



Restrictions

1 bâton et solo artistique

(version mars 2012)

Catégorie	Niveau B	Niveau A	Elite
Tours	<p>Autorisé :</p> <p>1 tour</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lancer et rattrapage : libre • Corps : libre <p>2 tours</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lancer et rattrapage : standard • Corps : Libre 	<p>Autorisé :</p> <p>1 et 2 tours</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lancer et rattrapage : libre • Corps : libre <p>3 tours</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lancer et rattrapage : standard • Corps : Libre 	Libre
Gymnastique-acrobatique	Interdit	<p>Autorisé :</p> <p>Lancer roue sans main,</p> <p>1 maximum sous le bâton</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lancer et rattrapage : libre • Corps : libre <p>Autorisé :</p> <p>Un mouvement corporel simple au moment du lancer est autorisé</p> <p>Interdit :</p> <p>La roue sans main ne peut pas être combinée avec un mouvement corporel difficile</p> <p>Aucun autre mouvement acrobatique n'est autorisé</p>	Libre
Mouvement corporel <i>Statique ou en déplacement</i>	<p>Autorisé :</p> <p>Mouvement corporel difficile sous le bâton (1 seul sous le bâton)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lancer et rattrapage : standard • Corps : libre <p>Interdit :</p> <p>Lancer avec 2 mouvements corporels difficiles sous le bâton</p>	<p>Autorisé :</p> <p>1 mouvement corporel difficile avec 2 tours maximum</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lancer et rattrapage : standard <p>Autorisé :</p> <p>2 mouvements corporels difficiles sous le bâton autorisés (statique ou en déplacement) max 2 dans l'exercice</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lancer et rattrapage : standard • Corps : libre 	Libre



Restrictions

1 bâton et solo artistique

(version mars 2012)

Rouler	Interdit : <ul style="list-style-type: none">• Front roll (toutes les variantes)• Monster roll (partiel ou complet)	Libre	Libre
Matériel de contact	Libre	Libre	Libre

Chaque mouvement interdit engendre une pénalité : 1 point par mouvement et par juge

Chaque chute du bâton engendre une pénalité : 0.1 point par chute et par juge

Lancer standard :

- Vertical main droite ou main gauche (sur le pouce)
- Vertical main droite ou main gauche (à l'envers)
- Horizontal main droite ou main gauche

Rattrapage standard :

- Vertical ou horizontal main droite ou main gauche
- Vertical ou horizontal main droite ou main gauche par dessus le bâton

Mouvement corporel simple :

Mouvement qui ne requiert qu'un **minimum** de travail de souplesse, de force, d'amplitude et d'extension.

Exemple : chassé, piqué, sursaut.

Cette catégorie est surtout utilisée au moment du rattrapage ou au moment du lancé.

Mouvement corporel difficile :

Un mouvement qui requiert un **maximum** de travail de contrôle, de souplesse, de force, d'amplitude et d'extension.

Exemple : Illusion, souplesse, roue, tous les sauts, sauté arabesque, attitude, grand battement, cabriole.

Ces mouvements prennent environ 3 temps ou plus.