

XV OLYMPIADE HELSINKI 1952



GYMNASTIQUE

COMITÉ ORGANISATEUR
DES XV^{es} JEUX OLYMPIQUES HELSINKI 1952

Helsinki | Helsingfors



CONCOURS FEMININS

LES ÉPREUVES DE GYMNASTIQUE FÉMININES
SE DÉROULERONT LES 22, 23 ET 24 JUILLET 1952
A MESSUHALLI II

Commission technique féminine de la Fédération Internationale de Gymnastique

Président: Mlle *W. Taylor*

Adresse: 12, Watermead Road, Catford, Londres S. E. 6,
Angleterre.

Secrétaire: Mme *B. Villancher*

Adresse: 36, rue Robin, Bourg, Ain, France.

Les gymnastes devront avoir 18 ans révolus au cours de l'année du concours, être de la nationalité de la Fédération qui les délègue et faire partie d'une société fédérée. Toutefois, une gymnaste-dame, ayant 16 ans révolus, sera autorisée à concourir, à condition de présenter un certificat médical indiquant qu'elle est physiquement capable de supporter sans danger les épreuves imposées au concours. Aucune gymnaste en dessous de 16 ans ne sera admise à concourir.

PROGRAMME

Le concours par équipes comprend les épreuves suivantes:

- 1 Exercice imposé à mains libres (individuel)
- 2 Exercice libre à mains libres
- 3 Exercice imposé d'équilibre sur la poutre

- 4 Exercice libre d'équilibre sur la poutre
- 5 Exercice imposé aux barres parallèles à hauteurs différentes
- 6 Exercice libre aux barres parallèles à hauteurs différentes
- 7 Saut imposé au cheval sans arçons, en largeur, avec tremplin dur
- 8 Saut libre au cheval sans arçons, en largeur, avec tremplin dur
- 9 Exercice d'ensemble, en musique, avec engins portatifs.

GYMNASTES ISOLÉES

Les nations qui ne sont pas à même de présenter une équipe complète pourront y présenter 1 à 3 gymnastes, participant à titre individuel. Toutefois, pour pouvoir être inscrit au palmarès par engin, ces gymnastes devront avoir obtenu, sur, l'ensemble des épreuves artistiques, 80 % du maximum (96 points).

Leur programme comprendra les huit premières épreuves énumérées ci-dessus.

CONCOURS

A. Concours par équipes (classement par nations)

- 1 En 9 épreuves
- 2 Exercices d'ensemble avec engins portatifs.

B. Concours individuels

- 1 En 8 épreuves
- 2 A chaque engin séparément et aux exercices à mains libres.

A. CONCOURS PAR ÉQUIPES

Engagements

Chaque nation peut faire engager une équipe de 10 gymnastes dont 8 prendront part à tous les exercices.

L'avant-veille du début de la compétition la monitrice de chaque équipe désignera sur la liste nominative de sa nation les 8 gymnastes qui feront partie de l'équipe définitive et indiquera l'ordre dans lequel elles concourront.

A partir de ce moment aucun changement ne sera permis aussi bien pour l'identité que pour l'ordre de passage des concurrentes sauf pour des cas de force majeure à trancher par le jury d'appel.

Classements

Il se fera par l'addition des points obtenus sur l'ensemble de toutes les épreuves individuelles par les 6 meilleures gymnastes de l'équipe et de la note pour l'exercice d'ensemble avec engins portatifs. Les deux autres gymnastes ayant obtenu le plus petit nombre de points aux exercices individuels resteront pourtant qualifiées pour le classement individuel.

Prix

1 Concours d'équipe (9 épreuves).

1er prix: Diplôme à l'équipe gagnante. Médaille en vermeil et diplôme à chaque membre de l'équipe et à la monitrice.

2ème prix: Diplôme à l'équipe classée seconde. Médaille en argent et diplôme à chaque membre de l'équipe et à la monitrice.

3ème prix: Diplôme à l'équipe classée troisième. Médaille en bronze et diplôme à chaque membre de l'équipe et à la monitrice.

2. Exercices d'ensemble avec engins portatifs.

1er prix: Diplôme à l'équipe gagnante. Médaille en vermeil pour sa nation et un diplôme à chaque membre de l'équipe et à la monitrice.

2ème prix: Diplôme à l'équipe classée seconde. Médaille en argent pour sa nation et un diplôme à chaque membre de l'équipe et à la monitrice.

3ème prix: Diplôme à l'équipe classée troisième; Médaille en bronze pour sa nation et un diplôme à chaque membre de l'équipe et à la monitrice.

B. CONCOURS INDIVIDUELS

1 Classement général individuel (8 épreuves)

Il se fera par l'addition des points obtenus pendant le concours à toutes les épreuves individuelles (4 exercices imposés et 4 exercices libres).

