

METHODOLOGIE DE JUGEMENT

FILIERE N2

SOLO FREESTYLE

DUO FREESTYLE

EQUIPE FREESTYLE

GROUPE FREESTYLE

Version Septembre 2025

Commission Arbitrale

Pratique Artistique



Sommaire

1	METHODOLOGIE JUGEMENT SOLO FREESTYLE	3
1.1	PRISE DE NOTE.....	3
1.2	APPRECIATION DES CRITERES ARTISTIQUES	3
1.2.1	Filières N2.....	3
1.3	LANCERS	3
1.3.1	Les Obligations en Lancers	3
1.3.2	Lancers Artistiques (supplémentaires)	4
1.3.3	Contrôle des Lancers Présentés : Identification / Contrôle des Obligatoires	6
1.3.4	Valeur Initiale des Lancers (avant réalisation).....	8
1.3.5	Analyse des Lancers (Réalisation/Bonus)	9
1.3.6	Réalisation	10
1.3.7	Note des Lancers	13
1.4	ROULERS.....	13
1.4.1	Les Obligatoires Roulers	13
1.4.2	Contrôle des Roulers Présentés : Identification / Contrôle des Obligatoires	14
1.4.3	Valeur Initiale du Mode Roulers	15
1.4.4	Appréciation de la Réalisation Globale des Roulers	15
1.4.5	Note des Roulers	16
1.5	MANIEMENT GENERAL.....	17
1.5.1	Les Obligatoires Maniement Général	17
1.5.2	Contrôle des MG Présentés : identification / Contrôles des Obligatoires	18
1.5.3	Valeur Initiale du Mode Maniement Général.....	19
1.5.4	Appréciation de la Réalisation Globale des Maniements	20
1.5.5	Note du Maniement Générale	21
1.6	NOTE TECHNIQUE AVANT CHUTE	21
1.7	PENALITE POUR CHUTE(S)	21
1.8	NOTE TECHNIQUE et NOTE ARTISTIQUE.....	22
1.9	TABLEAU ARTISTIQUE FILIERE N2	23
2	METHODOLOGIE JUGEMENT DUO ET EQUIPE/GROUPE FREESTYLE.....	24
2.1	PRISE DE NOTE.....	24
2.2	RELEVER LE NOMBRE DE CHUTE	24
2.3	NOTER LES PRINCIPAUX POINTS + ET / OU -	24
2.4	VALORISATION BRUT DES MODES ECHANGES, LANCERS, ROULERS ET MANIEMENT GENERALE	24
2.4.1	Précision sur la Valorisation	24
2.4.2	Les Omissions de modes.....	25
2.4.3	Facteurs à prendre en compte	26
2.4.4	Traitements des éléments	27
2.4.5	Règles pour les Echanges.....	28
2.5	Valorisation de la Difficulté.....	29
2.6	ANALYSE PAR CRITERE : REALISATION - PRECISION / UNISSON	29
2.7	NOTE PAR MODE	30
2.8	NOTE EFFET GENERAL	30
2.9	NOTE TOTALE	31
2.10	TABLEAU DE REALISATION	32
2.11	TABLEAU PRECISION - UNISSON DUO/EQUIPE/GROUPE FREESTYLE	33
2.12	TABLEAU EFFET GENERAL DUO/EQUIPE/GROUPE FREESTYLE	35

1 METHODOLOGIE JUGEMENT SOLO FREESTYLE

1.1 PRISE DE NOTE

1.2 APPRECIATION DES CRITERES ARTISTIQUES

1.2.1 Filières N2

Se référer au tableau artistique et faire le **Total des points artistiques**

Priorités	Contenu	-0.4	-0.3	-0.2	-0.1	0	+0.1	+0.2	+0.3	+0.4	Total
Musicalité	Conformité						x				+ 0.4
	Interprétation							x			
Déplacement							x				
Performance						x					
Construction Evolutive de l'athlète						x					

1.3 LANCERS

1.3.1 Les Obligations en Lancers

Chaque soliste doit respecter en fonction de sa catégorie et de sa filière les obligatoires suivants :

LE NOMBRE : une pénalité est appliquée par lancer manquant

L'obligatoire de nombre doit être respecté sur le nombre des lancers présentés peu importe qu'ils remplissent ou non les autres obligatoires.

À noter : Lorsque le choix du nombre de lancers à présenter est laissé libre, le nombre de lancers inscrits sur la FPI engage l'entraîneur sur le nombre de lancers que l'athlète doit présenter.

Exemple : Pour une athlète minime N2, si sur la FPI il est indiqué 4 lancers et que sur le praticable elle n'en présente que 3, le juge doit appliquer une pénalité pour lancer manquant. Inversement, si la FPI compte 3 lancers et que l'athlète en présente 4, le juge doit appliquer une pénalité pour lancer supplémentaire.

LA NATURE : une pénalité est appliquée pour chaque nature de lancer non respectée parmi les lancers pris en compte.

La nature du lancer est déterminée par les éléments sous le bâton (exclusion faite de l'engagement et du rattrapage).

Exemple : 1 tour = Pivot pur / 1 tour rattrapage MR Illusion = Pivot pur

Nature des combinaisons : pour déterminer la nature d'un lancer composé de plusieurs éléments, se référer au document « Nature combinaison éléments ».

LE PLAN : une pénalité sera appliquée si l'athlète ne présente pas un lancer dans chaque plan : horizontal (quel que soit l'engagement) et vertical (flippé extérieur main droite). L'obligatoire de plan doit être respecté sur l'ensemble des lancers présentés peu importe qu'ils remplissent ou non les autres obligatoires.

Synthèse des obligatoires par filière et par catégorie :

Filière	Catégorie	Nombre lancers min	Nombre lancers max	Plafond valeur	Nature			
					Pivot	Sur place	Déplacement	Libre
N2	Benjamin	3	4	5	1	1	1	1 si option 4L
	Minime	3	4	5	1	1	1	1 si option 4L
	Cadet							
	Junior	4	4	7,5	1	1	1	
	Senior							1 L

1.3.2 Lancers Artistiques (supplémentaires)

Les lancers artistiques (supplémentaires) sont autorisés avec au maximum un élément mineur/majeur ou pivot sous le lancer. (Engagement et rattrapage libre).

Le nombre de lancer artistique sera déclaré sur la FPI.

Tous les lancers supplémentaires qui seront présentés et supérieurs au nombre de lancers déclarés entraîneront une pénalité.

Rappel : Un maniement dont le nombre de rotation ne respecte pas la définition est un maniement non reconnu.

DÉFINITIONS

Mouvements corporels majeurs : un mouvement qui demande de grandes qualités : contrôle, flexibilité, force, amplitude et extension. Exemples : Illusions, souplesses (avant ou arrière), sauts de toutes sortes, pied tête, attitude, grand battement.

Mouvements corporels mineurs : ceux sont des mouvements qui ne demandent PAS de grandes qualités techniques comme le contrôle, la flexibilité, la force, l'amplitude ou l'extension : Ils n'autorisent pas de réorientation du corps / bâton (pas de rotations du corps), et pas de renversement du corps (illusions, ...). Exemples : Chassés, piqué, Sauté.

Liste des éléments corporels majeurs :

<u>Roues</u>	<ul style="list-style-type: none">• Roue et tous ses dérivés• Rondade	<u>Illusions</u>	<ul style="list-style-type: none">• Endroit• Envers
<u>Souplesses</u>	<ul style="list-style-type: none">• Avant et tous ses dérivés• Changement de jambe• Arrière et ses dérivés• Arrière avec changement de jambe	<u>Aériens/Flips</u>	<ul style="list-style-type: none">• Costal• Facial• Facial arrivée au sol• Salto Arrière tendu• Flip arrière
<u>Sauts</u>	<ul style="list-style-type: none">• Grand jeté• Grand jeté facial• Grand jeté pied tête• Saut pied tête jambe pliée ou tendue	<u>Sur place</u>	<ul style="list-style-type: none">• Grand battement devant / côté (avec ou sans maintien)• Attitude/ Arabesque• Pied tête• Rond de jambe• Cambré• Grands écarts

1.3.3 Contrôle des Lancers Présentés : Identification / Contrôle des Obligatoires

Le contrôle des lancers et de la FPI va se faire en 5 étapes à analyser dans l'ordre suivant :

- **ÉTAPE 1 : Vérification du nombre de lancers**

Pour vérifier le respect de l'obligatoire « NOMBRE » il convient de compter le nombre de lancers présentés et de le comparer au nombre de lancers obligatoires de la catégorie.

Attention aux cas de figure où l'entraîneur a le choix dans le nombre de lancers, le choix sur la FPI engage l'athlète sur le nombre de lancers qu'il doit présenter.

Une pénalité de -2 points sera appliquée par lancer supplémentaire ou manquant sur la note finale du mode lancer.

- **ÉTAPE 2 : Vérification des plans**

Sur l'ensemble des lancers présentés, il convient de vérifier qu'au moins un lancer est présenté à l'horizontal (Quel que soit l'engagement) (sauf Poussines) et au moins un autre à la verticale (flippé extérieur main droite).

Une pénalité de – 2 points sera appliquée par plan manquant sur la note finale du mode lancer.

- **ÉTAPE 3 : Vérification des lancers identiques à la FPI**

Pour l'obligatoire de nature, il convient de prioriser les lancers. Quel que soit le cas de figure ou la valeur des lancers, les lancers présentés qui sont identiques à la FPI seront toujours prioritaires.

A cette étape, il convient d'identifier les lancers identiques et de mettre de côté les « lancers restants » et les natures encore disponibles.

Cas n°1 : L'athlète s'engage sur sa FPI à présenter un lancer 3 déboulés. Elle présente 2 déboulés : ce lancer sera traité dans l'étape FPI des lancers différents de ceux inscrits.

Cas n°2 : L'athlète s'engage sur sa FPI à présenter un lancer pied tête. Le pied ne touche pas la tête : on ne revalorise pas en lancer attitude, le pied tête est non reconnu.

Cas n°3 : L'athlète s'engage sur sa FPI à présenter un lancer **HZ MG 2 tours**. Elle présente un lancer **HZ MD 2 tours** : ce lancer sera traité comme un lancer identique de la FPI

Cas n°4 : L'athlète s'engage sur sa FPI à présenter un lancer 3 tours. Elle présente Rouler poignet+ Lâcher $\frac{3}{4}$ 2 tours MR : ce lancer sera traité dans l'étape FPI des lancers différents de ceux inscrits.

- **ÉTAPE 4 : Affecter les lancers différents de la FPI aux natures restant disponibles**

Lors de cette étape, il convient de prendre les lancers restants dans l'ordre du programme et de les associer, si possible, aux natures disponibles.

- **ÉTAPE 5 : Vérification des natures présentées**

Pour l'obligatoire de nature, il convient de contrôler la présence de chaque nature obligatoire par catégorie et choix du nombre de lancers.

Une pénalité de – 2 points sera appliquée par nature manquante sur la note finale du mode lancer.

Tableau des pénalités sur la FPI :

PÉNALITÉ(S) OBLIGATOIRE(S) NON RESPECTÉ(S) :	
PIVOT	
SUR PLACE	
DEPLACEMENT	
LIBRE (Si option 4 lancers)	
PLAN	
NOMBRE DE LANCER SUPPLÉMENTAIRE OU MANQUANT	

NB : **1/ La prise en compte de la réalisation, sur les éléments non reconnus (grand jeté, pied tête), ne remet pas en cause la nature du lancer présenté.**

Exemple : un lancer illusion (engagement et rattrapage standard), dont l'élément n'est pas reconnu, a la valeur 0 mais reste un lancer sur place. Donc la réalisation est sanctionnée mais pas le non-respect de l'obligatoire « NATURE »

2/ Tout lancer au-delà du nombre de lancers obligatoires n'est pas valorisé. (Uniquement sanctionner pour obligatoire « NOMBRE » non respecté sauf en cas de présence d'un lancer supplémentaire « Artistique » qui aura été déclaré sur la FPI).

3/ Valorisation petit jeté / grand jeté

Quelques exemples :

Cas n°1 : L'athlète s'engage sur sa FPI à présenter un lancer engagement petit jeté + petit jeté. Il présente le lancer engagement grand jeté + petit jeté : il convient de garder la valeur du lancer engagement petit jeté + petit jeté et il y a éventuellement la possibilité de valoriser le lancer en réalisation.

Cas n°2 : L'athlète s'engage sur sa FPI à présenter un lancer engagement grand jeté + petit jeté. Il présente un engagement jeté en dessous de 135 degrés : l'élément de l'engagement sera non reconnu et il conviendra de prendre en compte uniquement la valeur du lancer petit jeté.

Cas n°3 : l'athlète s'engage sur sa FPI à présenter un lancer petit jeté + roue réalisé sous le bâton et il présente engagement pendant le grand ou petit jeté + roue : il conviendra de prendre en compte uniquement la valeur du lancer roue.

Cas n° 4 : l'athlète s'engage sur sa FPI à présenter un lancer grand jeté et il présente un lancer pendant le grand jeté : il conviendra de donner une valeur de zéro à l'élément.

1.3.4 Valeur Initiale des Lancers (avant réalisation)

Valeur d'un lancer = valeur de l'engagement + valeur de chaque élément isolé présenté sous le bâton + valeur du rattrapage.

Si un rouler poignet +lâcher ¾ Md est engagé pendant le grand jeté, la valeur de l'engagement sera la somme des 2 engagements.

Afin d'inciter à la variété, un même engagement ou rattrapage ne sera valorisé qu'une seule fois pour un même athlète (tous lancers confondus). En cas de doublon (et notamment de chute), agir dans la mesure du possible à l'avantage de l'athlète.

Dans le cas où le plan de l'engagement est différent (Vertical / Horizontal), le rattrapage ne sera pas considéré comme doublon.

Rappel : seuls les engagements et les rattrapages présents dans le barème de la filière N2 seront valorisés.

Seul les engagements et rattrapages déclarés sur la FPI et exécutés par l'athlète seront à valoriser :

Si l'athlète présente un engagement et/ou rattrapage différent : la valeur de l'engagement et/ou rattrapage sera mis à zéro. (sauf dans le cas où le lancer sera traité comme lancer différent de la FPI et qu'il sera pris en compte dans les obligatoires).

1.3.5 Analyse des Lancers (Réalisation/Bonus)

Pour chaque lancer il convient d'analyser les fautes de réalisation à sanctionner et les bonus éventuels à valoriser sur la FPI en Positif et/ou Négatif selon les critères suivants :

FAUTES RÉALISATION A SANCTIONNER		BONUS DIFFICULTÉ A VALORISER	
Jambes pliées ou non positionnées	-0.5 pt	Bras placé au-dessus de l'axe des épaules (tour twirling) (BP)	+0.5 pt
Bras non positionnés	-0.5 pt	A partir de 3T sur 1 pied (PVT 1P)	+0.5 pt
Déséquilibre	-0.5 pt	Amplitude au-dessus de la définition de l'élément présenté (AMPL)	+0.5 pt
Axe du corps non respecté	-0.5 pt	Fluidité, détachement, élément réalisé sans effort (FLUIDT)	+0.5 pt
Sur talon(s) ou pied(s) plat(s)	-0.5 pt	Timing parfait (pas d'attente au rattrapage) (TIMING)	+0.5 pt
Manque d'amplitude	-0.5 pt	Rattrapage enchainé avec un maniement ou un rouler à partir du groupe B ayant une réalisation parfaite sans arrêt et sans hésitation (REB)	+0.5 pt
Pointe(s) flex(es)	-0.5 pt	Rattrapage à partir du groupe B enchainé avec un élément corporel majeur ayant une réalisation parfaite sans arrêt et sans hésitation (REECM)	+0.5 pt
Pose 1 fois le pied devant (2 et 3 tours)	-0.5 pt	Rattrapage à partir du groupe B fait au sol (RS)	+0.5 pt
Tête renversée ou dans les épaules	-0.5 pt		
Main(s) au sol ou sur une partie du corps ne faisant pas partie de la définition de l'élément	-0.5 pt		
Ecart et/ou placement du bâton	-0.5 pt		
Lancer au tip	-0.5 pt		
Pieds croisés et/ou en dedans	-0.5 pt		
Saute en lançant	-0.5 pt		
Axe du baton	-0.5 pt		
Rotation lente	-0.5 pt		
Rattrapage précipité	-0.5 pt		
Rattrapage à 2 mains	-0.5 pt		
TOTAL PT(S) FAUTE(S) RÉA À SANCTIONNER		TOTAL PT(S) BONUS DIFF À VALORISER	

NB : Dans le cas où un élément sous le lancer ne serait pas reconnaissable et aura donc comme valeur zéro, il conviendra de ne pas sanctionner les fautes de réalisation concernant cet élément ni même valoriser les éventuels bonus qui concerne cet élément

**Le plafond maximal de points à sanctionner pour chaque lancer est de -3 points.
Il n'y a pas de plafond maximal pour les bonus difficulté à valoriser.**

1.3.6 Réalisation

Il faut se référer au tableau « réalisation lancers » pour les fautes à sanctionner et en fonction du cas de figure appliquer le bonus difficulté à valoriser correspondant et de respecter les règles suivantes :

Le lancer est parfait	Le lancer correspond à sa définition et sa réalisation ne comporte aucune erreur.	Se référer à sa valeur dans les barèmes.
Il y a chute de bâton ou de corps pendant le lancer	<p>Les chutes de bâton sont comptabilisées dès lorsqu'un embout touche le sol avant que l'athlète ne rattrape son bâton (tolérance d'un embout au sol pour les rattrapages sous jambe ou effectués au sol).</p> <p>La chute de corps est considérée dès lors qu'il y a une perte d'équilibre entraînant le contact d'une partie du corps au sol non prévu dans la technique de l'élément initial.</p> <p>Cette sanction s'applique avant les pénalités pour fautes.</p>	Valeur du lancer divisée par 2
Le lancer présente 1 faute	Seules les fautes mentionnées dans le tableau de réalisation peuvent être sanctionnables.	Pénalité = 0,5 point
Le lancer présente 2 fautes		Pénalité = 1 point
Le lancer présente 3 fautes		Pénalité = 1.5 points
Le lancer présente 4 fautes		Pénalité = 2 points
Le lancer présente 5 fautes et plus		Pénalité = 3 points
En cas de fautes inacceptables dont le ou les éléments sous le bâton ne seront pas reconnus	Le ou les éléments ne correspondent pas à la définition du lexique.	Valeur du ou des éléments = 0
Il y a chute de bâton et de corps pendant le lancer	Les 2 conditions doivent être réunies pour appliquer cette sanction.	Valeur du lancer = 0
Il y a chute de bâton et 4 fautes		
Il y a chute de corps et 4 fautes		
Il y a chute de corps ou bâton + 1 élément non reconnu (uniquement si 1 ou 2 éléments sous le lancer)		

Important : CAS PARTICULIERS

	Valeur du lancer	Prise en compte dans le nombre de lancers
Un lancer dont le bâton ne tourne pas autour du pouce ou dont le nombre de rotation est inférieur à 2. (Bien faire la différence avec les lâchers)	0	Oui
Un lancer dont aucun des éléments sous le Bâton n'est reconnu avec engagement et rattrapage standard.	0	Oui
L'athlète qui fait un lancer et qui pour x raison ne fait rien dessous (car s'aperçoit que le bâton n'est pas bien placé...),	0	Oui

DIVERS FACTEURS A PRENDRE EN COMPTE POUR LES LANCERS

- **Chute d'un lancer avec différent rattrapage**

Situation	Valeur du rattrapage	Pénalité sur le lancer
Le bâton est placé, l'athlète en position de rattrapage	Valeur normale	Valeur du lancer divisée par 2
Le bâton n'est pas placé, l'athlète se déplace et se met en position de rattrapage	Valeur normale – pénalité « placement »	
Le bâton n'est pas placé, l'athlète ne se déplace pas mais est en position de rattrapage	= 0	

- **L'athlète qui fait un élément technique juste après le rattrapage ou lorsque le bâton est au sol**

Ne pas prendre en compte cet élément technique dans la valeur globale du lancé

Exemple : Lancer 2 tours / L'athlète fait 1 tour, le bâton chute et l'athlète fait le 2ème tour après
⇒NE PAS COMPTABILISER 2 TOURS MAIS 1 TOUR

- **Rattrapages mal réalisés**

Rattrapage mentionné sur la FPI	Cas de figure	Valeur retenue pour le rattrapage
Quel que soit le rattrapage	Rattrapage à deux mains	Main droite + faute de réalisation rattrapage à deux mains
Rattrapage à revaloriser : Ex : Ratt. MR+ILL	Si un arrêt dans le rattrapage ne permet pas de prendre en compte la valeur du rattrapage Ex : MR+ILL Ratt.MR arrêt ILL	Valeur du rattrapage = 0 car rattrapage présenté différent du rattrapage déclaré

- **Bonus pour bras placés**

Lorsque les pivots purs sont exécutés avec des bras placés, il faut appliquer à ce lancer un bonus de +0.5 pts (applicable une seule fois par lancer)

Attention cette valorisation ne s'appliquera qu'aux bras placés qui seront au-dessus de l'axe des épaules et uniquement sur les éléments pivots purs.

