

#### SOL

#### PROMOTIONNEL

GROUPES	A	В	C	D	E
ROTATIONS	E) WE	FAR			
AVANT			Hot		1
				Adh	Harl
ROTATIONS	ou FAD		1261	Mark	halad
ARRIÈRES ET					V. F.
LATÉRALES		A		The JE	JAK X
ÉQUILIBRES		ou a		-	
ET	rall		MAR		
ALIGNEMENTS	MAI		K.		X 2
MAINTIENS	7.1				
ET SOUPLESSES	A	I TI		a	124
FORCES	0			<u> </u>	ANA A
SAUTS	14 3 E	318			D

#### CHAMPIONNAT NATIONAL U.G.S.E.L.

#### DE GYMNASTIQUE MASCULINE

ÉTABLISSEMENT :	VILLE :	
NOM:	PRÉNOM :	
$N^{\circ}$ de licence :	Catégorie : B – M – C/J (1)	

#### **DIFFICULTÉ**

Le gymnaste doit entourer dans le tableau ci-contre, 6 éléments minimum qui seront comptabilisés dans le secteur « difficulté ». Il est possible d'entourer tous les éléments présentés.

Les éléments hors grille sont à l'appréciation du responsable du jury, du directeur de compétition et du juge arbitre de l'agrès pour validation de la valeur (Seuls les éléments équivalents aux G ou supérieurs sont pris en compte).

87.1		A	В	C	D	E
Valeur des éléments	B - M	0.20	0.40	0.60	BONUS	
cicincins	C - J	0.10	0.20	0.40	0.60	BONUS

#### **EXIGENCES**

6 éléments	
3 groupes sur 4 représentés	
1 diagonale et 1 côté minimum	

FICHE INDIVIDUELLE DE JUGEMENT				
SECTEUR	VALEUR	NOTE		
DIFFICULTÉ	3.00			
EXIGENCES	1.00			
EXÉCUTION	6.00			
BONUS				
NOTE FIN	NALE			

<sup>(1)</sup> Rayer les mentions inutiles

# PROMOTIONNEL Benjamins – Minimes

#### PROMOTIONNEL Cadets – Juniors



	1
SAUT	VALEUR
Saut pose des mains puis des pieds, saut vertical	
Saut vertical	6 pts
Saut groupé	
ST TA	7 pts
Avec trampoline	6 pts
Saut écart	8 pts
Avec trampoline	7 pts
Rondade  Avec trampoline	9 pts 8 pts
Lune  Avec trampoline	10 pts
Avec trampoline	9 pts

SAUT	VALEUR
Saut groupé ou écart	
I TO BE	7 pts
Saut jambes tendues serrées	
	8 pts
597	
Rondade	
The state of the s	9 pts
Lune	
	10 pts

#### ${\bf CHAMPIONNAT\ NATIONAL\ U.G.S.E.L.}$

#### DE GYMNASTIQUE MASCULINE

#### **PROMOTIONNEL**

ETABLISSEMENT :	VILLE:
NOM:	PRENOM:
N° de licence :	Catégorie : $B - M - C/J$ (1)

Le gymnaste a droit à deux essais. Le meilleur sera retenu. Deux sauts différents sont autorisés.

FICHE INDIVIDUELLE DE JUGEMENT			
SAUT	NOTE DE DÉPART	NOTE FINALE	
ESSAI 1			
ESSAI 2			
NOTE FINAL	E (MEILLEUR ESSAI)		

#### Hauteurs selon les catégories :

Benjamins Minimes	1.20 m	Table	1 ou 2 tremplins     - Trampoline autorisé sauf pour le saut pose de pieds.     - Tremplin devant trampoline autorisé uniquement pour les Benjamins Promo.
Cadets Juniors	1.20 m	Table	1 ou 2* tremplins

<sup>(1)</sup> Rayer les mentions inutiles

<sup>\*</sup> Uniquement pour les sauts par renversement



## BARRES PARALLÈLES PROMOTIONNEL



GROUPES	A	В	C	D	E
ÉLANS		The state of the s	1	MAN MAN	
PAR LA		Madd		de Jan	The state of the s
SUSPENSION					
ÉLANS		god of	Real of	Age	A STAR
PAR L'APPUI	SADU	and the second	Thomas		
BRACHIAL				A T	A STATE OF THE STA
FORCES, MAINTIENS ET					
IMPULSIONS BRAS		1	MILL	IRE	- PAR
	TYPO				
ÉLANS PAR L'APPUI		SANS ELAN		A party see	f. Pris
TENDU ET SORTIES			A PORTOR	Robaca	Art
				- The same	A CONTRACTOR OF THE PARTY OF TH
			PT &	4	

