

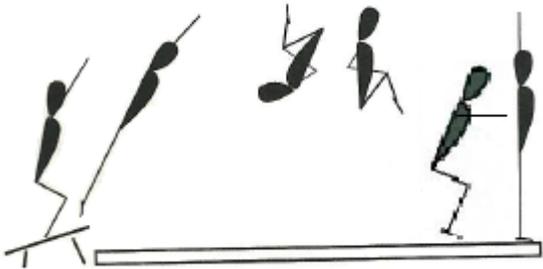
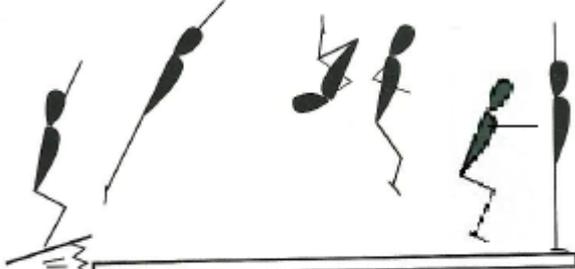
- Arrivée sur les pieds
- Tour complet terminé avant la réception

Déclassement :  
élément n° 3 –  
4pts

# SOL

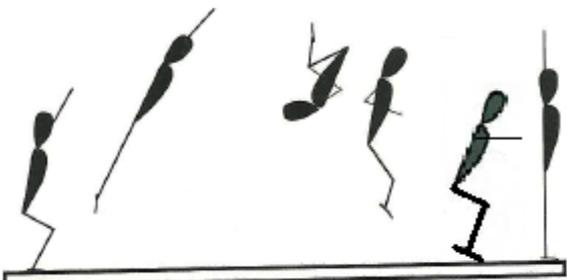
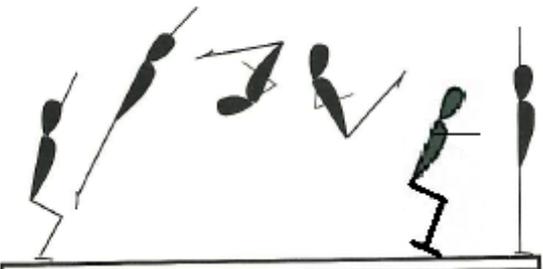
## Sauter pour tourner

N°	ÉLÉMENTS	COTATION	CRITÈRES DE RÉUSSITE	REMARQUES ET DÉCLASSEMENTS	
6	 <p>Barani (rondade sans les mains)</p>	7	- Arrivée sur les pieds		
7	 <p>Roulade élevée par-dessus un obstacle</p>	 4	 5	- Arrivée debout - Ne pas toucher l'obstacle	Hauteur à franchir : 1m10
8	 <p><math>\frac{3}{4}</math> salto avant groupé</p>	 5	 6	- Arrivée en position assise	

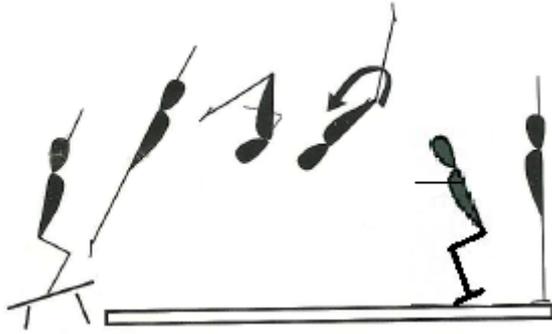
9	 <p>Salto avant groupé mini-trampoline</p>	<b>7</b>	- Arrivée sur les pieds	Déclassement : élément n° 8 – 5pts
10	 <p>Salto avant groupé tremplin</p>	<b>8</b>	- Arrivée sur les pieds	Déclassement : élément n° 8 – 6pts

# SOL

## Sauter pour tourner

N°	ÉLÉMENTS	COTATION	CRITÈRES DE RÉUSSITE	REMARQUES ET DÉCLASSEMENTS
11	 <p>Salto avant groupé</p>	10	- Arrivée sur les pieds	
12	 <p>Salto avant carpé mini-trampoline</p>	8	- Arrivée sur les pieds - Jambes tendues dans le salto	Déclassement : élément n° 9 – 7pts
13	 <p>Salto avant carpé tremplin</p>	9	- Arrivée sur les pieds - Jambes tendues dans le salto	Déclassement : élément n° 10 – 8pts
14	 <p>Salto avant carpé</p>	11	- Arrivée sur les pieds Jambes tendues dans le salto	Déclassement : élément n° 11 – 10pts

