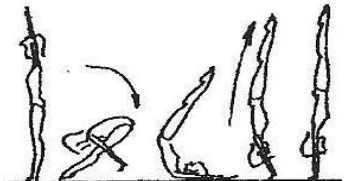
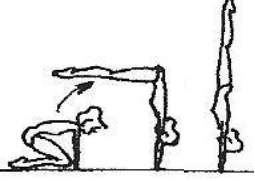
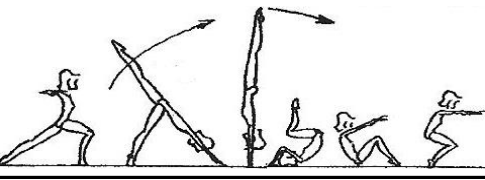
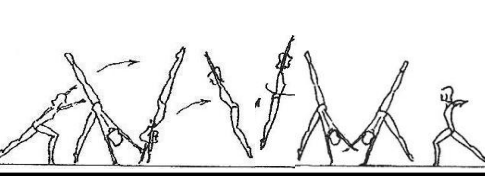
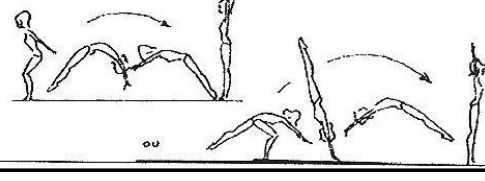
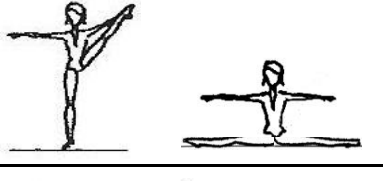
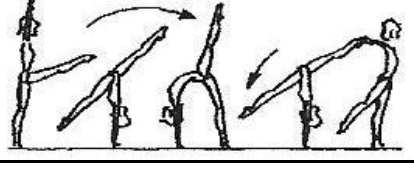
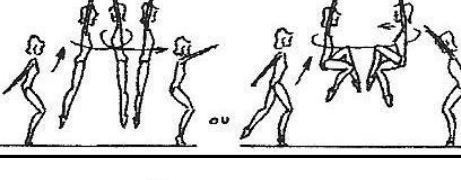
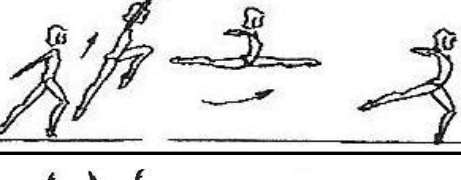



# SOL FILLES

C	CROQUIS	Descriptifs	Fautes typiques
1 AC		<b>Roulade arrière bras tendus</b> , avec passage à l'ATR, jambes serrées et tendues	*Manque de rythme *Jambes écartées à l'ATR * <b>Corps ne passant à la vertical = B</b>
2 AC		De la position à genoux, assise sur les talons, <b>placement du dos à la vertical</b> , jambes libres	*Manque d'alignement * <b>Départ accroupie = B</b>
3 AC		De la fente avant, <b>ATR, 2 jambes et roulade avant</b> , arrivée libre	*Pas d'alignement dans l'ATR
4 AC		<b>Rondade, saut 1/2 tour, roue 2 bras</b>	*Pas d'alignement dans l'ATR
5 AC		<b>Flic Flac arrière</b> , arrivée sur 1 ou 2 pieds <b>ou Saut de mains</b> , réception 1 ou 2 pieds	*Manque d'ouverture *Manque de repousser de bras *Arrivée corps cassé *Jambes fléchies
6 SM		<b>Pied dans la main ( Y tenu 2 sec ) ou Grand écart facial</b>	*Non tenu 2s = non réalisé * <b>Manque d'écart</b> * <b>Buste cassé</b> * <b>Jambes fléchies</b>
7 SM		<b>Tic Tac</b> : renversement avant, pose d'1 pied et revenir à la position initiale <b>ou Souplesse avant ou Souplesse arrière</b>	*Arrêt prolongé *Ouverture d'épaules insuffisante *Manque de passage à l'ATR
8 AC		Appel 2 pieds, saut vertical, <b>Tour complet</b> , réception 2 pieds <b>ou Saut de chat 1/2 tour</b> , genoux au dessus de l'horizontale	*Manque d'élévation *Corps non gagné * <b>Si pas 360° = B</b> * <b>Si genoux sous l'horizontal = B</b>
9 AC		<b>Grand jeté avant</b> , jambe avant tendue grand écart	*Manque d'élévation *Jambe arrière non maintenue * <b>Si pas grand écart = B</b>
10 AC		<b>Tour sur 1 pied</b> sur 1/2 pointe, position de la jambe libre indifférente, arrivée jambe libre maintenue	*Pied plat *Jambe libre non maintenue * <b>Si tour pas complet = B</b>

**AC : acrobatie**

**SM : souplesse - maintien**

**CH : chorégraphie**



