

# Performance

Saut Pages 83 À 30  
Performance



Note de départ



- 8 éléments 0,1 par lettre ( A:0,10/ B:0,20/C:0,30.....)
- 4 bonifications
- Surligner les EC ainsi que les bonifications 0,5 en plus à chaque fois
- Note final sur case jaune
- Remplir au crayons papier pour changement
- Noter note départ en saut

| BARRES Pages 16/17. PERFORMANCE |                 |                         |                              |                                 |               |                            |                    |                |       |
|---------------------------------|-----------------|-------------------------|------------------------------|---------------------------------|---------------|----------------------------|--------------------|----------------|-------|
| Choix d'éléments                |                 |                         |                              |                                 |               |                            |                    |                | TOTAL |
| Symboles                        |                 |                         |                              |                                 |               |                            |                    |                |       |
| Points                          |                 |                         |                              |                                 |               |                            |                    |                |       |
| EC                              |                 | 1 tour proche B minimum |                              | 1 élément dans les grands tours |               | 1 bascule ATR dans les 10° |                    | 1 sortie salto |       |
| Bonification cocher la case     | 1 rotation 180° |                         | Envol BI/BS ou sortie double |                                 | Tour proche C |                            | Prises différentes |                |       |

# Performance

Saut Pages 83 À 30  
Performance



Note de départ



- 8 éléments 0,1 par lettre ( A:0,10/ B:0,20/C:0,30.....)
- 4 bonifications
- Surligner les EC ainsi que les bonifications 0,5 en plus à chaque fois
- Note final sur case jaune
- Remplir au crayons papier pour changement
- Noter note départ en saut

| POUTRE Pages 121/154. PERFORMANCE |   |   |                               |        |               |  |  |                               |       |
|-----------------------------------|---|---|-------------------------------|--------|---------------|--|--|-------------------------------|-------|
| Choix d'éléments                  |   |   |                               |        |               |  |  |                               | TOTAL |
| Symboles                          |   |   |                               |        |               |  |  |                               |       |
| Points                            |   |   |                               |        |               |  |  |                               |       |
| EC                                |   | 1 serie gym de 2 elmt different avec un saut à 180° |                               | 1 tour |               | 1 serie acro de 2 éléments dont 1 avec envol |  | Acro AR et Acro avant/lateral |       |
| Bonification cocher la case       | 1 série acro, de deux envols dont 1 salto |   | 1 salto ou renversement libre |        | 2 gymniques C |  | 1 sortie B minimum/ liaison avec envol |                               |       |

# Performance

Saut Pages 83 À 30  
Performance



Note de départ



- 8 éléments 0,1 par lettre ( A:0,10/ B:0,20/C:0,30.....)
- 4 bonifications
- Surligner les EC ainsi que les bonifications 0,5 en plus à chaque fois
- Note final sur case jaune
- Remplir au crayons papier pour changement
- Noter note départ en saut

| SOL Pages 16/17. PERFORMANCE |                 |   |             |          |                                |                                       |            |                              |       |
|------------------------------|-----------------|---|-------------|----------|--------------------------------|---------------------------------------|------------|------------------------------|-------|
| Choix d'éléments             |                 |   |             |          |                                |                                       |            |                              | TOTAL |
| Symboles                     |                 |   |             |          |                                |                                       |            |                              |       |
| Points                       |                 |   |             |          |                                |                                       |            |                              |       |
| EC                           |                 | 1 série gym de 2 sauts différent dont 1 écart |             | & vrille |                                | 3 lignes macro dont 1 avec 3 éléments |            | 1 salto avant et un salto AR |       |
| Bonification cocher la case  | 1 double vrille |   | 1 double AR |          | 2 Salto dans la même diagonale |                                       | 2 gym en C |                              |       |