



Définitions Engagements et Rattrapages

ENGAGEMENTS

FILIERE N3

N°	NOM	Définition déroulement Bâton	Définition déroulement corps	Fautes à sanctionner	Non reconnu
<u>V1</u>	Simple extérieur MD	Impulsion verticale avec le pouce Au minimum 2 rotations vers l'extérieur	Coude collé - Main fermée au milieu du bâton, paume vers le ciel, hauteur nombril, pouce dégagé vers l'avant - Le pouce redescend dans l'axe central du corps à l'impulsion	Axe bâton Placement corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si pas de passage sur le pouce
<u>V2</u>	Rouler poignet + lâché MD (bâton ¾)	Impulsion verticale main ouverte Au minimum 2 rotations vers l'extérieur	Après un rouler sur le dos de la main : - Bâton tenu au ¾ - Coude collé - Rotation du poignet et ouverture de la main, paume face au ciel, doigts serrés et tirés vers l'avant, pouce dégagé	Axe bâton Placement corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si pas lancer en lâcher Si arrêt entre le rouler et le lâcher
<u>V4</u>	Ejection coude	Ejection verticale Au minimum 2 rotations	Engagement : lancer en éjection, l'impulsion du petit rond est plus importante pour faire monter le bâton	Axe bâton Placement du corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si éjection non reconnue
<u>V10</u>	Intérieur MG ou MD	Minimum 2 rotations vers l'intérieur en descendant le bras dans l'axe du corps (tip en 1er), main retournée et bâton à horizontal Impulsion en montant légèrement le coude et ouvrir la main	- Coude près du corps - Main fermée au milieu du bâton, pouce sur les doigts, placé au centre du corps et au niveau de la taille	Axe bâton Placement corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si poignet pas retourné

<u>V11</u>	Extérieur MG	Impulsion verticale avec le pouce Au minimum 2 rotations vers l'extérieur	<ul style="list-style-type: none"> - Coude collé - Main fermée au milieu du bâton, paume vers le ciel, hauteur nombril, pouce dégagé vers l'avant - Le pouce redescend dans l'axe central du corps à l'impulsion 	Axe bâton Placement corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si pas passage sur pouce
<u>V19</u>	En même temps que petit jeté	Lancer vertical extérieur Au minimum 2 rotations	Engagement : lancer pendant le petit jeté, les deux jambes doivent avoir décollées du sol	Axe bâton Réalisation petit jeté	Si pas Au minimum 2 rotations Si petit jeté non reconnu Si problème de timing
<u>H1</u>	Horizontal MG	Au minimum 2 rotations dans le plan horizontal	Main fermée au milieu du bâton Bras plié devant soi Avant-bras dans le prolongement du bâton tenu à l'horizontal <u>Lancer</u> : <ul style="list-style-type: none"> - Bras plié devant soi, coude vers le bas - Paume vers le plafond, pouce dégagé, doigts serrés vers l'avant - Impulsion verticale 	Axe bâton Placement corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si placement main/ bras au lancer pas respecté

H2	Horizontal MD endroit ou envers	Au minimum 2 rotations dans le plan horizontal	Main fermée au milieu du bâton Bras tendu devant soi à l'horizontal Bâton dans le prolongement du bras <u>Lancer après un mouvement horizontal :</u> - Bras tendu - Impulsion courte - Main ouverte dans le prolongement du bras, pouce dégagé	Axe bâton Placement corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si placement main/ bras au lancer pas respecté
H23	Horizontal en même temps que petit jeté	Lancer Horizontal MG ou MD Au minimum 2 rotations	Engagement : Lancer Horizontal en même temps que petit jeté, les jambes doivent avoir décollées du sol	Axe bâton Placement du corps	Si pas 2 rotations Si le petit jeté n'est non reconnu Si problème de timing