Prix

1^{er} prix: Médaille en vermeil et diplôme

2^{ème} prix: Médaille en argent et diplôme

3^{ème} prix: Médaille en bronze et diplôme

2. Concours à chaque engin et aux exercices à mains libres

Ces concours se disputent à la poutre, aux barres parallèles à hauteurs différentes, au cheval-sautoir et aux exercices à mains libres.

Le classement se fera par l'addition des points obtenus pour l'exercice imposé et à volonté à chacun des appareils indiqués ci-dessus ainsi qu'aux exercices à mains libres. Les points obtenus au concours par équipes en 9 épreuves, servent de base au classement des concours aux divers engins et aux exercices à mains libres.

Prix

1^{er} prix: Médaille en vermeil et diplôme

2^{ème} prix: Médaille en argent et diplôme

3^{ème} prix: Médaille en bronze et diplôme

HORAIRE

Mardi, le 22 juillet 1952 à Messuhalli II

8 h et 14 h Exercices imposés et à volonté à mains libres et à la poutre.

Mercredi, le 23 juillet 1952 à Messuhalli II

8 h et 14 h Exercices imposés et à volonté aux barres et au cheval-sautoir.

Jeudi, le 24 juillet 1952 à Messuhalli II

8 h Exercices d'ensemble avec engins portatifs.
13 h Démonstrations présentées par des gymnastes masculins et féminins et distribution des prix.

GABARIT ET DIMENSIONS DES APPAREILS

Poutre: Longueur 5 m. — Largeur 10 cm. — Hauteur 120 cm. — Epaisseur de la poutre 16 cm.

Barres parallèles à hauteurs différentes: Hauteur de la barre supérieure 2,30 m — Hauteur de la barre inférieure 1,50 m. Ecartement intérieur de 42 à 46 cms. Barres de forme ovale.

Cheval de saut: Sans arçons avec tremplin dur.

Longueur du cheval: 1,80 m — Largeur 35—37 cms. — Hauteur 1,10 m au dessus du sol.

Hauteur du tremplin: 10 cms.

L'éloignement du tremplin est libre dans tous les cas.

L'emploi du tremplin dur, de 10 cms. sera autorisé pour les exercices libres aux barres à hauteurs différentes ainsi que pour l'exercice libre et l'exercice imposé à la poutre.

Plancher Pour les exercices à mains libres et pour les exercices d'ensemble, il aura des dimensions de 12 × 12 mètres, nettement tracées au sol au moyen de traits blancs. En cas de plancher surélevé, celui-ci devra avoir au moins 14 × 14 mètres; l'emplacement disponible à la gymnaste restant toujours de 12 × 12 mètres.

GENRE D'EXERCICES A EXÉCUTER AUX DIVERS APPAREILS

Les exercices imposés peuvent être exécutés exactement de la façon dont ils ont été décrits ou ils peuvent être intervertis mais seulement en totalité.

Les exercices libres individuels doivent contenir quatre à cinq éléments de la plus haute difficulté. Sont considérés comme indésirables tous les exercices de force et de traction, leur préférer les exercices avec élan. Les exercices libres doivent différer des exercices imposés, et d'une gymnaste à l'autre. Sont considérés semblables, et par suite, ne sont pas appréciés, les éléments compris dans les exercices imposés, même inversés.

Exercices à mains libres: Ces exercices doivent faire travailler le corps entier, contenir des mouvements et des sauts artistiques, avec de la vie, des équilibres, des déplacements, de l'expression, de l'élégance, de l'individualité, et de l'originalité.

L'espace de 12 × 12 mètres mis à la disposition de l'exécutante, sera utilisé sur toute sa surface.

La durée de l'exercice à mains libres, est de:

1 minute à 1 minute 30

Poutre: L'exercice ne doit pas être exécuté à un rythme trop lent et monotone. Il doit être vivant, faire travailler toutes les parties du corps, contenir des positions assises, couchées, des pas, de la course, des sauts, des tours, quelques positions maintenues, sans toutefois que ces dernières prédominent sur les autres éléments.

La durée de l'exercice à la poutre est de:

1 minute 30 à 2 minutes

Barres à hauteurs différentes: Les exercices de suspension et d'élan doivent prédominer. Les exercices d'appui ne seront employés que comme positions passagères.

Les mouvements d'équilibre sont admis à condition qu'ils soient spéciaux aux barres.

Dans l'ensemble, éviter à cet appareil les mouvements propres aux exercices à mains libres et à la poutre.

Exercices d'ensemble avec engins portatifs: Les exercices avec engins portatifs, doivent faire travailler le corps entier. Il faut envisager également la beauté des formations, ce qui évidemment ne doit pas être préjudiciable à la valeur physiologique de la composition.

Chaque gymnaste aura son engin personnel qui ne pourra être mis de côté pendant l'exercice et qui ne sera pas obligatoirement le même pour toutes.