- **Cas des éléments qui se commencent debout**

Lorsque les éléments sont réalisés en isolé (un seul élément sous le bâton), le départ doit être fait comme sur la nomenclature à savoir debout.

Exemple : lancer grand écart, l'athlète doit lancer debout et rattraper après le grand écart : si ce n'est pas le cas le lancer n'est pas reconnu.

Lorsque les éléments sont réalisés en combinaison (plusieurs éléments sous le bâton), les 2 éléments sont valorisés s'ils sont reconnus et même si le 2^{ème} n'est pas effectué avec un départ debout.

Exemple : lancer passage au sol + grand écart. L'athlète ne remonte pas entre les 2 éléments mais ils sont reconnus. Il conviendra donc de prendre en compte les 2 éléments.

- **Cas des pivots**

Le pivot doit être effectué sur un pied, revenir les épaules et bassin de face en 4ème relevée.

Pour le cas des rattrapages exigeant que le pied droit soit dégagé à droite, le pivot doit revenir les épaules et le bassin de face et le pied droit dégagé à droite.

Exemples : rattrapage main retournée, rattrapage dos main droite...

Cas n°1 : l'athlète présente un lancer 1 Tour. Il pose une fois le pied en arrière.

→ Le tour n'est pas reconnu.

Précision : pour que le pivot soit validé, il faut que le pied droit, les épaules et le bassin reviennent de face sans poser le pied pendant le pivot.

Cas n°2 : l'athlète présente un lancer 2 tours. Les 2 tours doivent être effectués sur un pied et les pivots doivent être terminés avec les épaules et le bassin de face en 4ème relevé.

Exemple : l'athlète présente un lancer 2 tours. Il pose une fois le pied devant entre le 1^{er} et le 2^{ème} tour mais revient les épaules et le bassin de face et le pied droit en 4ème relevé

→ Les 2 tours seront reconnus et il y aura une pénalité pour faute de réalisation majeure.

1.3.7 Note des Lancers

En respectant l'ensemble des règles vues précédemment, il convient de déterminer :

- Le nombre de lancers pris en compte = nombre de lancers valorisés dans la FPI
- La valeur des lancers après réalisation = la somme de la valeur des lancers après analyse des fautes de réalisation à sanctionner et les bonus difficulté à valoriser
- Le nombre de pénalités = le nombre de pénalité(s) appliquée(s) en cas de manquement à l'un des obligatoires.

Note FINALE des lancers =

VALEUR DES LANCERS APRÈS RÉALISATION A SANCTIONNER ET BONUS A VALORISER / NOMBRE DE LANCERS PRIS EN COMPTE – TOTAL VALEUR DE PÉNALITÉ(S))

1.4 ROULERS

1.4.1 Les Obligatoires Rouliers

Chaque soliste doit respecter en fonction de sa filière les obligatoires suivants :

LE NOMBRE : un nombre de rouliers obligatoires doit être respecté selon la filière.

LE PLAN : l'athlète devra présenter des éléments rouliers des 2 plans (vertical ET horizontal) en respectant le nombre requis.

LA CONNEXION : Pour le plan vertical uniquement : les 3 éléments inscrits sur la FPI doivent être présentés connectés (non isolés).

On entend par connexion la réalisation d'un élément (ROULER) avant ou après l'élément déclaré sur la FPI.

La connexion sera reconnue uniquement si le bâton n'est pas repris pleine main (intentionnellement) entre les 2 éléments de connexion.

Synthèse des obligatoires rouliers par filière :

Filière	Plan vertical	Plan horizontal	Connexion
N2	3	1	Obligatoire uniquement plan vertical

Il conviendra de déclarer sur la FPI UNIQUEMENT **les 4 éléments différents pour la Filière N2** qui seront pris en compte pour la détermination de la valeur brute du mode Roulers.

Important : les éléments déclarés sur la FPI doivent IMPÉRATIVEMENT figurer dans le barème de la filière N2

1.4.2 Contrôle des Roulers Présentés : Identification / Contrôle des Obligatoires

Attention : UNIQUEMENT les roulers inscrits sur la **FPI** et présentés sont pris en compte dans le contrôle des obligatoires roulers.

Le contrôle des roulers de la FPI se fait en 3 étapes :

- **ETAPE 1 : Vérification du nombre de roulers**

Il convient de vérifier que le nombre de roulers inscrits sur la FPI et présentés respectent le nombre obligatoire de la filière et sont identiques aux éléments déclarés sur la FPI.

Une pénalité de -2 points sera appliquée par nombre de roulers (s) manquant (s) sur la valeur brute du mode et la valeur de chaque(s) élément(s) manquant(s) sera mise à 0.

IMPORTANT : L'élément sera considéré comme identique à la FPI du moment où l'élément est présenté par l'athlète.

Exemple : L'athlète déclare un ½ fujimi end et effectue fish+1/2 fujimi end = le ½ fujimi end est présenté donc identique à la FPI

- **ETAPE 2 : Vérification des plans**

Il convient de vérifier que les 2 plans (vertical et horizontal) ont été présentés sur l'ensemble des roulers effectués et inscrits sur la FPI.

Une pénalité de -2 points sera appliquée par plan non présenté sur la valeur brute du mode.

IMPORTANT : la réalisation ne rentre pas en compte dans le contrôle des obligatoires roulers.

Exemple : un ½ fujimi endroit qui n'est pas reconnu, ne remet pas en cause l'obligatoire de nombre, et de plan.

- **ETAPE 3 : Vérification des connexions obligatoires**

Il convient de vérifier que les obligatoires de connexions (pour le plan vertical uniquement) ont été respectés sur l'ensemble des roulers inscrits sur la FPI.

Une pénalité de -2 points sera appliquée par rouler non connecté.

1.4.3 Valeur Initiale du Mode Roulers

Seuls les éléments roulers inscrits sur la FPI sont pris en compte pour déterminer la valeur brute du mode roulers.

- Tout rouler non inscrit dans le barème ou supérieur à celui-ci est autorisé. Cependant il ne pourra pas être inscrit dans les obligatoires roulers de la FPI et il ne sera pas pris en compte dans le calcul de la valeur brute du mode roulers.
- Si un rouler présenté et inscrit sur la FPI est très mal réalisé (rouler pris pleine main, éjection sans aucune rotation, Intérieur bras non terminé...) il est alors NON RECONNU : il sera pris en compte dans le contenu du mode roulers mais aura pour valeur 0.

Valeur brute des roulers

En respectant l'ensemble des règles vues précédemment, il convient de déterminer la valeur brute du mode roulers :

Valeur BRUTE des roulers =

SOMME DE LA VALEUR DES ÉLÉMENTS DU MODE ROULERS / 4 – TOTAL VALEUR PENALITES

1.4.4 Appréciation de la Réalisation Globale des Roulers

Les techniques de corps et de bâton doivent être IMPERATIVEMENT pris en compte pour déterminer la valeur globale de la réalisation et de la difficulté du mode roulers. Ceci pour les roulers inscrits sur la FPI ainsi que les autres roulers présentés (hors FPI).

A l'aide du tableau ci-dessous, il conviendra d'analyser les fautes de réalisation à sanctionner et les éventuels bonus difficulté à valoriser sur l'ensemble du mode rouler.

- NB :**
- Si un élément présenté et inscrit sur la FPI est « non reconnaissable » il aura pour valeur 0 et ne pourra pas être de nouveau sanctionné en réalisation (faute) ni obtenir de bonus à valoriser.
 - Si un élément présenté et non inscrit sur la FPI est « non reconnaissable » il ne pourra pas être sanctionné en réalisation (fautes) ni obtenir de bonus à valoriser. Cependant, une pénalité de -0.5 point sera déduit pour chaque élément non reconnu présenté (Hors FPI).

FAUTES RÉALISATION À SANCTIONNER		BONUS DIFFICULTÉ À VALORISER		
Perte de contrôle	-0,25 pt	Mode fluide / clair corps + bâton	+0,5 pt + 0,5 pt +0,25 pt basique/ +0,75 pt complexe +0,5 pt	
Position du / des bras en contact avec le bâton	-0,25 pt	Diversité de familles d'éléments (4 familles et +)		
Faible vitesse rotation du bâton	-0,25 pt	Série(s) totalement Connectée(s) par plan		
Bâton arrêté / rattrapé durant la série (perte de connexion)	-0,25 pt	Réalisation parfaite corps + bâton sur l'intégralité du mode		
Axe(s) non respecté(s)	-0,25 pt	Travail au sol	+0,25 pt	
Vitesse non constante	-0,25 pt	Amplitude des déplacements dans le mode	+0,25 pt	
Élément(s) corporel(s) majeur(s) mal réalisé(s)	-0,25 pt	Musicalité du mode	+0,25 pt	
Déséquilibre corporel	-0,25 pt	Engagement(s) dans série(s)	+0,25 pt basique/ +0,50 pt avec 1 élément corps majeur ou pivot	
Mauvais placement haut du corps	-0,25 pt	Sortie(s) dans série(s)	+0,25 pt basique/ +0,50 pt avec 1 élément corps majeur ou pivot	
Mauvais placement bas du corps	-0,25 pt			
Élément(s) de connexion / transition non reconnu(s)	-0,5 pt/ élément			
TOTAL PT(S) FAUTE(S) RÉA À SANCTIONNER		TOTAL PT(S) BONUS DIFF À VALORISER		

Le plafond maximal de points à sanctionner en réalisation pour l'ensemble du mode est de -3 points (Faute(s) pour éléments de transition / connexions non reconnus inclus).

Il n'y a pas de plafond maximal pour les bonus difficultés à valoriser cependant les bonus ne pourront pas être appliqués si l'athlète présente plus de 3 fautes de réalisation sur le mode. (Hors éléments de transition / connexions non reconnus).

1.4.5 Note des Rouliers

NOTE FINALE DES ROULERS =

**VALEUR BRUTE ROULERS – FAUTE(S) À SANCTIONNER + BONUS DIFFICULTÉ À VALORISER
– 0,5 X NB CHUTE**

1.5 MANIEMENT GENERAL

1.5.1 Les Obligatoires Maniement Général

Chaque soliste doit respecter en fonction de sa catégorie et de sa filière les obligatoires suivants :

LE NOMBRE : un nombre de Maniement obligatoire doit être respecté selon la filière.

LE PLAN : l'athlète devra présenter 2 éléments Maniements des 2 plans (vertical ET horizontal) en respectant le nombre requis.

CONNEXION : Pour le plan vertical uniquement : les 3 éléments inscrits sur la FPI doivent être présentés connectés (non isolés)

On entend par connexion la réalisation d'un élément (MG) avant ou après l'élément déclaré sur la FPI

La connexion sera reconnue uniquement si le bâton n'est pas arrêté (intentionnellement) entre les 2 éléments de connexion.

Synthèse des obligatoires Maniement Général par filière :

Filière	Plan vertical	Plan horizontal	Connexion
N2	3	1	Obligatoire uniquement plan vertical

Il conviendra de déclarer sur la FPI UNIQUEMENT **les 4 éléments différents pour la Filière N2**, qui seront pris en compte pour la détermination de la valeur brute du mode Maniement.

Important : les éléments déclarés sur la FPI doivent IMPÉRATIVEMENT figurer dans le barème de la filière N2.

1.5.2 Contrôle des MG Présentés : identification / Contrôles des Obligatoires

Attention : UNIQUEMENT les maniements inscrits sur la FPI et présentés sont pris en compte dans le contrôle des obligatoires maniements.

Le contrôle des maniements de la FPI se fait en 3 étapes :

- **ETAPE 1 : Vérification du nombre de maniements**

Il convient de vérifier que le nombre de maniements inscrits sur la FPI et présentés respectent le nombre obligatoire de la filière et sont identiques aux éléments déclarés sur la FPI.

Une pénalité de -2 points sera appliquée par maniement(s) non présenté (s) sur la valeur brute du mode et la valeur de chaque élément(s) manquant(s) sera mise à 0.

IMPORTANT : L'élément sera considéré comme identique à la FPI du moment où l'élément présenté correspond strictement à celui déclaré.

Exemple : L'athlète déclare un Flip taille frontal et réalise flip taille frontal ratt A : L'élément ne sera pas considéré comme identique.

- **ETAPE 2 : Vérification des plans**

Il convient de vérifier que les 2 plans (vertical et horizontal) ont été présentés sur l'ensemble des maniements effectués et inscrits sur la FPI

Une pénalité de -2 points sera appliquée par plan non présentés sur la valeur brute du mode.

IMPORTANT : la réalisation ne rentre pas en compte dans le contrôle des obligatoires du maniement.

Exemple : un Flip SD réalisé avec repère visuel et donc non reconnu ne remet pas en cause l'obligatoire de nombre et de plan.

- **ETAPE 3 : Vérification des connexions obligatoires**

Il convient de vérifier que les obligatoires de connexions (pour le plan vertical uniquement) ont été respectés sur l'ensemble des maniements inscrits sur la FPI.

Une pénalité de -2 points sera appliquée par maniement non connecté.

1.5.3 Valeur Initiale du Mode Maniement Général

Seuls les éléments maniements inscrits sur la FPI sont pris en compte pour déterminer la valeur brute du mode Maniement Général.

- Tout Maniement non inscrit dans le barème ou supérieur à celui-ci est autorisé. Cependant il ne pourra pas être inscrit dans les obligatoires Maniement de la FPI et il ne sera pas pris en compte dans le calcul de la valeur brute du mode Maniement.
- Si un Maniement présenté est très mal réalisé (rotation incorrecte, repère visuel...) il est alors NON RECONNU : il sera pris en compte dans le contenu du mode Maniement et aura pour valeur 0.

Valeur brute des Maniements

En respectant l'ensemble des règles vues précédemment, il convient de déterminer la valeur brute du mode Maniement :

Valeur Brute des Maniements =

SOMME DE LA VALEUR DES ÉLÉMENTS DU MODE MG / 4
– TOTAL VALEUR PENALITES

1.5.4 Appréciation de la Réalisation Globale des Maniements

Les techniques de corps et de bâton doivent être IMPERATIVEMENT pris en compte pour déterminer la valeur globale de la réalisation et de la difficulté du mode Maniement. Ceci pour les maniements inscrits sur la FPI ainsi que les autres maniements présentés (hors FPI).

A l'aide du tableau ci-dessous, il conviendra d'analyser les fautes de réalisation à sanctionner et les éventuels bonus difficulté à valoriser **sur l'ensemble** du mode maniement.

NB : • Si un élément présenté et inscrit sur la FPI est « non reconnaissable » il aura pour valeur 0 et ne pourra pas être de nouveau sanctionné en réalisation (faute) ni obtenir de bonus à valoriser.

• Si un élément présenté et non inscrit sur la FPI est « non reconnaissable » il ne pourra pas être sanctionné en réalisation (faute) ni obtenir de bonus à valoriser. Cependant, une pénalité de -0.5 points sera déduit pour chaque éléments non reconnus (Hors FPI).

FAUTES RÉALISATION À SANCTIONNER		BONUS DIFFICULTÉ À VALORISER		
Perte de contrôle	-0,25 pt	Mode fluide / clair corps + bâton	+0,5 pt	
Position du / des bras en contact avec le bâton	-0,25 pt	Diversité de familles d'éléments (4 familles et +)	+0,5 pt	
Faible vitesse rotation du bâton	-0,25 pt	Vitesse d'exécution	+0,5 pt	
Bâton arrêté / rattrapé durant la série (perte de connexion)	-0,25 pt	Réalisation parfaite corps+bâton sur l'intégralité du mode	+0,5 pt	
Cassure	-0,25 pt	Travail au sol (Ne s'applique pas aux éléments du barème avec *)	+0,25 pt	
Axe(s) non respecté(s)	-0,25 pt	Amplitude des déplacements dans le mode	+0,25 pt	
Vitesse non constante	-0,25 pt	Musicalité du mode	+0,25 pt	
Élément(s) corporel(s) majeur(s) mal réalisé(s)	-0,25 pt			
Déséquilibre corporel	-0,25 pt			
Mauvais placement haut du corps	-0,25 pt			
Mauvais placement bas du corps	-0,25 pt			
Élément(s) de connexion / transition non reconnu(s)	-0,5 pt/ élément			
TOTAL PT(S) FAUTE(S) RÉA À SANCTIONNER		TOTAL PT(S) BONUS DIFF À VALORISER		

Le plafond maximal de points à sanctionner en réalisation pour l'ensemble du mode est de -3 points (Faute(s) pour éléments de transition / connexions non reconnus inclus).

Il n'y a pas de plafond maximal pour les bonus difficultés à valoriser cependant les bonus ne pourront pas être appliqués si l'athlète présente plus de 3 fautes de réalisation sur le mode (Hors éléments de transition / connexions non reconnus).