FILIERE N2

FILIERE N1

N°	Nom	Définition déroulement du bâton	Définition déroulement du corps	Fautes à sanctionner	Non reconnu
V3	Lâcher sous bras	Lâcher vertical Au minimum 2 rotations	Engagement : voir définition du lâcher sous bras, l'impulsion du bras qui descend vers le sol au moment du lâcher sera plus importante pour faire monter le lâcher	Axe bâton Placement du corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si lâcher sous bras non reconnu
V5 V9 V17 V23	Rouler avec repère visuel + lancer ou lâcher direct (rouler envers sur le bras droit + bloqué, fish endroit, rouler épaules SD, Rouler MD sur bras + Coliaux)	Lancer ou Lâcher vertical MD ou MG Au minimum 2 rotations	Engagement : rouler avec repère visuel + lâcher ou lancer direct_sans arrêt ou rajout de mouvement Avec repère visuel avant le lâcher ou le lancer	Axe bâton Placement corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si Rouler non reconnu Si arrêt ou ajout de mouvement avant le lâcher ou lancer
V6	Lâcher autour de la jambe pendant grand jeté + lancer	Lancer vertical extérieur Au minimum 2 rotations	Engagement : lâcher verticale (de l'intérieur à l'extérieur) de la jambe avant du jeté + lancer direct sans arrêt ou ajout de mouvement Le lâcher se fait les 2 jambes en l'air et le lancer se fait à la réception du jeté	Axe bâton Réalisation du grand jeté latéral	Si pas Au minimum 2 rotations Si grand jeté non reconnu Si arrêt ou rajout de mouvement avant le lancer Si lâcher non reconnu

<u>V7</u> <u>V33</u>	Maniement avec repère visuel + lancer ou lâcher direct (claveau, lâcher épaule + cercle...)	Lancer ou Lâcher vertical MD ou MG Au minimum 2 rotations	Engagement : MG avec repère visuel + lâcher ou lancer direct_sans arrêt ou rajout de mouvement Avec repère visuel avant le lâcher ou le lancer		Si pas Au minimum 2 rotations Si lâcher non reconnu Si arrêt ou ajout de mouvement avant le lâcher ou lancer
<u>V8</u>	En même temps que saut groupé	Lancer vertical extérieur Au minimum 2 rotations	Engagement : lancer pendant le saut groupé, les deux jambes doivent avoir décollées du sol	Axe bâton Réalisation saut groupé	Si pas Au minimum 2 rotations Si saut groupé non reconnu Si problème de timing
<u>V12</u>	Boucle envers MD ou MG + lâcher	Lâcher vertical MD ou MG Au minimum 2 rotations	Engagement : prise du bâton au tip, lâcher fait a la fin d'une boucle envers, coude collé au corps au moment du lâcher.	Axe bâton Placement du corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si pas coude collé au corps au moment du lâcher
<u>V13</u>	Sous rond de jambe	Lancer vertical extérieur Au minimum 2 rotations	Engagement : effectuer le lancer au centre du corps sous la jambe, au niveau de la cuisse.	Axe bâton Réalisation rond de jambe	Si pas Au minimum 2 rotations Si rond de jambe non reconnu

V14	Lâcher sous battement	Lâcher vertical Au minimum 2 rotations	Engagement : effectuer le lâcher sous la jambe qui est en l'air du battement.	Axe bâton Réalisation battement	Si pas Au minimum 2 rotations Si battement non reconnu
V15 V16 V20 V29 V30 V32	Mg sans repère visuel + lancer ou lâcher direct (aveugle même main, seishi, flip bras tendus, aveugle, intérieur MD rattrapage nuque MD, USA, SD...)	Lancer ou lâcher vertical MD ou MG Au minimum 2 rotations	Engagement : Mg sans repère visuel + lâcher ou lancer direct sans arrêt ou rajout de mouvement Aveugle avant le MG et avant le lancer ou lâcher	Axe bâton Placement du corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si MG non reconnu Si pas aveugle avant le MG et avant le lancer ou lâcher Si arrêt ou rajout de mouvement avant le lancer ou lâcher
V18 V21 V22 V31	En même temps qu'un élément majeur : pied tête/battement/ Grand jeté/ciseau	Lancer vertical MD Au minimum 2 rotations	Engagement : Lancer extérieur en même temps qu'un élément majeur, le lancer doit partir pendant l'élément <ul style="list-style-type: none"> - Battement : le lancer se fait la jambe déjà en l'air - Grand jeté : le lancer se fait lorsque les deux jambes ont décollé du sol - Pied tête : le lancer se fait avec le pied qui monte déjà à la tête. 	Axe bâton Réalisation des éléments majeurs	Si pas Au minimum 2 rotations Si élément majeur non reconnu Si problème de timing

