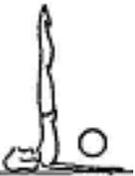
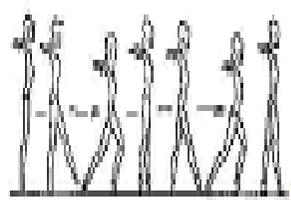
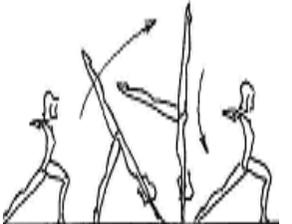


SOL 1

Difficulté = 3,4 / 6 pts

B3 = 0,6	A6 = 0,4	A7 = 0,4	A9 = 0,4	B7 = 0,6	B8 = 0,6	A1 = 0,4
						
SM	SG	SG	AC		AC	ATR
Chandelle tenue 2 sec , bras tendus en appui au sol	2 pas chassés AV enchaînés sur ½ pointes, bras libres <i>Enchaîner avec l'élément suivant pour valider la série gymnique</i>	Saut vertical , appel 2 pieds, jambes tendues, serrées	Départ libre, roulade AV arrivée sur 1 ou 2 pieds	Appel 2 pieds, saut ½ tour , réception 2 pieds.	Départ sur les pieds, roulade AR jambes fléchies	De la fente avant, venir à l' ATR une jambe à la verticale, puis revenir en fente AV.
Manque d'alignement (-0,10 ; -0,30 ; -0,50) Si non tenu=Élément non comptabilisé		Hauteur insuffisante (-0,10 ; -0,30 ; -0,50)	Aide des mains à l'arrivée = Appui supplémentaire (-0,50)	Hauteur insuffisante (-0,10 ; -0,30 ; -0,50) Corps relâché (-0,10 ; -0,30 ; -0,50)	Faute d'axe (-0,10 ; -0,30 ; -0,50)	Manque d'alignement (-0,10 ; -0,30 ; -0,50)