1.5.5 Note du Maniement Générale

NOTE FINALE DU MANIEMENT GENERAL =

**VALEUR BRUTE MG - FAUTE(S) À SANCTIONNER + BONUS DIFFICULTÉ À VALORISER -
0,5 X NB CHUTE**

1.6 NOTE TECHNIQUE AVANT CHUTE

NOTE TECHNIQUE avant chute(s) =

(Note des lancers + Note des rouliers + Note du Maniement Général)

3

Cette note est plafonnée à 10 en filière Nationale 2.

Règle de l'arrondi pour la filière N2 :

Si le total est un chiffre à virgule, il faut arrondir à 1 chiffre après la virgule : 0.25 devient 0.3 / 0.75 devient 0.8 / 0.33 devient 0.3

1.7 PENALITE POUR CHUTE(S)

Chaque juge devra déduire de sa note technique une pénalité de 0.2 point par chute (tout mode confondu).

Définition d'une chute :

« Toutes les chutes de bâton ayant eu lieu pendant la prestation seront comptabilisées par les juges».

Par chute on entend, 1 embout au sol, entre le début et la fin de la prestation (musique), avec une tolérance sur les rattrapages effectués sous jambe ou réalisés au sol.

NB : Tout ce qui est fait en hors musique ne sera pas comptabilisé (éléments techniques, chutes). Toutefois, si un lancer est commencé avant la fin de la musique, il convient de prendre en compte le lancer ainsi que la chute éventuelle et les éléments de réalisation et bonus difficulté.

Si le lancer est commencé après la fin de la musique, il convient de ne pas le prendre en compte (ni dans la chute, ni dans le nombre, ni dans le plan et ni dans la nature)

NB : Toute(s) chute(s) sur des éléments qui ne sont ni des lancers, ni des rouliers sont comptabilisées dans le mode maniement général.

1.8 NOTE TECHNIQUE et NOTE ARTISTIQUE

NOTE TECHNIQUE =

Note technique avant chute(s) – $0.2 \times$ nombre de chute(s) total du programme

La note minimum est de 0.5, la note maximum est de 10.0.

NOTE ARTISTIQUE =

Note technique + Total des points artistiques

Important : en cas de chute, la note maximum ne peut pas être affichée.

Seule la note totale (Technique + Artistique) sera affichée / annoncée.

1.9 TABLEAU ARTISTIQUE FILIERE N2

		-0,4	-0,3	-0,2	-0,1	0	0,1	0,2	0,3	0,4
CONFORMITE MUSICALE	Exploitation musicale : utilisation des temps forts, accents et fluctuations	Aucune		Existe mais très limitée et ponctuelle, l'athlète est décalé par rapport à la musique		Basique Utilisation du tempo et de la notion de paraphrase		Utilisation du tempo par le corps OU le bâton Principaux accents et temps forts bien marqués		Utilisation du tempo par le corps ET le bâton des principaux accents et temps forts dans toutes les familles
	Montage	Pas correct Responsabilité entraîneur et athlète		Correct mais mal exploité. Responsabilité de l'athlète seulement		Correct Le solo colle à la musique ce qui est NORMAL		Utilisation de la musique dans toutes les familles		
INTERPRETATION	Expression	Aucune Ni corps ni visage		Expression présentes mais non adaptées		Utilisation ponctuelle du visage OU du corps		Expressions appropriées, émotions transmises par le visage ET le corps		Expressions et gestuelles variées et appropriées, émotions transmises par le visage ET le corps ET à travers l'utilisation du bâton
	Variété / Niveau			Utilisation des paraphrases ou non appropriées		Gestuelle simple, peu recherchée mais appropriée		Gestuelle adaptée et appropriée et présence d'une légère variété		
DEPLACEMENT	Utilisation du praticable	Aucune Travail Statique	Présence Aller / Retour		Pas dans tous les rectangles Petits	Utilisation de tous les rectangles Manque parfois d'amplitude	Utilisation de tout l'espace Manque encore d'amplitude		Utilisation de tout l'espace Travail Ample	Travail Ample, Logique, varié contenu recherché et complet, notion de naturel (un mouvement en amène un autre)
	Variété / Niveau	Aucune	Très peu varié, Basique		Peu varié	Basique Manque de recherche		Logique et varié mais le niveau est encore basique : présence de courbes, diagonales...		
PERFORMANCE	Erreurs	L'athlète est en situation d'échec total, Il subit son programme		Erreurs visibles dans certains mode(s)		Erreurs visibles dans certaines séries		Erreurs souvent cachées ou récupérées		Impression de facilité dans tous les modes = Maîtrise
	Maîtrise du programme			L'athlète est en situation d'échec dans certains mode(s)		Dans l'ensemble l'athlète control son programme		Impression de facilité dans certains modes(s)		
CONSTRUCTION EVOLUTIVE DE L'ATHLETE		Enchainement non adapté, non équilibré, non varié, non progressive pour la construction de l'athlète		Enchainement peu varié, équilibré, partiellement adaptée		Programme adapté au niveau de compétence de l'athlète dans certains mode(s)		Programme varié et adapté au niveau de l'athlète dans tous les modes		Programme totalement adapté, construction évolutive pour passer à la filière supérieure

2 METHODOLOGIE JUGEMENT DUO ET EQUIPE FREESTYLE

2.1 PRISE DE NOTE

2.2 RELEVER LE NOMBRE DE CHUTE

Attendre confirmation du président de jury (procédure comptabilisation des chutes), noter le **nombre de chute(s)** dans la case correspondante.

2.3 NOTER LES PRINCIPAUX POINTS + ET / OU -

2.4 VALORISATION BRUT DES MODES ECHANGES, LANCERS, ROULERS ET MANIEMENT GENERALE

2.4.1 Précision sur la Valorisation

- A l'aide du barème, placer le niveau des Echanges, Lancers, Roulers, Maniement Général en Brut et attribuer une **valeur brute** (note).
- En prenant compte des éléments non reconnus (valeur 0 ou moins deux tranches) il convient de faire une moyenne en prenant en compte chaque valeur des éléments réalisés (et présents dans le barème) et de diviser par le nombre d'éléments présentés.
- En filière N2, **il conviendra de présenter au moins un lancer, un échange, un rouler et un maniement inscrit dans le barème** (tout en respectant la règle des trois éléments différents minimum présentés pour la validation des modes roulers et maniement)
 - **En filière N2, afin d'apprécier la compétence échange, les athlètes devront obligatoirement présenter un minimum de 3 échanges aériens. Ces échanges peuvent être du barème ou non.**

Définition d'un échange aérien :

Un échange aérien se définit dès lors que 100% des bâtons sont lancés à un autre partenaire. Au moins un bâton doit constamment évoluer dans les airs sans contact avec le corps. Les 3 modes (Lancers, Roulers, Maniement Général) sont acceptés.

2.4.2 Les Omissions de modes

2.4.2.1 *Omission de mode en Duo Freestyle*

- ⇒ **Omission des modes Rouliers et Maniement** : **Le nombre minimum d'éléments différents (entre eux mais identiques pour chaque athlète) présentés par l'ensemble des athlètes est de 3.** En deçà, le mode sera considéré comme omis et aura pour valeur zéro.

Dans le cas où les 3 éléments prévus n'ont pas pu être fait par chaque athlète (cas d'une chute au début de la série rouliers par exemple), nous devons tout de même évaluer le mode. Cependant, nous appliquerons la règle suivante : **éléments réalisés par 50% de l'effectif : valeur de l'élément -2 tranches**

- ⇒ **Omission du mode Lancers** : Pour l'ensemble des filières, il sera demandé de présenter au moins **un lancer** indiqué dans le barème par l'ensemble des athlètes. En deçà, le mode sera considéré comme omis et aura comme valeur 0.
- ⇒ **Omission du mode Echange** : Pour les filières N2, il sera demandé de présenter au moins **un échange** indiqué dans le barème. En deçà, le mode sera considéré comme omis et aura comme valeur 0.

Pour les filières N2, il sera demandé de présenter au moins trois échanges aériens (présents dans le barème ou non). En deçà, le mode sera considéré comme omis et aura donc la valeur 0.

2.4.2.2 *Omission de Mode Equipe Freestyle*

- ⇒ **Omission des modes Rouliers et Maniement** : **Le nombre minimum d'éléments différents (entre eux mais identiques pour chaque athlète) présentés par l'ensemble des athlètes est de 3.** En deçà, le mode sera considéré comme omis et aura pour valeur zéro.

Dans le cas où les 3 éléments prévus n'ont pas pu être fait par chaque athlète (cas d'une chute au début de la série rouliers par exemple), nous devons tout de même évaluer le mode. Cependant, nous appliquerons la règle suivante : **éléments réalisés par plus de 50% de l'effectif : valeur de l'élément -2 tranches**

- ⇒ **Omission du mode Lancers** : Pour l'ensemble des filières, il sera demandé de présenter au moins **un lancer** indiqué dans le barème par l'ensemble des athlètes. En deçà, le mode sera considéré comme omis et aura comme valeur 0.
- Dans les cas où un lancer prévu n'a pas pu être réalisé par l'ensemble des athlètes (cas d'une chute avant le lancer par exemple), nous devons tout de même évaluer le mode. Cependant nous appliquerons la règle suivante : **éléments réalisés par plus de 50% de l'effectif : valeur du lancer -2 tranches**

- ⇒ **Omission du mode Echange** : Pour les filières N2, il sera demandé de présenter au moins **un échange** indiqué dans le barème. En deçà, le mode sera considéré comme omis et aura comme valeur 0.

Pour les filières N2, il sera demandé de présenter au moins trois échanges aériens (présents dans le barème ou non). En deçà, le mode sera considéré comme omis et aura donc la valeur 0.

2.4.3 Facteurs à prendre en compte

- Même si la présence de certains éléments dans la construction des duos et des équipes freestyle (échange ensemble, en décalé, présence de l'horizontal,) est vivement conseillée, elle n'est pas obligatoire et ne peut donc faire l'objet d'aucune pénalité ou sanction (**sauf dans l'analyse de la précision/Unisson et sauf pour l'obligatoire de présence de 3 échanges aériens**)
 - La note minimale de chaque mode est zéro.
 - Tout rouler ou mouvement de maniement général qui serait inférieur à la première tranche du barème devra être placé dans la tranche la plus basse du barème.
- En N2, si les lancers, échanges, rouliers et maniement général qui dépassent la valeur autorisée ne doivent pas être sanctionnés. **Il faut simplement ne pas en tenir compte pour le placement du contenu**, ils seront cependant pris en compte dans l'analyse réalisation et précision/ unisson des modes et **pour l'obligatoire d'échanges aériens**.
 - En N2, Il faut adapter le nombre d'athlètes indiqués dans les barèmes avec le nombre d'athlètes de l'équipe freestyle (6 ou 8). Par exemple, un échange à 6 dans le barème, doit être effectué à 8 dans une équipe freestyle à 8.
 - Afin de répondre au mode Précision/Unisson, il est conseiller de présenter un échange qui part ensemble et qui est rattrapé ensemble, c'est-à-dire par tous les éléments de l'équipe freestyle. Néanmoins, cet échange n'est pas nécessairement un échange unique dans lequel tous les athlètes sont impliqués (exemple : pour un groupe freestyle à 10 éléments : 1 échange à 4 éléments et 1 échange à 6 éléments, qui partent et arrivent en même temps).
 - **La présence d'un échange impliquant 100 % de l'effectif n'est donc pas une obligation.**
 - **La présence d'un échange ensemble n'est donc pas une obligation, mais sera pénalisé dans le critère Précision/Unisson et dans le critère Esprit Duo/Equipe/Groupe de l'Effet Général**

2.4.4 Traitement des éléments

2.4.4.1 Traitement des éléments non reconnus en DUO FREESTYLE

- Pour la valorisation des modes, il conviendra d'appliquer la règle suivante :

- Elément technique de **valeur identique réalisé et reconnu par 100%** de l'effectif : prendre la valeur dans le barème
- Elément technique de valeur **différente réalisé et reconnu par 100%** de l'effectif : Valeur de l'élément le plus bas.
Sinon cela rentre en compte en effet chorégraphique
- Elément technique non reconnu (et inscrit dans le barème) par au moins un athlète : valeur de l'élément = 0

Exemple : Dans un duo freestyle, il y a un seul lancer et un des deux athlètes ne fait pas tourner son bâton autour du pouce, la valeur de ce lancer sera de 0.

Seuls les éléments présents dans le barème pourront être pris en compte dans la valeur brute, de ce fait les éléments non reconnus qui ne seront pas dans le barème devront être pris en compte dans la modulation du critère réalisation et pour l'obligatoire des échanges aériens.

2.4.4.2 Traitement des éléments non reconnus en Equipe Freestyle

- Pour la valorisation des modes, il conviendra d'appliquer la règle suivante :

- Elément technique de **valeur identique réalisé et reconnu par 100 %** de l'effectif : prendre la valeur dans le barème
- Elément technique de **valeur identique réalisé et reconnu par plus de 50 %** de l'effectif : valeur de l'élément - 2 tranches
- Elément technique de **valeur identique réalisé et reconnu par 50% ou moins** de l'effectif : valeur de l'élément = 0
- Elément technique de **valeur différente réalisé et reconnu par 100%** de l'effectif : Valeur de l'élément le plus bas.
- Elément technique de **valeur différente réalisé et reconnu par plus de 50%** de l'effectif : Valeur de l'élément le plus bas - 2 tranches
- Elément technique de **valeur différente réalisé et reconnu par 50% ou moins** de l'effectif : valeur de l'élément = 0
Sinon cela rentre en compte en effet chorégraphique.

Exemple : Une équipe freestyle présente 6 lancers Hz descente à genoux. Reconnu pour tous les éléments : on valorise. Reconnu pour 4-5 éléments : Prendre la valeur du lancer, moins deux tranches Reconnu pour 3 éléments ou moins : valeur du lancer = 0.

Seuls les éléments présents dans le barème pourront être pris en compte dans la valeur brute, de ce fait les éléments non reconnus qui ne seront pas dans le barème devront être pris en compte dans la modulation du critère réalisation et pour l'obligatoire des échanges aériens.

2.4.4.3 Traitement des éléments différents

- Pour tous les modes E / L / R / MG, si les athlètes présentent des éléments de niveaux différents, il conviendra de valoriser les **éléments effectués par le plus grand nombre** (cf. règle précédente)

Exemples, si en équipe freestyle :

- 4 Eléments font Lancer 1 déboulé et 2 autres lancer 1 tour, prendre la valeur du lancer 1 déboulé (car les lancers ont la même valeur)
- 2 éléments font Lancer 1T et 4 autres font Lancer descente à genoux, prendre la valeur du lancer descente à genoux (car majorité des éléments font lancer descente à genoux)
- 2 éléments font Lancer descente à genoux et 4 autres lancer 1 tour, prendre la valeur du Lancer 1 tour **-2 tranches** (car Lancer descente à genoux < 1 tour)
- Cas d'une équipe à 8 : 7 font un lancer 1T et 1 fait lancer descente à genoux, prendre la valeur du 1 Tour **- 2 tranches**.

2.4.5 Règles pour les Echanges

Le duo ou l'équipe Freestyle	Valeur du mode Echanges en N2/N3
Ne présente aucun échange	Zéro
Présence d'échange mais pas dans le barème (hors barème ou non répertoriés)	Zéro
Présence d'échange mais pas dans le barème (hors barème ou non répertoriés) + présence relances et distributions	Zéro
Présence d'échanges (dans le barème) Mais pas 3 Aériens	Zéro
Présence d'échange (dans le barème) + présence relances et distributions	Seuls les échanges présents dans le barème seront valorisés
Uniquement des relances ou distributions	Les relances et distributions ne sont pas considérées comme des échanges car le passage du bâton d'un athlète à l'autre n'est ni simultané ni décalé (cf. définition du lexique) Les relances seront valorisées mais en déduisant une tranche par rapport à la Valeur d'un échange identique qui se ferait ensemble 2 par 2, 3 par 3, 4 par 4

2.5 Valorisation de la Difficulté

La difficulté est l'ensemble des facteurs qui vont permettre d'apporter une valeur ajoutée à un élément ou à un enchaînement d'élément technique :

- Vitesse, rotation
- Connexion, combinaison
- Corps
- Déplacement
- Interprétation, musicalité
- Détachement
- Echange : Hauteur de bâtons, distance, interactions entre les athlètes
- Réalisation

La réalisation étant traitée à part entière dans le point suivant, il conviendra de ne pas en tenir compte dans la valorisation des éléments de difficulté.

La valorisation de la difficulté sera établie de la manière suivante à partir de la valeur brute déterminée précédemment pour chaque mode :

0	Modulation haut de tranche	+1 tranche	+1.5 tranche
Les éléments sont isolés, peu ou pas de connexion entre les éléments de la tranche	Combinaison de plusieurs éléments mais de la même "famille"  Combinaison d'éléments de familles différentes 	Combinaison de plusieurs éléments de familles différentes 	Combinaison de plusieurs éléments de familles différentes 
Aucun élément de difficulté	Présence de plusieurs éléments de difficulté	Présence de la majorité des éléments de difficulté	Présence de la majorité des éléments de difficulté

2.6 ANALYSE PAR CRITERE : REALISATION- PRECISION / UNISSON

Pour chacun des modes, il conviendra de déterminer la modulation à faire pour les trois critères : réalisation et Précision/Unisson. Les modulations sont déterminées sur une échelle de +10 à -10, se servir des tableaux prévus à cet effet.

Pour chaque mode, faire la **moyenne des modulations**.

2.7 NOTE PAR MODE

Pour obtenir la **note par mode**, ajouter la **valeur brute** (étape 4) à la **moyenne des modulations** (étape 5).

NOTE TECHNIQUE	Valeur brute	MODULATIONS		Moyenne Modulations	Note Par mode	Note technique Avant chutes	Chutes	Note Technique
		Réalisation	Précision Unisson Corps et Bâton					
ECHANGES								
LANCERS								
ROULERS								
MANIEMENT								
		Base/50	+/- 10	+/- 10	/10	/60	/60	

Pour obtenir la **note technique avant les chutes**, il faut ajouter les notes des 4 modes : Echanges / Lancers / Rouliers / Maniement Général et diviser par 4.

C'est la moyenne des modes, cette note est soit un nombre entier, soit un nombre arrondi selon la règle suivante : De 17,00 à 17,24 = 17 De 17,25 à 17,50 = 17.5
De 17,51 à 17,74 = 17.5 De 17,75 à 17,99 = 18

Chaque juge devra déduire de sa moyenne des modes une pénalité de 1 point par **nombre de chute**.
Définition d'une chute : 1 embout au sol – entre le début et la fin de la musique

C'est la **NOTE TECHNIQUE**

2.8 NOTE EFFET GENERAL

Se servir du tableau prévu à cet effet : *TABLEAU EFFET GENERAL* pour déterminer la **modulation effet général**

Sur une échelle de +/- 8 points.