15

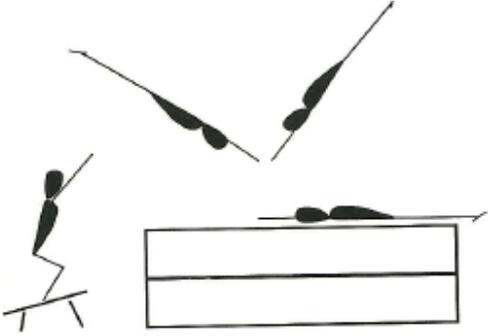
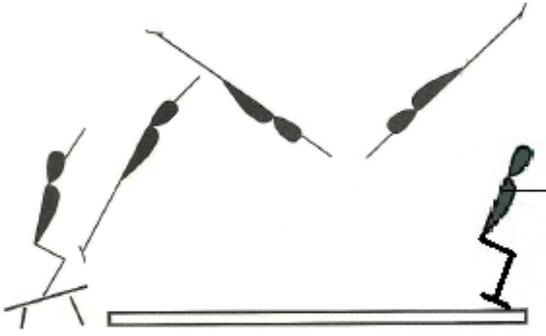
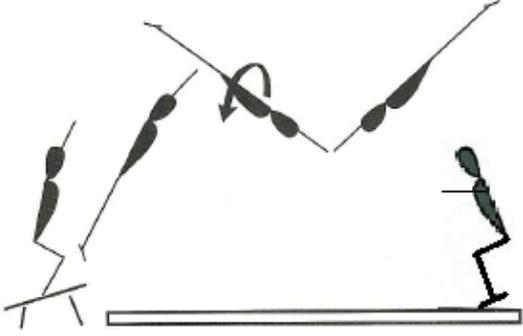
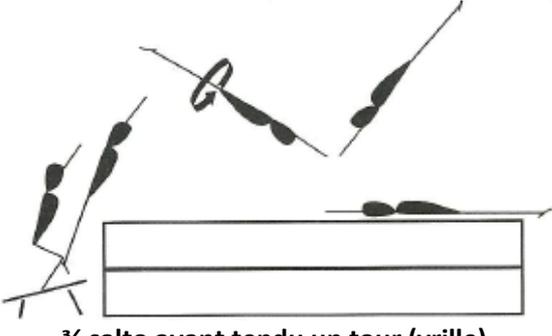


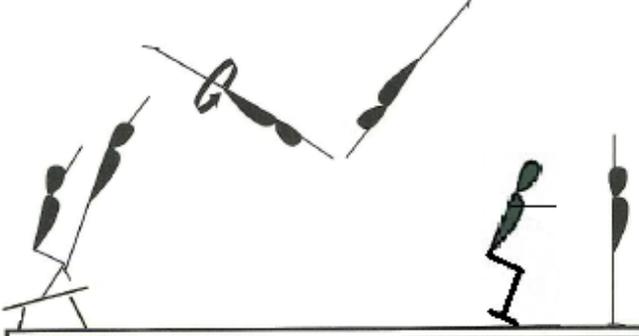
Salto avant groupé ou carpé ½ tour

9

- Arrivée sur les pieds
- Le ½ tour se déclenche dans le dégroupé

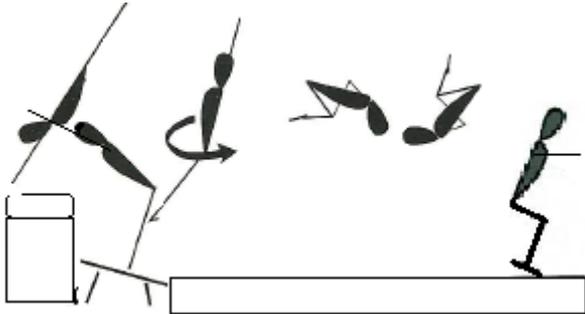
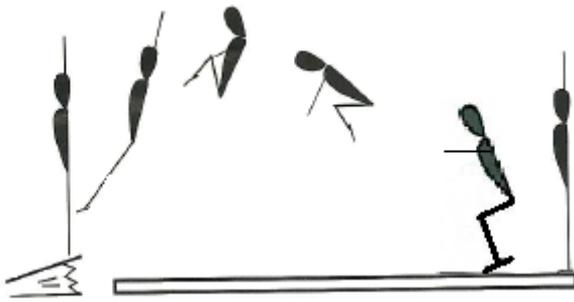
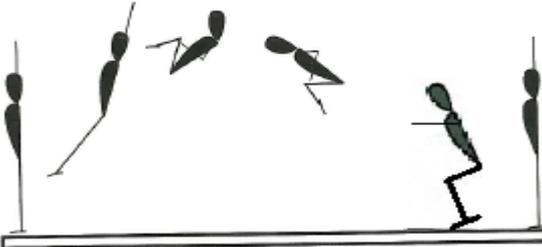
Déclassement :  
élément n° 9 –  
7pts