## CHAMPIONNAT NATIONAL U.G.S.E.L. DE GYMNASTIQUE MASCULINE

ÉTABLISSEMENT :		VILLE :
NOM:	PRÉNOM:	
N° de licence :	Catégorie :	$B-M-C/J\ ^{(1)}$

#### <u>DIFFICULTÉ</u>

Le gymnaste doit entourer dans le tableau ci-contre, 6 éléments minimum qui seront comptabilisés dans le secteur « difficulté ». Il est possible d'entourer tous les éléments présentés.

Les éléments hors grille sont à l'appréciation du responsable du jury, du directeur de compétition et du juge arbitre de l'agrès pour validation de la valeur (Seuls les éléments équivalents aux G ou supérieurs sont pris en compte).

87.1		A	В	С	D	E
Valeur des éléments	B - M	0.20	0.40	0.60	BONUS	
elements	C - J	0.10	0.20	0.40	0.60	BONUS

#### **EXIGENCES**

6 éléments	
3 groupes sur 4 représentés	
Un maintien (position tenue plus de 2s.)	

FICHE INDIVIDUELLE DE JUGEMENT						
SECTEUR	NOTE					
DIFFICULTÉ	3.00					
EXIGENCES	1.00					
EXÉCUTION						
BONUS						
NOTE FIN						



#### **BARRE FIXE**

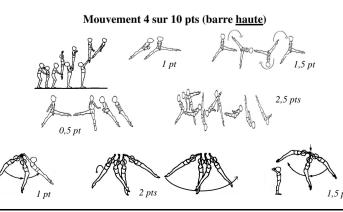


#### UGSEL MOUVEMENTS IMPOSÉS - PROMOTIONNEL

# Mouvement 1 sur 5,5 pts (barre basse) 1 pt 1 pt 1 pt 1,5 pt

# Mouvement 2 sur 7 pts (barre basse) 1,5 pt 0,5 pt 0,5 pt 2 pts





## CHAMPIONNAT NATIONAL U.G.S.E.L. DE GYMNASTIQUE MASCULINE

#### PROMOTIONNEL

ETABLISSEMENT :	VILLE :
NOM:	PRENOM:
N° de licence :	Catégorie : B – M – C/J <sup>(1)</sup>

Mouvements	Exigences	Déductions	Note finale
	1		
1	2		
5,5 points	3		
	4		
(barre basse)	5		
	6		
	1		
2	2		
7 points	3		
7 points	4		
(barre basse)	5		
	6		
	1		
3	2		
8,5 points	3		
o,5 points	4		
(barre basse)	5		
	6		
	1		
4	2		
	3		
10 points	4		
(barre <u>haute</u> )	5		
	6		
	7		

<sup>(1)</sup> Rayer les mentions inutiles

GAM 2020-2024 MAJ octobre 2022



#### MINI TRAMPOLINE

#### PROMOTIONNEL – ELITE



	A	В	С	D	E	F
GROUPE 1	1545		150	115	15411	
SAUTS DROITS	15		1	12	115	11/5
GROUPE 2	1-15	1	12	115	1 25	The sale
ROTATIONS AVANT			The			
GROUPE 3	1	11/2	17/1/2		11115	J. Mary
ROTATIONS LONGITUDINALES			100	123	The	The

#### CHAMPIONNAT NATIONAL U.G.S.E.L.

#### DE GYMNASTIQUE MASCULINE

ETABLISSEMENT:	VILLE :
NOM:	PRÉNOM:
N° de licence :	Catégorie : B – M – C/J (1)

#### **DIFFICULTÉ**

Le gymnaste doit entourer dans le tableau ci-contre 4 sauts différents qui seront comptabilisés dans le secteur « difficulté ».

