

QUELQUES PRECISIONS SUR LE PROGRAMME DIR EN PLUS DES PRECEDANTES AVANT LES DERNIERES COMPETITIONS DE ZONE

Ceux ne sont que des précisions sur le programme DIR, si vous passez être dans le juste, vous avez sûrement raison. Mais pour permettre un jugement équitable et une clarification des choses avant ces compétitions, je remets à plat les quelques questions qui ont été soulevées après vos compétitions régionales.

SAUT : DEDUCTIONS SPECIFIQUES PRECISEES CI DESSOUS PLUS LES AUTRES FAUTES

Bond de lapin :

1 ou plusieurs marchés des mains sur la table de saut : 0,50 pour marché
0,50 pour arrêt prolongé

Critères pour différencier bond de lapin jambes fléchies et tendues :

- La position des jambes à la tirade talons
- La position des jambes à la pose de pieds si directement fléchié ou tendues puis fléchies

Rondade ¼ de tour avec les mains qui glissent ou se déplacent sur la table de saut pour effectuer le 2^{ème} ¼ de tour :

Dynamisme insuffisant : 0,50

Hauteur insuffisante : 0,50

Rotation longitudinale commencé trop tôt : 0,50

Lune ½ tour dans le 2^{ème} envol avec les mains sur la table de saut jusqu'à la réception:

Dynamisme insuffisant : 0,50

Hauteur insuffisante : 0,50

Rotation longitudinale commencé trop tôt : 0,50

BARRES :

Oscillation une jambe : si crochet pas de validation de difficulté et pas d'EGE

Prise d'élan tourniquet : 2 éléments : prise d'élan en A + tourniquet en C

Prise d'élan tour d'appui arrière : vue la définition « de l'appui libre et tour d'appui arrière » 2 éléments : prise d'élan en A + tour arrière en A

Bascule en barre supérieure : 2 éléments : balancé avant et bascule

Pose de pied jambes écartées en prise palmaire : validation de la difficulté pose de pied + EGE prise en palmaire + EGE prise d'élan

Tour cavalier : peut être réalisé en prise palmaire mais dans ce cas vers l'avant.

POUTRE :

Passage près de la poutre : un mouvement chorégraphique ou un élément codifié avec une partie du corps du pubis à la tête qui touche la poutre

La roulade arrière : doit passer par le culbuto donc avec la tête sur la poutre

SOL :

Rondade percussion roulade arrière : ne valide pas l'EGE de la série acro (si pas de percussions entre la rondade et la roulade validation)

Passage près du sol : un mouvement chorégraphique ou un élément codifié avec une partie du corps du pubis à la tête qui touche le sol

Souplesse arrière arrivée à genoux : si passage par l'ATR valide EGE de la souplesse

Roue pied-pied roulade arrière : valide l'EGE de la série acro

Souplesse arrière roulade arrière : ne valide pas l'EGE de la série acro car la souplesse ne fait pas partie des éléments acrobatiques