

## MODIFICATIONS ET PRÉCISIONS SUR LE PROGRAMME 2006 / 2010

M = Modification P = Précision		MODIFICATIONS et PRÉCISIONS n°4 – NOVEMBRE 2009	
Page	N°	nomination	Rectificatifs
4	M – 87	Les juges	<b>Porter une tenue correcte</b> avec haut blanc et bas noir ou bleu marine. Toutefois, si le responsable de juges estime que les conditions ne sont pas remplies, les polos mis à disposition par le partenaire de l'UFOLEP pourront être fournis, dans la mesure du possible.
5	M – 88	Exigences spécifiques féminines et masculines	Les exigences spécifiques seront validées uniquement avec des éléments de difficulté du niveau demandé (les éléments de difficulté inférieures ou supérieures du niveau demandé ne peuvent plus les remplir). <b>Elles valent 0,5 chacune.</b> Seuls les éléments codifiés peuvent remplir ces exigences spécifiques. Un élément, même répété, ne peut remplir qu'une seule exigence. En féminines N1 et N2 uniquement, les éléments acrobatiques au sol peuvent être répétés dans les exigences, mais ne seront comptabilisés qu'une seule fois dans le contrat de difficulté. LA = Liaison Acrobatique. Il s'agit de l'enchaînement direct de deux éléments acrobatiques avec envol.
5	M – 89	Tableaux	Les exigences spécifiques ayant changé de valeur, les notes de départ changent également, permettant un rééquilibrage entre les agrès et le saut. Voici les nouveaux tableaux :

	niveau 8	niveau 7	niveau 6	niveau 5	niveau 4	niveau 3	niveau 2	niveau 1
Difficultés	0,9	1,2	1,6	2	2,4	2,8	3,2	4
Exécution	5	5	5	5	5	5	5	5
Exigences spécifiques	2,0	2,0	2,0	2,0	2,5	2,5	2,5	2,5
<b>Total</b>	<b>7,9</b>	<b>8,2</b>	<b>8,6</b>	<b>9,0</b>	<b>9,9</b>	<b>10,3</b>	<b>10,7</b>	<b>11,5</b>

	niveau 6	niveau 5	niveau 4	niveau 3	niveau 2	niveau 1
Difficultés	0,9	1,2	1,8	2,4	3,2	4,0
Exécution	5	5	5	5	5	5
Exigences spécifiques	2,0	2,0	2,5	2,5	2,5	2,5
<b>Total</b>	<b>7,9</b>	<b>8,2</b>	<b>9,3</b>	<b>9,9</b>	<b>10,7</b>	<b>11,5</b>

6	M – 90	Niveau des juges	<b>BF1-O base =&gt; valide pour les niveaux 8 et 7</b> BF1-O complet => valide pour les niveaux 8, 7 et 6 BF2-O base => valide pour les niveaux 8 à 5 BF2-O complet => valide pour les niveaux 8 à 4 BF2-O opt3 base => valide pour les niveaux 8 à 3 BF2-O opt3 complet => valide pour les niveaux 8 à 1
15	M – 91	Fautes	Pour <b>tous les éléments</b> présentés, reconnus ou non en difficulté, toutes les fautes de tenue <b>sont pénalisables</b> .
16	M – 92	Tableau des fautes – Poutre	<b>nombre de longueurs insuffisant</b> (au moins 2 à partir du niveau 7) = pénalité de 0,20
16	M – 93	Tableau des fautes – Barres	La règle des éléments de maintien s'applique aux angles des <b>ATR</b> (voir schéma des éléments de maintien M-47)
17	M – 94	Tableau des fautes – Arçons	<b>Manque d'amplitude</b> dans les balancés = pénalité de 0,1 ou 0,2 à chaque fois.
20	M – 95	Saut	<b>Ajouter l'élément</b> "Tukahara tendu avec une vrille (appel mini trampoline)" à 9,3 => voir annexe dessin 24
22	M – 96	Phase d'appui	Pour le saut par pose alternative des mains puis des pieds : • Si 1 pas intermédiaire sur la table : déduction de 0,50 • Si plus d'1 pas sur la table : saut nul (valeur 0,0 points)