			A	В	C	D	$\mathbf{E}$	F
Valeur des éléments  PROMOTION ELITE	DDOMOTIONNEL	B - M	0.40	0.60	0.80	1.00		
	PROMOTIONNEL	C - J		0.40	0.60	0.80	1.00	
	ELITE	B - M		0.40	0.60	0.80	1.00	
		C - J			0.40	0.60	0.80	1.00

#### **EXIGENCES**

4 sauts dans l'ordre croissant de difficulté	
Chaque groupe est représenté	
L'exercice doit être réalisé dans un temps inférieur à 1'30"	

FICHE INDIVIDUELLE DE JUGEMENT						
SECTEUR	VALEUR	NOTE				
DIFFICULTÉ	3.00					
EXIGENCES	1.00					
EXÉCUTION						
NOTE FI						



#### SOL

#### **ELITE**



GROUPES	В	C	D	E	F	G
	Sir		PAR			
ROTATIONS  AVANT		Aut		12)	ANTO	ropost
			AH	Harl	MA	PAR
ROTATIONS	Jara J	1261	Profes	hold	and make	
ARRIÈRES ET				No Fr	P	To day
LATÉRALES		AN)	The JE	DOWN X	18000	
	ou A	\$F				
ÉQUILIBRES ET		Mer	Jatil		sole.	
ALIGNEMENTS	AHA			X 2		
MAINTIENS ET	Je Je	A	Ť	1	then	Acres L
SOUPLESSES				AN	MARAM	and like the
FORCES				AM,	M	enll =
SAUTS	315				1711	

#### CHAMPIONNAT NATIONAL U.G.S.E.L.

#### DE GYMNASTIQUE MASCULINE

ÉTABLISSEMENT :	VILLE :
NOM:	PRÉNOM:
N° de licence :	Catégorie : B – M – C/J <sup>(1)</sup>

#### DIFFICULTÉ

Le gymnaste doit entourer dans le tableau ci-contre, 6 éléments minimum qui seront comptabilisés dans le secteur « difficulté ». Il est possible d'entourer tous les éléments présentés.

Les éléments hors grille sont à l'appréciation du responsable du jury, du directeur de compétition et du juge arbitre de l'agrès pour validation de la valeur (Seuls les éléments équivalents aux G ou supérieurs sont pris en compte).

Valeur des éléments		В	C	D	E	$\mathbf{F}$	$\mathbf{G}$
	B - M	0.10	0.20	0.40	0.60	0.60	0.60
	C - J	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60

#### **EXIGENCES**

6 éléments	
3 groupes sur 4 représentés	
2 diagonales et 3 coins différents minimum	

#### FICHE INDIVIDUELLE DE JUGEMENT

SECTEUR	VALEUR	NOTE
DIFFICULTÉ	3.00	
EXIGENCES	1.00	
EXÉCUTION	6.00	
NOTE FI		

<sup>(1)</sup> Rayer les mentions inutiles



#### SAUT – ELITE



UGSEL		~	
SAUT	VALEUR	SAUT	VALEUR
saut groupé ou écart	6,5 pts	lune ½ tour	9 pts
saut jambes tendues serrées	7 pts	lune vrille	9,5 pts
rondade	8 pts	Tsukahara groupé	9,5 pts
lune	8,5 pts	Tsukahara carpé	10 pts
renversement avant carpé (Yamashita)	8,5 pts	lune salto avant	10 pts

# CHAMPIONNAT NATIONAL U.G.S.E.L. DE GYMNASTIQUE MASCULINE

#### **ELITE**

ETABLISSEMENT :	VILLE:
NOM:	PRENOM:
N° de licence :	Catégorie : $B - M - C/J$ (1)

Le gymnaste a droit à deux essais. Le meilleur sera retenu. Deux sauts différents sont autorisés.

FICHE INDIVIDUELLE DE JUGEMENT							
SAUT	NOTE DE DÉPART	NOTE FINALE					
ESSAI 1							
ESSAI 2							
NOTE FINAL	E (MEILLEUR ESSAI)						

Hauteurs minimum selon les catégories :

njamins inimes	1.20 à 1.35 m	Table	1 ou 2* tremplins * Uniquement pour les sauts par renversement
Cadets uniors	1.20 à 1.35 m	i abie	1 seul tremplin autorisé

