

FAQ - Questions fréquentes

Programme de compétition suisse PP - P6

Gymnastique artistique masculine

Actualisation du 5 mai 2026

1. Partie générale

1.1 Est-ce qu'un élément bonus peut être répété ?

Oui. Si un gymnaste chute durant l'exécution d'un élément bonus, ce dernier n'est pas reconnu. Le gymnaste a toutefois le droit de répéter cet élément. S'il est alors réussi, il est reconnu avec, bien entendu, les déductions pour le premier essai ainsi que les éventuelles déductions pour la seconde tentative.

Exemple : cheval arçons, Programme 3, #B1 : le gymnaste tombe lors de l'exécution de la tchèque faciale, le bonus n'est pas reconnu. Il retourne à l'agrès et réalise cette fois la tchèque faciale mais avec les jambes fortement fléchies. Le bonus est comptabilisé.

L'évaluation s'effectue de la manière suivante :

1^{er} essai : Déduction de 1.0 point pour la chute + déductions supplémentaires pour la tenue et la technique.

2^{ème} essai : Déduction de 0.5 point pour faute grossière.

La déduction minimale est donc d'au moins 1.5 point

1.2 Que signifie « de structure apparentée » ou « de structure non apparentée »

En gymnastique artistique, les éléments peuvent être classés par « groupes de structure ». Cette classification ne correspond pas nécessairement aux « groupes d'éléments » définis dans le Code de pointage FIG.

Un « groupe de structure » rassemble des éléments présentant des caractéristiques de mouvement similaires. Ils ont une structure de mouvement comparable, mais peuvent présenter des degrés de difficulté différents. De plus, ils s'effectuent dans la même direction et remplissent une fonction similaire en vue d'un mouvement visant la même finalité.

Ci-dessous quelques exemples de groupes de structures ou de similitudes structurelles :

- Sol : roulés en av. ou en arr., bascules, renversements en av. ou en arr., balances.
- Cheval arçons : ciseaux, cercles des jambes, cercles des jambes avec rotations, transports jambes écartées, serrées ou passer faciaux.
- Anneaux : tours d'appui en av. ou en arr., mouvements d'établissement en av. ou en arr., mouvements de renversement en av. ou en arr., appui renversé de force, sorties en av. ou en arr.

- Barres parallèles : tours d'appui, prises d'élan, mouvements de bascule, mouvements d'établissement en av. ou en arr., sorties en av. ou en arr.
- Barre fixe : tours d'appui en av. ou en arr., prises d'élan, élans circulaires, passés entre bras, mouvements de bascule, mouvements d'établissement, éléments volants, sorties en av. ou en arr.

Les éléments sont souvent constitués de différentes structures et ne peuvent ainsi pas être attribués, de manière univoque, à une seule structure. Toutefois, ils peuvent généralement être classés dans un groupe principal.

1.3 Que se passe-t-il si un gymnaste ne réalise pas un élément d'un exercice imposé ?

La règle relative à « élément manquant » dans le programme de compétition s'applique alors :

Élément manquant :

L'élément requis n'est pas réalisé et n'est pas remplacé par un autre élément > déduction de 1.0 point de la note D.

Exemple : P1 au sol - n° 5

« Course d'élan, saut de poisson, saut en extension »

Si, par exemple, le saut en extension n'est pas réalisé, une déduction de 1.0 point est alors effectuée pour élément manquant.

1.4 Quelle est la déduction maximale pour une réception trop basse ?

Si un gymnaste effectue une réception trop basse, la déduction est de 0.5 point. À cela vient s'ajouter les éventuels pas, sursauts. Le total de ces déductions ne peut excéder 1.0 point.

En cas de chute, la déduction maximale pour réception trop basse, pas, sursaut et chute ne peut excéder 1.0 point.

Dans les deux cas, les déductions pour manque de préparation, position des pieds trop écartée à la réception, etc. viennent s'ajouter aux déductions pour réception trop basse.

