

Au moins un élément de chaque famille de difficulté doit être déclaré dans les épreuves libres (excepté les connexions en solo).

| JUNIORS / SENIORS       |                             |                    |                          |          |                                  |     |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------|-----------------------------|--------------------|--------------------------|----------|----------------------------------|-----|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Catégorie               | Épreuves                    | Tps<br>(+/- 5 sec) | Nbre Total<br>d'Éléments | Hybrides | Hybrides<br>choré-<br>graphiques | TRE | Acroba-<br>ties | ÉLÉMENTS                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| JUNIORS<br>&<br>SENIORS | Solo libre<br>♀ et ♂        | 2'10               | 5                        | 4        | 1                                | 0   | 0               | - 4 hybrides libres<br>- 1 hybride chorégraphique avec un DD fixe de 1,0                                                                                                                                                                                                                                          |
|                         | Duo libre                   | 2'25               | 6                        | 4        | 0                                | 0   | 2               | - 4 hybrides libres<br>- 2 paires acrobatiques différentes                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                         | Duo mixte<br>libre          | 2'45               | 7                        | 3        | 1                                | 0   | 3               | - 3 hybrides libres<br>- 1 hybride chorégraphique avec un DD fixe de 1,0<br>- 3 paires acrobatiques différentes<br>+ au minimum 4 mouvements de surface connectés en déplacement (1m ou +) ou en rotation (180° ou +)                                                                                             |
|                         | Equipe libre                | 3'10               | 8                        | 5        | 0                                | 0   | 3               | - 5 hybrides libres<br>- 3 acrobaties d'équipe différentes                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                         | Ballet<br>Acrobatique       | 3'00               | 7                        | 0        | 0                                | 0   | 7               | - 7 acrobaties d'équipe différentes dont 1 de chaque groupe (A, B, C, P)<br>dont 2 acrobaties maximum d'un même groupe                                                                                                                                                                                            |
| JUNIORS                 | Solo<br>technique<br>♀ et ♂ | 2'00               | 6                        | 1        | 0                                | 5   | 0               | - 5 éléments techniques obligatoires<br>- 1 hybride libre                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                         | Duo<br>technique            | 2'20               | 7                        | 1        | 0                                | 5   | 1               | - 5 éléments techniques obligatoires<br>- 1 hybride libre<br>- 1 paire acrobatique                                                                                                                                                                                                                                |
|                         | Duo mixte<br>technique      | 2'20               | 7                        | 2        | 0                                | 3   | 2               | - 3 éléments techniques obligatoires<br>- 1 hybride libre<br>- 1 hybride obligatoire contenant slt : 1 poussée barracuda et 2 connexions différentes (ex : T8-C3-C4)<br>- 2 paires acrobatiques différentes<br>+ au minimum 3 mouvements de surface connectés en déplacement (1m ou +) ou en rotation (180° ou +) |
|                         | Equipe<br>technique         | 2'50               | 8                        | 1        | 0                                | 5   | 2               | - 5 éléments techniques obligatoires<br>- 1 hybride libre, comprenant obligatoirement 1 cascade<br>- 2 acrobaties d'équipe de groupes différents<br>Le ballet peut contenir 1 cercle maximum (facultatif)                                                                                                         |
| SENIORS                 | Ballet<br>Combiné           | 3'00               | 9                        | 4        | 1                                | 0   | 4               | - 1 hybride Solo, 1 hybride Duo et 3 hybrides Equipe dont une chorégraphique (minimum 4 athlètes requis).<br>- 4 acrobaties d'équipe différentes                                                                                                                                                                  |

Au moins un élément de chaque famille de difficulté doit être déclaré dans les épreuves libres (excepté les connexions en solo).