Gymnastique Artistique Féminine			
24	M – 97	Exigences spécifiques niveau 8	4 fois 0,5 = 2,0 Total = 7,9 Supprimer "mais peuvent être validées avec des éléments de difficulté inférieure au contrat demandé"
25	M – 98	Exigences spécifiques niveau 7	4 fois 0,5 = 2,0 Total = 8,2 Supprimer "mais peuvent être validées avec des éléments de difficulté inférieure au contrat demandé"
26	M – 99	Exigences spécifiques niveau 6	4 fois 0,5 = 2,0 Total = 8,6 Supprimer "mais peuvent être validées avec des éléments de difficulté inférieure au contrat demandé"
27	M – 100	Exigences spécifiques niveau 5	4 fois 0,5 = 2,0 Total = 9,0 Supprimer "mais peuvent être validées avec des éléments de difficulté inférieure au contrat demandé" Modifier les exigences comme suit :
<b>BARRES</b>		<b>POUTRE</b>	
Pas de changements		Pas de changements	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 SG de 3 éléments mini. dont 1 saut en 0,3 mini. <b>OU</b> 1 SM de 3 éléments mini dont 1 élément en 0,3 mini.</li> <li>• 1 LA en avant (tous les éléments sont avec envol)</li> <li>• 1 LA (tous les éléments sont avec envol)</li> <li>• 1 pirouette 360° mini sur 1 jambe</li> </ul>	
SM : série mixte   SG : Série Gymnique   LA : Liaison Acrobatique			
28	M – 101	Exigences spécifiques niveau 4	5 fois 0,5 = 2,5 Total = 9,9 Supprimer "mais peuvent être validées avec des éléments de difficulté inférieure au contrat demandé" Modifier les exigences comme suit :
<b>BARRES</b>		<b>POUTRE</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 élément de la famille des balancer</li> <li>• 1 bascule</li> <li>• 1 élément de la famille des élans</li> <li>• 2 changements de barres</li> <li>• 1 sortie</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 SM de 2 éléments min. dont 1 élément de la famille des renversements à 0,30 min</li> <li>• 1 pirouette 360° mini sur 1 jambe</li> <li>• 1 SG de 2 éléments dont 1 saut 0,3 min</li> <li>• 1 élément acrobatique</li> <li>• 1 sortie</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 SG de 3 éléments mini dont 1 élément à 0,4 mini <b>OU</b> 1 SM de 3 éléments mini dont 1 élément à 0,4 mini</li> <li>• 1 LA avec envol dont un salto</li> <li>• 1 LA avec envol vers l'avant (tous les éléments sont avec envol)</li> <li>• 1 pirouette 540° mini sur 1 jambe</li> <li>• 1 saut à 0,4 mini</li> </ul>	
SM : série mixte   SG : Série Gymnique   LA : Liaison Acrobatique			
29	M – 102	Exigences spécifiques niveau 3	5 fois 0,5 = 2,5 Total = 10,3 Supprimer "mais peuvent être validées avec des éléments de difficulté inférieure au contrat demandé" Modifier les exigences comme suit :
<b>BARRES</b>		<b>POUTRE</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 lâcher</li> <li>• 1 changement de barres</li> <li>• 1 élément de la famille des élans</li> <li>• 1 élément de la famille des rotations</li> <li>• 1 sortie</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 SM de 2 éléments min.</li> <li>• 1 pirouette 360° mini sur 1 jambe</li> <li>• 1 SG de 2 éléments dont 1 saut 0,4 min.</li> <li>• 1 élément acrobatique à 0,5 mini</li> <li>• 1 sortie</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 SG de 3 éléments mini dont 1 élément à 0,4 mini <b>OU</b> 1 SM de 3 éléments mini dont 1 élément à 0,4 mini</li> <li>• 1 LA avec envol vers l'avant dont 1 salto</li> <li>• 1 LA avec envol vers l'arrière dont 1 salto</li> <li>• 1 saut à 0,5 mini</li> <li>• 1 rotation longitudinale 360° mini gymnique ou acrobatique à 0,4 mini</li> </ul>	
SM : série mixte   SG : Série Gymnique   LA : Liaison Acrobatique			