V24	Lâcher derrière tête endroit ou envers	Lâcher vertical MD ou MG endroit ou envers Au minimum 2 rotations	Engagement : prise de bâton à l'embout, lâcher à la fin d'une boucle derrière la tête, main ouverte vers le ciel, bras tendu	Axe bâton Placement du corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si pas lâcher derrière tête bras tendus
V25	Sous rond de jambe (D ou G) MG	Lancer vertical extérieur MG Au minimum 2 rotations	Engagement : lancer extérieur MG sous rond de jambe (au niveau de la cuisse de la jambe en l'air)	Axe bâton Réalisation rond de jambe	Si pas Au minimum 2 rotations Si rd de jambe non reconnu
V26	Lâcher sous grand jeté latéral	Lâcher vertical MD ou MG selon jeté Au minimum 2 rotations	Engagement : lâcher sous jambe avant du grand jeté latéral Les 2 pieds doivent avoir décollés du sol	Axe bâton Réalisation grand jeté	Si pas Au minimum 2 rotations Si grand jeté non reconnu Si problème de timing
V27	Lâcher dans le dos	Lâcher vertical MD ou MG Au minimum 2 rotations	Engagement : lâcher au milieu du dos, prise du bâton au 3/4	Axe bâton Placement du corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si bâton n'est pas lâcher dans le dos
V28	Lâcher cou	Lâcher vertical Au minimum 2 rotations	Engagement : Voir définition du lâcher cou, au moment du lâcher faire petite impulsion dans le bras qui travaille pour faire monter le bâton	Axe bâton Placement du corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si lâcher cou non reconnu

<u>V34</u>	Rouler sans repère visuel + lâcher ou lancer direct (intérieur des 2 bras...	Lâcher ou lancer vertical MD ou MG. Au minimum 2 rotations	Engagement : lâcher ou lancer direct sans arrêt ou ajout de mouvement Aveugle avant le lâcher ou le lancer	Axe bâton Placement du corps	Si pas aveugle avant le lâcher ou lancer Si arrêt ou ajout de mouvement avant le lâcher ou lancer
<u>V35</u>	Dans illusion	Lâcher intérieur MD ou MG Au minimum 2 rotations	Engagement : lâcher fait pendant l'illusion, (Une jambe en l'air une au sol)	Axe bâton Réalisation illusion	Si pas 2 rotations Si illusion non reconnue Si problème de timing
<u>V36</u>	Dans costal / facial	Lâcher vertical MD ou MG Au minimum 2 rotations	Engagement : lâcher vertical fait pendant le costal ou le facial Les 2 pieds ne touchent pas le sol au moment du lâcher	Axe bâton Réalisation costal ou facial	Si pas Au minimum 2 rotations Si costal ou facial non reconnus Si problème de timing
<u>V37</u>	Pendant la souplesse ou roue	Lâcher vertical MD ou MG Au minimum 2 rotations	Engagement : lâcher vertical pendant souplesse ou roue, les 2 pieds ne doivent pas toucher le sol	Axe bâton Réalisation souplesse ou roue	Si pas 2 rotations Si souplesse ou roue non reconnues Si problème de timing

V38	Lâcher sous grand jeté facial	Lâcher vertical Md ou MG Au minimum 2 rotations	Engagement : pour grand jeté de face à G, le lâcher est fait MD sous la jambe G, les deux jambes sont en l'air Inversement pour grand jeté de face à D	Axe bâton Réalisation grand jeté de face	Si pas Au minimum 2 rotations Si grand jeté de face non reconnu Si problème de timing
V42	Lâcher en remontant d'une souplesse (1seul pied au sol)	Lâcher vertical MD ou MG Au minimum 2 rotations	Engagement : lâcher du bâton pendant la remontée de la souplesse avant, la dernière jambe de la souplesse ne doit pas avoir encore touchée le sol	Axe bâton Réalisation souplesse	Si pas Au minimum 2 rotations Si souplesse non reconnue Si problème de timing
H3	Lancer Horizontal en même temps qu'un élément majeur (battement/grand jeté/pied tête...)	Lancer horizontal MG ou MD Au minimum 2 rotations	Engagement : Lancer en même temps que l'élément majeur <ul style="list-style-type: none"> - Battement : le lancer se fait la jambe déjà en l'air - Grand jeté : le lancer se fait, les 2 jambes ont décollé du sol - Pied tête : le lancer se fait avec le pied qui monte déjà à tête. 	Axe bâton Placement du corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si éléments corps non reconnus Si problème de timing

