



SOL Filles :

Catégorie Equipe Etablissement Collège et Lycée

Ville / Académie :	Code UNSS Equipe Etablissement 2016 - 2020
Collège / Lycée :	
Nom Prénom :	

Projet d'enchaînement					
Difficultés	A = 0,40	B = 0,60	C = 0,80	D = 1,00	
ATR	1				
	2				
SM	3				
	4				
LG	5				
	6				
	7				
AC	8				
	9				
	10				
Note D	Seulement 6 éléments pris en compte			Note E	
Difficultés / 6 pts	Exigences de Composition / 4 pts			Exécution / 10 pts	
..... D X 1,00 =	ATR	Passage à l'ATR	1 pt	10.00	
..... C X 0,80 =	SM	Souplesse ou Maintien	1 pt		
..... B X 0,60 =	LG	Liaison Gym. Dont 1 saut	1 pt	Note sur 10 :	
..... A X 0,40 =	AC	2 élts ACrob. de sens différents	1 pt	Pénalités :	
Note sur 6 :	Note sur 4 :			Note Finale	