30	M – 103	Exigences spécifiques niveau 2	5 fois 0,5 = 2,5 Total = 10,7 Supprimer "mais peuvent être validées avec des éléments de difficulté inférieure au contrat demandé" Modifier les exigences comme suit :
----	---------	--------------------------------	---

BARRES	POUTRE	SOL
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 lâcher 0,5 min.</li> <li>• 1 changement de barres</li> <li>• 1 élément passage par l'ATR</li> <li>• 1 élément de la famille des rotations à 0,50 min.</li> <li>• 1 sortie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 SM de 2 éléments mini dont 1 saut à 0,4 mini ou 1 SG de 2 éléments mini dont 1 saut à 0,4 mini</li> <li>• 1 pirouette 360° mini sur 1 jambe</li> <li>• 1 LA</li> <li>• 1 élément acrobatique à 0,5 mini</li> <li>• 1 sortie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 SG de 3 éléments mini dont 1 élément à 0,5 mini <b>OU</b> 1 SM de 3 éléments mini dont 1 élément à 0,5 mini</li> <li>• 1 LA dont 1 salto à 0,5 mini</li> <li>• 1 LA de 2 salti ou 1 diagonale avec 1 salto lié à 1 LA vers l'avant ou vers l'arrière dont un salto (pas de sursaut)</li> <li>• 1 rotation longitudinale 360° mini gymnique ou acrobatique à 0,5 mini</li> <li>• 1 saut gymnique à 0,5</li> </ul>
SM : série mixte   SG : Série Gymnique   LA : Liaison Acrobatique		

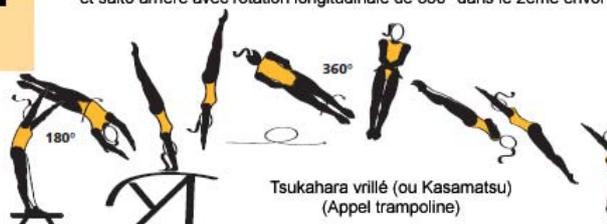
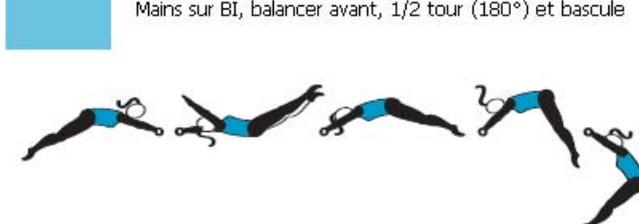
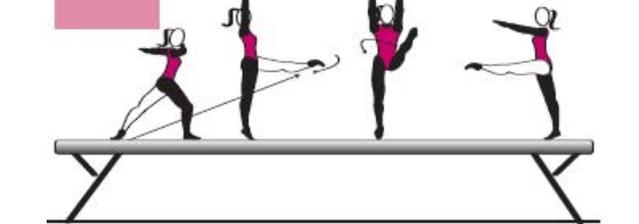
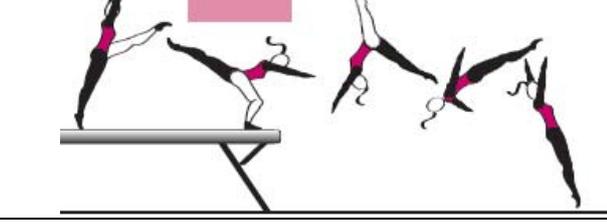
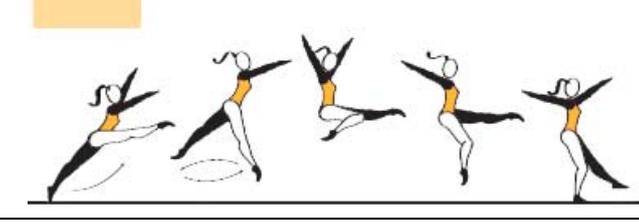
31	M – 104	Exigences spécifiques niveau 1	5 fois 0,5 = 2,5 Total = 11,5 Supprimer "mais peuvent être validées avec des éléments de difficulté inférieure au contrat demandé" Modifier les exigences comme suit :
----	---------	--------------------------------	---