1.5 Est-ce qu'une note D peut être négative ?

Non. Le total de déductions « D » ne peut pas être supérieur à la valeur « D » de l'exercice. Dans ce cas, la note finale est alors composée uniquement de la note E.



2. Sol

2.1 PP à P3 : Y a-t-il une pénalité si un gymnaste dépasse les lignes de démarcation du sol ?

Non. Conformément aux spécifications, la piste mesure 17 mètres de long et 2 mètres de large. Si un gymnaste franchit ces limites, aucune pénalité ne lui est toutefois infligée.

2.2 P3, #B1 : Comment est évalué le rouler Endo (s'élever bras tendus, corps carpé, jambes écartées à l'appui renversé 2 sec.) s'il n'est correctement réalisé ?

- Si le gymnaste fait d'abord quelques pas à l'appui renversé avant de le tenir 2 secondes, la déduction sera de 0.5 point sur la note E plus les déductions pour les pas. L'élément est reconnu par le jury D
- Si le gymnaste ne réalise pas le rouler Endo, le jury D déduit 1.0 point selon la règle « élément manquant ».
- Si le gymnaste essaie de réaliser le rouler Endo mais n'y parvient pas, le jury D déduit 0.5 point pour « élément non reconnu » et, selon la situation, le jury E peut aussi déduire 0.5 point pour « élément supplémentaire ». En outre, les déductions éventuelles pour l'exécution doivent aussi être appliquées par le jury E.
- Si le gymnaste termine le rouler Endo avec un angle de plus de 15° par rapport à la position d'appui renversé, le jury E déduit 0.5 point pour absence de temps de maintien et le jury D déduit 0.5 pour élément non reconnu.

2.3 Y a-t-il une pénalité si, pendant l'exercice au sol, on effectue une transition vers un coin afin d'avoir suffisamment d'espace pour la diagonale suivante ?

Si le gymnaste respecte la règle « Le gymnaste ne doit pas utiliser de simples pas pour se rendre dans l'angle. Par simples pas, on entend que le gymnaste change de position sans effectuer de liaison gymnique (rotation d'au moins 180°, saut, lever de jambe au-dessus de l'horizontale, etc.) », il n'y a pas de pénalité.

2.4 PP : Comment le gymnaste est-il noté s'il n'effectue pas de ¼ de tour à l'élément n° 1 du PP ?

Une pénalité de 0,5 point est appliquée à la note D (= élément différent). Motif : Il ne faut débiter en montrant la roue



3. Cheval arçons

3.1 Comment distingue-t-on la différence entre la position d'appui idéale et l'exercice montré pour les éléments en U9 et K9 (cercle avec passer facial ou dorsal de 90 degrés) ?

Une croix est dessinée sur le champignon. Si un gymnaste fait un U9 ou un K9, il doit poser les mains sur les points bleus dessinés dans l'image suivante (qui correspondent aussi au point d'appui de l'épaule). Si la position des mains et, de ce fait le point d'appui, s'écartent de ces points, la règle suivante doit être appliquée (article 11.2 1 3b) du CdP FIG 2025) :

Déviations dans les cercles	Déduction 0.1 15 - 30°	Déduction 0.3 31 - 45°	Déduction 0.5 > 45° + NR
-----------------------------	---------------------------	---------------------------	-----------------------------

L'ajout de deux lignes supplémentaires a été délibérément abandonné.



3.2 PP : Un gymnaste réalise 4 cercles des jambes. Comment cela est-il noté ?

L'exercice avec une valeur D de 3.5 points est reconnu.

3.3 PP : Un gymnaste veut montrer l'exercice d'une valeur D de 4.0 points. Il réalise quatre cercles des jambes, puis chute sur le cinquième et termine ainsi son exercice. Comment l'exercice est-il noté ?

On lui déduit 1,0 point pour la chute (note E) et 0,5 point (note D) pour l'élément manquant.

