

# Saut

# Fed A1

- Possibilité d'utiliser la grille FB

GRILLE DES SAUTS NOTES D

DESSIN / SYMBOLE	DESCRIPTION	NOTE DE DÉPART	
		Trampo-tremp*	1 tremplin
	Saut avec pose des mains puis des pieds sur la table de saut puis saut vertical	8,5	9
	Interdit		
	Renversement avant	9,5	10
	Interdit		

## Barres

2 pts Ou 2 pts

Bascule ou bascule en engageant 1 jambe à la B1, aussi dans le mouvement (comptabilisé 1 seule fois)

Et

1 pt 1 pt

De l'appui facial B1, prise d'élan pose des pieds jambes fléchies serrées ou tendues serrées ou écartées et attraper la B5

	Entrées	Appuis	Suspension	Sortie	Choix 1	Choix 2
Choix D'éléments						
Symboles						
Points Seulement 3 elmt à 2 points sont autoisés (ils valent 1,5 points)						
Bonifications						

# Poutre

**1 acro dans les 4**



**+ 1 serie gymnique**

	Entrées	Tour	Saut	Acro AR	Acro AV ou Lat	Sortie
Choix D'éléments						
Symboles						
Points Seulement 3 elmt à 2 points sont autoisés (ils valent 1,5 points)						
Bonifications						

# Sol

**1 acro dans les 2**



**Attention avec rebond + 1 serie gymnique**

	Acro AR	Acro AV ou Lat	Saut 1	Saut 2	Choix 1	Choix 2
Choix D'éléments						
Symboles						
Points Seulement 3 elmt à 2 points sont autoisés (ils valent 1,5 points)						
Bonifications						