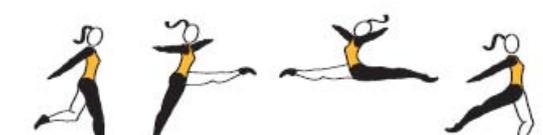
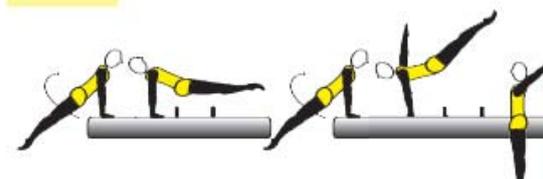
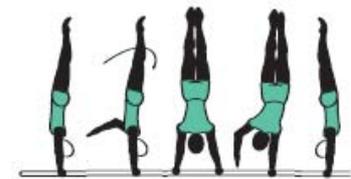
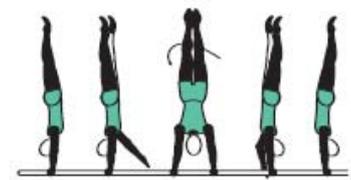
BARRES	POUTRE	SOL
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 lâcher 0,5 min.</li> <li>• 2 changements de barres</li> <li>• 1 élément de la famille des élans à 0,5 min.</li> <li>• 1 grand tour</li> <li>• 1 sortie à 0,4 min</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 SM de 2 éléments mini dont 1 saut à 0,5 mini ou 1 SG de 2 éléments mini dont 1 saut à 0,5 mini</li> <li>• 1 pirouette 360° mini sur 1 jambe</li> <li>• 1 LA dont 1 élément avec envol</li> <li>• 1 salto sur la poutre</li> <li>• 1 sortie à 0,4 mini</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 SG de 3 éléments mini dont 1 élément à 0,5 mini <b>OU</b> 1 SM de 3 éléments mini dont 1 élément à 0,5 mini</li> <li>• 1 LA vers l'arrière dont 1 salto à 0,5 mini</li> <li>• 1 LA vers l'avant dont 1 salto à 0,5 mini</li> <li>• 1 LA de 2 salti ou 1 diagonale avec 1 salto lié à 1 LA vers l'avant ou vers l'arrière dont un salto (pas de sursaut)</li> <li>• 1 saut gymnique à 0,6</li> </ul>
SM : série mixte   SG : Série Gymnique   LA : Liaison Acrobatique		

35	M – 105	Venir à l'appui 2	<b>Ajouter l'élément</b> : "Mains sur BI, balancer avant, ½ tour (180°) et bascule" <b>en 0,5</b> => voir annexe dessin 25
38	M – 106	Rotations 1	Sur l'élément "3/4 de tour circulaire..." <b>ajouter</b> "ou bascule engagée 1 jambe"
38	M – 107	Rotations 1	<b>Ajouter l'élément</b> : "pieds mains sur BI, allonger devant puis bascule" <b>en 0,3</b> => voir annexe dessin 26
38	M – 108	Rotations 1	<b>Ajouter l'élément</b> : "tour d'appui arrière libre à l'appui libre en dessous de l'horizontale" <b>en 0,4</b> => voir annexe dessin 27
38	M – 109	Rotations 1	<b>Préciser sur l'élément</b> "Tour d'appui arrière libre à l'appui libre <b>au dessus de l'horizontale</b> "
40	M – 110	Balancer 1	<b>Supprimer l'élément</b> : " Feinte de piston balancer arrière et balancé avant le retour au siège"
40	M – 111	Balancer 1	<b>Supprimer l'élément</b> : "Courbe avant arrière dynamique"
40	M – 112	Balancer 1	<b>Préciser</b> sur l'élément à 0,2 : "Départ pieds sur BI, balancer avant arrière et retour BI jambes tendues <b>OU</b> sans repose des pieds, mais avec pieds au dessus de la barre"
40	M – 113	Balancer 1	<b>Ajouter l'élément</b> "Balancé avant arrière avec pieds en dessous de la barre soit au départ soit à l'arrivée (départ libre)" <b>en 0,1</b> => voir annexe dessin 28