4. Anneaux

4.1 P3, #B1 : Quelle déduction est apportée si un gymnaste réalise le bonus (de la suspension dorsale horizontale, s'élever avec le corps tendu à la suspension renversée tendue) à partir d'une position de suspension dorsale horizontale présentant un écart supérieur à 15° par rapport à l'horizontale

Le bonus n'est pas attribué mais il n'y a pas non plus de pénalité supplémentaire pour cet élément, sauf les éventuelles fautes techniques et de tenues.

La suspension dorsale horizontale est évaluée selon le CdP FIG



5. Saut

5.1 PP : que se passe-t-il, respectivement quelle déduction reçoit un gymnaste qui ne réalise pas le saut en extension sur place après le saut roulé

Si le saut en extension n'est pas réalisé sur place (vers l'avant ou vers l'arrière) mais qu'il est maîtrisé à la station, le gymnaste ne reçoit aucune déduction. Si le gymnaste fait plusieurs sursauts ou pas ou qu'il montre d'autres erreurs de technique ou de tenues, les déductions correspondantes doivent être apportées selon le CdP FIG.

Si le gymnaste dépasse les limites latérales (50 cm de part et d'autre de l'axe longitudinal du tapis), les règles du CdP FIG concernant la réception en dehors de la zone autorisée doivent être appliquées

5.2 PP : que se passe-t-il si un gymnaste ne réalise pas l'élément «...saut en extension à la station» ?

Une déduction de 1.0 point est apportée par le jury D pour élément manquant.

5.3 PP : Que doit-on faire si un gymnaste exécute un saut de poisson en lieu et place du saut roulé ?

Seules les déductions pour la tenue et la technique sont déduites. Le saut conserve une valeur D de 2.0 points.

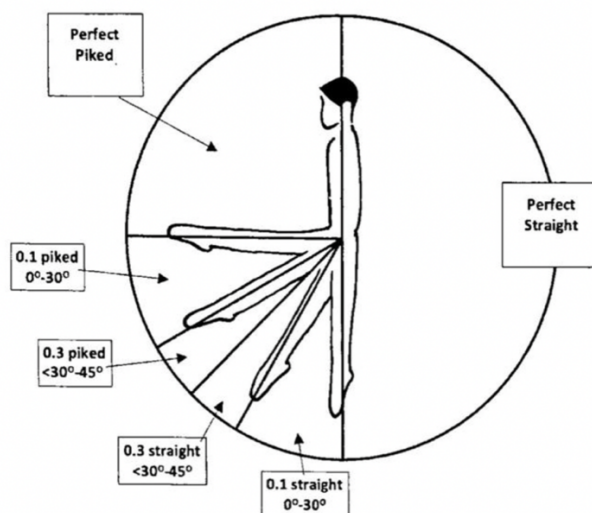
5.4 P2 - P3 : Que se passe-t-il si un gymnaste n'affiche pas le numéro du saut ou un faux numéro ?

Aucune déduction n'est apportée. Règle selon le CdP de la FIG.

5.5 Comment le saut est-il évalué lorsqu'il ne présente pas de position claire du corps ?

Les règles de la FIG concernant la « position imprécise du corps » sont appliquées. Si le saut est exécuté avec une position clairement différente, la règle du programme national pour « élément différent » est alors être appliquées.

À titre d'exemple prenons le Tsukahara. Le gymnaste souhaite réaliser l'élément en position carpée :



Cette interprétation peut s'appliquer aux éléments de tous les agrès.

5.6 P2 - P3 : que se passe-t-il, lorsqu'un gymnaste réalise un saut à une hauteur de table non autorisée

Il reçoit une déduction de 0.5 point sur la note D pour infraction relative aux agrès (FIG).

5.7 Faut-il également placer le collier de sécurité lors de l'utilisation du tremplin « Booster »

Non, car la bordure de sécurité est déjà intégrée au tremplin „Booster“.

