

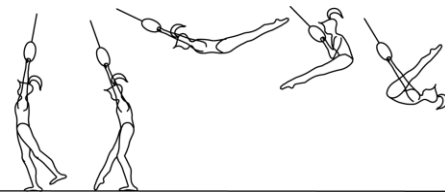
Groupe spécialisé Juges GAI

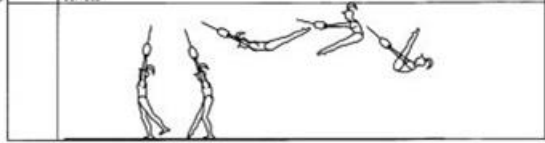
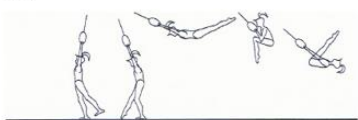




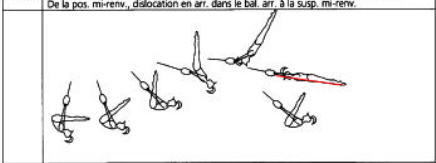
Questions et réponses, précisions programme de compétition GAI  
 AK=Catégories Actifs / JK = Catégories Jeunesse

14.02.23

Anneaux

AK	<p><b>ANNEAUX : DISLOCATION EN AV. DANS LE BAL. EN AV. ET S'ABAISSEUR À LA SUSP.</b>                  L'élément «dislocation en av. dans le bal. en av. et s'abaisser à la susp.» aux anneaux balançant a été ajouté à la table de classification comme élément VD7 dans le groupe de structure 2.07 «Les renversements en avant et en arrière»</p> <p>Les exigences techniques pour la dislocation en avant sont les mêmes que celles définies jusqu'à présent. Pour la descente à la suspension, il est important que les hanches soient plus hautes que les épaules et que la descente soit dirigé vers l'avant/le haut. L'élément doit amener de l'amplitude.</p>	01.23
JK	<p><b>ANNEAUX : 20201 BAL. EN AV. ET S'ÉLEVER CORPS CARPÉ À LA SUSP. MI-RENV. J. ÉCARTÉES OU SERRÉES</b>                  A été déclassé et est maintenant une base</p>	01.23
AK	<p><b>Balancé en av. ½ tour et s'établir à la suspension mi-renv. Corps groupé bras tendu à la susp. Mi-renv carpée ou écart</b>                  Cet élément n'étant pas utile dans le cadre de la construction vers des éléments des catégories supérieures, le groupe spécialisé a pris la décision de ne pas classer cet élément.</p>	10.22
AK	<p><b>Dislocation en av. dans le bal. En av. au balancé avant</b>                  L'élément « Dislocation en av. dans le bal. En av. au balancé avant » aux anneaux balançants est classifié en valeur 7 et entre dans le groupe de structure 2.07 Les renversements en avant et en arrière.</p>	10.22
JK	<p><b>C1-A: S'établir à la susp. mi-renversée seul(e), tirer ou pousser</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Accrocher les jambes pour l'établissement équivaut à une chute</li> <li>• Saut au sol autorisé sur une ou deux jambes</li> <li>• La technique pour s'établir à la suspension mi-renversée est libre mais doit être fluide et sans aide</li> </ul>	2014 2020

JK / AK	<p><b>Balancer arrière, s'élever à la susp. mi-renversée (précisions)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le balancer arrière doit se terminer en légère position C-</li> <li>• A la suspension (balancer av. ou arr.) il doit y avoir un toucher du sol avec les pieds; - Si le sol n'est pas touché il y a une déduction de 0,3 pt (technique)</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• D'autres fautes techniques lors de l'établissement à la susp. mi-renv. sont déduites des 0,2 pt restants.</li> <li>• L'élément 20304 „Bal. en susp. mi-renv. en av. j. serrées ou écartées et s'abaisser à la susp.“ est considéré comme un élément « à lui seul ». Une descente trop précoce peut être déduite</li> </ul>	2018
JK / AK	<p><b>Anneaux, position mi-renversée (précision):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• En position mi-renversée dans le balancer avant ou arrière les jambes doivent être une fois à 90° par rapport aux cordes</li> <li>• Le moment est libre et est fixé de manière déterminante par l'élément qui suit.</li> <li>• Le dynamisme et le rythme de l'élément qui suit ne doivent pas être perturbés. Si cela n'est pas rempli (mi-renv., jambes/cordes 90°) il peut y avoir une déduction technique de 0,1 pt.</li> </ul>	2018
AK	<p><b>Anneaux, poussée au balancer arrière et établissement à la position mi-renversée</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Question</b> : A la poussée les pieds ne touchent pas le sol. Est-ce autorisé ? <b>Réponse</b> : Oui, cela est autorisé à la poussée. Mais le balancé arrière doit être exécuté avec une technique correcte (léger C- à la position finale) et il ne doit pas y avoir une aide active de l'entraîneur</li> </ul>	2018
JK	<p><b>Mouvement de ressort à partir de la C4</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Question</b> : A partir de la C4 a-t-on le droit en mi-renv. de faire un balancer à vide avec mouvement de ressort ? <b>Réponse</b>: Non, il y a soit un balancer à vide en position mi-renv. (sans mouvement de ressort) soit une position renversée tendue présentée correctement. Si cette dernière n'est pas exécutée correctement, il y a déduction dans la technique et dans la tenue</li> </ul>	2017