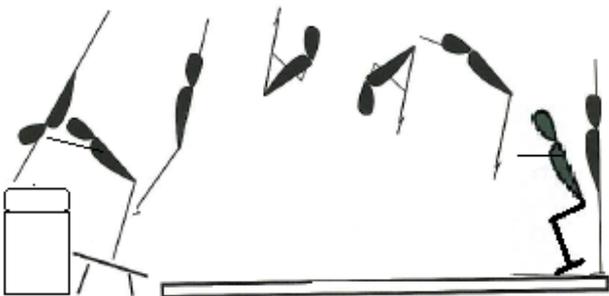
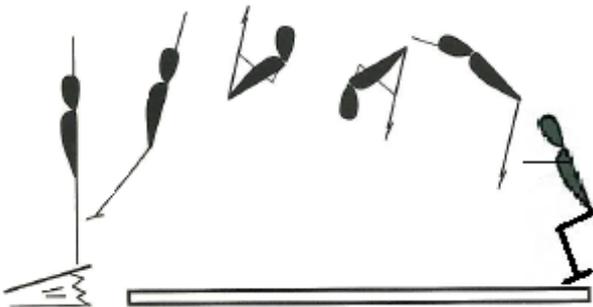
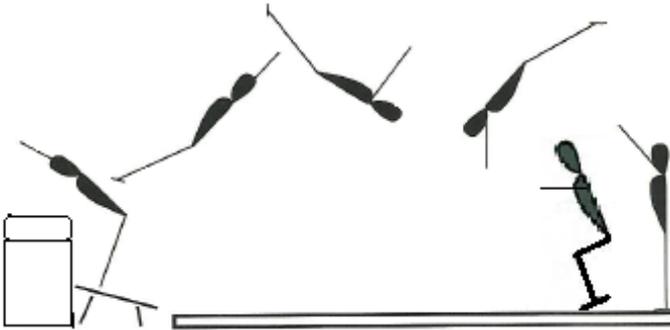
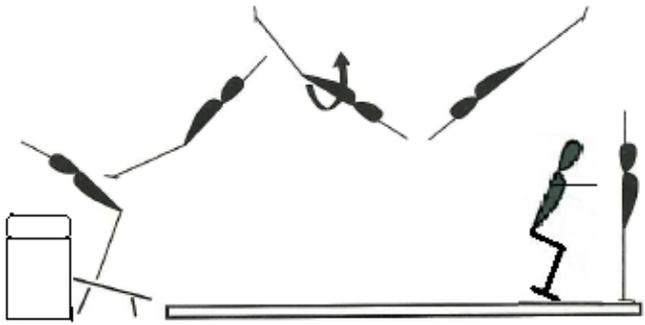
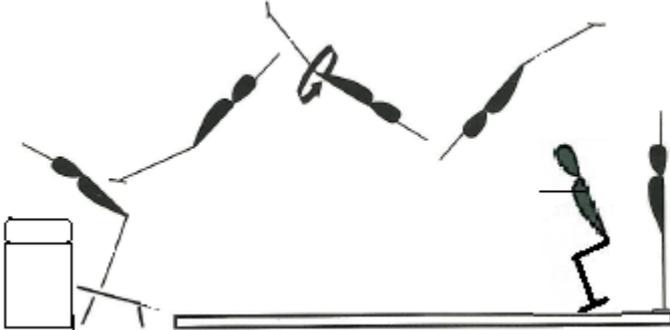
SOL		Sauter pour tourner		
N°	ÉLÉMENTS	COTATION	CRITÈRES DE RÉUSSITE	REMARQUES ET DÉCLASSEMENTS
16	 <p>¾ salto avant tendu</p>	7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée plat dos</li> <li>- Alignement complet du corps</li> </ul>	Déclassement : élément n° 8 – 5pts
17	 <p>Salto avant tendu</p>	10 11	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> <li>- Alignement complet du corps</li> </ul>	Déclassement : élément n° 12 – 8pts
18	 <p>Salto avant tendu ½ tour (1/2 vrille)</p>	11 12	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> <li>- Alignement complet du corps</li> </ul>	Déclassement : élément n° 6 – 7pts
19	 <p>¾ salto avant tendu un tour (vrille)</p>	10	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée plat dos</li> <li>- Tour complet terminé avant la réception</li> </ul>	Déclassement : élément n° 16 – 7pts

20	 <p>Salto avant tendu un tour (vrille)</p>	12	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> <li>- Tour complet terminé avant la réception</li> </ul>	<p>Déclassement : élément n° 18 – 11pts</p>
21	 <p>Double salto avant groupé arrivée assis</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée en position assise ou debout</li> </ul>	<p>Élément qui se réalise sur fosse uniquement</p> <p>Déclassement : élément n°8 – 5pts</p>