Les engins choisis devront augmenter la difficulté des

mouvements, tout en respectant la souplesse, le rythme, l'amplitude et l'élégance du geste.

L'ensemble des gymnastes doit travailler pendant toute la durée de l'exercice.

L'exercice sera obligatoirement accompagné de musique. Le rythme et le caractère de cette musique, doivent correspondre aux mouvements.

Saut du cheval: Il est défendu de toucher ou d'aider les gymnastes sous peine d'une diminution de points correspondant au degré de l'assistance.

Tous les sauts doivent finir à la station libre, pour éviter toutes pénalisations.

DISPOSITIONS SPÉCIALES

Pendant toute la durée de la compétition, chaque équipe est sous la direction d'une monitrice hors rang. Les attributions de celle-ci se bornent à conduire et à présenter la section devant le Jury, d'une épreuve à l'autre.

Avant l'exécution des exercices, la monitrice vérifie si les engins sont en bon état. Au début de l'exercice, aux barres asymétriques, elle peut soulever une gymnaste trop petite en suspension allongée. Pendant l'exécution elle se tient près de l'engin pour prévenir éventuellement un accident, mais ne peut aider à l'exécution des exercices.

Ses noms et qualités sont indiqués sur la liste nominative des gymnastes formant l'équipe. Son travail n'est pas taxé. Elle est l'intermédiaire entre le Jury et l'équipe. Les équipes arrivent et partent en bon ordre.

Trente minutes avant l'ouverture du concours, le bureau

du Jury, les Jurées ainsi que les monitrices des équipes seront rassemblés sur l'emplacement des exercices pour être renseignées sur la rotation des équipes aux différentes épreuves, les changements éventuels, etc.

L'ordre de passage aux engins restera le même pour toutes les équipes.

Sauf pour les exercices d'ensemble, les gymnastes d'une même équipe travailleront successivement et non simultanément.

L'ordre d'exécution des exercices doit être le même que celui des gymnastes dans la liste.

Toute gymnaste quittant son équipe sans autorisation du Jury ne pourra plus y rentrer.

En cas d'accident au cours des épreuves individuelles il est permis de substituer une gymnaste à une autre, mais seulement pour les exercices d'ensemble.

Toute indisposition, tout accident devront être immédiatement signalés par la monitrice et constatés par le médecin de service.

Afin de permettre à la gymnaste indisposée de se remettre, l'équipe pourra interrompre son travail pendant trente minutes au maximum. Si après ce laps de temps, l'incapacité constatée persiste, l'équipe continuera la compétition et la gymnaste est éliminée.

Poutre: Tant pour l'exercice imposé que pour l'exercice à volonté, si la gymnaste tombe de la poutre, elle peut reprendre l'exercice du moment de la chute et continuer jusqu' à la fin, mais avec une pénalisation de deux points par chute.

Engin sautoir: Tant imposé qu'à volonté, chaque gymnaste a droit à deux exécutions. La meilleure exécution est valable.

Toute gymnaste pourra recommencer, sans perte de points, un exercice imposé qu'elle juge avoir manqué. Elle devra déclarer son intention au jury, avant que les juges n'aient terminé leur pointage.

La reprise de l'exercice doit être faite après un temps de repos convenable, mais avant que l'équipe ne quitte l'engin. Seule la seconde exécution est valable.

La tenue de travail doit être uniforme pour toutes les gymnastes d'une même section. Elles doivent porter un insigne commun. La tenue ne peut être changée ni modifiée pendant le concours sauf pour l'exercice d'ensemble.

Les gymnastes peuvent travailler avec sandales ou pieds nus. *Tous les engins* doivent être mis à disposition par le Comité d'organisation. Ce dernier est tenu de se conformer aux dispositions réglementaires ainsi qu'aux instructions que la Commission exécutive lui donnera.

Un jeu double d'engins servira à l'entraînement des équipes quelques jours avant le concours. Aucune nation ne sera autorisée à utiliser ses propres engins au concours.

La Commission exécutive déléguera une ou plusieurs personnes qui vérifieront, en temps utile avant le concours l'état et les dimensions des engins.

Toute réclamation concernant la participation d'une gymnaste doit être faite par écrit au début du concours ou dès que la cause sera connue.

Film: Pour éviter toute erreur d'interprétation, la F.I.G. procurera, à l'aide de la Commission technique féminine, un film étroit des exercices imposés et des différents sauts du cheval énoncés au barème. Le prix de ce film sera versé à la Fédération finlandaise chargée de ce travail.

JURY

Chaque fédération nommera sous sa responsabilité, comme membres du jury, 2 à 4 personnes, dont la compétence et l'équité, sont au dessus de toute suspicion, et qui dans les concours de leur fédération, se sont perfectionnées en matière d'arbitrage.