40	M – 114	Balancer 1	Le soleil est un élément à lui seul. <b>Supprimer l'élément</b> "Soleil de l'ATR" en 0,6
42	M – 115	Lâcher	<b>Ajouter l'élément</b> : "salto arrière entre les barres arrivée suspension BI (salto Pak)" en <b>0,6</b> => voir annexe dessin 29
44	M – 116	Sorties 2	<b>Ajouter l'élément</b> "Salto avant avec demi tour" en <b>0,6</b> => voir annexe dessin 30
46	M – 117	Entrées 2	L'entrée en salto avant valide l'exigence de salto.
50	M – 118	Pirouettes	<b>Ajouter l'élément</b> "½ pivot avec jambe à l'horizontale" en <b>0,4</b> => voir annexe dessin 31
52	M – 119	Roulés	L'élément "ATR roulade avant" en 0,4 passe dans la page 53 des <b>renversements</b> .
53	M – 120	Renversements 1	<b>Ajouter l'élément</b> : "ATR roulé arrivée au siège" en <b>0,3</b> => voir annexe dessin 32
54	M – 121	Renversements 2	<b>Ajouter l'élément</b> : "De l'équerre, monter en force à l'ATR tenu 2sec." en <b>0,6</b> => voir annexe dessin 33
56	M – 122	Sorties 1	<b>Supprimer l'élément à 0,2</b> : "Saut de mains"
56	M – 123	Sorties 1	L'élément "Sursaut saut de mains" a pour <b>valeur 0,2</b>
56	M – 124	Sorties 1	Salto avant demi tour a pour <b>valeur 0,4</b>
56	M – 125	Sorties 2	<b>Ajouter l'élément</b> : "salto avant tendu départ 1 pied" en <b>0,4</b> => voir annexe dessin 34
59	M – 126	Saut 1	<b>Ajouter l'élément</b> "cosaque changement de jambe" en <b>0,3</b> => voir annexe dessin 35
60	M – 127	Saut 2	<b>Ajouter l'élément</b> "saut extension avec 3/2 tour (540°)" en <b>0,4</b> => voir annexe dessin 36
61	M – 128	Saut 3	<b>Ajouter l'élément</b> "saut enjambé avec 1/1 tour" en <b>0,6</b> => voir annexe dessin 37
<b>Gymnastique Artistique Masculine</b>			
70	M – 129	Exigences spécifiques niveau 6	4 fois 0,5 = 2,0 Total = 7,9
71	M – 130	Exigences spécifiques niveau 5	4 fois 0,5 = 2,0 Total = 8,2
72	M – 131	Exigences spécifiques niveau 4	5 fois 0,5 = 2,5 Total = 9,3
73	M – 132	Exigences spécifiques niveau 3	5 fois 0,5 = 2,5 Total = 9,9
74	M – 133	Exigences spécifiques niveau 2	5 fois 0,5 = 2,5 Total = 10,7
75	M – 134	Exigences spécifiques niveau 1	5 fois 0,5 = 2,5 Total = 11,5
76-78	M – 135	Appui ou maintien	Modifier le nom du groupe en "Appui ou Maintien <b>ou Force</b> "
76	M – 136	Appui ou maintien ou force 1	<b>Ajouter l'intitulé</b> "Forcé" ou "F" sur les éléments : • Equerre serrée • De l'ATR descendre à l'équerre écartée ou serrée
77	M – 137	Appui ou maintien ou force 2	<b>Ajouter l'intitulé</b> "Forcé" ou "F" sur les éléments : • De la station, appui renversé suisse à l'ATR • De l'appui couché facial, s'élever à l'appui renversé • Equerre écartée mains entre les jambes • Appui facial horizontal jambes écartées tenue 2sec • De l'équerre, tour arrière à la station • Rouler écart à l'ATR tenu • S'élever jambes serrées corps fléchi bras tendus... • Appui renversé suisse du grand écart, de l'équerre ou... • S'abaisser ou élan à la croix renversée tenue 2sec.