# SOL

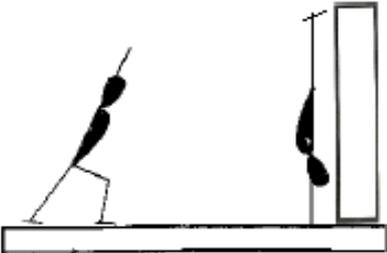
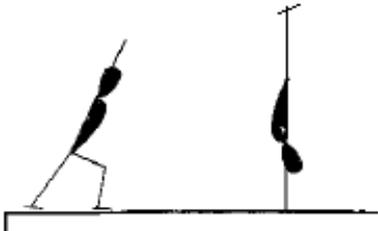
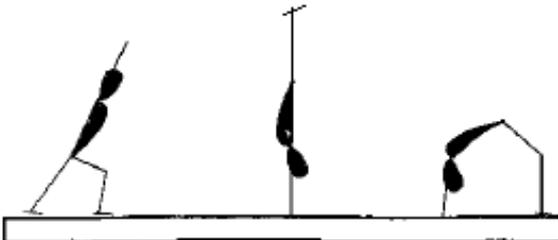
## Sauter pour tourner

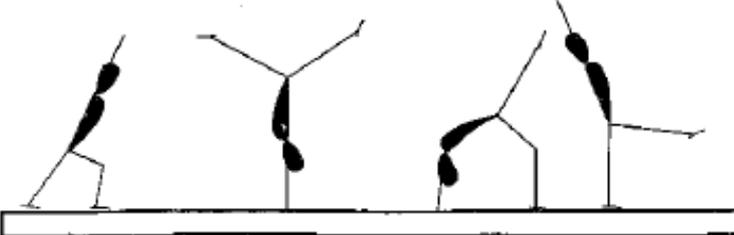
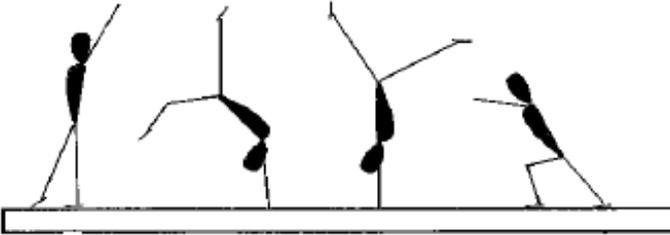
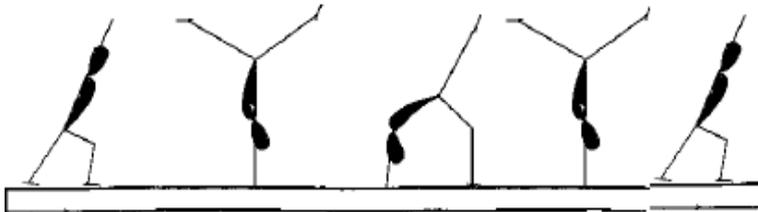
N°	ÉLÉMENTS	COTATION	CRITÈRES DE RÉUSSITE	REMARQUES ET DÉCLASSEMENTS
22	 <p>Twist (chandelle ½ tour salto avant)</p>	11	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ½ tour dans la chandelle est déclenché après l'impulsion</li> <li>- Arrivée sur les pieds</li> </ul>	<p>Au maximum 3 rebonds sont autorisés.</p>
23	 <p>Salto arrière groupé mini-trampoline</p>	8	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> </ul>	<p>Au maximum 3 rebonds sont autorisés.</p>
24	 <p>Salto arrière groupé tremplin</p>	11	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> </ul>	
25	 <p>Salto arrière groupé</p>	12	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> </ul>	

26	 <p>Salto arrière carpé mini-trampoline</p>	<b>9</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> <li>- Jambes tendues dans le salto</li> </ul>	<p>Au maximum 3 rebonds sont autorisés</p> <p>Déclassement : élément n° 23 – 8pts</p>
27	 <p>Salto arrière carpé tremplin</p>	<b>12</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> <li>- Jambes tendues dans le salto</li> </ul>	<p>Déclassement : élément n° 24 – 11pts</p>
28	 <p>Salto arrière tendu</p>	<b>10</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> <li>- Alignement complet du corps</li> </ul>	<p>Au maximum 3 rebonds sont autorisés</p> <p>Déclassement : élément n° 26 – 9pts</p>
29	 <p>Salto arrière tendu ½ tour (½ vrille)</p>	<b>11</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> <li>- ½ tour complet réalisé avant la réception</li> </ul>	<p>Au maximum 3 rebonds sont autorisés</p> <p>Déclassement : élément n° 28 – 10pts</p>
30	 <p>Salto arrière tendu un tour (vrille)</p>	<b>12</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> <li>- Tour complet réalisé avant la réception</li> </ul>	<p>Au maximum 3 rebonds sont autorisés</p> <p>Déclassement : élément n° 29 – 11pts</p>