Les noms et qualités des juges, ainsi que leurs adresses doivent parvenir à la Présidente de la commission technique Miss *Taylor*, un mois au plus tard avant le concours. Le double en sera envoyé par le même courrier au secrétaire général, Monsieur *Thoeni*.

Seules les dames peuvent être membres du Jury féminin. Au moment d'accepter leur charge, les membres du Jury s'engagent solennellement à travailler consciencieusement, sans égard ni à la personne, ni à la nation.

Les membres du Jury se doivent entièrement et exclusivement aux épreuves du concours, elles ne peuvent pas diriger une équipe, prendre part aux exercices, ou accepter d'autre charge.

Afin d'arriver le plus possible à une échelle d'appréciation uniforme, il sera établi un barème de pénalisation et on organisera avant chaque concours un cours de 2 jours d'arbitrage obligatoire pour toutes les Jurées engagées. Les Jurées qui ne pourraient pas participer à ce cours ne seront pas admises.

Les Jurées sont réparties dans les différentes branches du concours par les soins de la Commission exécutive.

Les membres du Jury n'auront droit à aucune indemnité pour frais de voyage et de séjour. La fédération organisatrice

examinera cependant la possibilité de prendre à sa charge une partie de ces frais.

La présidente ou les vice-présidentes du Comité technique fonctionnent en qualité de présidente et de vice-présidentes du Jury. Elles convoqueront et installeront le Jury pour le jour, à l'heure et au local déterminé.

La Commission exécutive constitue également le bureau du Jury. Ce dernier nommera une directrice technique et un chef de terrain, arrêtera et distribuera le travail.

Les membres du bureau du Jury ainsi que la directrice technique et le chef des terrains ne peuvent participer à quelque titre que ce soit, aux concours des équipes. Elles sont à la disposition de la présidente du Jury, dirigent le bureau de pointage, collaborent à la bonne marche et à la direction des concours.

La présidente, les vice-présidentes du Jury et la directrice technique formeront le Jury d'appel en cas de réclamation. Deux membres du Comité local seront adjoints au Jury, pour lui donner des renseignements et l'assistance dont il pourrait avoir besoin.

Les calculatrices opérant sous la direction du bureau du Jury, seront à sa disposition, pour additionner les chiffres des feuilles de pointage.

Chaque nation aura le droit de nommer sa représentante dans la Commission de pointage.

Les feuilles de pointage seront fournies au Jury conformément au modèle arrêté par la Commission technique exécutive.

JUGEMENT ET POINTAGE

Aux épreuves individuelles jugées par taxation, le Jury se composera de 5 juges. Les 5 juges peuvent se consulter pour le premier exercice afin de trouver un point de départ commun.

Par la suite elles travailleront indépendamment l'une de l'autre et ne se consulteront plus sauf pour des cas exceptionnels (accident, etc.).

Le Comité d'organisation installera un dispositif permettant aux 5 juges de montrer simultanément au public et aux concurrentes les points que chacune d'elles aura donné. Les 3 notes du milieu seront seules prises en considération pour le résultat. La note sera établie en divisant par trois le total des trois notes moyennes.

La présidente du Jury peut exclure et faire remplacer une Jurée qui ne procède pas de façon suffisamment correcte.

a) *Exercices individuels*

- 1 *Exercices imposés*: Les exercices imposés sont pointés de 0 à 10 points, par dixièmes de points. Étant les mêmes pour toutes les concurrentes, l'exécution seule est soumise à l'appréciation. Ils sont jugés d'après l'exactitude, l'élégance et la sûreté de l'exécution.

Un exercice exécuté parfaitement et en entier est côté 10 points au maximum:

7 points pour l'exécution de toutes les parties et de toutes les combinaisons de l'exercice,

3 points pour l'appréciation de l'impression générale.

Pour faciliter et pour réunir les points de vue sur la

cotation, l'exercice imposé sera décomposé en parties et chaque partie sera taxée à une valeur proportionnelle, au maximum 7 point. Après on établira une liste des fautes avec leur importance relative.

- 2 *Exercices à volonté*: Ils seront pointés de 0 à 10 points par dixième de points, répartis comme suit:
5 points pour la difficulté et la valeur technique de l'exercice.
5 points pour l'exécution et l'impression générale

Cheval-sautoir

- 3 *Sauts imposés*: sont pointés de 0 à 10 points par dixièmes de points. L'exécution parfaite est cotée:

1 point pour l'élan
7 points pour le saut proprement dit
2 points pour l'arrivée au sol

- 4 *Sauts à volonté*: sont pointés par dixièmes de points de 0 à 10 La difficulté du saut sera fixée d'après le barème des sauts établi par la commission exécutive c'est à dire:

0 à 5 points pour la valeur technique
5 points pour l'exécution

b) Exercices d'ensemble

Ils auront une durée de 4 minutes au minimum et de 5 minutes au maximum.

