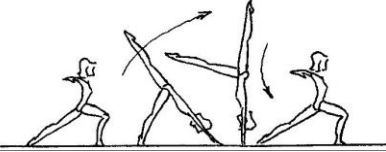
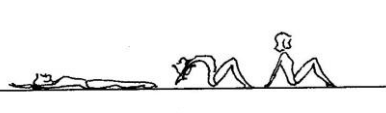
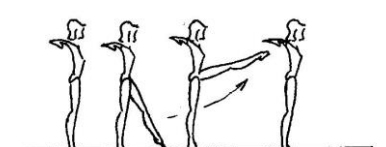

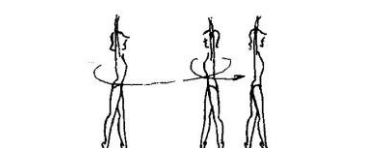
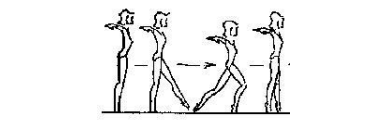
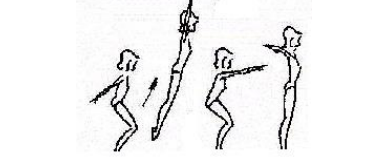

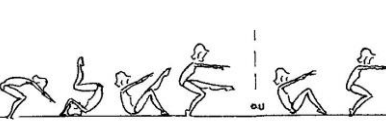
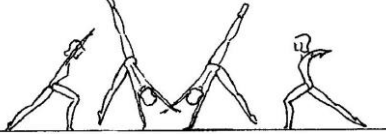

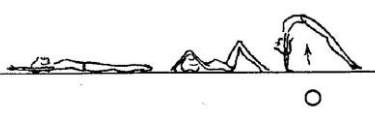


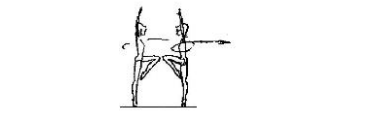
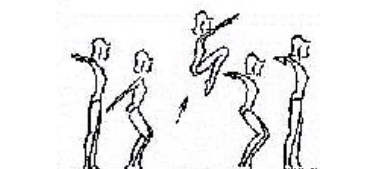
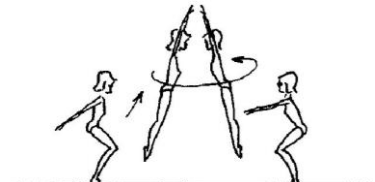
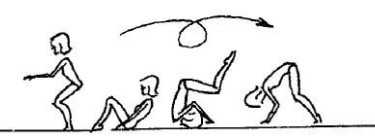
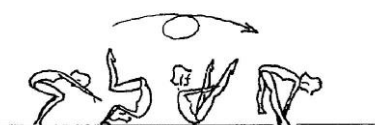
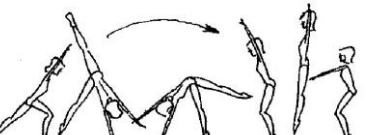


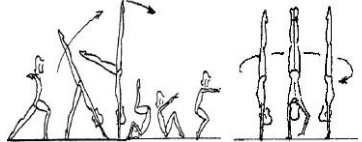
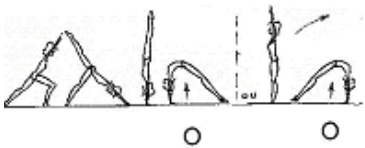
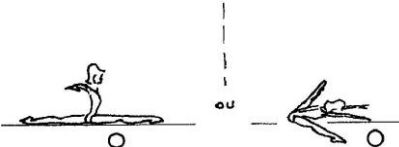
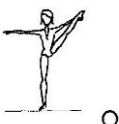
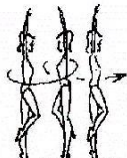
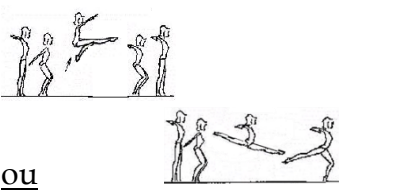
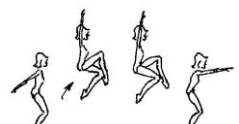
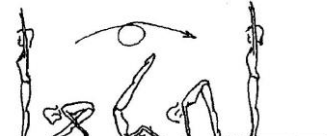