# SOL

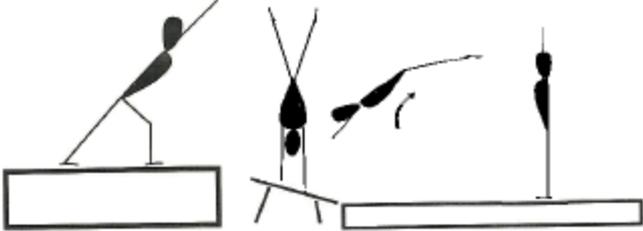
*Se renverser sans envol*

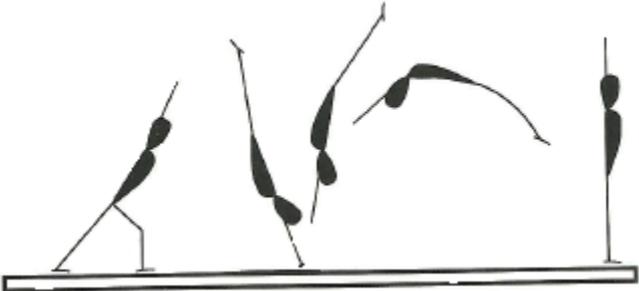
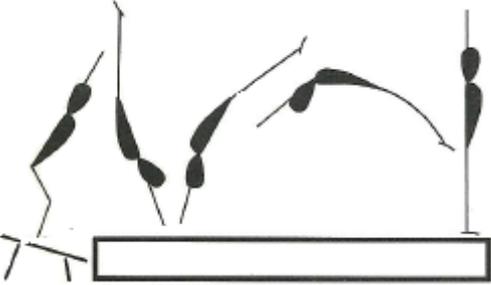
N°	ÉLÉMENTS	COTATION	CRITÈRES DE RÉUSSITE	REMARQUES ET DÉCLASSEMENTS
31	 <p>ATR mur</p>	3	<ul style="list-style-type: none"><li>- Alignement bras-tronc-jambes</li><li>- Seuls les talons touchent le mur</li></ul>	
32	 <p>ATR marqué</p>	4	<ul style="list-style-type: none"><li>- Alignement bras-tronc-jambes au moins à l'oblique (45°)</li><li>- Retour en fente</li></ul>	Pour obtenir le point d'amplitude, l'alignement doit être à la verticale.
33	 <p>ATR - pont</p>	5	<ul style="list-style-type: none"><li>- Passage par la verticale (alignement bras/tronc/bassin)</li><li>- Arrivée en pont</li><li>- Tenir le pont 2''</li></ul>	Déclassement : élément n° 32 – 4pts

34	 <p data-bbox="383 392 590 425">Souplesse Avant</p>	6	- Se relever sur un pied	
35	 <p data-bbox="375 705 598 739">Souplesse Arrière</p>	6	- Retour en fente	
36	 <p data-bbox="438 1008 534 1041">Tic-Tac</p>	7	- Retour en fente - Ne poser qu'un seul pied au sol lors du pont	

# SOL

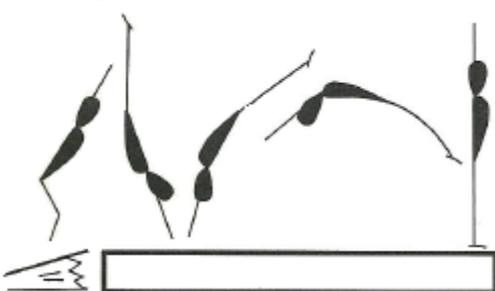
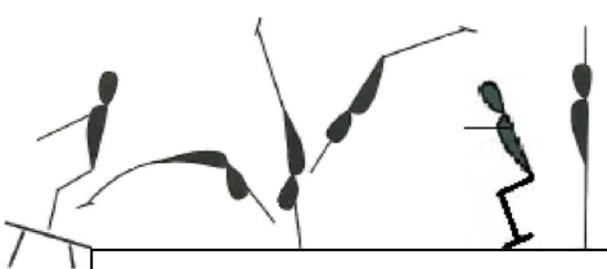
## Se renverser

N°	ÉLÉMENTS	COTATION	CRITÈRES DE RÉUSSITE	REMARQUES ET DÉCLASSEMENTS
37	 <p>Rondade mini-trampoline</p>	5	<ul style="list-style-type: none"><li>- Le corps passe par la verticale renversée</li><li>- Pause des pieds simultanée</li></ul>	Rebond autorisé.
38	 <p>Saut de main deux pieds mini trampoline</p>	6	<ul style="list-style-type: none"><li>- Le corps passe par la verticale renversée</li><li>- Pause des pieds simultanée et côte à côte</li></ul>	
39	 <p>Saut de main deux pieds tremplin</p>	7	<ul style="list-style-type: none"><li>- Le corps passe par la verticale renversée</li><li>- Arrivée sur les pieds</li></ul>	Elan et sursaut autorisés. Arrivée pieds joints ou décalés

40	 <p data-bbox="336 551 635 580">Saut de main deux pieds</p>	8	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le corps passe par la verticale renversée</li> <li>- Pause des pieds simultanée et côte à côte</li> </ul>	<p>Elan et sursaut autorisés.</p> <p>Arrivée pieds joints ou décalés</p>
41	 <p data-bbox="427 1077 549 1106">Flip avant</p>	6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le corps passe par la verticale renversée</li> <li>- Pause des pieds simultanée et côte à côte</li> </ul>	<p>On utilise un mini-trampoline pour les mains ou les pieds.</p>