Ils seront jugés par un groupe de 8 dames de nationalités différentes et qui donneront chacune une note, 10 points au

maximum. La note finale pour un exercice d'ensemble sera donc 80 points au maximum.

Des 10 points qui seront à la disposition de chaque Jurée, on attribuera:

2,5 points pour la difficulté de l'exercice et sa valeur physiologique

2,5 points pour la beauté et la combinaison de l'exercice

5 points pour l'exactitude de l'exécution et le jeu d'ensemble.

La note finale sera établie de la manière suivante: on éliminera les 2 plus hautes et les 2 plus basses notes et on multipliera le total des notes moyennes par deux.

La façon d'annoncer la note au public sera la même que pour les exercices individuels.

Le verdict du Jury est irrévocable et sans appel, sauf en cas d'erreur matérielle.

L'écart entre les deux notes moyennes ne pourra être supérieur à un demi-point, si les deux notes sont au dessus de 9 points, ni excéder un point dans tous les autres cas. Dès que l'écart dépasse ces limites, les juges s'entendront en consultation, et si un accord ne peut se réaliser, le bureau du jury interviendra.

Le nombre de points maximum que peut obtenir une équipe est le suivant:

a) 4 exercices imposés:	40 points	× 6	240 points
b) 4 exercices libres:	40 points	× 6	240 points
c) 1 exercice d'ensemble:	80 points		80 points
				<hr/>
				Total 560 points

Une concurrente obtiendra au maximum	
par engin.	20 points
sur le total du concours	80 points

ORDRE DU CONCOURS

La veille de la compétition, l'ordre de travail des équipes concurrentes sera déterminé au cours de la réunion du jury et des monitrices par voie de tirage au sort comme suit:

Le nom de chaque nation participant au concours est inscrit sur un papier. Ces papiers sont mélangés dans une urne. Une seule personne non intéressée, de préférence une jeune fille, tire séparément chaque papier. L'ordre dans lequel les noms des nations sortent de l'urne fixe l'ordre de passage des équipes.

Il sera procédé à un autre tirage au sort pour le passage des équipes concernant l'épreuve des exercices d'ensemble avec engins.

La commission exécutive se réserve le droit d'apporter toutes modifications jugées utiles à la bonne marche des compétitions.

L'ordre définitif des épreuves sera indiqué à la séance qui précédera le concours.

N'auront accès au terrain du concours, à l'exclusion stricte de toute autre personne, que les membres du jury, les concurrentes et leurs monitrices, les calculatrices et les hommes indispensables pour l'entretien des appareils et des terrains; les opérateurs et les photographes officiels autorisés par le comité d'organisation, ainsi qu'un reporter officiel par

nation, représentant l'organe officiel de la nation concurrente, pourront avoir accès, s'ils sont porteurs de cartes spéciales.

TEXTE DES EXERCICES IMPOSÉS

(*Section féminine*)

Exercices au sol (mains libres)

- 1 Avancer pied gauche, sursaut sur pied gauche en élevant jambe droite tendue en arrière, bras montants tendus en avant jusqu'à l'oblique en haut, paumes en avant. Corps cambré, tête en extension.
- 2 Poser pied droit en avant, saut de chat avec élévation successive des jambes fléchies en avant. Bras descendant à l'oblique en arrière, tête fléchie.
- 3 Poser pied droit en avant, sursaut sur ce pied, élévation de la jambe gauche tendue en arrière, bras remontant en avant à l'oblique en haut, paumes en avant, corps cambré, tête en extension.
- 4 Reprendre le saut de chat en avançant pied gauche, sursaut sur pied gauche, avec élévation successive des jambes fléchies en avant.
- 5 Poser pied gauche en avant, quart de tour à gauche en élevant les bras latéralement, et en déplaçant le pied droit à droite, abaisser les bras en rassemblant pied gauche au droit . . .
- 6 . . . et, immédiatement, déplacer jambe gauche en avant, avec élévation des bras dans le prolongement du tronc, paumes ouvertes vers le haut. Grande fente avant, corps cambré, talon droit levé.