Reporter la **note technique** sur l'échelle de notation (en bas de la feuille de prise de note) pour obtenir la

Note technique « Transposée »

NOTE EFFET GENERAL = Note technique « transposée » + modulation effet général

Ajouter la moyenne des modulations effet général à la note technique « transposée » pour obtenir la **NOTE EFFET GENERAL**

2.9 NOTE TOTALE

NOTE TOTALE = Note technique + Note effet général

Seule la note totale est affichée.

Note minimum = 5/100

2.10 TABLEAU DE REALISATION DUO/EQUIPE/GROUPE FREESTYLE



Mouvements		Critères	-10	-9 à -5	-4 à -1	0	1 à 4	5 à 9	+10
Général	Bâton	Axe	Réalisation très inférieure du corps et du bâton Aucune maîtrise Eléments trichés / chutés Eléments non reconnus	Gros défaut	Défaut	Léger défaut	Bon	Parfait	Pas de chute La réalisation est supérieure dans toute la série et maîtrisée par tous les éléments L'ensemble est fluide et donne une impression de naturelle La vitesse d'exécution et la rotation du bâton sont supérieures et uniformes pour tous les athlètes Le corps et le bâton sont placés en permanence
		Enchainement		Pas d'enchaînement notion de chutes dans la série	Cassure, reprise	Léger arrêt	Ensemble fluide	Continu, fluide	
	Corps	Placement		Très relâché	Relâché	Acceptable	Exact, précis	Exact précis, impression de naturel	
Spécifique	Lancers		Ni la technique de lancer, ni le travail sous le bâtonne sont maîtrisés. Accumulation de fautes majeures. Eléments non reconnus	La technique de lancer n'est pas maîtrisée par tous. Les erreurs peuvent être graves et fréquentes	La technique de lancer est « acceptable » mais pas pour l'ensemble des éléments	La technique de lancer est dite « acceptable » pour l'ensemble des éléments Il y a encore des erreurs mais elles sont mineures.	La technique de lancer est « bonne » pour la majorité des éléments	La technique de lancer est « bonne » pour l'ensemble des éléments	Pas de chute La réalisation est supérieure dans toute la série et maîtrisée par tous les éléments L'ensemble est fluide et donne une impression de naturelle
	Roulers		Non-respect des axes, des plans, du nombre de rotation Roulers non terminés Eléments trichés	Beaucoup d'erreurs dans la réalisation des éléments techniques isolés.	La réalisation des éléments isolés est acceptable mais pas pour l'ensemble des éléments.	Réalisation des éléments isolés acceptables	Réalisation des éléments isolés « bonne »	Réalisation des éléments isolés « bonne » pour tous	
	Maniement		Aucun enchainement Arrêts, cassures, reprises Elements non reconnus	Les roulers sont parfois « repris », le maniement « coupé » Les séries ne sont pas dans l'axe et manquent d'enchainement Travail lent	Il y a des erreurs nombreuses techniques, l'enchainement et les axes ne sont pas toujours respectés	Les enchainements sont parfois légèrement désaxés Travail appliqué mais lent	Les enchainements sont dans l'axe mais manque de fluidité Travail appliqué, les vitesses d'exécution et de rotation sont correctes.	Les enchainements sont fluides Travail appliqué, vitesses d'exécution et de rotation bonnes	
	Echanges		Très gros problèmes de placements Rotation très lente Ni les échanges, ni le travail sous le bâton ne sont maîtrisés. Elements non reconnus	Problème de placement fréquent Rotation lente Des erreurs de réalisation corps et bâton dans le travail sous les échanges	Problèmes de placement plus ou moins graves Rotation « normale » mais pas pour tous les éléments Réalisation corps et bâton sous les échanges acceptable mais pas pour tous les éléments	Problèmes de placement rares Rotation « normale » Réalisation corps et bâton sous les échanges acceptable pour tous les éléments	Placement du bâton globalement bon Rotation rapide mais pas pour tous les éléments Réalisation corps et bâton sous les échanges correcte	Le bâton est placé Rotation rapide pour tous les éléments Le travail sous les échanges (corps et bâton) est bien réalisé	Le corps et le bâton sont placés en permanence

2.11 TABLEAU PRECISION- UNISSEON DUO/EQUIPE/GROUPE FREESTYLE



		-10 =< 20%	-5 20% < ... < 40%	0 40% < ... < 60%	+5 60% < ... < 80%	+10 80% < ... < 100%
“Taux de réussite”						
Ensemble/ Synchronisation en général		<p>L'unisson n'est pas bon.</p> <p>Problèmes d'unisson dans toutes les séries et pendant tout le programme, qui peuvent être causés par des problèmes techniques (réalisation, axes, plans...) ou par le non-respect des comptes musicaux.</p> <p>A ce niveau, il s'agit souvent d'une combinaison des deux problèmes.</p> <p>Il n'y a aucune démarche mise en place pour travailler ensemble. On sent que cela n'est pas une priorité de travail pour cette équipe.</p> <p>La responsabilité de l'entraîneur est engagée.</p> <p>Quel que soit le mode, aucun élément technique d'un mode n'est présenté par tous les éléments en même temps.</p>	<p>L'unisson du groupe est plus visible.</p> <p>Il y a toujours des problèmes techniques ou de comptes.</p> <p>Tant que le contenu reste simple, on reconnaît la chorégraphie.</p> <p>Lorsque le contenu est plus difficile, l'unisson est très affecté.</p> <p>L'unisson et la musicalité sont basiques.</p> <p>On ressent la démarche de mettre en place des outils pour travailler ensemble.</p> <p>La responsabilité des « erreurs » est plutôt du fait des athlètes.</p>	<p>L'unisson du groupe est correct et commence à devenir visible.</p> <p>Pour le contenu facile, l'unisson s'améliore grâce à la qualité technique et la capacité de décompter la musique qui se sont améliorés.</p> <p>Ceci étant, l'unisson se dégrade au cours de la prestation. Les erreurs techniques des athlètes pénalisent l'ensemble.</p> <p>Le travail d'unisson est visible et devient une des priorités pour cette équipe.</p>	<p>L'unisson est visible dans toutes les séries.</p> <p>L'unisson est bon pour le contenu facile et moyen, et il reste correct pour le contenu difficile.</p> <p>La capacité à maintenir l'unisson du début à la fin d'une série augmente.</p> <p>La cohérence de l'ensemble est bonne.</p> <p>Le travail d'unisson est une priorité de cette équipe.</p>	<p>Unisson maîtrisé et complètement visible sur le contenu facile, moyen, difficile et très difficile. Et ce, à au moins 80% du programme pour les niveaux difficiles.</p> <p>La logique du montage chorégraphique met en valeur l'unisson des éléments.</p> <p>Les éléments seront toujours synchro, que la musique soit mesurable, non mesurable ou sans musique</p> <p>À ce stade, la moindre erreur de synchronisation sera visible.</p> <p>L'unisson devient une qualité pour cette équipe et en démultiplie la valeur.</p>
Position des bâtons		La position du bâton à l'arrêt n'est pas identique.	Une attention est portée à l'uniformité des positions de bâton à l'arrêt mais il y a encore beaucoup d'erreurs.	Position identique mais pas pendant tout le programme.	Position identique mais il reste quelques petits décalages.	Position identique pendant tout le programme. Les erreurs si elles existent sont rares et mineures.
Position corps		Peu ou pas de tentatives de maintenir les mêmes positions. Rien n'est stable, les athlètes bougent beaucoup ce qui donne une impression de « fouilli » et de travail non abouti.	Une tentative est faite pour maintenir les positions identiques en déplacement. A l'arrêt, l'intention est claire mais pas systématique	Les positions de bras et de mains deviennent identiques mais pas pendant tout le programme	Positions identiques dans 60% à 80% du temps	Positions identiques pendant tout le programme, que les éléments soient statiques ou en déplacement.
Bâton	Hauteur de lancers perso et dessins échanges	Différentes entre les éléments tout au long du programme. Aucune démarche n'est faite pour « essayer ».	Différentes entre les éléments mais de façon moins marquée. Identique de 20% à 40% du temps. Dans les lancers et échanges, le lancerest au moins ensemble, mais les hauteurs restent très décalées. Le travail des hauteurs n'est pas une priorité de cette équipe.	Identiques et précises à faible niveau. Pour le contenu moyen et difficile, il y a encore des différences entre les éléments.	Identique entre les athlètes et dans tous les modes pour les niveaux faibles et moyens. Pour le niveau difficile, il y a encore quelques différences.	Identique entre les éléments et dans tous les modes. Les échanges forment des dessins et des formes.
	Vitesse	Varie d'un athlète à l'autre, pas uniforme. Tout le travail reste très lent, les bâtons ne tournent pas.	Cohérente sur les éléments faciles. Pas encore uniforme. Vitesse de rotation encore lente ce qui cause des problèmes de placement.	Généralement maintenue mais à un niveau faible. La rotation du bâton reste faible en général	Identique entre les éléments de niveaux faciles et moyens. Un niveau plus difficile engendrera des problèmes de synchronisation	Identique entre les éléments à tous les niveaux. À ce stade, l'unisson est un élément de difficulté important.
	Placement des échanges	Les problèmes de placement créent un "désordre" lorsque les athlètes se déplacent pour récupérer leur bâton. Les bâtons ne sont pas lancers en même, les positions de rattrapages sont mauvaises et imprécises.	Le bon placement du bâton n'est pas fréquent. La majorité des lancers et échanges ne sont pas maîtrisés et viennent nuire à l'unisson et à la clarté des formations quel que soit le niveau de l'équipe. Les athlètes bougent pour rattraper et la position du corps au rattrapage est mauvaise.	Le placement devient correct. La précision des lancers et échanges s'améliore sur le contenu faible.	Placement correct la plupart du temps pour les niveaux faibles et moyens. Sur les niveaux élevés, on rencontre toujours quelques problèmes de placement mais on sent que ce travail est une priorité. On commence à voir des « dessins » en l'air formés par les bâtons.	Quasiment parfait, les erreurs si elles existent sont rares et mineures. La qualité des échanges est telle que nous pouvons voir des « dessins formés par les bâtons.

		-10	-5	0	+5	+10
“Taux de réussite”		<= 20%	20% < ... < 40%	40% < ... < 60%	60% < ... < 80%	80% < ... < 100%
	Formations	<p>Pas précises Les intervalles ne sont pas respectés</p> <p>La responsabilité de l'entraîneur est engagée</p>	<p>Plus claires mais il reste des erreurs notamment sur les intervalles et les formations qui restent pas assez claires.</p> <p>Beaucoup de pas inutiles au rattrapage, ce qui affecte les formations.</p>	<p>Les formations sont lisibles, un effort est fait au niveau des intervalles</p> <p>Il reste peu de « déséquilibres et de pas inutiles ce qui rend les formations peu stables.</p>	<p>Plus recherchées et claires, mais il reste encore des problèmes lors des grosses difficultés.</p> <p>Les athlètes bougent beaucoup ce qui affecte les formations.</p> <p>Trop de pas inutiles qui rendent encore un peu les formations floues.</p>	<p>Les formations sont très claires, les intervalles millimétrés.</p> <p>Il n'y a pas de pas inutiles (ou ils sont rares et cachés)</p>
Détails		<p>Très peu d'attention est portée aux détails.</p> <p>Les plans et les axes ne sont pas les mêmes.</p> <p>Le positionnement des athlètes dans l'espace n'est pas défini.</p>	<p>Toujours un manque de rigueur dans l'exactitude des mouvements.</p> <p>Les plans et les axes sont les mêmes mais le timing est différent.</p>	<p>L'attention est portée sur les formations et sur la position du bâton à l'arrêt.</p> <p>Les plans et les axes sont les mêmes mais pas tout au long du programme.</p>	<p>Le niveau de détail devient important.</p> <p>Les plans et axes des éléments contribuent à créer de l'effet général.</p>	<p>L'attention est portée sur chaque détail.</p> <p>Les plans et axes sont parfaitement identiques.</p>

2.12 TABLEAU EFFET GENERAL DUO/EQUIPE/GROUPE FREESTYLE

	-8	-4	0	+4	+8
“Taux de réussite”	$\leq 20\%$	$20\% < \dots < 40\%$	$40\% < \dots < 60\%$	$60\% < \dots < 80\%$	$80\% < \dots < 100\%$
Esprit duo Esprit d'équipe	Les éléments manquent de confiance et auront tendance à se regarder les uns les autres souvent, à compter à haute voix, ou à regarder le sol. Les éléments ne travaillent jamais ensemble et/ou en interaction	Les éléments auront tendance à regarder les uns les autres ou sur le sol, mais pas aussi souvent que dans la tranche « -8 ». Les éléments ne travaillent pas souvent ensemble et/ou en interaction	Les éléments vont travailler ensemble comme une seule entité et sont à l'aise avec le rôle de chacun dans l'équipe.	Les éléments seront confiants dans leur rôle. Ils sont performants mais peuvent encore être déstabilisés par un événement inattendu.	L'ensemble des éléments ne forme qu'une entité. Leur attitude positive, leur niveau de performance, de technique et de responsabilité leur permettent de s'adapter à toutes les situations.
Développement chorégraphique & Formations	Il y aura beaucoup de répétitions dans le choix des formes, des images, du travail de corps et de la mise en scène. Très peu de travail bâton/corps. Tout ou presque sera dans une seule dimension. Il y aura peu d'enchaînements et de combinaisons. Le niveau de mise en scène est pauvre. Les formations ne seront pas variées et faites dans les mauvais axes ou plans, les déplacements dans la mauvaise direction et il n'y aura aucune logique dans le passage d'une formation à une autre. Il y aura du changement pour le plaisir de changer. Aucune considération de la compatibilité sonore et visuelle.	Il commence à y avoir une certaine logique mais les répétitions de formations sont toujours là, même si elles sont moins importantes que dans la tranche « -8 ». Travail de corps/bâton très basique et uniquement à niveau faible. Il y a encore des erreurs de mise en scène mais pas aussi sévères ou constantes que dans la tranche « -8 ». La chorégraphie devient compréhensible même si elle est très basique dans le choix des formations, leur variété et les passages d'une formation à une autre. La chorégraphie devient cohérente avec le choix de la musique.	La logique commence à devenir évidente dans certains domaines (choix des formes, des images, du travail de corps et de la mise en scène). L'équipe aura des compétences dans l'un de ces domaines et des faiblesses dans d'autres. En général, il y a des formations variées, du travail de corps et de la mise en scène. Les lacunes seront sur la logique et la continuité des passages d'une formation à une autre. Le travail corps/bâton est beaucoup plus fréquent. Les erreurs graves de mise en scène disparaissent mais se produisent encore dans les échanges, notamment dans les 2 ou 3 bâtons, où les changements de formations ne seront pas toujours logiques.	La logique sera évidente dans le choix des formes, des images, du travail de corps et de la mise en scène. Il y aura encore quelques carences dans l'un de ces domaines. Les changements de formations seront globalement logiques et continus. Cela manquera tout de même de recherche et de cohérence dans l'ensemble. Le travail de corps/bâton est fréquent et il commence à être combiné avec des déplacements. Les problèmes de mises en scène sont minimes et ne sont plus présents que dans les échanges complexes et dans les jonglings ou 3 bâtons.	Les formations, les images, le travail du corps et la mise en scène mettent en valeur la musique et les éléments. Le niveau de complexité est élevé. Il n'y aura aucune répétition injustifiée. La qualité du développement, la fluidité et la continuité sont un élément de difficulté. Le travail de corps/bâton est présent tout au long du programme que ce soit en travail statique ou en déplacement. Chaque élément sera conscient de sa place dans l'espace par rapport aux autres éléments. De ce fait, il n'y aura aucune erreur de placement ou de positionnement.
Musicalité	Le choix de la musique ne correspond probablement pas au niveau de l'équipe. Il y aura peu ou pas de logique entre la musique choisie et la chorégraphie. L'équipe à ce niveau n'a pas d'identité.	Le choix de la musique est plus cohérent. On commence à comprendre le choix de certaines mises en scène, de travail de corps, de formations ou d'images car ils sont en rapport avec la musique.	Le choix du thème, de la musique et de la chorégraphie est compréhensible par tous. La musicalité est bonne de 40% à 60% du temps.	Le choix du thème, de la musique et de la chorégraphie est compris par tous. La musicalité est bonne de 60% à 80% du temps.	L'ensemble de la chorégraphie met en valeur la musique. Les éléments « traduisent » les différentes expressions et nuances de la musique à travers le travail de corps et du bâton.
Interprétation & Prestance	Les éléments n'établissent pas le contact avec le jury. Ils possèdent une mauvaise technique individuelle qui empêche les athlètes à exprimer leur musique.	Les athlètes auront été formés pour se concentrer sur la table de jury. Pour les niveaux faibles les éléments seront à l'aise. Le manque de détachement sera visible sur les niveaux techniques moyens et élevés.	Les éléments sont capables d'interpréter mais ils n'affichent pas une large gamme d'émotion et ne le font pas pendant toute la chorégraphie. La gestuelle en rapport avec la musique sera fréquente mais peu originale.	Les éléments sont capables d'interpréter, ils affichent une gamme d'émotion variée mais pas sophistiquée ou de haut niveau. La gestuelle en rapport avec la musique sera fréquente mais manque un peu d'innovation.	Les éléments sont capables d'interpréter avec une gamme d'émotion variée et sophistiquée. Les éléments affichent une grande maîtrise, une force et une endurance développées.
« Nuances »	Un bon développement, même avec un faible niveau technique, une musique et des formations simples devra être valorisé (plutôt -5 que -8). L'entraîneur est récompensé pour faire correspondre le niveau technique au choix musical et au développement de la chorégraphie.	A ce niveau il n'y a aucune recherche d'originalité mais le choix de la musique, la chorégraphie et le choix des formations sera en adéquation avec le niveau des athlètes. L'entraîneur montre des connaissances basiques en mise en scène.	L'entraîneur essaie de varier la mise en scène mais le niveau reste basique.	L'entraîneur sait capter l'œil du spectateur la plupart du temps. L'innovation fait défaut.	L'effet visuel maximum est atteint. L'entraîneur crée des enchaînements logiques de séquences dans lesquelles la recherche du détail est maximale. Ceci contribue à créer une chorégraphie lisse et divertissante. Tous les supports visuels et auditifs sont cohérents.