# SOL

## Se renverser

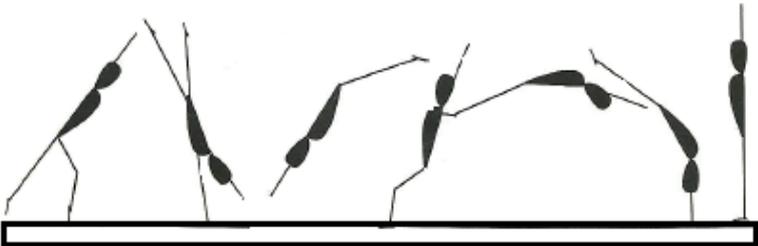
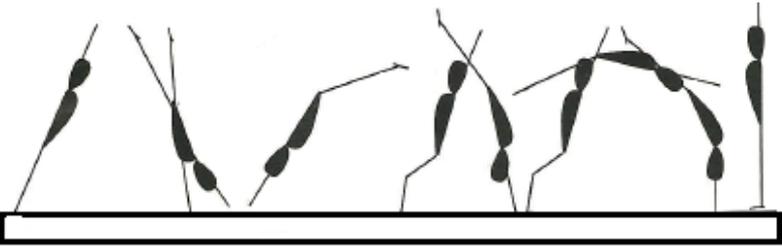
N°	ÉLÉMENTS	COTATION	CRITÈRES DE RÉUSSITE	REMARQUES ET DÉCLASSEMENTS
42	 <p>Flip avant tremplin</p>	7	<ul style="list-style-type: none"><li>- Le corps passe par la verticale renversée</li><li>- Pause des pieds simultanée et côte à côte</li></ul>	On utilise un tremplin pour les mains ou les pieds.
43	 <p>Flip avant</p>	9	<ul style="list-style-type: none"><li>- Le corps passe par la verticale renversée</li><li>- Pause des pieds simultanée et côte à côte</li></ul>	Elan autorisé.
44	 <p>Flip arrière mini-trampoline</p>	7	<ul style="list-style-type: none"><li>- Arrivée sur les pieds</li><li>- Rebond sur le trampoline interdit</li></ul>	La percussion après le flip est autorisée.

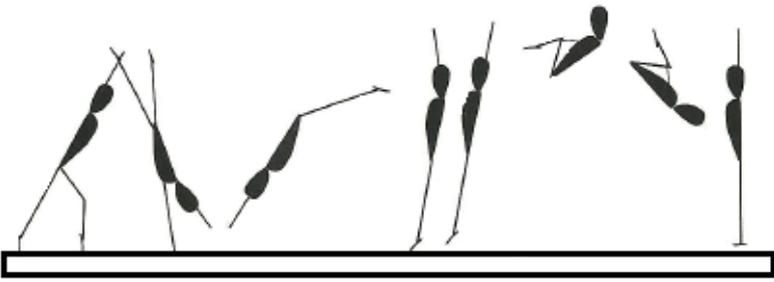
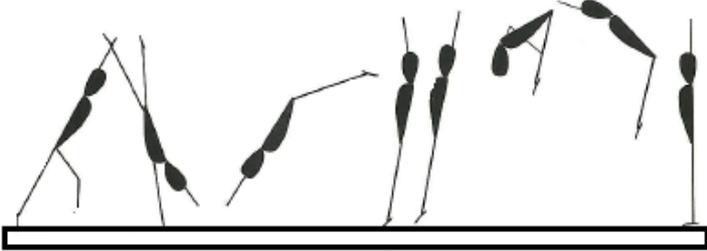
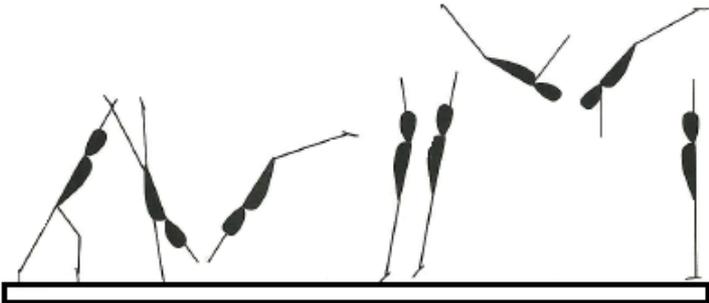
45	 <p>Flip arrière</p>	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> </ul>	<p>La percussion après le flip est autorisée.</p>
46	 <p>ATR pieds/pieds Flip</p>	10	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> <li>- Passage par la verticale lors de l'ATR</li> <li>- Les pieds sont posés alternativement après l'ATR</li> </ul>	

# SOL

## Enchaîner des acrobaties

On parle d'enchaînement d'acrobaties lorsqu'il n'y a ni rebonds, ni reprises d'élan, ni arrêt.

