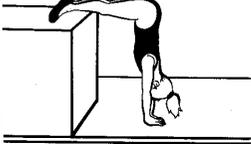
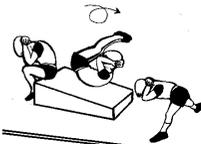
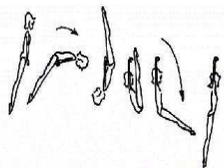
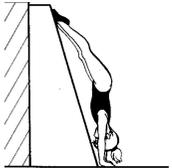
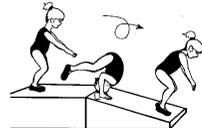
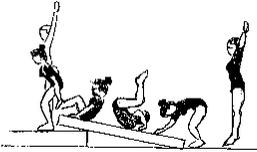
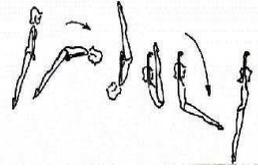
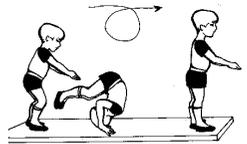
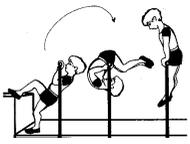
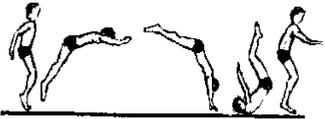
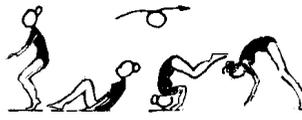
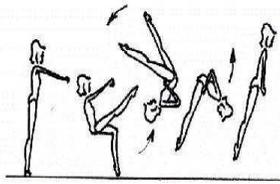
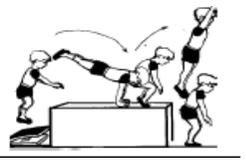


	SE RENVERSER	ROULER SUR UN PLAN		TOURNER PAR RAPPORT A UN AXE TRANSVERSAL	FRANCHIR
		AVANT	ARRIERE		
1 POINT	Placement de dos  -Pas d'alignement bras/ tronc/bassin -Non tenu 3 sec. -Bras fléchis	Enroulement de dos  -Roulade désaxée -Se relever avec l'aide des mains. -Pose de la tête	Roulade arrière écart  -Roulade désaxée -Jambes fléchies -Manque de repoussé des bras	Sur barre inf: rot av groupée  - -Descente non contrôlée -Sans retour à la suspension tenue/ chute	Pose de pied saut extension  -Pose des genoux ou arrêt. -Manque d'amplitude -Réception non stabilisée
2 POINTS	Grimper et s'aligner Tenu 3 sec.  -Manque d'alignement vertical - Non tenu 3 sec. -Bras fléchis	Roulade avant sur plan incliné  -Roulade désaxée -Se relever avec les mains	Roulade ar jambes serrées  -Roulade désaxée -Manque de repoussé des bras	Barre sup: rot av groupée ou tendue  -Descente non contrôlée -Sans retour à la suspension tenue/ chute. - Position des mains, pouces, poignets	Pose de pied saut ext demi tour  - Pose des genoux ou arrêt. -Manque d'amplitude -Réception non stabilisée
3 POINTS	ATR contre le mur.  -Bras fléchis -Manque d'alignement vertical -Non tenu 3 sec.	Roulade avant au sol  -Roulade désaxée -Se relever avec l'aide des mains	Roulade ar au sol, jbs écart  -Roulade désaxée -Arrivée jambes fléchies -Manque de repoussé des bras	Sur barre inférieure : renversement arrière avec aide  -Avec rupture de rythme -Sans retour à l'appui tenu/ chute	Passage direct  -Bras en arrière du corps -Manque d'amplitude -Réception non stabilisée
4 POINTS	ATR avec parade tenu 3 sec. Ou ATR seul passager  -Manque d'alignement vertical -Bras fléchis -Manque de gainage -Non tenu 3 sec .	Roulade avant élevée  -Manque d'élévation -Se relever avec l'aide des mains	Roulade arrière au sol arrivée pieds serré  -Roulade désaxée -Manque de repoussé des bras	Sur barre inférieure : renversement arrière  -Avec rupture de rythme -Sans retour à l'appui tenu/ chute	En long, franchissement serré ou écart  -Manque d'amplitude/ touche du bloc mousse. -Réception non stabilisée