

**Question fréquentes - Programme Provincial v2 janvier 2020**

Questions	Réponses
Q1. Barres JO4-JO5: les prises d'élan en JO4-JO5 doivent-elles être à l'horizontale pour accorder l'exigence?	R1. Oui en JO4 et JO5 l'exigence doit être présentée comme stipulé sauf si indication contraire listée dans l'encadré du programme
Q2. Barres JO5: le tour libre doit-il être à l'horizontale pour recevoir l'exigence?	R2. Non, l'encadré stipule tour libre accordé lorsque les hanches ne touchent pas et que les poignets sont engagés
Q3 Poutre JO5 : est-ce que la roue liée à saut extension remplit l'exigence de roue ou renversement avant sur la poutre?	R3. Non, l'exigence #3 roue ou renversement avant doit être un élément en soit sur la poutre et non engagé comme sortie
Q4. Sol JO4 JO5, les tours doivent-ils être exactes et complets?	R4. Oui différent de JO, les tours doivent être complétés exactement pour être reconnus
Q5. Sol JO4 : Expliquer le 1/2 tour suivi de tour sur 1 jambe	R5. Le 1/2 tour doit être fait sur une jambe, <b>vers l'extérieur</b> suivi d'un tour sur l'autre jambe.
Q6. Sol JO4: liaison de 2 sauts en rebond, est-ce possible d'utiliser le sissonne?	R6. Non, sauts rebonds implique un saut réception 2 pieds immédiatement impulsion saut extension 1/2 tour
Q7. Barres JO 5, si la gymnaste fait tour libre barre haute, est-ce qu'elle doit faire prise d'élan à l'horizontal sur BI avant le petit bonhomme?	R7. Oui. La prise d'élan BI est une exigence
Q8. Barres JO4-JO5 Entrée enroulé (BI) et balancé enroulé (BS) sont-ils des éléments interdits pour JO 4 et JO5?	R8. L'entrée enroulé n'est pas un élément donc pas de déduction pour élément interdit simplement pas d'exigence de bascule. Par contre l'enroulé est un élément A du <b>Code JO et devient élément interdit en JO4 – déduction - .50.</b> Attention, en JO 5 l'enroulé existe et l'ordre des éléments est au choix donc pas de déduction pour JO5.
Q9. Sol JO5, s'il y a un ajout d'un saut split (saut grand jeté) au milieu du passage (ES no. 3), est-ce-que le passage est accordé?	R9. Non. C'est écrit sur le tableau "il n'y a pas d'ajout d'élément entre ceux spécifiés au passage".

Commentaires Programme Provincial

<b>Saut:</b>	<b>Le tapis de placement pour les mains doit être utilisé que pour les sauts de type Yurchenko</b>
<b>Barres</b>	<b>Prise d'élan petit bonhomme = 1 A</b>
	<b>Prise d'élan petit bonhomme tour pieds-mains (sole circle) = 2A</b>
<b>Poutre- Sol</b>	<b>Clarification de "externe" et "interne" pour les tours JO4 Externe = tour régulier, Interne = tour dans l'autre sens</b>
<b>Sol JO5</b>	<b>Streuli : doit franchir la verticale et utiliser la règle JO entre verticale et + 20° dépassé la verticale pour accorder le streuili</b>