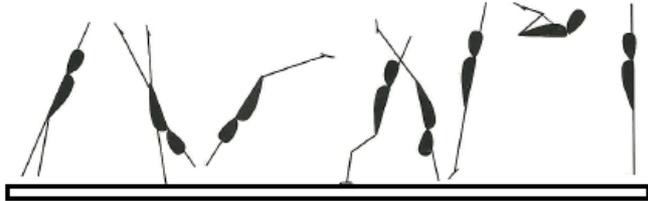
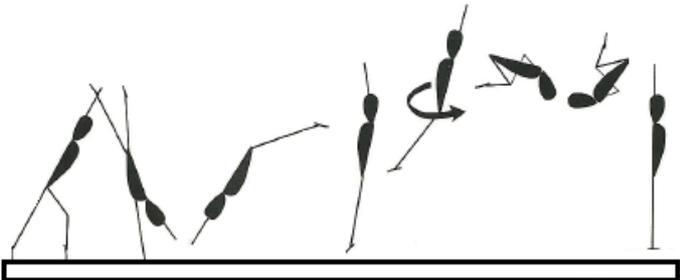
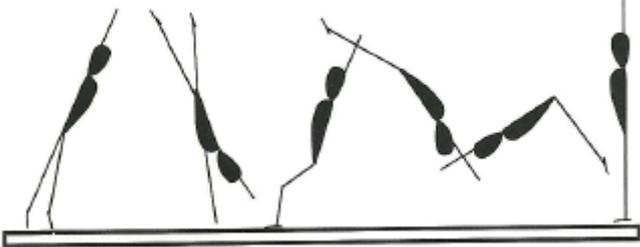
N°	ÉLÉMENTS	COTATION	CRITÈRES DE RÉUSSITE	REMARQUES ET DÉCLASSEMENTS
47	 <p>Rondade flip arrière</p>	10	<ul style="list-style-type: none"><li>- Arrivée sur les pieds</li><li>- Pas d'arrêt entre les éléments</li></ul>	La percussion après le flip est autorisée.
48	 <p>Rondade deux flips arrière</p>			11

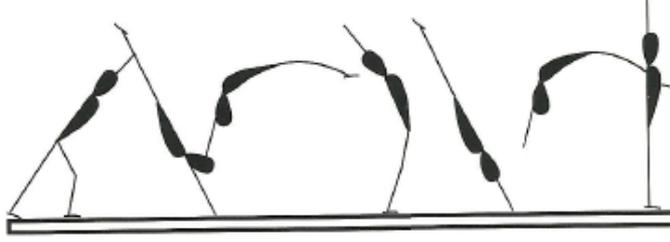
49	 <p>Rondade salto arrière groupé</p>	11	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> <li>- Pas d'arrêt entre les éléments</li> </ul>	
50	 <p>Rondade salto arrière carpé</p>	12	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> <li>- Pas d'arrêt entre les éléments</li> </ul>	<p>Déclassement : élément n° 49 – 11pts</p>
51	 <p>Rondade salto arrière tendu</p>	13	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrivée sur les pieds</li> <li>- Pas d'arrêt entre les éléments</li> </ul>	<p>Déclassement : élément n° 50 – 12pts</p>

# SOL

## Enchaîner des acrobaties

On parle d'enchaînement d'acrobaties lorsqu'il n'y a ni rebonds, ni reprises d'élan, ni arrêt.

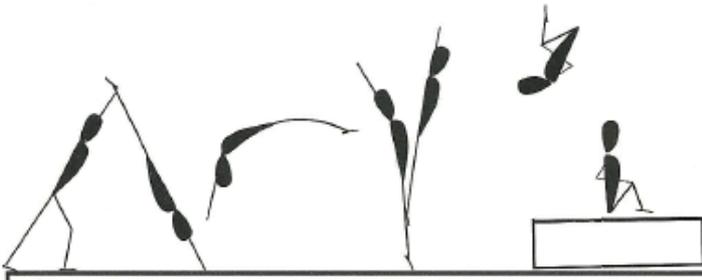
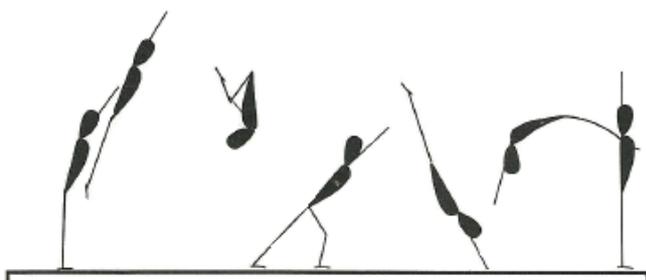
N°	ÉLÉMENTS	COTATION		CRITÈRES DE RÉUSSITE	REMARQUES ET DÉCLASSEMENTS
52	 <p>Rondade flip salto</p>	Groupé 12	Tendu 13	- Arrivée sur les pieds - Pas d'arrêt entre les éléments	Déclassement : élément n° 25 – 11pts
53	 <p>Rondade twist</p>	12		- Arrivée sur les pieds - Pas d'arrêt entre les éléments	
54	 <p>Rondade flip tempo</p>	12		- Arrivée sur les pieds - Pas d'arrêt entre les éléments	