- 7 Ramener jambe gauche à côté de la jambe droite, en abaissant les bras en avant — En réunissant les pieds sur pointes, flexion des jambes et du tronc en avant . . . sans arrêt, étendre les jambes et le tronc, bras remontant en avant à la verticale, et, immédiatement, sursaut sur les deux pieds, demi-tour à droite, en abaissant les bras latéralement.
- 8 Toujours sans arrêt, avec léger sursaut sur pointe de pied droit: un pas du pied gauche (bras horizontaux) un pas du pied droit, en abaissant les bras et, en sursautant, demi-tour à gauche, pour retomber sur pied droit, jambe gauche tendue en arrière, bras à l'oblique, paumes en dessous (planche faciale, corps cambré).
- 9 Abaisser jambe gauche en descendant les bras en avant. Toujours en appui sur pied droit, glisser jambe gauche en avant tendue. Extension poussée du tronc en arrière en appui sur jambe droite, et, simultanément, élévation latérale des bras à l'oblique en haut, paumes en dessus.
- 10 Redresser le tronc, prendre appui sur jambe gauche, et, en abaissant les bras en avant, étendre le corps au maximum pour exécuter deux roues successives.
- 11 Appui sur jambe droite, pointe du pied gauche à 50 cms. — Flexion latérale du corps à gauche, bras remontant de côté, pour se placer en couronne au dessus de la tête.
- 12 Ramener le poids du corps sur jambe gauche, et flexion latérale du tronc à droite, bras toujours en couronne.
- 13 Redresser le corps, abaisser les bras sur la droite et les remonter sur gauche, bras gauche tendu latéralement,

- bras droit fléchi devant le corps et parallèle au gauche, tête à gauche.
- 14 Déplacer pied droit à droite en tournant en arrière à droite, bras latéraux: continuer: pied gauche, pied droit, et, après un tour et quart, sursaut sur pied droit avec élévation de la jambe gauche tendue en arrière — Tête tournée vers pied gauche, bras droit à l'oblique en haut, bras gauche devant le corps, souple et parallèle au droit.
 - 15 Pivot sur pied droit pour faire un demi-tour à gauche en abaissant les bras à droite. Poser pointe du pied gauche en avant en remontant les bras à l'horizontale. Pose des mains à terre, appui tendu renversé.
 - 16 Fléchir les bras et la tête, roulade avant pour arriver à l'équilibre fessier, bras latéraux, paumes dessous.
 - 17 Remonter les bras à la verticale en redressant le tronc, et, simultanément, fléchir jambe droite pour poser le pied au sol — Poser le talon gauche au sol et, en fléchissant le tronc, ramener le poids du corps sur jambe gauche fléchie, en abaissant les bras en avant. Se redresser en remontant latéralement les bras, poids du corps sur jambe gauche. Rassembler pied droit au gauche en abaissant les bras de côté . . .
 - 18 . . . et sans arrêt, cercle des bras croisés de bas en haut, avec sursaut sur les deux pieds pour faire demi-tour à droite. Abaisser les bras de côté.
 - 19 Lever jambe droite tendue en avant, pas chassé, droit, gauche, droit, (bras souples) et, avec appel du pied gauche, saut de mains en lançant jambe droite, suivie

de jambe gauche pour arriver au sol sur jambe droite suivie immédiatement de jambe gauche.

- 20 Station droite en abaissant les bras en avant, les remonter latéralement et les abaisser.

Poutre

De la station faciale latérale près du tiers droit de la poutre.

- 1 Elan —Appel du pied gauche. En posant main droite sur poutre, lancer la jambe droite tendue par dessus la poutre, suivie immédiatement de jambe gauche, pour s'établir au siège amazone devant la prise droite. Jambe gauche fléchie, jambe droite tendue, corps et tête droits, main gauche venant se placer sur la poutre à coté de jambe gauche.
- 2 Avec appui des mains en arrière sur poutre, élaner les jambes tendue pour les réunir à l'oblique au dessus de la poutre, bras latéraux, paumes dessous, corps droit (équilibre fessier).
- 3 Ecarter les jambes tendues, poser les mains en avant; élaner les jambes en arrière pour arriver à la station accroupie derrière la prise, pointes des pieds sur poutre, gauche devant.
- 4 Etendre les jambes et redresser le corps en portant les bras tendus en avant à l'horizontale, paumes en dessous.
- 5 En appui sur pied gauche, pointer pied droit en avant, jambe tendue. S'élever sur la pointe du pied gauche deux fois (léger mouvement de ressort) et, simultanément, élévation de la jambe droite tendue en avant (deux fois) Bras horizontaux, paumes en dessous.
- 6 Ramener jambe droite contre jambe gauche et légèr-

ment en avant sur pointe. Simultanément, cercle des bras s'abaissant en avant pour remonter en arrière sur le coté gauche, corps souple; les abaisser de nouveau en avant pour les remonter à gauche et les arrêter à mi-chemin en arrière, bras gauche à l'oblique, bras droit arrondi, légère flexion et torsion du corps à gauche — Sur pointes de pieds, jambes tendues, tête à gauche.