EPREUVES INDIVIDUELLES

MODIFICATION DE LA METHODOLOGIE N1/ N1 ELITE

Freestyle Solo

Synthèse des obligatoires Filière N1/N1 Elite et par catégorie :

Filière	Catégorie	Nbre de Lancés	Plafond valeur	Nature			
				Pivot	Sur place	Déplacement	Libre
N1	Benjamine	4	-	1	1	1	1
	Minime	4	-	1	1	1	1
	Cadet	4	-	1	1	1	1
	Junior	4	6.5	1	1	1	1
	Senior	5	6.5	1	1	1	2
N1 Elite	Junior	4 (dont 1 lancé difficulté)	-	1	1	1	1
	Senior	5 (dont 1 lancé difficulté)	-	1	1	1	2

Page 5

Synthèse des lancers (Réalisation/Bonus)

Deux nouveaux bonus ont été mis en place par l'IBTF sur les lancers pivots purs :

- Bonus bras placés : tout utilisation des bras créant un effet durant l'exécution des pivots.
- Élément mineur effectué après les tours et avant le rattrapage qui vient augmenter la valeur du lancer pivot.

Page 10

MODIFICATION DE LA METHODOLOGIE N2

Freestyle Solo

Synthèse des obligatoires Filière N2 et par catégorie :

Filière	Catégorie	Nbre de Lancés Minimum	Nbre de Lancés Maximum	Plafond valeur	Nature			
					Pivot	Sur place	Déplacement	Libre
N2	Benjamine	3	4	5	1	1	1	1 (si option 4L)
	Minime	3	4	5	1	1	1	1 (si option 4L)
	Cadet	4	4	7.5	1	1	1	1
	Junior	4	4	7.5	1	1	1	1
	Senior	4	4	7.5	1	1	1	1

21 Q de Ruffigny
86240 ITTEUIL
Tél : 0805 690 382
accueil@ffsb.fr

Déléguétaire par

arrêté Ministériel

Affilié au Comité

National Olympique

et Sportif Français,

Membre de la WBTF,

WFNBTA et IBTF

www.fffwirling.fr



MINISTÈRE
DES SPORTS,
DE LA JEUNESSE
ET DE LA VIE ASSOCIATIVE

Liberté
Égalité
Fraternité

AGENCE
NATIONALE
DU SPORT

COMITÉ NATIONAL
OLYMPIQUE ET SPORTIF FRANÇAIS

IBTF

COLOSSE
AUX PIEDS D'ARGILE

EPREUVES DUO / COLLECTIVES

AJOUT A LA METHODOLOGIE N1 et N2

Freestyle Pair, Freestyle Team, Freestyle Groupe

Echanges :

Afin d'apprécier la compétence échange, les athlètes devront obligatoirement présenter un minimum de 3 échanges aériens durant leur performance. Ces échanges peuvent être du barème ou non pour valider cette exigence.

AJOUT A DE LA METHODOLOGIE N3

Freestyle Pair, Freestyle Team

Echanges :

Afin d'apprécier la compétence échange, les athlètes devront obligatoirement présenter un minimum de 2 échanges aériens durant leur performance. Ces échanges peuvent être du barème ou non pour valider cette exigence.

Définition d'un échange aérien :

Un échange aérien se définit dès lors que 100 % des bâtons sont lancés à un autre partenaire. Au moins un bâton doit constamment évoluer dans les airs sans contact avec le corps. Les 3 modes (Lancers, Rouliers, Maniement Général) sont acceptés.

21 Q de Ruffigny
86240 ITEUIL
Tél : 0805 690 382
accueil@ffstb.fr

Délégataire par
arrêté Ministériel
Affilié au Comité
National Olympique
et Sportif Français,
Membre de la WBTF,
WFNBTA et IBTF
www.ftpwirling.fr


MINISTÈRE
DES SPORTS,
DE LA JEUNESSE
ET DE LA VIE ASSOCIATIVE
Liberté
Égalité
Fraternité


AGENCE
NATIONALE
DU SPORT


COMITÉ NATIONAL
OLYMPIQUE ET SPORTIF FRANÇAIS


IBTF


COLOSSE
AUX PIEDS D'ARGILE



TABLEAU DES VALEURS DES ELEMENTS SOUS LE LANCER FREESTYLE SEPT 25

PIVOT	SUR PLACE : DANSE	SUR PLACE : ACRO / GYM	DEPLACEMENT	MIXTE SUR PLACE ET DEPLACEMENT
-------	-------------------	------------------------	-------------	--------------------------------

NATURE DES LANCERS			
PIVOT	SUR PLACE	DEPLACEMENT	
Jaune	Jaune + vert Rose + rose Vert + vert Violet SP + rose Violet SP + vert Violet SP + Violet SP	Jaune + rose Rose + vert Violet SP + rose	Toute combinaison contenant bleu ou violet

LA VALEUR d'un lancer est composée de la somme des élément qui composent ce lancer.

LA NATURE du lancer. Si un lancer est composé de différents éléments de natures différentes, vous devez vous reporter à la grille ci-dessus pour en déterminer la nature.

Exemples :

"1 T Illusion": 1 T (Pivot) + Illusion (Sur place Gym). Pivot + Sur place Gym => **Sur place**. La nature de ce lancer est donc un Sur place.

"1 T Attitude": 1 T (Pivot) + Attitude (Sur place Danse). Pivot + Sur place Danse => **Sur place**. La nature de ce lancer est donc un sur place.

"1 T Illusion Roue": 1 T (Pivot) + Illusion (Sur place Gym) + Roue (Déplacement). Pivot + Sur place Gym => Sur place / Sur place + Déplacement => **Déplacement**. La nature de ce lancer est donc un Déplacement.

INTER				1,5	2			3,5
N1 toute catégorie	0	0	0,5	1,5	2	2,5		3,5
N2 toute catégorie	0	0	1,5	3	4	5		NON AUTORISE
N3 toute catégorie	1	2	2,5	5	6	8		
ELEMENT SUR PLACE	2	Pose 4ème relevée 	"Lancer simple" Cet élément peut se combiner à un engagement ou à un rattrapage, mais pas à un autre élément	Pose "piqué" 	Grand battement Devant/côte 	Rond de jambe 	Grand battement devant ou côté (Y) avec maintien 	NON AUTORISE
		Toute pose avec ou sans bras avec repère visuel - dégagé 1/2 pointe - fente minimum 2 temps 		Pied tête 	Pied tête avec maintien 			
		Pose jambe devant ou côté ou derrière en dessous de l'horizontale 		Attitude 	Attitude en sautant 			
		Descente sur les 2 genoux : un genou après l'autre. 		Arabesque 	Arabesque en sautant 			

INTER	2	2,5	3,5			2,5		
N1 toute catégorie	2,5	3,5	5			2,5		
N2 toute catégorie	5	NON AUTORISE				5		
N3 toute catégorie	6					NON AUTORISE		
PIVOTS AVEC JAMBE A L'HORIZONTALE	38	Attitude en Tnant						
	40	Arabesque en Tnant						
PIVOTS AVEC JAMBE AU DESSUS DE L' HORIZONTAL			44	Pivot en Grand battement devant ou côté avec maintien		45	Grand battement 1 T 1/2 devant et côté avec maintien	

N1 toute catégorie	2	2,5
N2 toute catégorie	4	5
N3 toute catégorie	5,5	NON AUTORISE
ILLUSIONS	134	Penché (1) sans aide des mains
	135	illusion endroit ou envers

INTER	1	1,25	1,5	2	2,5	3					
N1 toute catégorie	1	1,25	1,5	2	2,5	3	3,5				
N2 toute catégorie	1,5	2,5	3	4	5						
N3 toute catégorie	2,5	4	4,5	5,5	NON AUTORISE						
SOL				46	Grand écart latéral	47	Grand écart facial	48	Descente en grand écart, écart + changement de jambe + autre grd écart		
				50	Passage au sol (fin au sol)	51	Roulade costale				
				55	Roulade au sol sur soi même jambes tendues ou sur pointes						
				58	Roulade sol éventail						
				63	Roulade avant / arrière et dérivés						
				68	Glissade en déplacement, jambe derrière pliée, bassin relevé						
				71	Glissade jambe croisée tendue						
				56	Onde complète sur coup de pied en partant du sol et remontant sur pointes (Dubois) ou contraire / pieds joints	57	Idem que mouvement précédent avec cambré				
				60	flexion dorsale du buste sur les avant bras, jambes tendues en écart ou jambes pliées (Charlotte)	61	Même mouvement avec pied à la tête				
				65	Roulade poisson départ debout ou au sol (flip flop) toutes variations	136	Roulade avant sur une épaule départ au sol avec passage à la verticale ("crevette")				
				69	1/2 T + Glissade en grand écart latéral avec perte de repère visuel						
				70	Glissade arrière, allongé sur le sol à plat ventre, en déplacement						

INTER	0	0,5	1	1,25	1,5						
N1 toute catégorie	0	0,5	1	1,25	1,5						
N2 toute catégorie	0	1,5	2,5	3							
N3 toute catégorie	1,5	2	4		Non autorisé						
DEPLACEMENTS DE BASE	72	Marche sur 1/2 pointes (minimum 4)	73	Pas chassés (minimum 2)	76	1 déboulé	77	T déboulé sauté			
			75	Saut Glissade			78				
	74	Course talon aux fesses (minimum 2)		Pas de bourrée				1T sur les genoux ("déboulé à genoux")			



TABLEAU DES ENGAGEMENTS FREESTYLE

ENGAGEMENTS VERTICAUX	STANDARDS	GROUPE A		GROUPE B		GROUPE C		GROUPE D		GROUPE E		
INTER	0	0,2		0,4		0,6		0,8		1		
N1	0	0	0,5	1		1,5		2		2,5		
N2	0	0,5		1		1,5		2,5		3		
N3	0	1		1,5		2						
PLEINE MAIN	v1	Extérieur MD	v2	Rouler poignet + lâcher MD (bâton 3/4)	v11	Extérieur MG						
INTERIEUR OU CHANGEMENT DE DIRECTION			v10	Intérieur MG ou MD	v12	Boucle envers MD ou MG + lâcher						
EN CONTACT AVEC LE CORPS			v4	Ejection coude	v3	Lâcher sous bras	v5					
							v43					
							v28	Lâcher cou				
EN MEME TEMPS UN ELEMENT MAJEUR			v19	En même temps que petit jeté							v42	
							v10				Lâcher en remontant d'une souplesse (1 seul pied au sol)	
							v11					
DANS ELEMENT MAJEUR			v6	Lâcher autour de la jambe pendant grand jeté + Lancer	v4	Lâcher sous battement	v51					
					v3	MD Sous rond de jambe droite ou gauche	v2					
DANS OU PENDANT UN SAUT			v8	En même temps que saut groupé				v16	Lâcher sous Grand jeté latéral	v48	Lâcher sous grand jeté facial	v46
MANIEMENT GENERAL AVEC REPERE VISUEL					v7	Maniement général avec repère visuel + Lancer ou Lâcher direct (Claveau, Lâcher épaule + cercle)						
					v33							
SAN REPERE VISUEL							v55					
							v24	Lâcher derrière tête endroit ou envers				
							v77	Lâcher dans le dos				
							v56					
							v57					

TABLEAU DES ENGAGEMENTS (page 2)

ENGAGEMENTS HORIZONTAUX		STANDARDS		GROUPE A		GROUPE B		GROUPE C		GROUPE D		GROUPE E	
INTER	0	0,2		0,4		0,6		0,8		1			
N1		0		0,5		1		1,5		2		2,5	
N2		0,5		1		1,5		2		2,5		3	
N3		1		1,5		2		2,5					3,5
PLEINE MAIN			H1	Main gauche	H2	Main droite endroit ou envers							
INTERIEUR OU CHANGEMENT DE DIRECTION								H8	Transformation à l'horizontale				
EN CONTACT AVEC LE CORPS							H4	Lâcher sur le dos de la MD en engagement de la MG dans le dos		H11	Lancer frappé jambe ou pied		
							H9						
							H14	Rouler avec repère visuel + lâcher ou Lancer (fish, rouler bras gauche + bloqué, singer + éjection directe, Hollie rattrapage aveugle MG...)					
							H15						
							H21						
EN MEME TEMPS QU'UN ELEMENT MAJEUR						H23	En même temps que petit jeté		H3	En même temps qu'un élément majeur (battement/ grand jeté/ pied tête/ Grand écart...)	H22	Flip H dans le costal + Lancer	H12
DANS UN ELEMENT MAJEUR									H10	Sous battement (jambe pliée ou tendue)			
MANIEMENT GENERAL AVEC REPERE VISUEL						H17	Maniement général avec repère visuel + Lancer ou lâcher direct (lâcher sous rond de jambe, lâcher MD à MG sous rond de jambe,...)						
						H5							
SANS REPERE VISUEL							H17	Flip H MG rattrapage autour du cou relance direct					
							H16						
							H16	Maniement sans repère visuel H + lâcher ou lancer (flip aveugle même main/ libre dos/ sous bras SD/ rappel arrière...)					
							H18						
							H20						



TABLEAU DES RATTRAPAGES FREESTYLE

		STANDARDS		GROUPE A		GROUPE B		GROUPE C				GROUPE D				GROUPE E											
INTER	V	0		0,2		0,4		0,6				0,8				1											
	H	0		0,4		0,6		0,8				1				1,2											
N1	V	0	0	0,5		1		1,5		1,7		1,9		2,1		2,3		2,5		2,7							
	H	0	0,5	1		1,5		2		2,2		2,4		2,6		2,8		3		3,2							
N2	V	0	0,5	1		1,5		2		NON AUTORISE				NON AUTORISE													
	H	0	1	1,5		2		2,5																			
N3	V	0	1	1,5		2																					
	H	0	1,5	2		2,5																					
PLEINE MAIN		1	Main Droite	2	Main Gauche	3	Main retournée	10	Main retournée avec rotation inversée																		
DOS						5	Dos MG/ Taille MG			26	Aveugle MG ou MD																
						14	Dos MD/ Taille MD	90	MR Dos (uniquement pour Maniement Général)																		
NUQUE/ SD						8	Nuque MG	16	Nuque MD							50	SD										
SUR LE CORPS										33	Ejection coude (rattr MD)					36	1/2 intérieur bras + SD	24	Intérieur bras			38	Intérieur bras aller/retour				
										88	Bloqué coude																
EN MEME TEMPS ou DANS UN ELEMENT MINEUR						6	Sous jambe D ou G			22	Sous jambe pliée Main retournée					86	Sous jambe MR en mouvement										
																45	Sous jambe MR en rotation inverse										
																25	En extension dorsale au sol bras tendu (catherine) ou en grand écart										
EN MEME TEMPS QU'UN ELEMENT MAJEUR						9	Main retournée + illusion									48	Pendant éléments majeurs au sol (poisson, virgule...) passage par chandelle										
DANS UN ELEMENT MAJEUR						15	Sous battement MD ou MG			31	Dans illusion endroit					55	Dans illusion main retournée	49	Dans éléments majeurs au sol (poisson, virgule...) entre les jambes			76	Entre les jambes pendant une souplesse arrière ou rouler sur poitrine				
										17	MD ou MG sous rond de jambe					75	Dans la roue avec changement de jambes et ses dérivées	40	Dans souplesse et ses dérivées								
										27	Dans illusion MG	72	57	43			52		60	Dans la souplesse MR et ses dérivés							
										23	Sous battement Main retournée	30	MD ou MG dans "i" penché	47	Sous battement MR en rotation inversée												
																32	MR dans le rond de jambe droite	47	Rattrapage en Cambré								
										20	Dans illusion non vertical arrivée au sol																
																62	64	61	Dans la souplesse avec changement de jambe et ses dérivées								
DANS UN SAUT						29	Dans sauts jambes pliées MD ou MG (cosaques...)								42	Dans saut jambes pliées MR (cosaques...)	53	Dans le grand jeté latéral	58	Dans costal	63	Dans salto facial et ses dérivés					
						34	Dans sauts MD ou MG (1/2 Ciseaux + battements...)									59	Dans jeté facial										
SANS REPÈRE VISUEL						78	Dans le cou D ou G main retournée			89	Dans fermeture complète					56	MG nuque de face (Jason Travers)										

PROGRESSION MANIEMENT GENERAL SOLO FREESTYLE															TOUTE CATEGORIE								
Niveau Difficulté	FONDAMENTAUX			BASIC			GROUPE A					GROUPE B					GROUPE C						
Valeur brute	2			3			3,5			4,5			5		6			6,5		7,5		8	
PLINE MAN VERTICAL	FLIP	V2.A	Flip/Lâcher ratt A	V2.B	Flip/Lâcher ratt B	V2.C	Flip/Lâcher ratt C1	V3.C		V3.C	Flip/Lâcher ratt C2	V2.C	Flip/Lâcher ratt C3	V2.D	Flip/Lâcher ratt D1	V2.D	Flip/Lâcher ratt D2						
		V3.A	Flip ext + frappé ratt A	V3.B	Flip ext + frappé ratt B	V3.C	Flip ext + frappé ratt C1	V3.C		V3.C	Flip ext + frappé ratt C2	V3.C	Flip ext + frappé ratt C3	V3.D	Flip ext + frappé ratt D1	V3.D	Flip ext + frappé ratt D1						
	INT																						
	INT DOS			V4.A	Flip/Lâcher int dos ratt A	V4.B	Flip/Lâcher int dos ratt B	V4.C		V4.C	Flip/Lâcher int dos ratt C1	V4.C	Flip/Lâcher int dos ratt C2	V4.C	Flip/Lâcher int dos ratt C3	V4.C							
																	Flip/Lâcher int dos + 1T/Déb ratt A	V5.B	Flip/Lâcher int dos + 1T/Déb ratt B				
	1T/DEBOULE AVEC Engt										Engt B + 1T/Déb	V16.C	Engt C + 1T/Déb	V16.D	Engt D + 1T/Déb	V16.D	Engt D + 1T/Déb						
	1T/DEBOULE AVEC RATTRAPAGE			V14	Flip aveugle	V9	Flip av + frappé	V9.A	Flip av + frappé ratt A	V9.B	Flip av + frappé ratt B	V9.C	Flip av + frappé ratt C1	V9.C	Flip av + frappé ratt C2	V9.C	Flip/Lâcher 1T/Déb ratt C1						
	AVEUGLE							V10	Flip/Lâcher av + frappé + 1/2T	V10.A	Flip/Lâcher av + frappé + 1/2T ratt A	V10.B	Flip/Lâcher av + frappé + 1/2T ratt B	V10.C	Flip/Lâcher av + frappé + 1/2T ratt C1	V10.C	Flip/Lâcher av + frappé + 1/2T ratt C2						
																	Flip aveugle ds le Y	V8.1					
	MEME MAIN			V11	Flip/Lâcher aveugle même main	V12	Flip/Lâcher av même main + frappé	V12.A	Flip/Lâcher av même main + frappé ratt A	V12.B	Flip/Lâcher av même main + frappé ratt B	V12.C	Flip/Lâcher av même main + frappé ratt C1	V12.C	Flip/Lâcher av même main + frappé ratt C2	V12.C							
																	Flip/Lâcher av même main + frappé + 1/2T ratt B	V15.B	Flip/Lâcher av même main + frappé + 1/2T ratt B				
USA	V16	USA profil / face						V26.B	USA ratt même main dans le cou	V26.C	USA ratt C1	V26.C	USA ratt C2	V26.C	USA ratt C3	V26.C							
TAILLE				V27	Flip taille frontal	V27.A	Flip taille frontal ratt A	V27.B		V27.C	Flip taille frontal ratt B	V27.C	Flip taille frontal ratt C1	V27.C	Flip taille frontal ratt C2	V27.C							
TAILLE FRONTAL 1T/ DEBOULE					V27.A					V27.C			V27.C	Flip taille frontal + 1T/Déb	V28.A	Flip taille frontal + 1T/Déb ratt A	V28.A						
TAILLE SOUS BRAS					V31	Flip taille ss bras	V31.A		V31.B	Flip taille ss bras ratt A	V31.B	Flip taille ss bras ratt B	V31.B	Flip taille ss bras ratt C1	V31.B	Flip taille ss bras ratt C2	V31.B						
SOUS ROND DE JAMBE		V32	Flip ss RJ	V32.A	Flip ss RJ ratt A	V32.B	Flip ss RJ ratt B	V32.C		V32.C	Flip ss RJ ratt C1	V32.C	Flip ss RJ ratt C2	V32.C	Flip ss RJ ratt C3	V32.C	Flip ss RJ ratt RJ en tournant						
																	Flip ss RJ int + 1/4T ratt ss jambe MG au sol	V33.1	Flip ss RJ ratt RJ en tournant				
SD		V31.1	Rouler frontal env sur même bras + SD											Flip/lâcher SD									
BRAS TENDUS														Flip/Lâcher bras tendus									
FERMETURE COMPLETE														Flip/Lâcher Fermeture complète									
SEISHI														Seishi									
FLASH BACK				V38	Flash back	V38.A		V38.B	Flash back ratt A	V38.C	Flash back ratt B	V38.C	Flash back ratt C1	V38.C	Flash back ratt C1	V38.C	Flash back ratt C1	V38.C					
DANS ELEMENT MAJEUR																	Lâcher ds élément majeur (ill/ roue/ soup)	V46					