<p>H4</p>	<p>Horizontal lâcher sur le dos de la MD en engagement de la MG dans le dos</p>	<p>Lâcher horizontal MD Au minimum 2 rotations</p>	<p>Engagement : Cercle du bras gauche dans dos pour dépasser bâton sur le dos de la MD, petite impulsion du bras D pour permettre le lâcher</p>	<p>Axe bâton Placement du corps</p>	<p>Si pas Au minimum 2 rotations</p> <p>Si bâton pas sur dos de la MD</p>
<p>H6</p>	<p>Flip intérieur Horizontal MD 1 tous ou déboulé rattrapage MG retournée + lancer direct</p>	<p>Lancer Horizontal MG Au minimum 2 rotations</p>	<p>Engagement : Voir définition du flip + lancer direct</p>	<p>Axe bâton Placement du corps</p>	<p>Si pas Au minimum 2 rotations</p> <p>Si le 1T ou déboulé non reconnu</p> <p>Si flip horizontal md 1 tour rattrapage MG retournée non reconnu</p> <p>Si lancer non direct (timing)</p>
<p>H7 H16 H18 H20</p>	<p>Maniement sans repère visuel + lancer ou lâcher direct (flip aveugle même main, libre dos, sous bras SD, rappel arrière...)</p>	<p>Lancer ou lancer Horizontal MG ou MD Au minimum 2 rotations</p>	<p>Engagement : MG + lancer ou lâcher direct sans arrêt et rajout de mouvement avant Sans repère visuel au début et au lancer ou lâcher.</p>	<p>Axe bâton Placement du corps</p>	<p>Si pas Au minimum 2 rotations</p> <p>Si pas aveugle début avant lancer ou lâcher</p>

					Si arrêt ou rajout de mouvement avant lancer ou lâcher Si MG non reconnu
<u>H8</u>	Transformation à Horizontal	Lancer Horizontal Au minimum 2 rotations	Engagement : boucle envers verticale avec changement axe à horizontal à l'impulsion du lancer	Axe bâton Placement du corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si pas horizontal
<u>H9</u> <u>H14</u> H15 H21	Rouler avec repère visuel + lancer ou lâcher direct (fish, Bras G + bloqué, singer + éjection, Hollie rattrapage aveugle MG ...)	Lâcher ou lancer HORIZONTAL Au minimum 2 rotations	Engagement : rouler + lâcher ou lancer direct (sans arrêt du bâton ou ½ figure 8 entre les 2)	Axe bâton Placement du corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si rouler non reconnu Si arrêt ou rajouté de quelque chose avant lancer ou lâcher
<u>H10</u>	Sous battement (jambe pliée ou tendue)	Lancer Horizontal MG sous jambe G Au minimum 2 rotations	Engagement : Lâcher H13 (mais fait debout), avec jambe gauche tendue ou pliée	Axe bâton Placement du corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si H13 non reconnu

