

LES EXIGENCES



Chaque exigence non respectée est sanctionnée de 0,5 point

☒ Exigence validée

☐ Exigence non validée

Pour le groupe :

- ☐ le début et la fin de l'enchaînement sont identifiables
- ☐ l'enchaînement est réalisé sur le praticable (12mx12m)
- ☐ les difficultés sont visibles pour les spectateurs (orientation de face)
- ☐ l'enchaînement est réalisé en musique
- ☐ l'enchaînement dure entre 1mn30 et 2mn.30
- ☐ trois types de formation (duo, trio, quatuor) minimum sont présentés
- ☐ les figures sont variées (statiques et dynamiques)
- ☐ les figures sont liées par des éléments (acrobatiques, gymniques, chorégraphiques)

Pour chaque gymnaste :

- ☐ chacun réalise au moins 4 figures (difficultés collectives)
- ☐ une de ces 4 figures au moins est réalisée comme voltigeur
- ☐ une de ces 4 figures au moins est réalisée comme porteur
- ☐ chacun réalise au moins 2 éléments (difficultés individuelles)
- ☐ un de ces 2 éléments est synchronisé avec au moins un partenaire