- 7 Abaisser les bras pour les remonter tendus à l'horizontale, paumes en dessous, corps droit, pointer pied gauche en avant, poids du corps sur jambe droite.
- 8 S'élever sur la pointe du pied droit, deux fois (léger mouvement de ressort) et simultanément, élévation de la jambe gauche tendue en avant (deux fois) bras horizontaux, paumes en dessous.
- 9 Ramener jambe gauche contre jambe droite sur pointe et légèrement en avant, simultanément, cercle des bras s'abaissant en avant pour remonter en arrière sur le coté droit, corps souple; les abaisser de nouveau en avant pour les remonter à droite et les arrêter à mi-chemin en arrière, bras droit à l'oblique, bras gauche arrondi, légère flexion et torsion du corps à droite, sur pointes de pieds, jambes tendues, tête à droite.
- 10 Abaisser les bras pour les remonter en avant à l'horizontale, paumes en dessous, corps droit en appui sur jambe gauche. — Par balancé, lever la jambe droite fléchie en avant, en arrière tendue, en avant fléchie, en arrière tendue; au cours de ce dernier balancé en arrière, **exécuter un demi-tour à droite** en abaissant les bras.
- 11 Tomber en grande fente, jambe droite fléchie, jambe gauche tendue, talon gauche levé; bras horizontaux,

- paumes en dessous. — Sans arrêt, remonter les bras pour les placer en couronne au dessus de la tête, jambe avant fléchie à fond, grande extension du tronc en arrière.
- 12 Redresser le corps en abaissant les bras tendus en avant. Prendre appui sur genou gauche, pied droit à plat sur poutre. Remonter les bras tendus de coté jusqu'à la position latérale, torsion du tronc à droite.
 - 13 Ramener le corps face en avant, abaisser les bras pour les remonter en avant à l'horizontale — S'asseoir sur talon gauche en inclinant le corps en avant sur jambe droite tendue, bras tendus, mains à plat sur pied droit.
 - 14 Se redresser, poids du corps sur jambe droite, en ramenant la pointe du pied gauche derrière le talon droit, bras en bas. — Un pas du pied gauche, un pas du pied droit, un pas du pied gauche, et quart de tour à droite.
 - 15 Poids du corps sur jambe gauche, pied droit sur pointe, jambes tendues, monter les bras sur le coté gauche pour arriver: bras gauche en couronne au dessus de la tête, bras droit souple devant le corps. Simultanément, flexion latérale du tronc à droite, tête à droite.
 - 16 Abaisser les bras, et, en prenant appui sur pied droit, pied gauche sur pointe, jambes tendues, remonter les bras sur le coté droit, bras droit en couronne, bras gauche souple devant le corps. Simultanément, flexion latérale du tronc à gauche, tête à gauche.
 - 17 Redresser le corps en abaissant les bras sur le coté droit. Quart de tour à droite en remontant les bras tendus latéralement, paumes en dessous, poids du corps sur jambe droite.

- 18 Un pas du pied gauche, sursaut sur pied gauche en élevant la jambe droite fléchie en avant, pointe du pied droit venant frapper jambe gauche. Poser pied droit et sursaut sur pied droit en élevant jambe gauche fléchie en avant, pointe du pied venant frapper jambe droite. — Reprendre, un sursaut jambe gauche, et un sursaut jambe droite, bras toujours latéraux, paumes en dessous.
- 19 Sursaut sur pied gauche jambe droite tendue, retomber sur pied droit. — Equilibre horizontal transversal, bras à l'oblique en haut, paumes en dessous.
- 20 Redresser le corps bras latéraux, lancer jambe gauche tendue en avant, en arrière, et, simultanément, demi-tour sur pied droit.
- 21 Poser pied gauche en avant sur la poutre, fléchir le corps pour poser les mains sur la poutre. — Appui tendu renversé. Laisser descendre le corps directement au sol à la station dorsale. En abaissant les bras sur les côtés, station droite.

Barres à hauteurs différentes

De la station faciale latérale devant et au milieu de la barre inférieure, mains sur cette barre.

- 1 Appel des pieds, lancer les jambes réunies et tendues en suspension tendue, lever les jambes à la suspension mi-renversée et passer jambe gauche tendue entre les bras pour s'établir à l'appui facial tendu sur barre basse, jambe gauche en avant, jambe droite en arrière.
- 2 En déplaçant main gauche sur barre supérieure, passer

- la jambe gauche à gauche par dessus la barre inférieure. Déplacer main droite sur la barre supérieure.
- 3 Elancer les jambes en avant et en arrière pour les passer réunies et tendues à droite par dessus la barre inférieure; sans arrêt, élaner le corps en avant à la suspension tendue. — Demi-tour à gauche autour du bras gauche (main droite en prise palmaire, main gauche en prise dorsale) Élaner les jambes en avant et, en déplaçant les mains sur la barre inférieure, tourner autour de cette barre pour arriver à l'appui facial tendu.
 - 4 Passer la jambe droite tendue de côté par dessus la barre inférieure, puis jambe gauche, pour s'établir à l'appui tendu dorsal. Déplacer les mains sur la barre supérieure en levant les bras latéralement.
 - 5 Avec appel léger des cuisses sur la barre inférieure, fléchir les bras et cercle de jambe droite à gauche par dessous la jambe gauche, de nouveau, appel léger des cuisses sur la barre inférieure fléchir les bras cercle de jambe gauche à droite par dessous la jambe droite. Tendre les bras.
 - 6 Prendre appui passager des cuisses sur la barre inférieure, se renverser pour s'établir à l'appui facial tendu sur barre supérieure.
 - 7 Se renverser en arrière en suspension tendue mi-renversée et élaner les jambes en avant par dessus la barre inférieure. Demi-tour à gauche autour du bras gauche, en déplaçant main droite puis main gauche à l'appui facial tendu sur barre inférieure.