<sup>(1)</sup> Rayer les mentions inutiles

GAM 2020-2024 MAJ octobre 2022



### BARRES PARALLÈLES ELITE



GROUPES	В	C	D	E	F	G
ÉLANS		A STATE OF THE PARTY OF THE PAR		REAL		
PAR LA SUSPENSION	MAS		MAN	The state of the s	LAVE	T
					Ten	The
ÉLANS	p day	See Self	To plant the same of the same	PAR		
PAR L'APPUI		TP TO ALL			Pol	To the second
BRACHIAL		John Committee of the C	def	A Park		A All
FORCES, MAINTIENS ET						
IMPULSIONS BRAS		MEL	IRE	- MR	The say of	
ÉLANS PAR L'APPUI	SANS ELAN		I po più	I por	The base of	
TENDU ET SORTIES		Phys	Apple	Ara	Jan Dag	Arek
			- Jan	A CONTRACTOR	to Charles	to his
		ATT 9	4	-a. A.	Ш.	Al-

#### CHAMPIONNAT NATIONAL U.G.S.E.L.

#### DE GYMNASTIQUE MASCULINE

ÉTABLISSEMENT :	VILLE :
NOM:	PRÉNOM:
N° de licence :	Catégorie : $B - M - C/J$ (1)

#### DIFFICULTÉ

Le gymnaste doit entourer dans le tableau ci-contre, 6 éléments minimum qui seront comptabilisés dans le secteur « difficulté ». Il est possible d'entourer tous les éléments présentés.

Les éléments hors grille sont à l'appréciation du responsable du jury, du directeur de compétition et du juge arbitre de l'agrès pour validation de la valeur (Seuls les éléments équivalents aux G ou supérieurs sont pris en compte).

***		В	C	D	E	F	G
Valeur des éléments	B - M	0.10	0.20	0.40	0.60	0.60	0.60
elements	C - J	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60

#### **EXIGENCES**

6 éléments	
3 groupes sur 4 représentés	
Un maintien (position tenue plus de 2s.)	

# FICHE INDIVIDUELLE DE JUGEMENT SECTEUR VALEUR NOTE DIFFICULTÉ 3.00 EXIGENCES 1.00 EXÉCUTION 6.00 NOTE FINALE

<sup>(1)</sup> Rayer les mentions inutiles



#### BARRE FIXE



#### **ELITE**

GROUPES	В	С	D	E	F	G
	A Production of the second		SIZ		H	J. J.
PARTIES		The same of the sa		Was a series of the series of	A	
D'ÉLANS ET SORTIES	Jest 1	BOT		Jan State of the S	P	
				Lag	Lake	
CHANGEMENTS		NAS		John Roll of		
DE		* And of				
FACE				ANRA		
ÉTABLISSEMENT	134/64		THE THE PERSON OF THE PERSON O	JANA	40)4	
A	psychold	pytha		STAR .	FR	
LA BARRE			A A A A	A SA	Las de	
ÉLÉMENTS		RAR	and	Medd	Mr. Er	P. A. X
PRÈS DE LA BARRE			TIME		MILLE	Pogall
Dimmi	AT	ASSEK A	(2) V (	1848 P		Tout autre lâché de barre :
						Voronin, Jäger, Markelov, Gienger, Tkatchev

CHAMPIONNAT NATIONAL U.G.S.E.L.

#### DE GYMNASTIQUE MASCULINE

ÉTABLISSEMENT :	VILLE :
NOM:	PRÉNOM:
$N^{\circ}$ de licence :	Catégorie : B – M – C/J (1)

#### DIFFICULTÉ

Le gymnaste doit entourer dans le tableau ci-contre, 6 éléments minimum qui seront comptabilisés dans le secteur « difficulté ». Il est possible d'entourer tous les éléments présentés.

Les éléments hors grille sont à l'appréciation du responsable du jury, du directeur de compétition et du juge arbitre de l'agrès pour validation de la valeur (Seuls les éléments équivalents aux G ou supérieurs sont pris en compte).

Valeur des éléments		В	C	D	E	F	G
	B - M	0.10	0.20	0.40	0.60	0.60	0.60
	C - J	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60

#### **EXIGENCES**

6 éléments	
3 groupes sur 4 représentés	
Un changement de face	

# FICHE INDIVIDUELLE DE JUGEMENT SECTEUR VALEUR NOTE DIFFICULTÉ 3.00 EXIGENCES 1.00 EXÉCUTION 6.00 NOTE FINALE

<sup>(1)</sup> Rayer les mentions inutiles