H12	Lâcher ¾ horizontal pendant flip arrière	Bâton à Horizontal Au minimum 2 rotations	Engagement : Lâcher Horizontal pendant engagement du flip arrière (les Pieds décollent du sol) Sans repère visuel	Axe bâton Réalisation corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si lâcher fait mauvais timing Si flip arrière non reconnu
H17	Maniement avec repère visuel + lancer ou lâcher direct (HZ sous rd de jambe...)	Lancer ou lâcher horizontal MG ou MD Au minimum 2 rotations	Engagement : MG + lâcher ou lancer direct sans arrêt ou rajout de mouvement	Axe bâton Placement du corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si Mg non reconnu Si arrêt ou rajout de mouvement avant lancer ou lâcher
<u>H22</u>	Flip Horizontal dans le costal + lancer	Lancer horizontal Au minimum 2 rotations	Engagement : flip horizontal dans costal puis lancer direct sans arrêt et mouvement rajouté Au moment du lancer, le buste n'est encore pas remonté totalement du costal	Axe bâton Placement du corps	Si pas Au minimum 2 rotations Si costal non reconnu Si arrêt ou mouvement rajouté avant lancer

RATTRAPAGES

FILIERE N3

N°	NOM	Définition déroulement corps	Fautes à sanctionner	Non reconnu
<u>1</u>	Main droite	Position d'attente : bras D tendu dans l'oblique haute, pouce dégagé Rattrapage Au niveau des yeux (naturel) Paume de main et pouce dégagé vers l'avant Doigts serrés vers le ciel Fermer la main au milieu du bâton	Axe bâton Placement du corps	Si mauvais placement de la main au rattrapage
<u>2</u>	Main gauche	Position d'attente : bras G tendu dans l'oblique haute, paume de main vers le ciel, pouce dégagé Rattrapage au niveau des yeux (naturel) Main fermée au milieu du bâton Bras plié devant soi	Axe bâton Placement du corps	Si mauvais placement de la main au rattrapage
<u>3</u>	Main retournée	Position d'attente : main D retournée niveau visage, paume de main vers le ciel, pouce dégagé, doigts pointés vers l'avant Au niveau des yeux (naturel) Main retournée et fermée au milieu du bâton Pied droit pointé sur le côté et ouvert	Axe bâton Placement du corps	Si mauvais placement de la main au rattrapage
<u>5</u>	Dos MG	Rattrapage fait de profil D Le bras gauche vient se coller dans le dos, le rattrapage se fait avec la main gauche dirigé vers l'avant	Axe bâton Placement du corps	Si mauvais placement de la main au rattrapage
<u>6</u>	Sous Jambe D ou G	Rattrapage fait de profil Le rattrapage se fait avec la main dirigée vers l'avant, placée sous le genou de la jambe inverse.	Axe bâton Placement du corps	Si mauvais placement de la main au rattrapage

<u>8</u>	Nuque MG	<p>Rattrapage fait de profil</p> <p>La main gauche passe au-dessus de la tête pour rattraper à côté de l'oreille droite</p> <p>Le coude gauche est pointé vers le ciel.</p> <p>Il n'y a pas de notion aveugle pour ce rattrapage</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main gauche au rattrapage</p>
<u>9</u>	MR + illusion	<p>Rattrapage fait de profil D.</p> <p>Le rattrapage MR doit être fait en déclenchant l'illusion (le pied gauche se lève quand le bâton touche la main)</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si Illusion non reconnu</p> <p>Si problème de timing</p>
<u>10</u>	MR avec rotation inverse	<p>Voir définition MR</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si bâton pas rotation inverse</p>
<u>14</u>	Dos MD	<p>Rattrapage fait de profil G ou de dos</p> <p>Le bras D vient se coller dans le dos, le rattrapage se fait avec la main D dirigé vers l'avant</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p>
<u>15</u>	Sous Battement MD ou MG	<p>Rattrapage fait de face</p> <p>Le rattrapage se fait avec la main placée au niveau de la cuisse, sous la jambe du battement.</p> <p>MD sous jambe Droite</p> <p>MG sous jambe Gauche</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si battement non reconnu</p>
<u>16</u>	Nuque MD	<p>Rattrapage fait de profil G</p> <p>La main droite passe au-dessus de la tête pour rattraper à côté de l'oreille gauche</p> <p>Le coude droit est pointé vers le ciel</p> <p>Il n'y a pas de notion aveugle pour ce rattrapage</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p>