**SOL FILLES**  
**Equipe Etablissement 2016-2020**

<b>A</b>	<b>DESSINS</b>	<b>TEXTE</b>	<b>FAUTES TYPIQUES</b>
<b>1</b> <b>ATR</b>		De la fente avant, venir à l'ATR <b>une jambe</b> à la verticale, puis revenir en fente AV.	⇒ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
<b>2</b> <b>SM</b>		De la station couchée dorsale, extension dorsale pour arriver en position assise, dos droit, jambes ½ fléchies. <b>Onde dorsale</b>	⇒ Manque d'extension (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
<b>3</b> <b>SM</b>		<b>Grand battement</b> jambe à l'horizontale, jambe d'appui tendue.	⇒ <u>Si jambe sous l'horizontale = élément non comptabilisé</u>
<b>4</b> <b>SM</b>		<b>Élément de maintien</b> sur 1 pied, jambe d'appui tendue, tenu 2 sec, bras libres <b>Attitude AV ou AR ou arabesque</b>	⇒ <u>Si non tenu = élément non comptabilisé</u>
<b>5</b> <b>LG</b>		<b>Tour naturel</b> sur ½ pointes, bras libres.	
<b>6</b> <b>LG</b>		<b>1 pas chassé AV</b> sur ½ pointes, bras libres.	
<b>7</b> <b>LG</b>		<b>Saut vertical</b> , appel 2 pieds, jambes tendues serrées, réception 2 pieds.	⇒ Hauteur insuffisante (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇒ Corps relâché (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
<b>8</b> <b>AC</b>		Départ sur les pieds, <b>roulade AR</b> , arrivée sur les pieds, <b>jambes</b> tendues, écartées.	⇒ Faute d'axe (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
<b>9</b> <b>AC</b>		Départ libre, <b>roulade AV</b> arrivée sur 1 ou arrivée sur 2 pieds.	⇒ Aide des mains à l'arrivée = Appui supplémentaire (0,50)
<b>10</b> <b>AC</b>		Départ fente, bras dans le prolongement du corps, <b>roue</b> arrivée libre.	⇒ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50)

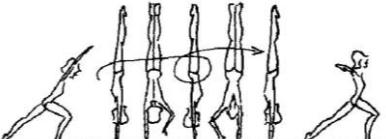

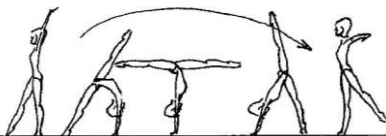
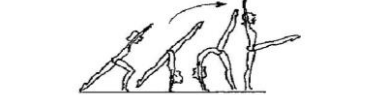

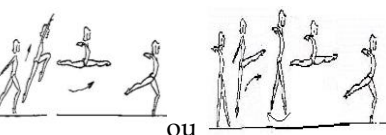
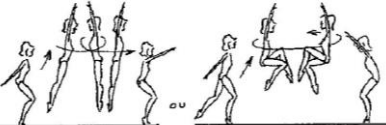


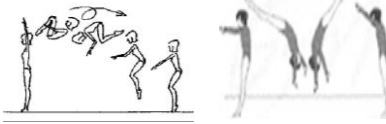
**SOL FILLES**  
**Equipe Etablissement 2016-2020**

<b>B</b>	<b>DESSINS</b>	<b>TEXTE</b>	<b>FAUTES TYPIQUES</b>
<b>1</b> <b>ATR</b>		Départ accroupi mains au sol et <b>placement de dos jusqu'à l'ATR.</b> ou de la fente avant, venir à l'ATR, jambes serrées ou écartées, retour en fente.	⇒ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
<b>2</b> <b>SM</b>		De la station couchée dorsale, s'établir en <b>pont</b> (tenu 2 sec.), jambes serrées et tendues.	⇒ Jambes fléchies (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇒ <b>Si non tenu = élément non comptabilisé</b>
<b>3</b> <b>SM</b>		<b>Chandelle</b> tenue 2 sec, bras tendus en appui au sol.	⇒ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇒ <b>Si non tenu = élément non comptabilisé</b>
<b>4</b> <b>SM</b>		<b>Planche faciale</b> , jambe d'appui tendue, tenue 2 sec, jambe libre minimum à l'horizontale.	⇒ <b>Si non tenu = élément non comptabilisé</b> ⇒ <b>Si jambe sous l'horizontale = élément A4</b>
<b>5</b> <b>LG</b>		<b>1/2 tour sur 1 pied</b> sur 1/2 pointes, position de la jambe libre indifférente.	
<b>6</b> <b>LG</b>		Impulsion 2 pieds, <b>saut groupé.</b>	⇒ Genoux sous l'horizontale (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇒ Hauteur insuffisante (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
<b>7</b> <b>LG</b>		<b>Saut vertical avec 1/2 tour</b> , appel 2 pieds, jambes tendues serrées, réception 2 pieds.	⇒ Hauteur insuffisante (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇒ Corps relâché (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
<b>8</b> <b>AC</b>		<b>Roulade AR groupée</b> , arrivée jambes fléchies.	⇒ Faute d'axe (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
<b>9</b> <b>AC</b>		Départ libre, <b>roulade AV</b> arrivée jambes écartées avec ou sans l'aide des mains entre les jambes.	⇒ Jambes fléchies (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
<b>10</b> <b>AC</b>		<b>Roue pied-pied.</b> Le 2 <sup>ème</sup> pied vient se placer à côté du 1 <sup>er</sup> pied puis saut vertical.	⇒ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50)