MG N2 (page 2)	FONDAMENTAUX		BASIC			GROUPE A			GROUPE B			GROUPE C			
	2	3	3,5	4,5	5	6	6,5	7,5	8						
PRETZEL VERTICAL	CLAVEAU/ EPAULE			Pretzel lâcher épaule MR pdt élément majeur	V51.1	Pretzel lâcher épaule + cercle (Canada)	V51.2								
	MR	V51	Pretzel lâcher épaule MR												
	POINET	V52.1	Cercle + rouler éjection poignet												
	LACHER COU	V53.1	Pretzel lâcher cou ratt même main		Pretzel lâcher cou ratt bras tendu	V53.2						V53.3	Pretzel lâcher cou + 1/2T à D ratt aveugle		
	LIBRE DOS			Pretzel lâcher libre dos (bras tendus alignés)	V54										
	SOUS BRAS	V54	Pretzel lâcher ss bras	V55.A	Pretzel lâcher ss bras ratt A	V55.B	Pretzel lâcher ss bras ratt B	V54.C1	Pretzel lâcher ss bras ratt C1	V54.C2	Pretzel lâcher ss bras ratt C2	V54.C3	Pretzel lâcher ss bras ratt C3	V54.D1	Pretzel lâcher ss bras ratt D1
		V56	Pretzel lâcher ss bras + frappé	V56.A	Pretzel lâcher ss bras + frappé ratt A	V56.B	Pretzel lâcher ss bras + frappé ratt B	V56.C1	Pretzel lâcher ss bras + frappé ratt C1	V56.C2	Pretzel lâcher ss bras + frappé ratt C2	V56.C3	Pretzel lâcher ss bras + frappé ratt C3		
				Pretzel lâcher ss bras + 1T/Déb	V57	Pretzel lâcher ss bras + frappé + 1T/Déb					Pretzel lâcher ss bras + 1T/Déb ratt A				
HORIZONTAL	FLIP	H2	Flip H Int/ext	H2.A	Flip/Lâcher H ratt A	H2.B	Flip/Lâcher H ratt B	H2.C1	Flip/Lâcher H ratt C1	H2.C2	Flip/Lâcher H ratt C2	H2.C3	Flip/Lâcher H ratt C3	H2.D1	Flip/Lâcher H ratt D1
		H3	Flip H int/ext + frappé	H3.A		H3.B	Flip H int/ext + frappé ratt A	H3.B	Flip H int/ext + frappé ratt B	H3.C1	Flip H int/ext + frappé ratt C1	H3.C2	Flip H int/ext + frappé ratt C2	H3.C3	Flip H int/ext + frappé ratt C3
															Flip H ext + 1/2T/Déb ratt MGR bras tendu
	PLEINE MAIN 1T											H3.9			
	AVEUGLE FRAPPE											H4	Flip/Lâcher H 1T/Déb ratt A	H4.5	Flip/Lâcher H 1T/Déb ratt B
	AVEUGLE FRAPPE 1/2T											H5	Flip H aveugle	H5.A	Flip/Lâcher H av + frappé ratt A
	AVEUGLE MEME MAIN											H6		H6.A	Flip/Lâcher H aveugle + frappé + 1/2 T
	INTERIEUR	H7	Flip/Lâcher H MD ratt MG par-dessus retournée	H8	Lâcher H libre dos	H9		H10.B	Lâcher H libre dos ratt B	H11.C1	Lâcher H libre dos ratt C1	H11.C2	Lâcher H aveugle même main	H12	Flip H av même main + frappé
PRETZEL HORIZONTAL	LIBRE DOS				H9			H10.B		H11.C1	Lâcher H libre dos ratt C1	H11.C2	Lâcher H libre dos 1T/Déb ratt B	H12	Lâcher H libre dos 1T/Déb ratt B
		H13	Lâcher H ss batt plié au sol*	H13.A	Lâcher H13 ratt A*	H13.B	Lâcher H13 ratt B*	H13.C1	Lâcher H13 ratt C1*	H13.C2	Lâcher H13 ratt C2*				
	AUTOUR DU COU											H25	Flip/Lâcher H autour cou ratt MGR		
	SOUS ROND DE JAMBE				H22	Flip/Lâcher H ss RJ	H22.A	Flip/Lâcher H ss RJ ratt A	H22.B	Flip/Lâcher H ss RJ ratt B					
	SOUS ROND DE JAMBE 1T											H25	Flip/Lâcher H ss RJ + 1T/Déb		
	LAMBERT											H41.1	Lambert (autre main)	H40	Lambert (même main)
	BRAS TENDU											H40			Flip/Lâcher H bras tendu
	FLASH BACK											H40	H Flash back		
PRETZEL HORIZONTAL	AVEC ELEMENT MAJEUR	H58	Pretzel lâcher H dans batt latéral	H58.1	Pretzel lâcher H dans Y	H58.2	Pretzel lâcher H autour de la jambe pdt illusion	H58.3	Pretzel lâcher H autour de la jambe pdt roue ou souplesse	H58.4	Pretzel lâcher H autour de la jambe pdt roue ou souplesse	H58.5	Pretzel lâcher H ds Y en tournant	H58.6	
	TAILLE/ GENOU														
	COU	H53.2	Pretzel lâcher H cou ratt bras tendu	H54	Lâcher H ss bras	H54.B	Pretzel lâcher H cou ratt ss batt MR	H54.C1	Pretzel lâcher H cou ratt ss batt RJ	H54.C2	Pretzel lâcher H cou ratt ss RJ	H54.C3	Lâcher H ss bras ratt C1	H54.C4	Lâcher H ss bras ratt C2
	SOUS BRAS														

* Le bonus "Travail au sol" ne s'applique pas sur cet élément lorsqu'il est réalisé au sol.

ROULERS N2 (page 2)	FONDAMENTAUX			BASIQUES			GROUPE A				GROUPE B				GROUPE C			
	1	1,5	2	3	3,5	4	5	6	6,5	7,5	8							
VERITABLES (E)	EJECTION				A1	Ejection end			A1,2	Ejection de plus d'une rotation droite ou gauche, envers ou endroit + éjection								
					A2	Ejection env			A2,1	Ejections env même bras (2 ou +)								
					A3	1/2 éjections (2 ou +)			A3,1	1/2 éjections (4 ou +)								
	1/2 EJECTION																	
	EJECTION CHANGEMENT DE BRAS																	
	DIVERS																	
HORIZONTAL	MAINS		Ph2	H Frontal ext/int sur main/poignet	Ph6	H Rouler autour du pouce	Ph7	H Rouler main ext/int au dessus de la tête										
			Ph7,2	H Changement de main ou changement de main bloqué (sandwich)	Ph7,1	H Rouler main ext/ int devant la taille	Ph7,2	H Chg de main en tournant										
	BRAS				BH2	H Latéral sur bras ouvert	BH1,1	H 1/2 Intérieur bras										
	COUDES						CH1,2	H Frontal sur même bras										
	EPAULES						CH1,1	H Frontal sur autre bras										
	COU																	
	NUQUE		NH1	H Nuque	NH1,1	H Bloqué nuque D ou G	NH1,2	H Bloqués nuque DG ou GD	NH2,2	H Neck Roll (1 2 3)	NH4,1	H Educatif libre cou	NH2	H Neck Roll entier (1 2 3 4)	NH4,2	H Libre cou (1 2 3)	NH28	H Bloqué + rouler autour du cou
	BROWN																	
	SINGER																	
	HOLLIE																	
	EJECTION																	

Pratique Artistique Septembre 2025

H Neck Roll au sol jambes tendues
H Neck Roll env entier + bloqués x2

H Neck Roll env entier + bloqués x2

H Neck Roll + passage au sol

H Neck Roll env entier (1 2 3 4)

H Neck Roll env entier + bloqués x2

H Neck Roll au sol jambes tendues

H Neck Roll env entier + bloqués x2

H Neck Roll + passage au sol

H Neck Roll env entier + bloqués x2

H Neck Roll au sol jambes tendues

H Neck Roll env entier + bloqués x2

H Neck Roll + passage au sol

H Neck Roll env entier + bloqués x2

H Neck Roll au sol jambes tendues

H Neck Roll env entier + bloqués x2

H Neck Roll + passage au sol

H Neck Roll env entier + bloqués x2

H Neck Roll au sol jambes tendues

H Neck Roll env entier + bloqués x2

H Neck Roll + passage au sol

H Neck Roll env entier + bloqués x2

H Neck Roll au sol jambes tendues

H Neck Roll env entier + bloqués x2

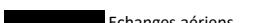
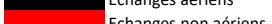
		ECHANGES		LANCERS		ROULERS		MANIEMENT GENERAL	
P-	0 à 4,9			0 à 4,9					
P+	5 à 9,4			5 à 9,4					
F-	9,5 à 13,9		Flip Lâcher simple avec rotation ratt B	9,5 à 13,9					
F+	14 à 18,4		Flip ratt A Lâcher sans rotation descente à genoux (de face)	14 à 18,4					
M-	18,5 à 22,9	E en Lâcher avec rotation sur place	Lâcher avec rotation descente à genoux (de face)	18,5 à 22,9	Fig 8 sur poignet end/env (4) Chg de mains enchainés (2 ou +) Chg de poignets enchainés (2 ou +) Latéral sur bras ouvert 1/2 intérieur bras Nuque = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 2	H Rouler autour du pouce H Rouler main ext/ int devant la taille H Latéral sur bras ouvert H Nuque = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 2	Flip int/ext Ench pretzel 1er degré Flip ext + frappé Pretzel lâcher Claveau (épaule opposée) Cercle + rouler poignet Pretzel lâcher cou = GROUPE BASIQUE N3 : VALEUR 3,5 et 4	Cercle + boucle H Pretzel lâcher H taille / genoux = GROUPE BASIQUE N3 : VALEUR 3,5 et 4	
M+	23 à 27,4	E flippé sur place décalé 2 B avec changement de Main	L. Pose 4ème relevée (L. Simple)	23 à 27,4	Chg de mains en tournant bloqué (sandwich en tournant) Fish end Frontal sur autre bras Frontal sur même bras Coude coude Ouverture latérale Bascule Educatif Neck Roll Ejection end = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3	H Rouler main ext/int au dessus de la tête H Chg de main en tournant H 1/2 Intérieur bras H Frontal sur même bras H Frontal sur autre bras H Bloqué nuque D ou G = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3	Flip/Lâcher ratt A USA profil / face Pretzel lâcher épaule MR Pretzel lâcher ss bras = GROUPE FONDAMENTAUX N2 : Valeur 2	H Flip H int/ext = GROUPE FONDAMENTAUX N2 : Valeur 2	
B-	27,5 à 31,9		L.Simple ratt A L.Descente à genoux (de face) L.Horizontal Pose 4ème relevée	27,5 à 31,9	Fig. 8 sur poignet end bloqué Fish end (1/2T) Latéral sur bras ouvert + éjection Frontal sur autre bras + chg de bras Bloqué nuque D ou G Ejection env 1/2 éjections (2 ou +) Rouler autour de la jambe = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3,5	H Bloqué cou D ou G H Bloqués nuque DG ou GD H Ejection = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3,5	Flip/Lâcher ratt B Flip ext + frappé ratt A USA ratt A Cercle + rouler éjection poignet Pretzel lâcher cou ratt même main Pretzel lâcher ss bras + frappé = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3	Flip H int/ext frappé Lâcher H ss batt plié au sol = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3	
B+	32 à 36,4	E flippé sur place ensemble 2 B renvoi (Lance B1 - renvoi B2 avec ou sans rotation - ratt. B1) 2 Bâtons (pretzel) E H décalé par 2 éléments	L. Simple ratt B L. 1 Tour twirling L. 1 Déboulé L. Passage au sol (1T au sol) L.H ratt A L. H Descente à genoux (de face)	32 à 36,4	Fish env Coude coude bloqué Coude coude + ouverture latérale Bascules (2 ou +) Rouler des épaules Rouler sur épaule Bloqués nuque GD ou DG Educatif 1/2 Carry Ejections end même bras (2 ou +) Ejections end GD ou DG Rouler tête Rouler poignet éjection = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 4	H Bloqués cou GD ou GD H Neck Roll (1 2 3) H Educatif 1/2 Carry H Educatif Singer = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 4	Flip/Lâcher ratt C1 Flip ext + frappé ratt B Flip/Lâcher int dos ratt A Flip aveugle Flip taille frontal Flip ss RJ Rouler frontal env sur même bras + SD Pretzel lâcher épaule MR pdt éléments majeur Pretzel lâcher ss bras ratt A = GROUPE BASIQUE N2 = 3,5	Flip/Lâcher H ratt A Flip/Lâcher H MD ratt MG par-dessus retournée Pretzel lâcher H dans batt latéral Pretzel lâcher H cou ratt bras tendu = GROUPE BASIQUE N2 = 3,5	

Duo N2 B M C (page 2)		ECHANGES	LANCEURS	ROULERS		MANIEMENT GENERAL		
E-	36,5 à 40,9	E dos à dos (1/2 tour) L. 1 T ratt A L. 1 Déb ratt. A L. Passage au sol ratt. A L. Gd écart latéral L. H 1 T L. H 1 Déb L. H Passage au sol	L. 1 T ratt A L. 1 Déb ratt. A L. Passage au sol ratt. A L. Gd écart latéral L. H 1 T L. H 1 Déb L. H Passage au sol	36,5 à 40,9	Fish end en tournant Fish env (1/2T) Intérieur bras Frontal engt ext/ int sur bras + int bras Coude coude enchainés (3 à 5 coudes) 1/2 Fujimi end Educatif bloqué aisselle Neck Roll (1 2 3) Educatif libre cou 1/2 Hollie Ejections env DG ou GD Rouler autour de la jambe + bloqué = GROUPE A : Valeur 5	H Coude coude en tournant H Rouler sur épaule H Educatif libre cou = GROUPE A : Valeur 5	Flip ext + frappé ratt C1 Flip/Lâcher int dos ratt B Flip + frappé Flip aveugle même main Flip taille frontal ratt A Flip taille ss bras Flip ss RJ ratt A Flash back Pretzel lâcher épaule + cercle (Canada) Pretzel lâcher cou ratt bras tendu Pretzel lâcher libre dos (bras tendus alignés) Pretzel lâcher ss bras ratt B Pretzel lâcher ss bras + frappé ratt A Pretzel lâcher ss bras + 1T/Déb = GROUPE A : Valeur 4,5	Flip/Lâcher H ratt B Flip H int/ext frappé ratt A Lâcher H libre dos Lâcher H13 ratt A Pretzel lâcher H ds Y = GROUPE A : Valeur 4,5
E+	41 à 45,4	2 B Lâcher (2 bâtons ensemble) E 1 tour E Horizontal Echange Roulés / Maniement Tranches M- ou M+ E avec technique de corps (élément mineur) 2B Roulés / Maniement Tranche M- ou M+	L. 2 T L. 2 Déb L. 1 T + Passage au sol L. Illusion L. Roue L. Grand jeté L. H 1 T ratt A L. H 1 Déb ratt A L. H Passage au sol ratt A L. H Gd écart latéral	41 à 45,4	Fish env en tournant Coliaux Coude coude bloqués (2 ou +) 1/2 Fujimi env Fish + 1/2 Fujimi end (ou inverse) Bascules (4 ou +) Coude coude + 1 coude endroit ou envers Neck Roll entier (1 2 3 4) Carry endroit ou envers Ejections env même bras (2 ou +) Ejection genou = GROUPE B : Valeur 6	H Fish end H Intérieur bras H Coude coude en tournant (2 ou +) H Rouler des épaules H Neck Roll entier (1 2 3 4) = GROUPE B : Valeur 6	Flip/Lâcher ratt C2 Engt B + 1T/Déb Flip/Lâcher 1T/Déb ratt A Flip + frappé ratt A Flip/Lâcher av + frappé + 1/2T Flip/Lâcher av même main + frappé USA ratt B Flip ss RJ ratt B Pretzel lâcher ss bras ratt C1 Pretzel lâcher ss bras + frappé ratt B Pretzel lâcher ss bras + frappé + 1T/Déb = GROUPE : Valeur 5	Flip/Lâcher H ratt C1 Flip H int/ext + frappé ratt B Flip/Lâcher H ss RJ Lâcher H ss bras = GROUPE A : Valeur 5
Supérieur	45,5 à 50			45,5 à 50	Fish end en tournant 1T et demi ou + Int bras + éjection Coude coude enchainés (6 ou +) Fujimi end Fish + 1/2 Fujimi env (ou inverse) Coude coude + rouler des épaules + coude coude + ouverture latérale Neck Roll entier envers (1 2 3 4) Hollie 1/2 Lucero (end/env) avant Ejection de plus d'une rotation droite ou gauche, envers ou endroit + éjection 1/2 éjections (4 ou +) Ejections end GDG = GROUPE B : Valeur 6,5	H Libre cou (1 2 3) H Neck Roll entier enchainés (2 ou +) H Neck Roll + passage au sol H Neck Roll env (1 2 3) H Carry 1T Brown H Hollie = GROUPE B : Valeur 6,5	Flip/Lâcher ratt C3 Flip ext + frappé ratt C2 Flip int latéral GD ou DG au-dessus de la tête Flip/Lâcher int dos ratt C1 Flip + frappé ratt B Flip/Lâcher av + frappé + 1/2T ratt A Flip/Lâcher av même main + frappé ratt A USA ratt C1 Flip taille frontal ratt B Flip taille ss bras ratt A Flip ss RJ ratt C1 Flip/Lâcher bras tendus Flash back ratt A Pretzel lâcher ss bras ratt C2 Pretzel lâcher ss bras + frappé ratt C1 = GROUPE B : Valeur 6	Flip/Lâcher H ratt C2 Flip H int/ext + frappé ratt C1 Lâcher H libre dos ratt B Lâcher H13 ratt B Flip/Lâcher H ss RJ ratt A Pretzel lâcher H autour de la jambe pdt illusion Lâcher H ss bras ratt A = GROUPE B : Valeur 6