FILIERE N2

FILIERE N1

N°	Nom	Définition déroulement du corps / Bâton	Fautes à sanctionner	Non reconnu
17	MD ou MG sous rond de jambe	<p>Rattrapage fait de face</p> <p>Le rattrapage se fait avec la main placée au niveau de la cuisse, sous la jambe du rond de jambe.</p> <p>MG sous jambe Droite</p> <p>MD sous jambe Gauche</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si rond de jambe non reconnu</p>
22	Sous jambe MR	<p>Rattrapage fait de profil</p> <p>Le rattrapage se fait avec la main D retournée, placée sous le genou de la jambe Droite.</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p>
23	Sous battement MR	<p>Rattrapage fait de profil</p> <p>Le rattrapage se fait avec la main retournée placée au niveau de la cuisse, sous la jambe du battement.</p> <p>MDR sous jambe Droite</p> <p>MGR sous jambe Gauche</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si battement non reconnu</p>
24	Intérieur bras	<p>Les bras sont tournés vers le ciel.</p> <p>Le rattrapage se fait quand le bâton touche l'intérieur de l'avant-bras droit, puis le bâton continue sa course sur l'intérieur du bras gauche.</p> <p>Le bâton ne touche pas les épaules et passe perpendiculaire entre les 2 omoplates</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si pas rattrapage sur avant-bras</p> <p>Si Intérieur bras non reconnu</p>

<u>25</u>	En extension dorsale au sol bras tendu dans élément majeur au sol (catherine)	Le rattrapage est fait avec la main droite, bras droit tendu à l'oreille, corps en extension dorsale, pendant un élément majeur au sol	Axe bâton Placement du corps	Si bras pas tendu Si pas extension dorsale Si élément majeur non reconnu
<u>26</u>	Aveugle MG ou MD	Rattrapage fait de dos Pr aveugle MG, Le bras G passe par le bas pour venir se coller au corps, coude vers le bas, main gauche posée sur épaule G, dans boîte imaginaire. Le rattrapage se fait en aveugle dos au bâton Inversement pour aveugle MD	Axe bâton Placement corps	Si mauvais placement de la main au rattrapage Si pas aveugle
<u>27</u>	Dans illusion MG	Rattrapage fait de face Le rattrapage est fait avec la main gauche, placée derrière le genou de la jambe droite, pendant l'illusion. (le bâton touche la main au passage en I de l'illusion)	Axe bâton Placement du corps	Si mauvais placement de la main au rattrapage Si illusion non reconnue Si mauvais timing
<u>28</u>	MR dans le rond de jambe	Rattrapage fait de face Le rattrapage se fait avec la main retournée placée au niveau de la cuisse, sous la jambe du rond de jambe. MDR sous jambe Droite MGR sous jambe Gauche	Axe bâton Placement du corps	Si mauvais placement de la main au rattrapage Si rond de jambe non reconnu

<p><u>29</u></p>	<p>Dans saut MR</p>	<p>Rattrapage fait de profil</p> <p>Le rattrapage se fait avec la main retournée placée au niveau de la cuisse, sous la jambe la plus haute du saut</p> <p>Le rattrapage se fait les deux pieds décollés du sol</p> <p>MDR sous jambe Droite</p> <p>MGR sous jambe Gauche</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si saut non reconnu</p> <p>Si mauvais timing</p>
<p><u>31</u></p>	<p>Dans illusion endroit</p>	<p>Rattrapage fait de face</p> <p>Le rattrapage est fait avec la main droite, placée derrière le genou de la jambe droite, pendant l'illusion. (le bâton touche la main au passage en I de l'illusion)</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si illusion non reconnue</p> <p>Si mauvais timing</p>
<p><u>32</u></p>	<p>Cambré puis rattrapage soit à 2 mains soit en souplesse arrière</p>	<p>Rattrapage fait de face</p> <p>Cambré :</p> <p>Le rattrapage est fait avec avec les 2mains réunies pendant le cambré (tête en fermeture sur jambe sol autre jambe en écart en l'air</p> <p>Souplesse arrière :</p> <p>Le rattrapage est fait avec avec la main D pendant l'engagement de la souplesse arrière (le dos est déjà en extension, la première jambe ne touche plus le sol)</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si cambré ou souplesse arrière non reconnus</p> <p>Si problème de timing</p>
<p><u>33</u></p>	<p>Ejection coude (rattrapage MD)</p>	<p>Le rattrapage se fait en effectuant une éjection (voir définition)</p> <p>Le rattrapage de l'éjection se fait MD</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si éjection non reconnue</p>

