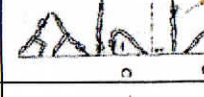
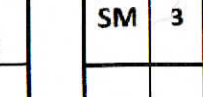
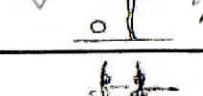
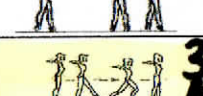
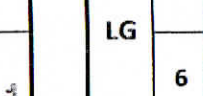
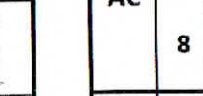
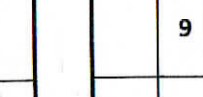
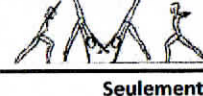
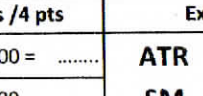
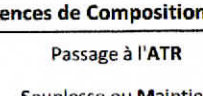
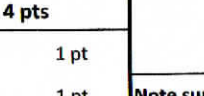


Ville / Académie : DIJON	Code UNSS 2016 - 2020
Collège / Lycée : PASTEUR	
Nom Prénom :	

Projet d'enchaînement

Difficultés	A = 0,40	B = 0,60	C = 0,80	D = 1,00
ATR 1			 OU 	
2				
SM 3				
4				
5				
LG 6			 OU 	 OU 
7				
8				
AC 9				
10				

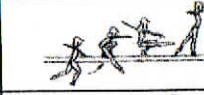
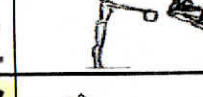
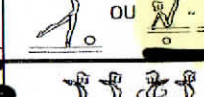
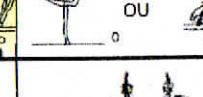
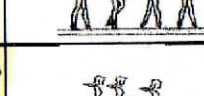
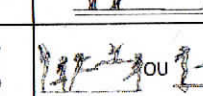
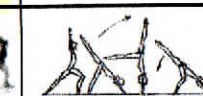
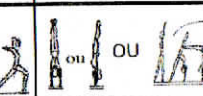
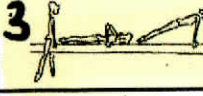
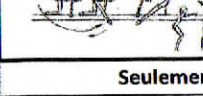
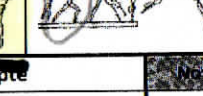
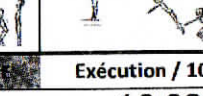
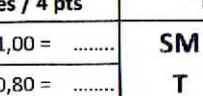
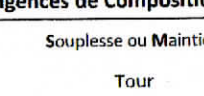
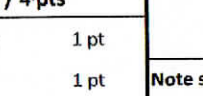
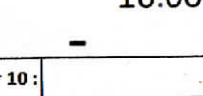
Seulement 6 éléments pris en compte

Exécution / 10 pts

Difficultés / 4 pts		Exigences de Composition / 4 pts		10.00	
..... D X 1,00 =	ATR	Passage à l'ATR	1 pt	-	
..... C X 0,80 =		SM	Souplesse ou Maintien	1 pt	Note sur 10 :
..... B X 0,60 =		LG	Liaison Gym. Dont 1 saut	1 pt	
..... A X 0,40 =		AC	2 élt's ACrob. de sens différents	1 pt	
Note sur 4 :	Note sur 4 :		Note Finale		

Ville / Académie : DIJON	Code UNSS 2016 - 2020
Collège / Lycée : PASTEUR	
Nom Prénom :	

Projet d'enchaînement

Difficultés	A = 0,40	B = 0,60	C = 0,80	D = 1,00
1				
2				
SM 3				
T 4				
5				
LG 6				
7				
8				
9				
10				

Seulement 6 éléments pris en compte

Exécution / 10 pts

Difficultés / 4 pts		Exigences de Composition / 4 pts		10.00		
..... D X 1,00 =	SM	Souplesse ou Maintien	1 pt	-		
..... C X 0,80 =		Tour	1 pt	Note sur 10 :		
..... B X 0,60 =		LG	Liaison Gym.de 2 sauts	1 pt	Pénalités : -	
..... A X 0,40 =		AC	1 Élément ACrobatique	1 pt	Note	
Note sur 4 :		Note sur 4 :		Finale		



BARRES ASYMETRIQUES :
Catégorie Pôle Développement

Ville / Académie : DIJON	Code UNSS 2016 - 2020
Collège / Lycée : PASTEUR	
Nom Prénom :	

