



POUTRE FILLES
EXCELLENCE



	A	B	C	D	
ENTRÉES	1				
	2				
SORTIE	3				
	4				
	5				
ÉLÉMENTS ACROBATIQUES	6				
	7				
	8				
	9				
	10				
	11				
ÉLÉMENTS GYMNINIQUES	12				
	13				
	14				
	15				

CHAMPIONNAT TERRITOIRE U.G.S.E.L.
DE GYMNASTIQUE FÉMININE

ÉTABLISSEMENT : VILLE :

NOM : PRÉNOM :

Catégorie : B – M – C/J ⁽¹⁾ Equipe⁽¹⁾ Individuel⁽¹⁾

La gymnaste doit entourer dans le tableau ci-contre tous les éléments présentés. Les 6 meilleurs éléments seront comptabilisés dans le secteur « difficulté ».

Valeur des éléments :	A	B	C	D
	0,30	0,40	0,60	Bonus 0,50
				(un seul)

Exigences :

6 éléments codifiés UGSEL présentés	
1 saut codifié UGSEL	
1 élément de la famille « éléments acrobatique », minimum B, codifié UGSEL	
3 familles représentées minimum	

FICHE INDIVIDUELLE DE JUGEMENT		
SECTEUR	VALEUR	NOTE
DIFFICULTÉ	3.00	
EXIGENCES	1.00	
EXÉCUTION	6.00	
BONUS	0.50	
NOTE FINALE		

⁽¹⁾ Rayer les mentions inutiles