5.8 P1 : Que se passe-t-il si la réception du saut en extension se termine après la pile de tapis ?

Si le saut en extension est exécuté de manière contrôlée, aucune pénalité n'est appliquée.

5.9 P1 : que se passe-t-il si le gymnaste n'exécute pas de saut en extension après le renversement ?

Une déduction de 1.0 point est apportée à la note D pour élément manquant.



6. Barres parallèles

6.1 Généralités : y a-t-il une pénalité lorsqu'un gymnaste marque un arrêt à l'appui renversé alors que ce dernier ne doit pas être maintenu ?

Aucune pénalité.

6.2 PP - P3 : Quelles sont les déductions pour un élaner intermédiaire en appui ?

- Élément supplémentaire : 0,5 point de déduction sur la note E
- Éventuelles fautes d'exécution : déduction correspondante sur la note E

Aucune déduction supplémentaire n'est appliquée pour hauteur insuffisante de l'élaner.

6.3 P1 - P3 : quelles sont les déductions pour un « élaner en arrière à l'appui renversé 2 sec. » lorsque cette durée n'est pas atteinte ?

- Élaner en arrière à l'appui renversé, mais sans arrêt : 0,5 point de pénalité pour absence de temps de maintien (jury E), l'élément est comptabilisé (jury D).
- Élaner en arrière avec un écart $\geq 16^\circ$ par rapport à la position d'appui renversé : 0,5 point de pénalité pour absence de temps de maintien (jury E) et 0,5 point de pénalité pour non-reconnaissance (jury D)

6.4 P1 - P3 : quelles sont les déductions pour un « élaner en arrière à l'appui renversé » lorsque la position finale n'est pas atteinte ?

- Élaner en arrière avec un écart de 16° par rapport à la position finale : 0,5 point de pénalité (déduction nationale).
- Élaner en arrière avec un écart de 30° par rapport à la position finale : 0,5 point de pénalité (déduction nationale).
- Élaner en arrière avec un écart de 46° par rapport à la position finale : 0,5 point de pénalité (déduction nationale) et 0.5 de pénalité pour non reconnaissance (jury D).



7. Barre fixe

7.1 Comment doit se dérouler la prise d'élan à la barre fixe ?

Lorsque le texte mentionne « prise d'élan », cela signifie : suspension, élever les jambes tendues vers l'avant, élaner les jambes tendues vers l'arrière (C-), élaner en avant par dessous la barre.

Pénalités éventuelles : la prise d'élan doit être composée d'au maximum 3 mouvements vers l'avant ou vers l'arrière. Tout mouvement supplémentaire entraîne une pénalité de 0,3 point par mouvement.

7.2 PP - P1 : Quelle doit être la hauteur de l'élaner an arrière à l'appui ?

Aucune hauteur n'est imposée, car elle dépend de l'élément suivant à réaliser. Il faut toutefois qu'après « l'établissement en avant en tournant en arrière à l'appui » ou « l'établissement en arrière à l'appui », l'on puisse clairement distinguer un mouvement du corps vers l'arrière avec un point de retournement, ceci même si le mouvement vers l'arrière est effectué avec une faible amplitude.

7.3 P3 : Que se passe-t-il si le gymnaste ne parvient pas à enchaîner directement le grand tour après le deuxième ½ tour en suspension ?

Chaque élément supplémentaire entraîne une pénalité de 0,5.

Un demi-élan intermédiaire entraîne une pénalité de 0,3 point, un élan intermédiaire complet 0.5 point point

Exemple : après le deuxième ½ tour un gymnaste réalise un établissement en arrière à l'appui ou une bascule à l'appui, puis un élaner en arrière à l'appui pour enchaîner avec un grand tour en arrière.

La déduction suivante est appliquée :

- *Établissement en arrière à l'appui / bascule à l'appui (= élément supplémentaire) : déduction de 0,5 point*
- *Élaner en arrière à l'appui (= demi-élan) : déduction de 0,3 point*

La déduction totale s'élève au minimum à 0,8 point.

