

Format						
exigences		0,1	0,2	0,3	0,4	0,5
1	Bonus nombre	6 gymnastes 	7 gymnastes 	8 gymnastes 	9 gymnastes 	10 gymnastes
2	formations	2 ou 3	4 ou 5	6 ou 7	8 ou 9	10
Grille de difficultés						
exigences		0,1	0,2	0,3	0,4	0,5
3	D i f f i c u l t é s	Pompe 	Pompe 1 jambe ou Pompe latérale ou pompe charnière 	Pompe latérale 1 jambe ou pompe charnière 1 jambe ou pompe wenson 	2 Pompes à 0,1 pt enchaînées 	2 pompes à 0,2 pt différentes enchaînées
4		Élévation des fesses 	Élévation des pieds 	Equerre serrée 1 jambe 	Wenson statique 	Equerre serrée ou equerre écartée
5		Saut air Jack 	Saut groupé 	Saut 1 tour 	Saut 1 tour + Saut air jack 	Saut 1 tour + Saut groupé
6		Grand écart 	Grand écart vertical 	Pivot 1 tour (en dedans) 	Grand écart vertical libre 	Pivot 2 tours (en dedans)
Grille des acrobaties						
exigences		0,1	0,2	0,3	0,4	0,5
7	A c r o	Roue 	Rondade 	Souplesse arrière/avant 	saut de main 1 ou 2 pieds 	Flip arrière
Chorégraphie						
exigences		0,1	0,2	0,3	0,4	0,5
8	Talent artistique	Attitude neutre	Quelques moments captivants	Capacité à captiver l'audience avec enthousiasme et dynamisme partiellement	Bonne capacité d'audience	Capacité à captiver l'audience avec enthousiasme et dynamisme tout au long de la routine
9	Intensité	Routine sans intensité avec difficulté à suivre le rythme	Routine démontrant peu d'intensité	Equipe démontrant une intensité moyenne	Equipe démontrant une réelle intensité pendant une bonne partie de la routine	Equipe démontrant une intensité totale et un réel dynamisme durant toute la routine
10	Nombre AIMP	4A	5A	6A	7A	8A
11	Porter	porteur assis	porteur à genoux	porteur debout + 1 critère de complexité	porteur debout + 2 critères de complexité	porteur debout + 3 critères de complexité
12	Interaction	Contact simple		Contact avec changement de niveau OU rotation		Contact avec changement de niveau ET rotation
13	Séquence miroir	Séquence miroir imposée		Séquence miroir libre simple		Séquence miroir libre complexe
14	Changement de style	Présence d'un 2ème style musical simple de 4x8 temps minimum		Présence d'un 2ème style musical partiellement complexe de 4x8 temps minimum		Présence d'un 2ème style musical complexe de 4x8 temps minimum
15	Bloc groupe	Présence de 1 bloc de 4x8 temps ou plus de chorégraphie simple en groupe serré		Présence d'un bloc 4x8 temps ou plus de chorégraphie partiellement complexe en groupe serré		Présence d'un bloc 4x8 temps ou plus de chorégraphie complexe en groupe serré

Chorégraphie simple : réalisation de bras et jambes simples sur les temps ou doubles temps

Chorégraphie partiellement complexe : réalisation de bras simples / jambes complexes ou bras complexes / jambes simples sur les temps

Chorégraphie complexe : réalisation bras complexes / jambes complexes sur les temps ou contre temps. Utilisation des changements de formation et d'orientation

Critères de complexité : voltigeur au dessus de la ligne des épaule, changement de hauteur dans le porter, changement de forme dans le porter