Pratique Artistique

Septembre 2025

Légende échanges aériens

	Echanges aériens
	Echanges non aériens

ECHANGES		LANCEURS		ROULERS		MANIEMENT GENERAL	
P-	0 à 4,9	0 à 4,9					
P+	5 à 9,4	5 à 9,4					
F-	9,5 à 13,9	E en Lâcher avec rotation sur place	Lâcher avec rotation descente à genoux (de face)	9,5 à 13,9	Fig 8 sur poignet end/env (4) Chg de mains enchainés (2 ou +) Chg de poignets enchainés (2 ou +) Latéral sur bras ouvert 1/2 intérieur bras Nuque = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 2	H Rouler autour du pouce H Rouler main ext/ int devant la taille H Latéral sur bras ouvert H Nuque = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 2	Flip int/ext Ench pretzel 1er degré Flip ext + frappé Pretzel lâcher Claveau (épaule opposée) Cercle + rouler poignet Pretzel lâcher cou = GROUPE BASIQUE N3 : VALEUR 3,5 et 4 = GROUPE BASIQUE N3 : VALEUR 3,5 et 4
F+	14 à 18,4	E flippé sur place décalé 2 B avec changement de Main	L. Pose 4ème relevée (L. Simple)	14 à 18,4	Chg de mains en tournant bloqué (sandwich en tournant) Fish end Frontal sur autre bras Frontal sur même bras Coude coude Ouverture latérale Bascule Educatif Neck Roll Ejection end = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3	H Rouler main ext/int au dessus de la tête H Chg de main en tournant H 1/2 Intérieur bras H Frontal sur même bras H Frontal sur autre bras H Bloqué nuque D ou G = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3	Flip/Lâcher ratt A USA profil / face Pretzel lâcher épaule MR Pretzel lâcher ss bras = GROUPE FONDAMENTAUX N2 : Valeur 2 = GROUPE FONDAMENTAUX N2 : Valeur 2
M-	18,5 à 22,9	L. Simple ratt A L. Descente à genoux (de face) L.Horizontal Pose 4ème relevée		18,5 à 22,9	Fig. 8 sur poignet end bloqué Fish end (1/2T) Latéral sur bras ouvert + éjection Frontal sur autre bras + chg de bras Bloqué nuque D ou G Ejection env 1/2 éjections (2 ou +) Rouler autour de la jambe = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3,5	H Bloqué cou D ou G H Bloqués nuque DG ou GD H Ejection = GROUPE BASIQUE N2 : 3,5	Flip/Lâcher ratt B Flip ext + frappé ratt A USA ratt A Cercle + rouler éjection poignet Pretzel lâcher cou ratt même main Pretzel lâcher ss bras + frappé = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3 = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3
M+	23 à 27,4	E flippé sur place ensemble 2 B renvoi (Lance B1 - renvoi B2 avec ou sans rotation - ratt. B1) 2 Bâtons (pretzel) E H décalé par 2 éléments	L. Simple ratt GROUPE B L. 1 Tour twirling L. 1 Déboulé L. Passage au sol (1T au sol) L.H ratt A L. H Descente à genoux (de face)	23 à 27,4	Fish env Coude coude bloqué Coude coude + ouverture latérale Bascules (2 ou +) Rouler des épaules Rouler sur épaule Bloqués nuque GD ou DG Educatif 1/2 Carry Ejections end même bras (2 ou +) Ejections end GD ou DG Rouler tête Rouler poignet éjection = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 4	H Bloqués cou DG ou GD H Neck Roll (1 2 3) H Educatif 1/2 Carry H Educatif Singer = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 4	Flip/Lâcher ratt C1 Flip ext + frappé ratt B Flip/Lâcher int dos ratt A Flip aveugle Flip taille frontal Flip ss RJ Rouler frontal env sur même bras + SD Pretzel lâcher épaule MR pdt éléments majeur Pretzel lâcher ss bras ratt A = GROUPE BASIQUE N2 = 3,5 = GROUPE BASIQUE N2 = 3,5

Duo N2 J et S (page 2)		ECHANGES	LANCEURS	ROULERS		MANIEMENT GENERAL		
B-	27,5 à 31,9	E dos à dos (1/2 tour)	L. 1 T ratt A L. 1 Déb ratt. A L. Passage au sol ratt. A L. Gd écart latéral L. H 1 T L. H 1 Déb L. H Passage au sol	27,5 à 31,9	Fish end en tournant Fish env (1/2T) Intérieur bras Frontal engt ext/ int sur bras + int bras Coude coude enchainés (3 à 5 coudes) 1/2 Fujimi end Educatif bloqué aisselle Neck Roll (1 2 3) Educatif libre cou 1/2 Hollie Ejections env DG ou GD Rouler autour de la jambe + bloqué = GROUPE A : Valeur 5	H Coude coude en tournant H Rouler sur épaule H Educatif libre cou = GROUPE A : Valeur 5	Flip ext + frappé ratt C1 Flip/Lâcher int dos ratt B Flip av + frappé Flip aveugle même main Flip taille frontal ratt A Flip taille ss bras Flip ss RJ ratt A Flash back Pretzel lâcher épaule + cercle (Canada) Pretzel lâcher cou ratt bras tendu Pretzel lâcher libre dos (bras tendus alignés) Pretzel lâcher ss bras ratt B Pretzel lâcher ss bras + frappé ratt A Pretzel lâcher ss bras + 1T/Déb = GROUPE A : Valeur 4,5	Flip/Lâcher H ratt B Flip H int/ext frappé ratt A Lâcher H libre dos Lâcher H13 ratt A Pretzel lâcher H ds Y = GROUPE A : Valeur 4,5
B+	32 à 36,4	2 B Lâcher (2 bâtons ensemble) E 1 tour E Horizontal Echange Rouler/MG Tranches F- ou F+ 2B Rouler /MG Tranches F- ou F+	L. 2 T L. 2 Déb L. 1 T + Passage au sol L. Illusion L. Roue L. Grand jeté L. H 1 T ratt A L. H 1 Déb ratt A L. H Passage au sol ratt A L. H Gd écart latéral	32 à 36,4	Fish env en tournant Coliaux Coude coude bloqués (2 ou +) 1/2 Fujimi env Fish + 1/2 Fujimi end (ou inverse) Bascules (4 ou +) Coude coude + 1 coude endroit ou envers Neck Roll entier (1 2 3 4) Carry endroit ou envers Ejections env même bras (2 ou +) Ejection genou = GROUPE B : Valeur 6	H Fish end H Intérieur bras H Coude coude en tournant (2 ou +) H Rouler des épaules H Neck Roll entier (1 2 3 4) = GROUPE B : Valeur 6	Flip/Lâcher ratt C2 Engt B + 1T/Déb Flip/Lâcher 1T/Déb ratt A Flip av + frappé ratt A Flip/Lâcher av + frappé + 1/2T Flip/Lâcher av même main + frappé USA ratt B Flip ss RJ ratt B Pretzel lâcher ss bras ratt C1 Pretzel lâcher ss bras + frappé ratt B Pretzel lâcher ss bras + frappé + 1T/Déb = GROUPE A : Valeur 5	Flip/Lâcher H ratt C1 Flip H int/ext + frappé ratt B Flip/Lâcher H ss RJ Lâcher H ss bras = GROUPE A : Valeur 5
E-	36,5 à 40,9	2B avec technique de corps (élément mineur) E avec technique de corps (élément mineur) Echange Rouler/MG Tranches M- ou M+ 2B Rouler /MG Tranches M- ou M+	L. 2 T ratt A L. 2 Déb ratt A L. Passage au sol + Gd écart latéral L. ill ratt A L. roue ratt A L. Passage au sol + Gd écart latéral L. Souplesse L. Engt Gd jeté + Gd jeté L. H 2T L. H 2 Déb L. H III L. H Roue L. H 1 T + Passage au sol	36,5 à 40,9	Fish end en tournant 1T et demi ou + Int bras + éjection Coude coude enchainés (6 ou +) Fujimi end Fish + 1/2 Fujimi env (ou inverse) Coude coude + rouler des épaules + coude coude + ouverture latérale Neck Roll entier envers (1 2 3 4) Hollie 1/2 Lucero (end/env) avant Ejection de plus d'une rotation droite ou gauche, envers ou endroit + éjection 1/2 éjections (4 ou +) Ejections end GDG = GROUPE B : Valeur 6,5	H Libre cou (1 2 3) H Neck Roll entier enchainés (2 ou +) H Neck Roll + passage au sol H Neck Roll env (1 2 3) H Carry 1T Brown H Hollie = GROUPE B : Valeur 6,5	Flip/Lâcher ratt C3 Flip ext + frappé ratt C2 Flip int latéral GD ou DG au-dessus de la tête Flip/Lâcher int dos ratt C1 Flip av + frappé ratt B Flip/Lâcher av + frappé + 1/2T ratt A Flip/Lâcher av même main + frappé ratt A USA ratt C1 Flip taille frontal ratt B Flip taille ss bras ratt A Flip ss RJ ratt C1 Flip/Lâcher bras tendus Flash back ratt A Pretzel lâcher ss bras ratt C2 Pretzel lâcher ss bras + frappé ratt C1 = GROUPE B : Valeur 6	Flip/Lâcher H ratt C2 Flip H int/ext + frappé ratt C1 Lâcher H libre dos ratt B Lâcher H13 ratt B Flip/Lâcher H ss RJ ratt A Pretzel lâcher H autour de la jambe pdt illusion Lâcher H ss bras ratt A = GROUPE B : Valeur 6

Duo N2 J et S (page 3)		ECHANGES	LANCERS	ROULERS		MANIEMENT GENERAL		
E+	41 à 45,4	E flippé en déplacement ensemble E 2 T E H 1 T E dos à dos (1T complet) 2 B 1T/1Déb/1 Passage au sol 2 B avec Rouler/MG Tranches B- ou B+ Echange Rouler/MG Tranches B- ou B+ E avec 1T danse (par 1 élément) E avec technique de corps (élément majeur :Roue/Souplesse/Saut/III) E flippé avec soit Engt ou Ratt A par 1 élément	L. 3 T L. 3 Déb L. 2 T + Passage au sol L. 1 T + ill L. 1 T + roue L. 1 Déb + roue L. ill + Passage au sol L. Engt Gd jeté + roue L. H 2 T ratt A L. H 2 Déb ratt A L. H ill ratt A L. H roue ratt A L. H 1 T + Passage au sol ratt A L. H Passage au sol + Gd écart latéral L. H souplesse	41 à 45,4	Fish env en tournant 1T et demi ou + Intérieur bras frontal Coliaux (2+) Fujimi end enchainés (2 ou +) Fujimi env 1/2 Fujimi end en tournant Neck Roll entier (2 ou +) Libre cou entier (1 2 3 4) Carry avec engt rouler cou et sortie Hollie éjecté Flip ou éjection ratt cou Ejections env DGD = GROUPE C : Valeur 7,5	H Bloqué + rouler autour du cou H Neck Roll entier + bloqués x2 H Neck Roll env entier (1 2 3 4) H carry sur cou droit (2 ou +) H Ejections même bras (2 ou +) = GROUPE C : Valeur 7,5	Flip/Lâcher ratt D1 Flip ext + frappé ratt C3 Flip/Lâcher int dos ratt C2 Engt C + 1T/Déb Flip/Lâcher 1T/Déb ratt B Flip av + frappé ratt C1 Flip/Lâcher av + frappé + 1/2T ratt B Flip/Lâcher av même main + frappé ratt B Flip/Lâcher av même main + frappé + 1/2T USA ratt C2 Flip taille frontal ratt C1 Flip taille ss bras ratt B Flip ss RJ ratt C2 Flip/lâcher SD Flip/Lâcher Fermeture complète Seishi Pretzel lâcher ss bras ratt C3 Pretzel lâcher ss bras + frappé ratt C2 Pretzel lâcher ss bras + 1T/Déb ratt A = GROUPE B : Valeur 6,5	Flip/ lâcher H ratt C3 Flip H int/ext + frappé ratt C2 Lâcher MG 1T/Déb ratt A Flip H aveugle Pretzel lâcher H cou ratt ss batt MR Lâcher ss bras H ratt B = GROUPE B : Valeur 6,5
Supérieur	45,5 à 50			Fish frontal en tournant (2T ou +) 1T intérieur du bras Double 1/2 Fujimi end Fujimi avec 1 bras ouvert Passage dos end Neck Roll entier envers (2 ou +) Carry (2 ou +) endroit ou envers Hollie sur la tête Lucero arrière avec mains Ejection avec 1T droite ou gauche, envers ou endroit Ejections en tournant Ejections chg bras (4 ou +) = GROUPE C : Valeur 8	H Fish env H Coliaux H Neck Roll au sol jambes tendues H Neck Roll env entier + bloqués x2 H Neck Roll + Carry D ou G Brown (2 ou +) = GROUPE C : Valeur 8	H Fish env H Coliaux H Neck Roll au sol jambes tendues H Neck Roll env entier + bloqués x2 H Neck Roll + Carry D ou G Brown (2 ou +) = GROUPE C : Valeur 8	Flip/Lâcher int dos ratt C3 Flip/Lâcher int dos + 1T/Déb ratt A Flip av + frappé ratt C2 Flip / Lâcher av + frappé + 1/2T ratt C1 Flip/Lâcher av même main + frappé ratt C1 Flip / Lâcher av même main + frappé + 1/2T ratt A USA ratt C3 Flip taille frontal ratt C2 Flip taille frontal + 1T/Déb Flip taille ss bras ratt C1 Flip ss RJ ratt C3 Flip ss RJ int + 1/4 tour ratt ss jambe MG au sol Flash back ratt B Pretzel lâcher cou 1/2T à D ratt aveugle Pretzel lâcher ss bras + frappé ratt C3 = GROUPE C : Valeur 7,5 + NIVEAU SUPERIEUR N2 GROUPE C : Valeur 8	Flip H ext + 1/2T/Déb ratt MGR bras tendu Lâcher MG 1T/Déb ratt B Flip/Lâcher H av + frappé Flip H aveugle même main Lâcher H libre dos ratt C1 Lâcher H libre dos 1T/Déb ratt A Lâcher H13 ratt C1 Flip/Lâcher H ss RJ ratt B Lambert (autre main) H Flash back Pretzel lâcher H autour de la jambe pdt roue ou souplesse Lâcher H ss bras ratt C1 = GROUPE C : Valeur 7,5 + GROUPE C : Valeur 8

Pratique artistique

Légende échanges aériens

Echanges aériens
Echanges non aériens

Septembre 2025

		ECHANGES	LANCERS	ROULERS	MANIEMENT GENERAL	
P-	0 à 4,9			0 à 4,9		
P+	5 à 9,4			5 à 9,4		
F-	9,5 à 13,9	E en lâcher à 2/3 éléments	Flip Lâcher simple avec rotation ratt B	9,5 à 13,9		
F+	14 à 18,4		Flip Ratt A Lâcher sans rotation descente à genoux (de face)	14 à 18,4		
M-	18,5 à 22,9	E en lâcher décalé à 6 éléments	Lâcher avec rotation descente à genoux (de face)	18,5 à 22,9 Fig 8 sur poignet end/env (4) Chg de mains enchainés (2 ou +) Chg de poignets enchainés (2 ou +) Latéral sur bras ouvert 1/2 intérieur bras Nuque = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 2	H Rouler autour du pouce H Rouler main ext/int devant la taille H Latéral sur bras ouvert H Nuque = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 2	Flip int/ext Ench pretzel 1er degré Cercle + boucle H = GROUPE BASIQUE N3 : Valeur 3,5
M+	23 à 27,4	E flippé sur place décalé à 2/3 E en lâcher ensemble par tous les éléments 2 B avec changement de Main	L. Pose 4ème relevée (L.Simple)	23 à 27,4 Chg de mains en tournant bloqué (sandwich en tournant) Fish end Frontal sur autre bras Frontal sur même bras Coude coude Ouverture latérale Bascule Educatif Neck Roll Ejection end = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3	H Rouler main ext/int au dessus de la tête H Chg de main en tournant H 1/2 intérieur bras H Frontal sur même bras H Frontal sur autre bras H Bloqué nuque D ou G = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3	Flip ext + frappé Pretzel lâcher Claveau (épaule opposée) Cercle + rouler poignet Pretzel lâcher cou = GROUPE BASIQUE N3 : Valeur 4
B-	27,5 à 31,9		L.Simple ratt A L.Descente à genoux (de face) L.Horizontal Pose 4ème relevée	27,5 à 31,9 Fish end Frontal sur autre bras + chg de bras Coude coude Bascule Ejection env 1/2 éjection (2 ou +) = GROUPE FONDAMENTAUX N2 : Valeur 2	H Frontal sur autre bras H Bloqué cou D ou G = GROUPE FONDAMENTAUX N2 : Valeur 2	Flip/Lâcher ratt A USA profil / face Pretzel lâcher épaule MR Pretzel lâcher ss bras = GROUPE FONDAMENTAUX N2 : Valeur 2
B+	32 à 36,4	E flippé sur place en ligne à 5 éléments + 1 différé E flippé sur place ensemble à 2/3 (face à face) 2B (pretzel) E H décalé par 2 éléments Educatif Jonglage (B1 - B2) pour soi Educatif 3 bâtons (B1 engagé par un autre athlète - B2 renvoyé - B3 en main) Educatif jonglage face à face (A1 lance à A2 - A2 lance à A1 en différé - A1 lance à A3 en différé 3 bâtons (Lance B1 + renvoi B2 + B3 sans rotation)	L. Simple ratt B L. 1 Tour twirling L. 1 Déboulé L. Passage au sol (1T au sol) L. H ratt A L. H Descente à genoux (de face)	32 à 36,4 Fig. 8 sur poignet end bloqué Fish end (1/2T) Latéral sur bras ouvert + éjection Frontal sur autre bras + chg de bras Bloqué nuque D ou G Ejection env 1/2 éjections (2 ou +) Rouler autour de la jambe = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3,5	H Bloqué cou D ou G H Bloqués nuque DG ou GD H Ejection = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3,5	Flip/Lâcher ratt B Flip ext + frappé ratt A USA ratt A Cercle + rouler éjection poignet Pretzel lâcher cou ratt même main Pretzel lâcher ss bras + frappé = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3