78	M – 138	Appui ou maintien ou force 3	<b>Ajouter l'intitulé "Force" ou "F" sur tous les éléments</b>
82	M – 139	Avant 3	Tous salti avant 1/1 tour et 3/2 tour sont considérés comme des <b>éléments différents</b> à 0,6.
85	M – 140	Latéral	<b>La rondade</b> peut être considérée comme un élément vers l'avant.
99	M – 141	Changement de face 1	<b>Entrée faciale ½ tour.</b> Il s'agit d'un demi tour, le départ doit donc se faire bassin face au cheval d'arçons.
101	M – 142	Sorties 1	<b>Ajouter l'élément "cercle transversal et berline" en 0,4</b> => voir annexe dessin 38
123	M – 143	Maintiens – forces – parties latérales	<b>Ajouter l'élément "de l'ATR ½ tour avant à l'ATR" en 0,3</b> => voir annexe dessin 39
123	M – 144	Maintiens – forces – parties latérales	<b>Ajouter l'élément "de l'ATR ½ tour arrière à l'ATR" en 0,4</b> => voir annexe dessin 40
<b>Trampoline</b>			
144	T – 6	2.5 – Tenue vestimentaire des juges	<b>Tenue des juges :</b> la tenue réglementaire reste : tenue correcte avec haut blanc et bas noir ou bleu marine pour les juges-arbitres et juges-arbitres assistants. Pour les autres juges, la tenue réglementaire est : tenue correcte avec haut blanc. Bas noir ou bleu marine recommandé. Toutefois, si le responsable de juges estime que les conditions ne sont pas remplies, les polos mis à disposition par le partenaire de l'UFOLEP pourront être fournis, dans la mesure du possible
144	T – 7	1.11 – Montée/Descente	<b>Pour la saison 2009/2010 :</b> Les trampolinistes arrivés sur le podium en Finale Nationale 2008/2009, avec un total égal ou supérieur à 90,00 points sont tenus de monter de niveau pour la saison 2009/2010, exceptés les Niveau 4 qui ne sont pas tenus de monter en Niveau 5, quel que soit leur classement et leur total de points.

<p>24</p> <p><b>9,3</b></p> <p>Rotation longitudinale de 90° à 180° dans le 1er envol et salto arrière avec rotation longitudinale de 360° dans le 2ème envol</p>  <p>Tsukahara vrillé (ou Kasamatsu) (Appel trampoline)</p>	<p>25</p> <p><b>0,5</b></p> <p>Mains sur BI, balancer avant, 1/2 tour (180°) et bascule</p> 
<p>26</p> <p><b>0,3</b></p> <p> pieds mains sur BI, allonger devant puis bascule</p> 	<p>27</p> <p><b>0,4</b></p> <p>tour d'appui arrière libre à l'appui libre en dessous de l'horizontale</p> 
<p>28</p> <p><b>0,1</b></p> <p>Balancé avant arrière avec pieds en dessous de la barre soit au départ soit à l'arrivée (départ libre)</p> 	<p>29</p> <p><b>0,6</b></p> <p>(salto Pak)</p> <p>salto arrière entre les barres arrivée suspension BI</p> 
<p>30</p> <p><b>0,6</b></p> <p>Salto avant avec demi tour</p> 	<p>31</p> <p><b>0,4</b></p> <p>½ pivot avec jambe à l'horizontale</p> 
<p>32</p> <p><b>0,3</b></p> <p>ATR roulé arrivée au siège</p> 	<p>33</p> <p><b>0,6</b></p> <p>De l'équerre, monter en force à l'ATR tenu 2sec</p> 
<p>34</p> <p><b>0,4</b></p> <p>salto avant tendu départ 1 pied</p> 	<p>35</p> <p><b>0,3</b></p> <p>cosaque changement de jambe</p> 

<p><b>36</b> <b>0,4</b></p> <p>saut extension avec 3/2 tour (540°)</p> 	<p><b>37</b> <b>0,6</b></p> <p>saut enjambé avec 1/1 tour</p> 
<p><b>38</b> <b>0,4</b></p> <p>cercle transversal et berline</p> 	<p><b>39</b> <b>0,3</b></p>  <p>de l'ATR 1/2 tour avant à l'ATR</p>
<p><b>40</b> <b>0,4</b></p>  <p>de l'ATR 1/2 tour arrière à l'ATR</p>	