
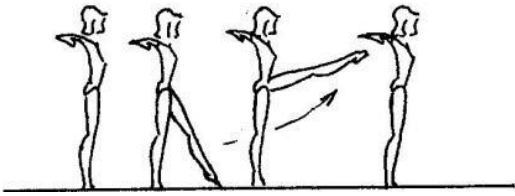

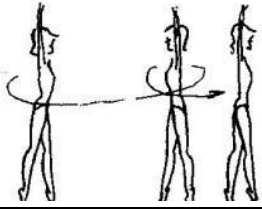
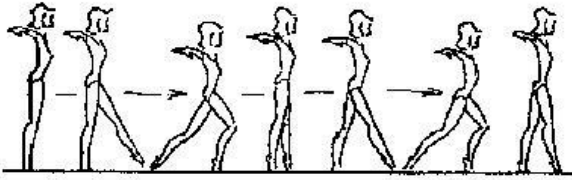
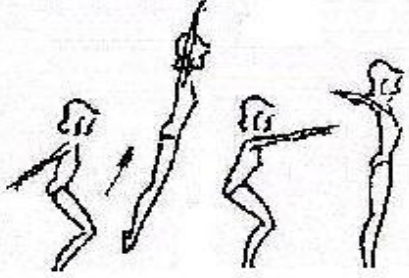


**ELEMENTS DE LIAISON FILLE de difficulté A
(0,4 point)**

DESSINS	TEXTE
	<p>De la station couchée dorsale, extension dorsale pour arriver en position assise, dos droit, jambes $\frac{1}{2}$ fléchies. Onde dorsale</p>
	<p>Grand battement jambe à l'horizontale, jambe d'appui tendue</p>
	<p>Elément de maintien sur 1 pied, jambe d'appui tendue, tenu 2 sec, bras libres Attitude AV, AR ou arabesque</p>
	<p>Tour naturel sur $\frac{1}{2}$ pointes, bras libres.</p>
	<p>2 pas chassés AV enchaînés sur $\frac{1}{2}$ pointes, bras libres.</p>
	<p>Saut vertical, appel 2 pieds, jambes tendues serrées, réception 2 pieds.</p>

