

# Aérobic / Fiche de notes accessoires note P

35+ équipes de 3 à 5 gymnastes



Compétition \_\_\_\_\_

Horaire (compétition) \_\_\_\_\_

Société \_\_\_\_\_

Durée totale / Tiers \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Type compétition \_\_\_\_\_

Nombre de gf / gm \_\_\_\_\_

P:  

Musique		1.00	0.30	0.35	0.40	0.45	0.50	Points	Classification partielle	
Mix de musique	Ensemble harmonieux							... , .....	optimal	1.00
	Coupe								très bien	0.90 - 0.95
	Support mélodique								bien	0.80 - 0.85
	Qualité sonore								suffisant	0.60 - 0.75
Mise en œuvre de la musique	Interprétation de la musique / Sélection du mouvement							... , .....		
	Changement de tempo / rythme									
	Accents									

Composition		1.00	0.00	0.05	0.10	0.15	0.20	Points	Classification partielle	
Utilisation de l'espace								... , .....	optimal	1.00
									très bien	0.90 - 0.95
									bien	0.80 - 0.85
Formations / Positions								... , .....	suffisant	0.60 - 0.75
									insuffisant	0.00 - 0.55
Fronts	D									
Changement de formation	Changements avec coordination / exigeants / imprévisibles									
Plans	Hauteur et profondeur									

Aérobic		1.50	0.00	0.10	0.15	0.20	0.25	Points	Classification partielle	
Pas	Suite brève / Variations							... , .....	optimal	1.50
	Pas variés								très bien	1.40 - 1.45
	Rotations / Changements de direction								bien	1.20 - 1.35
Coordination	Travail simultané des bras et des jambes							... , .....	suffisant	0.90 - 1.15
	Mouvements des bras à 1 et/ou différencié								insuffisant	0.00 - 0.85
Différencié	Dans pas-pas et pas-élément									

Eléments		1.50	0.00	0.05	0.10	0.15	Points	Classification partielle	
Différencié	Dans élément-élément						... , .....	optimal	1.50
Diversité	Equilibre							très bien	1.40 - 1.45
	Souplesse dynamique							bien	1.20 - 1.35
	Souplesse statique							suffisant	0.90 - 1.15
	Force dynamique							insuffisant	0.00 - 0.85
	Force statique								
	Sauts								
Difficulté	Acrobatique								
	Equilibre								
	Souplesse dynamique *								
	Souplesse statique *								
1/2: .....	Force dynamique								
	Force statique								
	Sauts								

Déductions d'ordre				Note de la production	... , .....	Classification totale	
Durée (0.20)	Dépassement (0.10)	Musique (0.20)	Tenue (0.20)			optimal	5.00
Limite d'âge (0.50)		Discipline (0.10-0.50)	Infractions (0.50-1.00)			très bien	4.60 - 4.95
Remarques:			Visa juge:			bien	4.00 - 4.55
					suffisant	3.00 - 3.95	
					insuffisant	0.60 - 2.95	