<p>JK / AK</p>	<p><b>Bal. en arr, s'élever corps carpé, bras tendus à la suspension mi-renversée j. écartées ou serrées</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variante 1: avec Stemm et mouvement de courbette</li> <li>• Variante 2: seulement avec mouvement de coubette</li> </ul> <div data-bbox="371 344 917 533"> <p>20207 Rückkn. und heben des geb. Körpers mit gestr. Armen zum Sturzhang geb./gegr.              Bal. en arr, s'élever corps carpé, bras tendus à la suspension mi-renversée j. écartées ou serrées</p>  </div> <p style="text-align: center;">Rückschaukeln und heben des...</p> <div data-bbox="419 645 778 808"> <p>Basis</p>  <p>...gehockten Körpers mit gebeugten Armen zum Sturzhang gebückt</p> </div> <div data-bbox="898 645 1265 808"> <p>Kat. 6</p>  <p>...gebückten Körpers mit gestreckten Armen zum Sturzhang gebückt</p> </div> <div data-bbox="419 853 778 1016"> <p>Kat. 5</p>  <p>...gebückten Körpers mit gebeugten Armen zum Sturzhang gebückt</p> </div> <div data-bbox="898 853 1265 1016"> <p>Kat. 7</p>  <p>...gestreckten Körpers mit gestreckten Armen zum Sturzhang</p> </div>	<p>2015</p>
<p>AK</p>	<p><b>Balancers de départ dans les catégories actifs</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Question:</b> A partir de quand sont-ils jugés en catégorie Actif ?</li> <li>• <b>Réponse :</b> dès le début de la poussée, c'est-à-dire dès que les pieds du gymnaste quittent le sol</li> </ul>	<p>2015</p>
<p>JK / AK</p>	<p><b>Dislocation à la suspension / Dislocation à la susp. mi-renv.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dans le balancer arrière : La position finale de la dislocation, avant l'établissement à la position mi-renv., est la même que celle dans la dislocation à la suspension</li> <li>• Dans le balancer avant : Dislocation arrière à la suspension mi-renv. ⇒ les bras restent tendus (exception: grande hauteur d'élan)</li> </ul> <div data-bbox="296 1570 734 1753"> <p>20701 Auskugeln aus dem Rückkn. im Sturzhang              De la pos. mi-renv., dislocation en arr. dans le bal. en arr.</p>  </div> <div data-bbox="823 1570 1260 1753"> <p>20703 Auskugeln aus dem Rückkn. im Sturzhang und heben zum Sturzhang geb.              De la pos. mi-renv., dislocation en arr. dans le bal. arr. à la susp. mi-renv.</p>  </div>	<p>2015</p>

JK	<p><b>C3-C: Balancer 3x en susp. mi-renversée, (derrière, devant, derrière)</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Question:</b> Déduction? Si seule la dernière ouverture est présentée - derrière et devant la position mi-renv. est maintenue – ou si la position renversée tendue n'est présentée qu'une seul fois, sans 2 balancers à vide en position mi-renv. ? <b>Réponse:</b> Par ouverture manquante, déduction de 0,3 pt (élément obligatoire ou à choix à plusieurs parties pas exécuté entièrement)</li><li>• S'il n'y a pas les 3 ouvertures, il manque un élément, déduction 1.2 pt</li></ul>	2014
JK	<p><b>C4-3 – Bal. en arr., s'élever corps carpé, à la susp. mi-renversée</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Question:</b> Déduction? Si l'établissement est exécuté en position groupée? <b>Réponse:</b> 0.5 pt. = toute la technique, mais sera compté comme élément à choix. Si le gymnaste commence avec les jambes tendues et ne plie qu'à la fin les jambes, alors selon l'exécution il faut déduire un faute moyenne à petite.</li></ul>	2014