Projet d'enchaînement

Difficultés	A = 0,40	B = 0,60	C = 0,80	D = 1,00
1				
AP 3				
AS / SA 4				
R 6				
F 7				
9				
10				

Seulement 6 éléments pris en compte

Difficultés / 4 pts	Exigences de Composition / 4 pts			Exécution / 10 pts
D X 1,00 =	AP	Travail en Appui	1 pt	10.00
C X 0,80 =		Appui - Suspension	1 pt	
B X 0,60 =	R	Rotation	1 pt	Note sur 10 : -
A X 0,40 =	F	Changement de Face	1 pt	
Note sur 4 :	Note sur 4 :			Note Finale



SAUT :
Catégorie Pôle Développement

Ville / Académie : DIJON	Code UNSS 2016 - 2020
Collège / Lycée : PASTEUR	
Nom Prénom :	

Projet		
Note	Mini-trampoline	1 ou 2 Tremplins ou double tremplin
6,5		
7		
7,5		
8		
8,5		Les sauts par renversement se réalisent sur Dima en long à 1 m ou Table de saut à 1,15 m
9		

1er saut	10.00
- Fautes :	
Note E :	=
Note D :	+
Total :	/19
2ème saut	10.00
- Fautes :	
Note E :	=
Note D :	+
Total :	/19

Note finale	/19
Pénalités	-
Total	= /19

Note



Finale



BARRES ASYMETRIQUES : Catégorie Pôle Développement

Ville / Académie : DIJON	Code UNSS
Collège / Lycée :	
Nom Prénom :	
2016 - 2020	

Projet d'enchaînement

Difficultés	A = 0,40	B = 0,60	C = 0,80	D = 1,00
1				
2				
AP				
AS / SA				
5				
R				
7				
F				
8				
9				
10				

Seulement 6 éléments pris en compte

Difficultés / 4 pts	Exigences de Composition / 4 pts	Exécution / 10 pts
D X 1,00 =	AP Travail en Appui 1 pt	10.00
C X 0,80 =	AS/SA Appui - Suspension 1 pt	Note sur 10 : -
B X 0,60 =	R Rotation 1 pt	Pénalités : -
A X 0,40 =	F Changement de Face 1 pt	Note Finale
Note sur 4 :	Note sur 4 :	



SAUT :

Catégorie Pôle Développement

Ville / Académie : DIJON	Code UNSS
Collège / Lycée :	
Nom Prénom :	
2016 - 2020	

Projet		
Note	Mini-trampoline	1 ou 2 Tremplins ou double tremplin
6,5		
7		
7,5		
8		
8,5		Les sauts par renversement se réalisent sur Dima en long à 1 m ou Table de saut à 1,15 m
9		

- Fautes :

Note E : =

Note D : +

Total :

10.00

/19

- Fautes :

Note E : =

Note D : +

Total :

10.00

/19

Note



Finale

Note finale :	/ 19
Pénalités	-
Total	= / 19



UNSS
UNION NATIONALE
DU SPORT SCOLAIRE

BARRES ASYMETRIQUES :

Catégorie Pôle Développement

Ville / Académie : DIJON	Code UNSS
Collège / Lycée :	
Nom Prénom :	
2016 - 2020	

Projet d'enchaînement

Difficultés	A = 0,40	B = 0,60	C = 0,80	D = 1,00
1				
2				
AP				
AS				
SA				
R				
F				
8				
9				
10				

Seulement 6 éléments pris en compte

Difficultés / 4 pts	Exigences de Composition / 4 pts	Exécution / 10 pts
D X 1,00 =	AP Travail en Appui 1 pt	10.00
C X 0,80 =	AS/SA Appui - Suspension 1 pt	Note sur 10 : -
B X 0,60 =	R Rotation 1 pt	Pénalités : -
A X 0,40 =	F Changement de Face 1 pt	Note Finale
Note sur 4 :	Note sur 4 :	



UNSS
UNION NATIONALE
DU SPORT SCOLAIRE

SAUT :

Catégorie Pôle Développement

Ville / Académie : DIJON	Code UNSS
Collège / Lycée :	
Nom Prénom :	
2016 - 2020	

Projet		
Note	Mini-trampoline	1 ou 2 Tremplins ou double tremplin
6,5		
7		
7,5		
8		
8,5		Les sauts par renversement se réalisent sur Dima en long à 1 m ou Table de saut à 1,15 m
9		

10.00

- Fautes :

Note E : =

Note D : +

Total : /19

10.00

- Fautes :

Note E : =

Note D : +

Total : /19

Note



Finale

	/19
Pénalités	-
Total	= /19