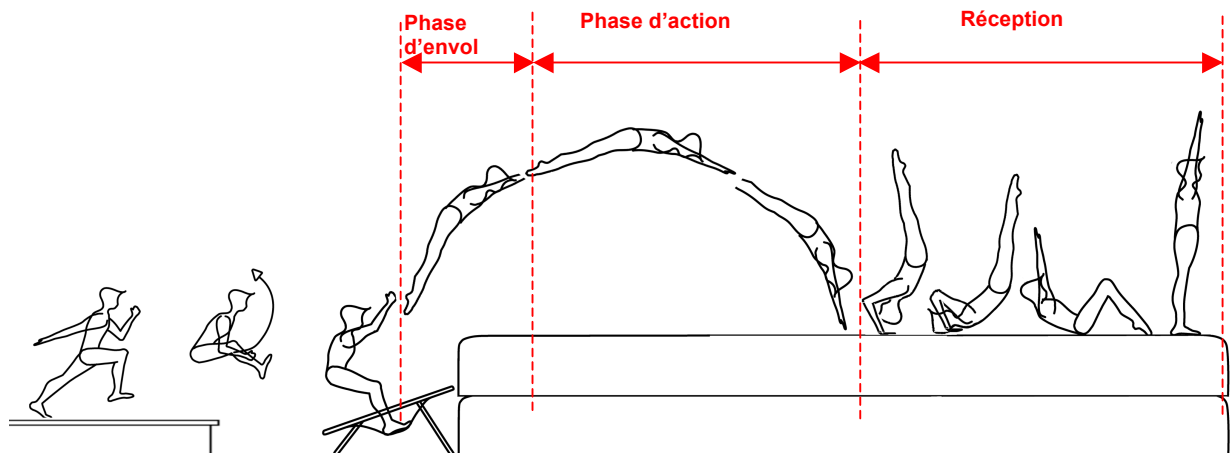


Notation saut C2 Saut roulé



(Prise d'élan avec ou sans banc)

Phases	Critères	Questions	Déductions
Phase d'envol	Point d'impact	A-t'on une impulsion dynamique?	0.1 – 0.4
	Phase d'envol	Est-ce que le mouvement des bras provoque une extension du corps? Est-ce que les bras sont suffisamment en haut? Est-ce que le corps est en posture C+?	0.1 – 0.6
			max. 1.00
Phase d'action	Introduction	La posture C+ est-elle maintenue?	0.1 - 0.5
		Angle du bassin?	0.1 – 0.5
		Angle bras – torse?	0.1 – 0.5
			max. 1.50
Hauteur Direction	Hauteur	La hauteur est-elle correcte (tenir compte de la grandeur du gymnaste)? Hanche au-dessus de la hauteur des mains du gymnaste les bras tendus en haut dans le minitrampoline ?	0.1 – 0.7
	Direction	La direction est-elle correcte?	0.1 – 0.3
			max. 1.00
Réception	Réception	Est-ce que le roulé se fait par la posture C+ (l'angle du bassin min 120°)? Est-ce que le gymnaste se relève avec les bras tenus en l'air devant? Réception fluide (sans accroc) ?	0.1 – 0.5
			max. 0.50
Tenue	Tenue	Tenue du corps correcte? Contraction du corps tout entier?	0.1 – 0.5
			max. 0.50
Chute	Chute	Chute?	0.40