NOTE EXPLICATIVE FEDERALE A7

GENERALITES	Note de Départ maximum : 7 points Éléments issus obligatoirement des grilles Fédérale A de la brochure des programmes FFG 1 élément à 2 points maximum 5 éléments à 1 point minimum Si pas d'élément à 2 points : un élément à 1 point sera comptabilisé à la place dans la ND Autorisation de réaliser des éléments bonifiés cependant aucun point supplémentaire n'est accordé sur la ND Sol : Passage en musique selon les choix opérés en fédérale B (40 secondes) et passage sur ½ praticable **Catégorie 7-9 ans** : Barres : mouvement en BI ou BS OU mouvement en 2 parties (1 BI et 1 BS départ de la suspension ou de l'appui) Saut : 1,15m

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
SAUT DE LAPIN en Trempo-tremp ET tremplin possible. Les autres sauts issus de la brochure des programmes FFG sont autorisés UNIQUEMENT AVEC TREMPO-TREMP	Enchaînement libre de 6 éléments issus de la grille des barres Fédérale A de la brochure des programmes FFG - 1 élément du groupe ENTREE - 1 élément du groupe SUSPENSION - 1 élément du groupe APPUIS - 1 élément du groupe SORTIE - 2 éléments au choix dans la grille	Enchaînement libre de 6 éléments (durée maximum 1 minute) issus de la grille poutre Fédérale A de la brochure des programmes FFG - 1 élément du groupe ENTREE - 1 élément du groupe TOURS - 1 élément du groupe SAUTS - 1 élément du groupe ELEMENTS ACROBATIQUES EN ARRIERE - 1 élément du groupe ELEMENTS ACROBATIQUES AVANT/LATERAL - 1 élément du groupe SORTIE **ATTENTION** L'élément à 2 points doit faire partie du groupe ELEMENTS ACROBATIQUES EN ARRIERE ou ELEMENTS ACROBATIQUES AVANT/LATERAL. Si tel n'est pas le cas, autorisation de mettre un élément à 1 point à la place.	Enchaînement libre de 6 éléments (durée maximum 40 secondes) issus de la grille sol Fédérale A de la brochure des programmes FFG - 1 élément du groupe ELEMENTS ACROBATIQUES AVANT/LATERAL - 1 élément du groupe ELEMENTS ACROBATIQUES ARRIERE - 2 éléments gymniques au choix (SAUTS et TOURS) - 2 éléments au choix dans la grille **ATTENTION** L'élément à 2 points doit faire partie du groupe ELEMENTS ACROBATIQUES AVANT/LATERAL ou ELEMENTS ACROBATIQUES ARRIERE. Si tel n'est pas le cas, autorisation de mettre un élément à 1 point à la place.