**U12 / JEUNES**

| Épreuves                                            | Temps<br>+/- 5 sec | Nbre Total<br>d'Éléments | Hybrides | Hybrides<br>chorégraphiques | Acrobaties | ÉLÉMENTS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------|--------------------|--------------------------|----------|-----------------------------|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Solo libre</b><br>♀ et ♂                         | <b>2'00</b>        | <b>4</b>                 | 4        | 0                           | 0          | - 4 hybrides libres                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Duo libre</b>                                    | <b>2'10</b>        | <b>5</b>                 | 4        | 0                           | 1          | - 4 hybrides libres<br>- 1 paire acrobatique                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Duo mixte libre</b>                              | <b>2'30</b>        | <b>6</b>                 | 3        | 1                           | 2          | - 3 hybrides libres<br>- 1 hybride chorégraphique avec un DD fixe de 1,0<br>- 2 paires acrobatiques différentes<br>+ au minimum 3 mouvements de surface connectés en déplacement (1m ou plus) ou en rotation (180° ou +)                                                                                                                         |
| <b>Equipe libre</b>                                 | <b>2'50</b>        | <b>7</b>                 | 4        | 0                           | 3          | - 4 hybrides libres<br>- 3 acrobaties d'équipe différentes (limitées pour la sécurité des athlètes)<br>Les acrobaties du groupe C ne sont pas autorisées en U12.                                                                                                                                                                                 |
| <b>Ballet Acrobatique<br/>(en Jeunes seulement)</b> | <b>2'30</b>        | <b>5</b>                 | 0        | 0                           | 5          | - 5 acrobaties d'équipe (dont 1 de chaque groupe A, B et P) (limitées pour la sécurité des athlètes).<br>dont 2 acrobaties maximum d'un même groupe.<br>Les acrobaties du groupe C sont optionnelles.                                                                                                                                            |
| <b>Ballet Combiné<br/>(en U12 seulement)</b>        | <b>2'45</b>        | <b>7</b>                 | 3        | 1                           | 3          | - 1 hybride Solo avec DD, 1 hybride Duo avec DD et 1 hybride Équipe avec DD (minimum 4 athlètes requis).<br>- 1 hybride chorégraphique d'équipe avec un DD fixe de 1,0 (minimum 4 athlètes requis)<br>- 3 acrobaties d'équipe différentes (limitées pour la sécurité des athlètes).<br>Les acrobaties du groupe C ne sont pas autorisées en U12. |

Toutes les acrobaties doivent être différentes, c'est à dire :

Pour le groupe A : ne pas répéter la même position (P1 ou P2) à l'exception du bonus de troisième position.

Pour le groupe B : ne pas répéter la même construction, ni le même type de connexion (entre le pilier et la voltige).

Pour le groupe C : ne pas répéter la même construction.

Pour le groupe P : ne pas répéter la même construction, ni le même type de connexions (entre le pilier et la voltige) et ne pas répéter la même position (P1 ou P2) à l'exception du bonus de troisième position, ET ne pas répéter les mêmes bonus.

| Acrobaties limitées pour la sécurité des athlètes |                 | Acrobaties degrés de difficulté DD | Plus notes de base (BM) | Total maximum des degrés de difficulté (DD) |
|---------------------------------------------------|-----------------|------------------------------------|-------------------------|---------------------------------------------|
| <b>U12</b>                                        | <b>Groupe A</b> | 2.0                                | 0.5                     | <b>2.5</b>                                  |
|                                                   | <b>Groupe B</b> | 2.1                                | 0.5                     | <b>2.6</b>                                  |
|                                                   | <b>Groupe P</b> | 2.3                                | 0.5                     | <b>2.8</b>                                  |
| <b>JEUNES</b>                                     | <b>Groupe A</b> | 2.2                                | 0.5                     | <b>2.7</b>                                  |
|                                                   | <b>Groupe B</b> | 2.3                                | 0.5                     | <b>2.8</b>                                  |
|                                                   | <b>Groupe C</b> | 2.3                                | 0.5                     | <b>2.8</b>                                  |
|                                                   | <b>Groupe P</b> | 2.5                                | 0.5                     | <b>3.0</b>                                  |