



Tableau résumé des pénalités possibles pour les transitions des vrilles et tours

FIGURES	11-12 ans		
Figure/Élément	Cygnets, vrille de 180°	Goutte d'eau	
Vrille / Tour	vrille 180°	demi-tour (180°)	vrille 180°
Déviations permises (FINA)	1/4 de rotation en plus ou moins de la rotation	1/4 de rotation en plus ou moins de la rotation	1/4 de rotation en plus ou moins de la rotation
Exécution	entre 135° et 225°	entre 135° et 225°	entre 135° et 225°
Déduction ou pénalité	1 point si moins de 7/8 ou plus de 1 tour et 1/8 aux chevilles	1 point si moins de 7/8 ou plus de 1 tour et 1/8	1 point si moins de 7/8 ou plus de 1 tour et 1/8 aux chevilles
Spécification	descente verticale à partir des chevilles		descente verticale à partir des chevilles

13-15 ans				
Fouet, vrille continue de 720°	Saturne	Vénus (sans la rotation de 360° en position queue de poisson)	Albatros, vrille ascendante de 360°	Promenade arrière, fermeture de 360°
vrille continue de 720° (2 tours)	spire (180°)	vrille de 360°	vrille ascendante de 360°	tour (360°)
180° en plus ou moins de la rotation	1/4 de rotation en plus ou moins de la rotation	1/4 de rotation en plus ou moins de la rotation	1/4 de rotation en plus ou moins de la rotation	1/4 de rotation en plus ou moins de la rotation
entre 540° et 900°	entre 135° et 225°	entre 270° et 450°	entre 270° et 450°	entre 270° et 450°
2 points si moins de 1 tour et 1/2 ou plus de 2 tours et 1/2 aux chevilles	2 points si moins de 7/8 ou plus de 1 tour et 1/8	2 points si moins de 3/4 de tour ou plus de 1 tour et 1/4 aux chevilles	2 points si moins de 3/4 de tour ou plus de 1 tour et 1/4 à partir de la cheville	2 points si moins de 3/4 de tour ou plus de 1 tour et 1/4
2 tours avant chevilles + continuité jusqu'à immersion complète	demi-tour rapide	descente verticale à partir des chevilles		



Tableau résumé des pénalités possibles pour les transitions des vrilles et tours

ÉLÉMENTS	Éléments SOLO 16-20 ans			
	Poussée, vrille de 360°	Vrille continue de 1080°	Espadon jambe tendue - Cavalier (à partir de la position du grand écart)	Queue de poisson - Vrille continue de 720° (jusqu'à la position verticale, sans la vrille continue)
Figure/Élément				
Vrille / Tour	vrille de 360°	vrille continue de 1080° (3 tours)	demi-tour (180°)	tour (360°) - 2 fois
Déviations permises (FINA)	1/4 de rotation en plus ou moins de la rotation	180° en plus ou moins de la rotation	1/4 de rotation en plus ou moins de la rotation	1/4 de rotation en plus ou moins de la rotation
Exécution	entre 270° et 450°	entre 900° et 1260°	entre 135° et 225°	entre 270° et 450°
Déduction ou pénalité	2 points si moins de 3/4 de tour ou plus de 1 tour et 1/4 aux chevilles	2 points si moins de 2 tours et 1/2 ou plus de 3 tours et 1/2 aux chevilles	2 points si moins de 7/8 ou plus de 1 tour et 1/8	2 points si moins de 3/4 de tour ou plus de 1 tour et 1/4
Spécification	descente verticale à partir des chevilles	3 tours avant chevilles + continuité jusqu'à immersion complète		

Éléments DUO 16-20 ans		
Promenade arrière fermeture de 180° - Vrille continue de 720°	Hybride Flamant demi-tour (à partir de la position verticale)	
demi-tour (180°)	vrille continue de 720° (2 tours)	demi-tour (180°)
1/4 de rotation en plus ou moins de la rotation	180° en plus ou moins de la rotation	1/4 de rotation en plus ou moins de la rotation
entre 135° et 225°	entre 540° et 900°	entre 135° et 225°
2 points si moins de 7/8 ou plus de 1 tour et 1/8	2 points si moins de 1 tour et 1/2 ou plus de 2 tours et 1/2 aux chevilles	2 points si moins de 7/8 ou plus de 1 tour et 1/8
	2 tours avant chevilles + continuité jusqu'à immersion complète	

Éléments ÉQUIPE 16-20 ans		
Verticale - Demi-tour vers la position verticale jambe pliée - Demi-tour vers la position verticale - Position du grand écart - Sortie promenade avant (à partir de la position)	2 rotations fouetté - Position verticale - Vrille de 360°	
demi-tour (180°)	rotation fouetté (180°) - 2 fois	vrille de 360°
1/4 de rotation en plus ou moins de la rotation	1/4 de rotation en plus ou moins de la rotation	1/4 de rotation en plus ou moins de la rotation
entre 135° et 225°	entre 135° et 225°	entre 270° et 450°
2 points si moins de 7/8 ou plus de 1 tour et 1/8	2 points si moins de 7/8 ou plus de 1 tour et 1/8	2 points si moins de 3/4 de tour ou plus de 1 tour et 1/4 aux chevilles
	attention au respect de la description : la jambe doit être pliée en arrivant au demi-tour et dépliée sans rotation	descente verticale à partir des chevilles



Tableau résumé des pénalités possibles pour les transitions des vrilles et tours

ÉLÉMENTS	Éléments DUO MIXTE 16-20 ans	
Figure/Élément	Position du carpe avant - Rotation de 180° en position verticale - Demi-tour vers la position verticale jambe pliée - Vrille continue de 720° (jusqu'à la position	Vrille continue de 1080°
Vrille / Tour	demi-tour (180°) - 2 fois	vrille continue de 1080° (3 tours)
Déviation permise (FINA)	1/4 de rotation en plus ou moins de la rotation	180° en plus ou moins de la rotation
Exécution	entre 135° et 225°	entre 900° et 1260°
Dédution ou pénalité	2 points si moins de 7/8 ou plus de 1 tour et 1/8	2 points si moins de 2 tours et 1/2 ou plus de 3 tours et 1/2 aux chevilles
Spécification		3 tours avant chevilles + continuité jusqu'à immersion complète

