

Éléments obligatoires Compétition d'équipe 2025

Voici les descriptions des éléments obligatoires qui devront être performées par les athlètes des différentes catégories d'âge, lors de la compétition d'équipe.

9-10 ans	11-12 ans	Jeunesse	Junior
<i>Jambe de ballet simple</i>	<i>Jambe de ballet tendue</i>	<i>Vénus</i>	<i>TRE #2</i>
<i>Neptune (jusqu'à la position queue de poisson)</i>	<i>Pylône</i>	<i>Fouet, vrille continue de 720°</i>	<i>TRE #4</i>

NOTES :

- Tous les éléments obligatoires doivent être exécutés par tous les membres de l'équipe sur un métronome (voir annexe 5 du Manuel des règlements, point 13.2.2).
- Les juges attribuent une note pour l'exécution et la synchronisation de chacun des éléments obligatoires.
- Les comptes, entrées et les sorties sont optionnelles.
- Pour ces événements, les DD utilisés sont ceux associés aux figures et TRE (Manuel des règlements 6.1 et [Mémo #2](#)).
- Les pénalités pourront être appliquées.

DESCRIPTIONS :

9-10 ans

1. 101 - Jambe de ballet simple

À partir de la position allongée sur le dos, monter une jambe de ballet puis abaisser une jambe de ballet.

DD 1.0



2. 344 – Neptune (jusqu'à la position queue de poisson)

De la position allongée sur le ventre, prendre la position du carpe avant. Une jambe s'élève pour atteindre la position queue de poisson.

DD 1.0



11-12 ans

1. 106 – Jambe de ballet tendue

D'une position allongée sur le dos, monter une jambe de ballet tendue jusqu'à la position jambe de ballet puis abaisser la jambe de ballet.

DD 1.6



2. 348 – Pylône

De la position allongée sur le ventre, prendre la position du carpe avant. Une jambe s'élève pour atteindre la position queue de poisson. Lever la jambe horizontale pour prendre la position verticale. Exécuter une descente verticale.

DD 1.9



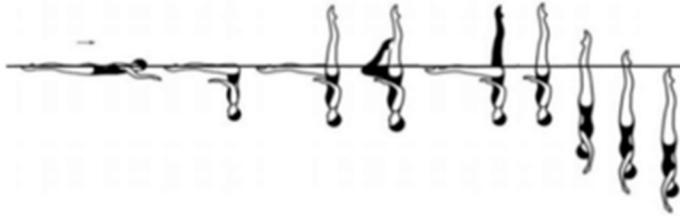
Jeunesse

1. 352 – Vénus (sans la rotation de 360° en position queue de poisson)

De la position allongée sur le ventre, prendre la position du carpe avant. Une jambe est levée jusqu'à la position queue de poisson et la jambe horizontale est pliée pour prendre la position verticale jambe pliée. La jambe pliée est tendue

jusqu'à la verticale alors que la jambe verticale descend pour devenir la jambe horizontale dans la position queue de poisson. La jambe horizontale est levée jusqu'à la position verticale. Une vrille de 360° est exécutée.

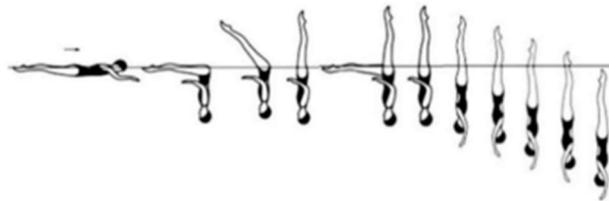
DD 2.6



1. 356f – Fouet, vrille continue de 720°

De la position allongée sur le ventre, prendre la position du carpé avant. Lever les jambes jusqu'à la position verticale. Une jambe est rapidement descendue jusqu'à la position queue de poisson et, sans pause, la même jambe est levée rapidement jusqu'à la position verticale. Sans pause, une vrille continue de 720° est exécutée.

DD 3.0

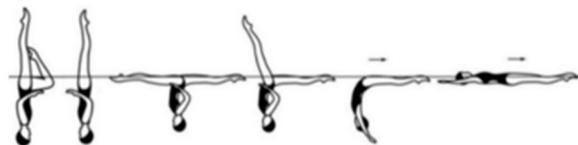


Junior

1. Élément technique requis d'équipe #2 - Position verticale jambe pliée - Demi-tour vers la position verticale - Position du grand écart - Sortie promenade avant (à partir de la position verticale jambe pliée)

À partir de la position verticale jambe pliée, effectuer un demi-tour tandis que la jambe pliée est allongée afin de prendre la position verticale. Les jambes sont ouvertes symétriquement jusqu'à la position du grand écart et une sortie promenade avant est exécutée.

DD 2.3



2. Élément technique requis d'équipe #4 – Hybride du Papillon (jusqu'à la 2e position queue de poisson)

À partir d'une position du carpé avant, une jambe est levée jusqu'à la position queue de poisson. La jambe horizontale est levée, en un arc de 180° tandis que la jambe verticale est abaissée pour prendre la position du grand écart et sans pause, une rotation des hanches de 180° est effectuée tandis que la jambe avant est levée pour reprendre une position queue de poisson (fin en position groupée).

DD 2.9