<p><u>38</u></p>	<p>Intérieur bras aller/retour</p>	<p>Les bras sont tournés vers le ciel.</p> <p>Le rattrapage se fait quand le bâton touche l'intérieur de l'avant-bras droit, puis le bâton continue sa course sur l'intérieur du bras gauche, puis le bâton repart dans autre sens quand il arrive sur l'intérieur de l'avant-bras gauche et retourne sur l'intérieur du bras droit.</p> <p>Le bâton ne touche pas les épaules et passe perpendiculaire entre les 2 omoplates.</p> <p>Aucun contact avec les mains</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement des bras au rattrapage</p> <p>Si intérieur bras non reconnu</p> <p>Si discontinu entre les 2 intérieurs bras</p>
<p><u>40</u> <u>52</u> <u>62</u></p>	<p>Dans souplesse/dans souplesse au sol/dans souplesse sur les coudes</p>	<p>Rattrapage fait de profil</p> <p>Souplesse et dérivés à gauche</p> <p>Le rattrapage est fait avec main gauche, placée derrière le genou gauche, pendant la souplesse. (le bâton touche la main la jambe droite n'est plus au sol)</p> <p>Inversement pour souplesse et dérivés à droite</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si souplesse ou dérivés non reconnus</p> <p>Si mauvais de timing</p>
<p><u>42</u></p>	<p>Dans saut MD ou MG</p>	<p>Rattrapage fait de profil</p> <p>Le rattrapage se fait avec la main placée au niveau de la cuisse, sous la jambe la plus haute du saut (inverse)</p> <p>Le rattrapage se fait les deux Pieds décollés du sol</p> <p>MG sous jambe Droite</p> <p>MD sous jambe Gauche</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si saut non reconnu</p> <p>Si mauvais timing</p>

43	Dans roue/roue au sol/roue sur les coudes arrivée au sol/roue sur les coudes avec sursaut arrivée au sol	<p>Rattrapage fait de face</p> <p>Roue et dérivés à gauche</p> <p>Le rattrapage est fait avec main gauche, placée derrière le genou gauche, pendant la roue. (Quand le bâton touche la main, la jambe droite n'est plus au sol)</p> <p>Inversement pour roue et dérivés à droite</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si roue non reconnue</p> <p>Si problème de timing</p>
45	Sous jambe MR avec rotation inverse	<p>Rattrapage fait de profil</p> <p>Le rattrapage se fait avec la main D retournée, placée sous le genou de la jambe Droite pied droit posé au sol pour sous jambe avec une rotation qui arrive à inverse</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si battement non reconnu</p> <p>Si pas rotation inverse du bâton</p>
47	Sous battement MR avec rotation inverse	<p>Rattrapage fait de profil</p> <p>Le rattrapage se fait avec la main D retournée, placée sous le genou de la jambe Droite jambe droite levée pour battement avec une rotation qui arrive à inverse</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si battement non reconnu</p> <p>Si pas rotation inverse du bâton</p>
50	SD	<p>Rattrapage fait de face</p> <p>Le rattrapage est fait avec la main gauche par-dessus le bâton.</p> <p>Juste avant le rattrapage, le bras gauche effectue un cercle dans l'axe (profil profil) et se terminime par-dessus le bâton</p> <p>Le rattrapage est en aveugle à partir du cercle</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si cercle de bras pas fait</p> <p>Si pas aveugle</p>

