

## BRIEFING Catégories 2 et 3 - 2024

*Ce briefing vient en complément du catégorie 1. Il recense les caractéristiques propres de ces deux catégories.*

### GENERALITES (Barres / Poutre /sol)

Catégorie 2	Catégorie 3
<p><b>8 éléments</b> (sortie comprise) dont la valeur est la plus élevée. (comme en catégorie 1)</p>	<p><b>7 éléments</b> (sortie comprise) dont la valeur est la plus élevée. <b>BA et P</b> : Si <b>pas</b> de sortie : <b>6 éléments</b> comptabilisés</p> <p><b>Une seule difficulté C est autorisée par le jury D.</b> Si une gymnaste exécute une 2<sup>ème</sup> C dans son mouvement, elle sera pénalisée de <b>2 points</b> sur la note finale par le jury D.</p>

### TABLE DE SAUT

Catégorie 2	Catégorie 3
<p><b>Double tremplin / trampo-tremp /deux tremplins sont autorisés pour les Benjamines et les Minimes uniquement.</b></p>	
<p>Voir sauts indiqués dans le code catégories 2 et 3</p>	<p>Si une gymnaste veut réaliser un saut ne figurant pas dans le code cat 3, celui-ci partira sur une note D de 2.60 pts maximum SAUF pour le saut 1.40 qui partira sur une note D de 2.00 pts.</p>

### BARRES ASYMETRIQUES

Catégorie 2	Catégorie 3
<b>Exigences de composition</b>	
<p>1. Envol de BS à BI 2. Une prise d'élan à l'ATR 3. Un tour d'appui libre ou un grand tour <b>ou</b> un élan circulaire carpé de valeur B 4. Une sortie salto AR corps tendu avec ou sans rotation longitudinale <b>ou</b> sortie pieds-mains salto avant groupé</p>	<p>1. Deux bascules différentes 2. Une prise d'élan à l'horizontale minimum 3. Un tour proche de la barre 4. Une sortie salto AR corps groupé minimum</p>
<b>Exercice trop court – Benjamines / Minimes / Cadettes</b>	
<p>- 6 éléments ou + reconnus : pas de déduction - 5 éléments reconnus : - 2 points - 3 à 4 éléments reconnus : - 4 points - 1 à 2 éléments reconnus : - 6 points - Aucun élément reconnu : - 10 points</p>	<p>- 5 éléments ou + reconnus : pas de déduction - 4 éléments reconnus : - 2 points - 3 éléments reconnus : - 4 points - 1 à 2 éléments reconnus : - 6 points - Aucun élément reconnu : - 10 points</p>
<b>Remarques</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Bonus sortie</b> : un bonus de 0.20 pt sera accordé pour les sorties de valeur B et plus difficile exécutées sans chute.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Pose de pieds</b> : en catégorie 3 uniquement : pas élément non caractéristique</li> <li><b>En cat 3</b>, pas de déduction de <b>fautes d'angle</b> pour toutes les prises d'élan en AR avant tout élément.</li> <li><b>Schushunova (3.402)</b> : toujours pris en C</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Un double tremplin est autorisé pour les benjamines</b></li> </ul>	

## POUTRE

Catégorie 2	Catégorie 3
<b>Exigences de composition</b>	
1. Une liaison d'au moins 2 éléments gymniques <b>différents</b> dont un saut avec un écart de 180° (transversal ou latéral) ou écarté latéral 2. Un tour de 360° ou + <b>ou</b> roulés 3. <i>Une série acrobatique dont 1 élément avec envol sur poutre (sortie comprise)</i> 4. Deux éléments acrobatiques de sens différents (AV/AR/LAT) avec ou sans envol	1. Une liaison d'au moins 2 éléments gymniques <b>différents</b> dont un saut avec un écart de 180° (transversal ou latéral) ou écarté latéral 2. Un tour de 360° ou + <b>ou</b> roulés 3. <i>Un élément acrobatique avec envol sur poutre</i> 4. Deux éléments acrobatiques de sens différents (AV/AR/LAT) avec ou sans envol
<b>Contenu de l'exercice</b>	
<b>3 acrobatiques + 3 gymniques + 2 éléments au choix</b>	<b>2 acrobatiques + 3 gymniques + 2 éléments au choix</b>
<b>Remarques</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Bonus sortie</b> : un bonus de 0.20 pt sera accordé pour les sorties de valeur B et plus difficile exécutées sans chute.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'exercice n'est pas chronométré</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Un double tremplin est autorisé pour les benjamines</b></li> </ul>	

## SOL

Catégorie 2	Catégorie 3
<b>Exigences de composition</b>	
1. Un passage gymnique composé de 2 sauts <b>différents</b> , liés directement ou indirectement (avec des pas courus, petits sauts appel 1 pied, pas chassés, tours chaînés) dont un saut avec un écart de 180° (transversal ou latéral) ou écarté latéral 2. <i>Un salto avec rotation longitudinale minimum 360° (+ 0.30 pt si rotation de 180°)</i> 3. <i>Un salto AV dans une ligne acrobatique</i> 4. <i>Salto AR et AV (sauf renversement libre) dans la même ou différentes lignes acrobatiques</i>	1. Un passage gymnique composé de 2 sauts <b>différents</b> , liés directement ou indirectement (avec des pas courus, petits sauts appel 1 pied, pas chassés, tours chaînés) dont un saut avec un écart de 180° (transversal ou latéral) ou écarté latéral 2. <i>Un saut à l'écart (180°) avec rotation longitudinale de 180° minimum</i> 3. <i>Une ligne acrobatique de 2 éléments minimum dont un salto</i> 4. <i>Deux salti différents</i>
<b>Contenu de l'exercice</b>	
<b>3 acrobatiques + 3 gymniques + 2 éléments au choix</b>	<b>3 acrobatiques + 3 gymniques + 1 élément au choix</b>
<b>Remarques</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Bonus sortie</b> : un bonus de 0.20 pt sera accordé pour les sorties de valeur B et plus difficile exécutées sans chute.</li> <li>• <b>Sortie</b> : mêmes règles qu'en catégorie 1</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'exercice peut se réaliser sur la surface du praticable ou en ligne ;</li> <li>• <b>Le renversement avant libre et le renversement latéral libre peuvent servir pour valider l'EC 4 ;</b></li> <li>• <b>Il n'y a pas de sortie en catégorie 3</b></li> </ul>