EQUIPE N2 B M C + GROUPE J S (page 2)		ECHANGES	LANCERS		ROULERS		MANIEMENT GENERAL	
E-	36,5 à 40,9	Echange Flippé ensemble (sans croisement) 2 Bâtons (B1 Lancé flippé pour soi B2 lancé Flippé pour A1)	L. 1 T ratt A L. 1 Déb ratt. A L. Passage au sol ratt. A L. Gd écart latéral L. H 1 T L. H 1 Déb L. H Passage au sol	36,5 à 40,9	Fish env Coudre coudre bloqué Coudre coudre + ouverture latérale Bascules (2 ou +) Rouler des épaules Rouler sur épaule Bloqués nuque GD ou DG Educatif 1/2 Carry Ejections end même bras (2 ou +) Ejections end GD ou DG Rouler tête Rouler poignet éjection = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 4	H Bloqués cou DG ou GD H Neck Roll (1 2 3) H Educatif 1/2 Carry H Educatif Singer = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 4	Flip/Lâcher ratt C1 Flip ext + frappé ratt B Flip/Lâcher int dos ratt A Flip aveugle Flip taille frontal Flip ss RJ Rouler frontal env sur même bras + SD Pretzel lâcher épaule MR pdt éléments majeur Pretzel lâcher ss bras ratt A = GROUPE BASIQUE N2 = 3,5	Flip/Lâcher H ratt A Flip/Lâcher H MD ratt MG par-dessus retournée Pretzel lâcher H dans batt latéral Pretzel lâcher H cou ratt bras tendu = GROUPE BASIQUE N2 = 3,5
E+	41 à 45,4	E flippé ensemble (avec croisement) E flippé en déplacement décalé à 2/3 éléments E 1T (2 par 2) E dos à dos (1/2 T) 2 B Lâcher (2 bâtons ensemble) 2 Bâtons Rouler / MG tranches M- à B- E H ensemble par 2 Jonglage (B1 & B2 pour soi - B3 renvoi) 3 bâtons (B1 engagé par un autre athlète - B2 renvoyé - B3 renvoyé) Jonglage face à face (enchaîné 1 2 3 4) Educatif 3 bâtons en tournant (carré - Lance B1, chg de main, 1/4 de tour, Lance B2, Ratt. B1, Ratt. B2) Echange Roulés / Maniement de la tranche M- à B-	L. 2 T L. 2 Déb L. 1 T+ Passage au sol L. Illusion L. Roue L. Grand jeté L. H 1 T ratt. A L. H 1 Déb ratt A L. H Passage au sol ratt A L. H Gd écart latéral	41 à 45,4	Fish end en tournant Fish env (1/2T) Intérieur bras Frontal engt ext/ int sur bras + int bras Coudre coudre enchainés (3 à 5 coudes) 1/2 Fujimi end Educatif bloqué aisselle Neck Roll (1 2 3) Educatif libre cou 1/2 Hollie Ejections env DG ou GD Rouler autour de la jambe + bloqué = GROUPE A : Valeur 5	H Coudre coudre en tournant H Rouler sur épaule H Educatif libre cou = GROUPE A : Valeur 5	Flip ext + frappé ratt C1 Flip/Lâcher int dos ratt B Flip av + frappé Flip aveugle même main Flip taille frontal ratt A Flip taille ss bras Flip ss RJ ratt A Flash back Pretzel lâcher épaule + cercle (Canada) Pretzel lâcher cou ratt bras tendu Pretzel lâcher libre dos (bras tendus alignés) Pretzel lâcher ss bras ratt B Pretzel lâcher ss bras + frappé ratt A Pretzel lâcher ss bras + 1T/Déb = GROUPE A : Valeur 4,5	Flip/Lâcher H ratt B Flip H int/ext frappé ratt A Lâcher H libre dos Lâcher H13 ratt A Pretzel lâcher H ds Y = GROUPE A : Valeur 4,5
Supérieur	45,5 à 50			45,5 à 50	Fish env en tournant Coliaux Coudre coudre bloqués (2 ou +) 1/2 Fujimi env Fish + 1/2 Fujimi end (ou inverse) Bascules (4 ou +) Coudre coudre + 1 coudre endroit ou envers Neck Roll entier (1 2 3 4) Carry endroit ou envers Ejections env même bras (2 ou +) Ejection genou = GROUPE B : Valeur 6	H Fish end H Intérieur bras H Coudre coudre en tournant (2 ou +) H Rouler des épaules H Neck Roll entier (1 2 3 4) = GROUPE B : Valeur 6	Flip/Lâcher ratt C2 Engt B + 1T/Déb Flip/Lâcher 1T/Déb ratt A Flip av + frappé ratt A Flip/Lâcher av + frappé + 1/2T Flip/Lâcher av même main + frappé USA ratt B Flip ss RJ ratt B Pretzel lâcher ss bras ratt C1 Pretzel lâcher ss bras + frappé ratt B Pretzel lâcher ss bras + frappé + 1T/Déb = GROUPE A : Valeur 5	Flip/Lâcher H ratt C1 Flip H int/ext + frappé ratt B Flip/Lâcher H ss RJ Lâcher H ss bras = GROUPE A : Valeur 5

Pratique Artistique

Septembre 2025

Légende échanges aériens

 Echanges aériens
 Echanges non aériens

2 bâtons: si ils sont réalisés par 50% de l'effectif

3 bâtons: Si ils sont réalisés par au moins 1/3 de l'effectif et que les renvois sont réalisés à des athlètes différents

		ECHANGES		LANCERS		ROULERS		MANIEMENT GENERAL		
P-	0 à 4,9					0 à 4,9				
P+	5 à 9,4					5 à 9,4				
F-	9,5 à 13,9					9,5 à 13,9				
F+	14 à 18,4	E en lâcher décalé à 6 éléments	Lâcher avec rotation descente à genoux (de face)		14 à 18,4	Changement de main Changement de poignet Changement de bras Bloqué autre bras = GROUPE FONDAMENTAUX N2 : Valeur 1,5	H Frontal ext/int sur main/poignet H Changement de main ou changement de main bloqué (sandwich) = GROUPE FONDAMENTAUX N2 : Valeur 1,5	Flip int/ext Ench pretzel 1er degré = GROUPE BASIQUE N3 : Valeur 3,5	Cercle + boucle H = GROUPE BASIQUE N3 : Valeur 3,5	
M-	18,5 à 22,9	E flippé sur place décalé à 2/3 E en lâcher ensemble par tous les éléments 2 B avec changement de Main	L. Pose 4ème relevée (L. Simple)		18,5 à 22,9	Fig 8 sur poignet end/env (4) Chg de mains enchainés (2 ou +) Chg de poignets enchainés (2 ou +) Latéral sur bras ouvert 1/2 intérieur bras Nuque = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 2	H Rouler autour du pouce H Rouler main ext/int devant la taille H Latéral sur bras ouvert H Nuque = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 2	Flip ext + frappé Pretzel lâcher Claveau (épaule opposée) Cercle + rouler poignet Pretzel lâcher cou = GROUPE BASIQUE N3 : Valeur 4	Pretzel lâcher H taille / genoux = GROUPE BASIQUE N3 : Valeur 4	
M+	23 à 27,4		L.Simple ratt A L.Descente à genoux (de face) L.Horizontal Pose 4ème relevée		23 à 27,4	Chg de mains en tournant bloqué (sandwich en tournant) Fish end Frontal sur autre bras Frontal sur même bras Coude coude Ouverture latérale Bascule Educatif Neck Roll Ejection end = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3	H Rouler main ext/int au dessus de la tête H Chg de main en tournant H 1/2 intérieur bras H Frontal sur même bras H Frontal sur autre bras H Bloqué nuque D ou G = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3	Flip/Lâcher ratt A USA profil / face Pretzel lâcher épaule MR Pretzel lâcher ss bras = GROUPE FONDAMENTAUX N2 : Valeur 2	H Flip H int/ext = GROUPE FONDAMENTAUX N2 : Valeur 2	
B-	27,5 à 31,9	E flippé sur place en ligne à 5 éléments + 1 différé E flippé sur place ensemble à 2/3 (face a face) 2B (pretzel) E H décalé par 2 éléments Educatif Jonglage (B1 - B2) pour soi Educatif 3 bâtons (B1 engagé par un autre athlète - B2 renvoyé - B3 en main) Educatif jonglage face à face (A1 lance à A2 - A2 lance à A1 en différé - A1 lance à A3 en différé 3 bâtons (Lance B1 + renvoi B2 + B3 sans rotation)	L. Simple ratt B L. 1 Tour twirling L. 1 Déboulé L. Passage au sol (1T au sol) L. H ratt A L. H Descente à genoux (de face)		27,5 à 31,9	Fig. 8 sur poignet end bloqué Fish end (1/2T) Latéral sur bras ouvert + éjection Frontal sur autre bras + chg de bras Bloqué nuque D ou G Ejection env 1/2 éjections (2 ou +) Rouler autour de la jambe = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3,5	H Bloqué cou D ou G H Bloqués nuque DG ou GD H Ejection = GROUPE BASIQUE N2 : 3,5	Flip/Lâcher ratt B Flip ext + frappé ratt A USA ratt A Cercle + rouler éjection poignet Pretzel lâcher cou ratt même main Pretzel lâcher ss bras + frappé = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3	Flip H int/ext frappé Lâcher H ss batt plié au sol = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 3	
B+	32 à 36,4	Echange Flippé ensemble (sans croisement) 2 Bâtons (B1 Lancé flippé pour soi B2 lancé Flippé pour A1)	L. 1 T ratt A L. 1 Déb ratt. A L. Passage au sol ratt. A L. Gd écart latéral L. H 1 T L. H 1 Déb L. H Passage au sol		32 à 36,4	Fish env Coude coude bloqué Coude coude + ouverture latérale Bascules (2 ou +) Rouler des épaules Rouler sur épaule Bloqués nuque GD ou DG Educatif 1/2 Carry Ejections end même bras (2 ou +) Ejections end GD ou DG Rouler tête Rouler poignet éjection = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 4	H Bloqués cou DG ou GD H Neck Roll (1 2 3) H Educatif 1/2 Carry H Educatif Singer = GROUPE BASIQUE N2 : Valeur 4	Flip/Lâcher ratt C1 Flip ext + frappé ratt B Flip/Lâcher int dos ratt A Flip aveugle Flip taille frontal Flip ss RJ Rouler frontal env sur même bras + SD Pretzel lâcher épaule MR pdt éléments majeur Pretzel lâcher ss bras ratt A = GROUPE BASIQUE N2 : 3,5	Flip/Lâcher H ratt A Flip/Lâcher H MD ratt MG par-dessus retournée Pretzel lâcher H dans batt latéral Pretzel lâcher H cou ratt bras tendu = GROUPE BASIQUE N2 = 3,5	

EQUIPE N2 J S (page 2)		ECHANGES	LANCERS	ROULERS		MANIEMENT GENERAL		
E-	36,5 à 40,9	<p>E flippé ensemble (avec croisement) E flippé en déplacement décalé à 2/3 éléments E 1T (2 par 2) E dos à dos (1/2 T) 2 B Lâcher (2 bâtons ensemble) 2 Bâtons Rouler/MG tranches F+ ou M+ E H ensemble par 2</p> <p>Jonglage (B1 & B2 pour soi - B3 renvoi) 3 bâtons (B1 engagé par un autre athlète - B2 renvoyé - B3 renvoyé) Jonglage face à face (enchainé 1 2 3 4) Educatif 3 bâtons en tournant (carré - Lance B1, chgt de main, 1/4 de tour, Lance B2, Ratt. B1, Ratt. B2) Echange Roulés / MG de la tranches F+ ou M+</p>	<p>L. 2 T L. 2 Déb L. 1 T+ Passage au sol L. Illusion L. Roue L. Grand jeté</p> <p>L. H 1 T ratt. A L. H 1 Déb ratt. A L. H Passage au sol ratt A L. H Gd écart latéral</p>	36,5 à 40,9	<p>Fish end en tournant Fish env (1/2T) Intérieur bras Frontal engt ext/ int sur bras + int bras Coude coude enchainés (3 à 5 coudes) 1/2 Fujimi end Educatif bloqué aisselle Neck Roll (1 2 3) Educatif libre cou 1/2 Hollie Ejections env DG ou GD Rouler autour de la jambe + bloqué</p> <p>= GROUPE A : Valeur 5</p>	<p>H Coude coude en tournant H Rouler sur épaule H Educatif libre cou</p> <p>= GROUPE A : Valeur 5</p>	<p>Flip ext + frappé ratt C1 Flip/Lâcher int dos ratt B Flip av + frappé Flip aveugle même main Flip taille frontal ratt A Flip taille ss bras Flip ss RJ ratt A Flash back Pretzel lâcher épaule + cercle (Canada) Pretzel lâcher cou ratt bras tendu Pretzel lâcher libre dos (bras tendus alignés) Pretzel lâcher ss bras ratt B Pretzel lâcher ss bras + frappé ratt A Pretzel lâcher ss bras + 1T/Déb</p> <p>= GROUPE A : Valeur 4,5</p>	<p>Flip/Lâcher H ratt B Flip H int/ext frappé ratt A Lâcher H libre dos Lâcher H13 ratt A Pretzel lâcher H ds Y</p> <p>= GROUPE A : Valeur 4,5</p>
E+	41 à 45,4	<p>L. 2 T ratt. A L. 2 Déb ratt. A L. Passage au sol + Gd écart latéral L. ill ratt. A L. roue ratt. A L. Passage au sol + Gd écart latéral L. Souplesse L. Engt Gd jeté + Gd jeté</p> <p>L. H 2 T L. H 2 Déb L. H ill L. H Roue L. H 1 T + Passage au sol</p>	<p>L. H 2 T ratt. A L. H 2 Déb ratt. A L. H ill ratt. A L. H Roue L. H 1 T + Passage au sol</p>	41 à 45,4	<p>Fish env en tournant Coliaux Coude coude bloqués (2 ou +) 1/2 Fujimi env Fish + 1/2 Fujimi end (ou inverse) Bascules (4 ou +) Coude coude + 1 coude endroit ou envers Neck Roll entier (1 2 3 4) Carry endroit ou envers Ejections env même bras (2 ou +) Ejection genou</p> <p>= GROUPE B : Valeur 6</p>	<p>H Fish end H Intérieur bras H Coude coude en tournant (2 ou +) H Rouler des épaules H Neck Roll entier (1 2 3 4)</p> <p>= GROUPE B : Valeur 6</p>	<p>Flip/Lâcher ratt C2 Engt B + 1T/Déb Flip/Lâcher 1T/Déb ratt A Flip av + frappé ratt A Flip/Lâcher av + frappé + 1/2T Flip/Lâcher av même main + frappé USA ratt B Flip ss RJ ratt B Pretzel lâcher ss bras ratt C1 Pretzel lâcher ss bras + frappé ratt B Pretzel lâcher ss bras + frappé + 1T/Déb</p> <p>= GROUPE A : Valeur 5</p>	<p>Flip/Lâcher H ratt C1 Flip H int/ext + frappé ratt B Flip/Lâcher H ss RJ Lâcher H ss bras</p> <p>= GROUPE A : Valeur 5</p>
Supérieur	45,5 à 50	<p>E flippé ensemble avec croisement eng ou ratt A par 1 élément E dos à dos (1 T) 2 Bâtons 1T/1 Déb / 1 Passage au sol 2 B Rouler / MG Tranches B- ou B+ E Horizontal ensemble par 3</p> <p>Jonglage (B1 B2 B3 pour soi - B4 renvoi) 3 Bâtons (B1 engagé par un autre athlète - B2 pour soi - B3 pour soi B2 renvoyé avant Ratt. B1) Jonglage face à face (enchainé 1 2 3 4 5 6) Educatif 3 bâtons en tournant (carré - Lance B1, chgt de main 1/4 de tour, Lance B2, Lance B3 à A2 Ratt. B1, Ratt. B2) Echange Rouler / MG Tranche B- ou B+</p>	<p>L. 3 T L. 3 Déb L. 2 T + Passage au sol L. 1 T + ill L. 1 T + roue L. 1 Déb + roue L. ill + Passage au sol L. Engt Gd jeté + roue</p> <p>L. H 2 T ratt. A L. H 2 Déb ratt. A L. H ill ratt. A L. H roue ratt. A L. H 1 T + Passage au sol ratt. A L. H Passage au sol + Gd écart latéral L. H souplesse</p>	45,5 à 50	<p>Fish end en tournant 1T et demi ou + Int bras + éjection Coude coude enchainés (6 ou +) Fujimi end Fish + 1/2 Fujimi env (ou inverse) Coude coude + rouler des épaules + coude coude + ouverture latérale Neck Roll entier envers (1 2 3 4) Hollie 1/2 Lucero (end/env) avant Ejection de plus d'une rotation droite ou gauche, envers ou endroit + éjection 1/2 éjections (4 ou +) Ejections end GDG</p> <p>= GROUPE B : Valeur 6,5</p>	<p>H Libre cou (1 2 3) H Neck Roll entier enchainés (2 ou +) H Neck Roll + passage au sol H Neck Roll env (1 2 3) H Carry 1T Brown H Hollie</p> <p>= GROUPE B : Valeur 6,5</p>	<p>Flip/Lâcher ratt C3 Flip ext + frappé ratt C2 Flip int/latéral GD ou DG au-dessus de la tête Flip/Lâcher int dos ratt C1 Flip av + frappé ratt B Flip/Lâcher av + frappé + 1/2T ratt A Flip/Lâcher av même main + frappé ratt A USA ratt C1 Flip taille frontal ratt B Flip taille ss bras ratt A Flip ss RJ ratt C1 Flip/Lâcher bras tendus Flash back ratt A Pretzel lâcher ss bras ratt C2 Pretzel lâcher ss bras + frappé ratt C1</p> <p>= GROUPE B : Valeur 6 + NIVEAU SUPERIEUR N2 GROUPE B Valeur 6,5</p>	<p>Flip/Lâcher H ratt C2 Flip H int/ext + frappé ratt C1 Lâcher H libre dos ratt B Lâcher H13 ratt B Flip/Lâcher H ss RJ ratt A Pretzel lâcher H autour de la jambe pdt illusion Lâcher H ss bras ratt A</p> <p>= GROUPE B : Valeur 6 + NIVEAU SUPERIEUR N2 GROUPE B Valeur 6,5</p>

Pratique Artistique

Septembre 2025

Légende échanges aériens

 Echanges aériens

 Echanges non aériens

2 bâtons: si ils sont réalisés par 50% de l'effectif

3 bâtons: Si ils sont réalisés par au moins 1/3 de l'effectif et que les renvois sont réalisés à des athlètes différents