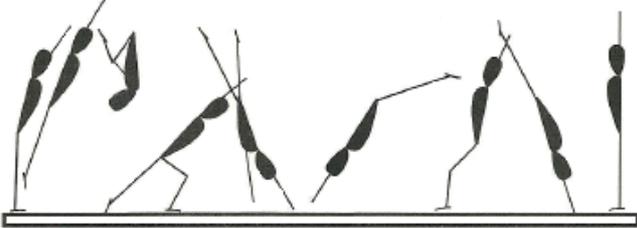
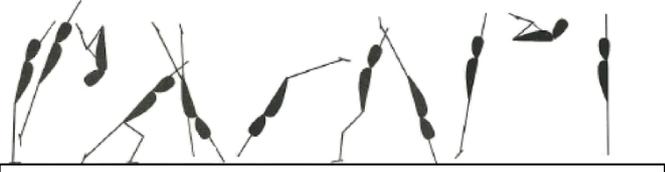
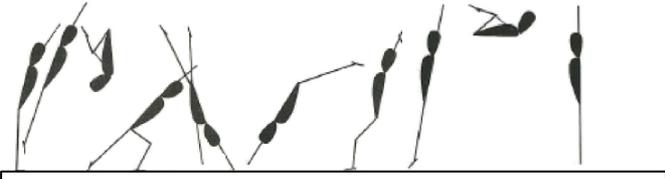
55	 <p>Deux sauts de mains enchaînés</p>	<b>10</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Réception du 1er saut de mains pieds décalés</li> <li>- Réception du 2nd saut de mains pieds serrés</li> <li>- Pas d'arrêt entre les 2 éléments</li> </ul>	<p>Déclassement : élément n° 41 – 8pts</p>
56	 <p>Saut de mains flip avant</p>	<b>11</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Réception des 2 éléments pieds serrés</li> <li>- Pas d'arrêt entre les 2 éléments</li> </ul>	<p>Déclassement : élément n° 40 – 8pts OU élément n° 43 – 9pts</p>

# SOL

## Enchaîner des acrobaties

On parle d'enchaînement d'acrobaties lorsqu'il n'y a ni rebonds, ni reprises d'élan, ni arrêt.

N°	ÉLÉMENTS	COTATION	CRITÈRES DE RÉUSSITE	REMARQUES ET DÉCLASSEMENTS
57	 <p>Saut de mains salto avant assis</p>	10	<ul style="list-style-type: none"><li>- Réception du saut de mains pieds côte à côte</li><li>- Réception assise en contre-haut</li></ul>	Déclassement : élément n° 40 – 8pts
58	 <p>Saut de mains salto avant</p>	12	<ul style="list-style-type: none"><li>- Arrivée sur les pieds</li><li>- Pas d'arrêt entre les 2 éléments</li></ul>	Déclassement : élément n° 40 – 8pts
59	 <p>Salto avant saut de mains</p>	12	<ul style="list-style-type: none"><li>- Réception du salto pieds décalés</li><li>- Réception du saut de mains pieds serrés</li><li>- Pas d'arrêt entre les 2 éléments</li></ul>	L'utilisation du tremplin (salto) est facultative. Déclassement : élément n° 11 – 10pts

60	 <p style="text-align: center;"><b>Salto avant rondade flip arrière</b></p>	<b>12</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Réception du salto pieds décalés</li> <li>- Pas d'arrêt entre les 3 éléments</li> </ul>	<p>L'utilisation du tremplin (salto) est autorisée.</p> <p>Déclassement : élément n°11 – 10pts OU élément n° 47 – 10pts</p>
61	 <p style="text-align: center;"><b>Salto avant rondade flip salto arrière</b></p>	<b>13</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Réception du salto pieds décalés</li> <li>- Pas d'arrêt entre les 3 éléments</li> </ul>	<p>L'utilisation du tremplin (salto) est autorisée.</p> <p>Déclassement : élément n°11 – 10pts OU élément n° 47 – 10pts</p>
62	 <p style="text-align: center;"><b>Salto avant rondade salto arrière</b></p>	<b>13</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Réception du salto pieds décalés</li> <li>- Pas d'arrêt entre les 3 éléments</li> </ul>	<p>L'utilisation du tremplin (salto) est autorisée.</p> <p>Déclassement : élément n°11 – 10pts OU élément n° 49 – 11pts</p>