53	Dans le grand jeté latéral	<p>Rattrapage fait de profil</p> <p>Rattrapage MG dans jeté D</p> <p>Le rattrapage se fait pdt le grand jeté, avec la main G placée au niveau de la cuisse, sous la jambe Droite du grand jeté.</p> <p>Le bâton touche la main les 2 jambes sont en l'air</p> <p>Inversement rattrapage MD dans jeté G</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si grand jeté non reconnu</p> <p>Si mauvais timing</p>
55	Dans illusion MR	<p>Rattrapage fait de face</p> <p>Le rattrapage est fait avec la MDR, placée derrière le genou de la jambe droite, pendant l'illusion. (le bâton touche la main au passage en I de l'illusion)</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si illusion non reconnue</p> <p>Si mauvais timing</p>
56	MG nuque de face (Jason Travers)	<p>Rattrapage fait de face</p> <p>Le rattrapage est fait avec main gauche, placée derrière la tête, le coude gauche est pointé vers l'avant, le bâton arrive derrière la tête</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si le bâton n'arrive pas derrière la tête</p>
58	Dans costal	<p>Rattrapage fait de face</p> <p>Costal à gauche</p> <p>Le rattrapage est fait avec main gauche, placée derrière le genou gauche, pendant le costal. (le bâton touche la main la jambe droite n'est plus au sol)</p> <p>Inversement pour costal à droite</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main</p> <p>Si costal non reconnu</p> <p>Si mauvais timing</p>

59	Dans grand jeté facial	<p>Rattrapage fait de face</p> <p>Le rattrapage se fait pdt le grand jeté de face, avec la main placée au niveau de la cuisse, sous la première jambe du grand jeté.</p> <p>Le bâton touche la main les 2 jambes sont en l'air</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si grand jeté de face non reconnu</p>
60	Dans la souplesse MR et ses dérivés	<p>Rattrapage fait de profil</p> <p>Souplesse et dérivés à gauche</p> <p>Le rattrapage est fait avec la MGR, placée derrière le genou gauche, pendant la souplesse. (le bâton touche la main la jambe droite n'est plus au sol)</p> <p>Inversement pour souplesse et dérivés à droite</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si souplesse ou dérivés non reconnus</p> <p>Si mauvais timing</p>
61	Vertical MG dans souplesse changement de jambe	<p>Rattrapage fait de profil</p> <p>Souplesse changement jambe avec départ pied gauche</p> <p>Le rattrapage est fait avec main gauche, placée derrière le genou droit, pendant la souplesse changement de jambe. (le bâton touche la main la jambe gauche n'est plus au sol)</p> <p>Inversement pour souplesse changement jambe avec départ pied gauche</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si souplesse changement de jambe non reconnue</p> <p>Si mauvais timing</p>
63	MG dans salto arrivé au sol	<p>Rattrapage fait de profil</p> <p>Salto arrivé sol à gauche</p> <p>Le rattrapage est fait avec main gauche, placée derrière le genou gauche, pendant le salto. (le bâton touche la main la jambe droite n'est plus au sol)</p> <p>Inversement pour salto arrivé sol à droite</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si salto arrive sol non reconnu</p> <p>Si mauvais timing</p>

64	Dans roue ou souplesse avec changement de jambe arrivée au sol ou debout	<p>Rattrapage fait de profil pr souplesse de face pour roue</p> <p>Souplesse / roue changement jambe avec départ pied gauche</p> <p>Le rattrapage est fait avec main gauche, placée derrière le genou droit, pendant la souplesse changement de jambe. (le bâton touche la main la jambe gauche n'est plus au sol)</p> <p>La fin du mouvement se fait au sol</p> <p>Inversement pour souplesse / roue changement jambe avec départ pied gauche</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si roue ou souplesse changement jambe non reconnues</p> <p>Si mauvais timing</p>
76	Entre les jambes pdt une souplesse arrière ou rouler sur poitrine	<p>Rattrapage fait de face</p> <p>Le rattrapage est fait avec la MD ou la MG, placée derrière entre les jambes, pendant la souplesse arrière ou rouler sur poitrine. (le bâton touche la main la première jambe de la souplesse arrière n'est plus au sol et le dos est déjà en extension dorsale)</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si souplesse arrière ou rouler poitrine non reconnu</p> <p>Si mauvais timing</p>
86	Sous jambe MR en mouvement	<p>Rattrapage fait de profil et en mouvement</p> <p>Le rattrapage se fait avec la main D retournée, placée sous le genou de la jambe Droite, avec ½ t du corps</p>	<p>Axe bâton</p> <p>Placement du corps</p>	<p>Si mauvais placement de la main au rattrapage</p> <p>Si problème de timing pour ½ T</p>