- 8 Tourner en arrière autour de la barre inférieure pour revenir à l'appui facial tendu.
- 9 Elancer les jambes en avant, en arrière, pour poser les pieds entre les bras sur la barre inférieure. Redresser le corps et étendre les jambes pour placer les mains sur barre supérieure.
- 10 Passer par dessus la barre supérieure jambe droite tendue engagée à fond; main gauche en prise faciale, main droite en prise dorsale, demi-tour pour se placer en position d'appui facial sur barre supérieure. Dégager jambe gauche tendue par dessus la barre supérieure et la réunir à jambe droite.
- 11 Ecarter les bras latéralement (appui abdominal) sans arrêt. Poser main droite sur la barre inférieure, main gauche sur la barre supérieure, élever les jambes tendues et réunies (appui tendu renversé passager).
- 12 Lâcher la barre supérieure. Chute costale. Arrivée au sol à la station mi-accroupie, bras à l'oblique en haut.
- 13 Station droite en abaissant latéralement les bras.

Saut du cheval

Saut par appui tendu renversé avec quart de tour à droite ou à gauche.

Ce saut s'exécutera avec les bras tendus. — Les jambes monteront tendues dès après l'appel et sans cassé du corps.

Barème des sauts au cheval

	points:
1 Saut groupé. Passer le cheval, jambes fléchies	
entre les bras	0,50

2	Saut groupé. Passer le cheval, jambes fléchies, puis étendues entre les bras	0,50
3	Saut jambes écartées tendues de chaque côté des bras	1,50
4	Saut latéral corps tendu passant à droite ou à gauche de l'appui manuel	1,50
5	Saut latéral avec $\frac{1}{4}$ de tour au dessus du cheval	2,00
6	Saut facial. En arrivant au dessus du cheval, monter les jambes réunies et tendues au dessus de l'horizontale, en ne gardant que l'appui manuel droit ou gauche, chute costale	3,00
7	Saut courbé. Passage du cheval, jambes tendues et réunies entre les bras	3,00
8	Saut latéral à droite ou à gauche corps tendu, jambes réunies montant au dessus de l'horizontale	3,00
9	Saut écarté, jambes tendues de chaque côté des bras. $\frac{1}{2}$ tour à droite ou à gauche, chute face au cheval	3,00
10	Appel d'un pied, passage du cheval, une jambe tendue, l'autre fléchie, sans appui manuel (position passagère) réunir vivement les deux jambes tendues en posant les mains sur l'engin, chute dorsale	3,00
11	Saut groupé, entre l'appel et la flexion des jambes, monter le corps tendu au dessus de l'horizontale, passage des jambes fléchies. Étendre le corps et les jambes avant d'arriver à la chute dorsale	3,50
12	Saut par renversement, bras fléchis, chute dorsale	3,50

13	Saut latéral en arrière, à droite ou à gauche corps tendu. Chute costale avec $\frac{1}{4}$ de tour	4,50
14	Le même avec $\frac{3}{4}$ de tour	4,50
15	Saut par renversement, bras tendus, $\frac{1}{4}$ de tour à droite ou à gauche	5,00
16	Saut à l'écart, jambes tendues de chaque côté des bras. Entre l'appel et le passage des jambes, élever le corps tendu au dessus de l'horizontale	5,00
17	Saut par renversement, bras tendus	5,00
18	Saut par renversement, bras tendus, fléchir les jambes en repoussant l'engin, pour élever le corps, jambes fléchies. Allonger le corps avant la chute dorsale	5,00
19	Même saut que précédent avec passage des jambes écartées tendues de chaque côté des bras	5,00
20	Même saut que précédent avec passage des jambes réunies tendues entre les bras	5,00
21	Saut par renversement, bras tendus, $\frac{1}{4}$ de tour au dessus du cheval avec déplacement d'une main à côté de l'autre, chute costale	5,00
22	Saut courbé. Sauter en fléchissant le corps avec les jambes tendues passant entre les bras, mains sur le cheval. Entre l'appel au tremplin et la flexion du corps, étendre le corps au dessus de l'horizontale	5,00
23	Saut de l'ange. Sauter, après avoir lâché la prise, cambrer le corps, jambes tendues et jointes, bras écartés latéralement.	5,00