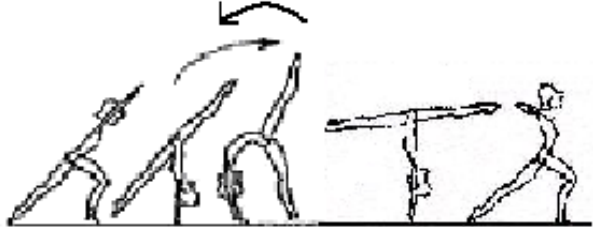
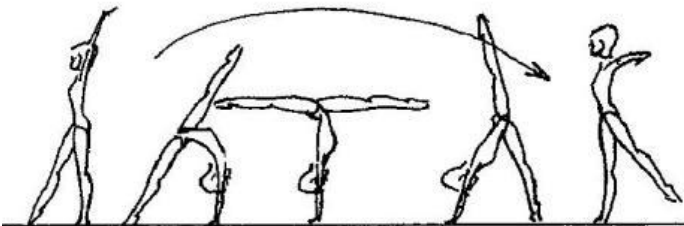
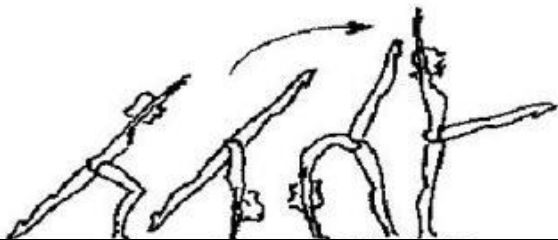
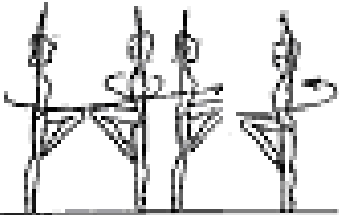
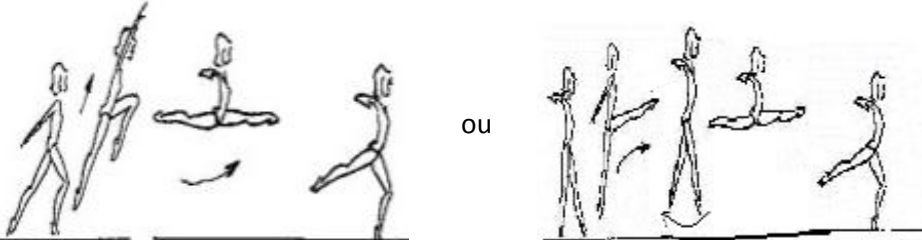
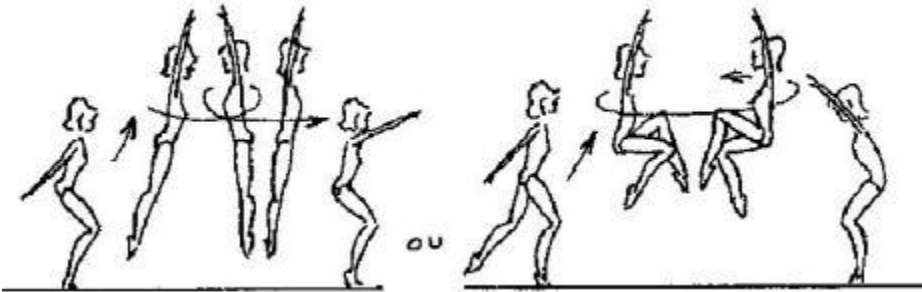
**ELEMENTS DE LIAISON FILLE de difficulté B
(0,6 point)**

DESSINS	TEXTE
	<p>De la station couchée dorsale, s'établir en pont (tenu 2 sec.), jambes serrées et tendues.</p>
	<p>Chandelle tenue 2 sec, bras tendus en appui au sol.</p>
	<p>Planche faciale, jambe d'appui tendue, tenue 2 sec, jambe libre minimum à l'horizontale.</p>
	<p>$\frac{1}{2}$ tour sur 1 pied sur $\frac{1}{2}$ pointes, position de la jambe libre indifférente.</p>
	<p>Impulsion 2 pieds, saut groupé.</p>
	<p>Saut vertical avec $\frac{1}{2}$ tour, appel 2 pieds, jambes tendues serrées, réception 2 pieds.</p>

**ELEMENTS DE LIAISON FILLE de difficulté C
(0,8 point)**

DESSINS	TEXTE
	<p>ATR puis descente en pont avant (tenu 2 secondes) ou de la station debout, descente en pont arrière. (tenu 2 secondes)</p>
	<p>Grand écart antéropostérieur sans appui des mains au sol (tenu 2 sec) ou Ecrasement facial (tenu 2 sec).</p>
	<p>Pied dans la main (Y tenu 2 sec.)</p>
	<p>Tour sur 1 pied sur ½ pointes, position de la jambe libre indifférente.</p>
	<p>Impulsion 2 pieds, saut cosaque. Impulsion 2 pieds, saut sissone.</p>
	<p>Saut de chat.</p>

**ELEMENTS DE LIAISON FILLE de difficulté D
(1 point)**

DESSINS	TEXTE
	<p>Départ debout renversement avant, pose d'un pied au sol et revenir à la position initiale. Tic-Tac.</p>
	<p>Souplesse AR d'une jambe.</p>
	<p>Souplesse AV d'une jambe.</p>
	<p>1 Tour et ½ sur 1 pied sur ½ pointes, position de la jambe libre indifférente.</p>
	<p>Grand jeté AV au grand écart. ou Saut changement de jambe.</p>
	<p>Appel 2 pieds, saut vertical tour complet réception 2 pieds. ou Saut de chat ½ tour.</p>