**SOL FILLES**  
**Equipe Etablissement 2016-2020**

<b>C</b>	<b>DESSINS</b>	<b>TEXTE</b>	<b>FAUTES TYPIQUES</b>
<b>1</b> <b>ATR</b>		Départ libre et ATR roulade ou ½ tour à l'ATR (180°) jambes serrées tendues.	⇒ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇒ <u>Si ½ tour non terminé à l'ATR = élément B1</u>
<b>2</b> <b>SM</b>		ATR puis descente en <b>pont avant</b> (tenu 2 sec) ou de la station debout, descente en <b>pont arrière</b> (tenu 2 sec).	⇒ Jambes fléchies (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇒ <u>Si non tenu = élément non comptabilisé</u>
<b>3</b> <b>SM</b>		<b>Grand écart antéropostérieur</b> sans appui des mains au sol (tenu 2 sec) ou <b>Ecrasement facial</b> (tenu 2 sec).	⇒ <u>Si non tenu = élément non comptabilisé</u> ⇒ Ecart de jambes insuffisant (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
<b>4</b> <b>SM</b>		<b>Pied dans la main</b> (Y tenu 2 sec.)	⇒ <u>Si non tenu = élément non comptabilisé</u>
<b>5</b> <b>LG</b>		<b>Tour sur 1 pied</b> sur ½ pointes, position de la jambe libre indifférente.	⇒ <u>Si tour non terminé = élément B5</u>
<b>6</b> <b>LG</b>	 ou	Impulsion 2 pieds, <b>saut cosaque</b> . ou Impulsion 2 pieds, <b>saut sissone</b> .	⇒ Saut cosaque : genoux sous l'horizontale (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇒ Saut sissone : écart de jambes insuffisant (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
<b>7</b> <b>LG</b>		<b>Saut de chat</b> .	⇒ Genoux sous l'horizontale (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
<b>8</b> <b>AC</b>		<b>Roulade AR</b> jambes tendues et serrées durant tout l'élément.	⇒ Appui supplémentaire des mains (0,50) ⇒ <u>Si jambes fléchies ou décalées = élément B1</u>
<b>9</b> <b>AC</b>		<b>Saut de mains</b> .	⇒ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
<b>10</b> <b>AC</b>		Du sursaut, rondade + saut vertical ou suivie d'un autre élément avec envol.	⇒ Corps cassé à l'arrivée (0,10 ; 0,30 ; 0,50)

**SOL FILLES**  
**Equipe Etablissement 2016-2020**

D	DESSINS	TEXTE	FAUTES TYPIQUES
<b>1</b> <b>ATR</b>		De la fente AV, venir à l'ATR puis <b>1 tour à l'ATR</b> jambes serrées et tendues.	⇒ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇒ <b>Si tour non terminé = élément C1</b>
<b>2</b> <b>SM</b>		Départ debout renversement avant, pose d'un pied au sol et revenir à la position initiale. <b>Tic-Tac.</b>	⇒ Arrêt (0,30)
<b>3</b> <b>SM</b>		<b>Souplesse AR</b> d'une jambe.	⇒ Jambes fléchies (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
<b>4</b> <b>SM</b>		<b>Souplesse AV</b> d'une jambe.	
<b>5</b> <b>LG</b>		<b>1 Tour et 1/2 sur 1 pied</b> sur 1/2 pointes, position de la jambe libre indifférente.	⇒ <b>Si tour et 1/2 non terminé = élément C5 ou B5</b>
<b>6</b> <b>LG</b>		<b>Grand jeté AV</b> au grand écart. <u>ou</u> <b>Saut changement de jambe.</b>	⇒ Ecart de jambes insuffisant (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇒ <b>Ecart de jambes inférieur à 135° = élément non comptabilisé</b>
<b>7</b> <b>LG</b>		Appel 2 pieds, <b>saut vertical tour complet</b> réception 2 pieds <u>ou</u> <b>Saut de chat 1/2 tour.</b>	⇒ <b>Si tour complet non terminé = Elément B7</b> ⇒ <b>Si saut de chat 1/2 tour non terminé = élément C7</b> ⇒ Genoux sous l'horizontale au saut de chat (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
<b>8</b> <b>AC</b>		<b>Flic Flac AR</b> arrivée sur 1 ou 2 pieds.	⇒ Corps relâché (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇒ Corps cassé (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
<b>9</b> <b>AC</b>		<b>Salto AV groupé, carpé ou tendu</b> réception 2 pieds <u>ou</u> pieds décalés.	⇒ Hauteur insuffisante (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
<b>10</b> <b>AC</b>		<b>Salto AR groupé ou tendu</b> <u>ou</u> <b>Salto AR tempo.</b>	⇒ Hauteur insuffisante (0,10 ; 0,30 ; 0,50)