



Ligue des Associations Sportives Etudiantines Luxembourgeoises

League of Luxembourg Students' Sports Associations
Luxemburger Studentensportverband

AVIS

Aux Dirigeants des Associations Sportives Etudiantines

Objet : Championnat du GRAND TRAMPOLINE, toutes catégories

J'ai l'honneur de vous informer que cette manifestation aura lieu le **jeudi, 12 juin 2008** à la salle de sports du LTML au Limpertsberg. L'échauffement sera vers 14.00 h et le début de la compétition est prévu pour 14.30 h. Veuillez prendre note des dispositions suivantes :

1) Participation

Sont autorisé(e)s à participer tou(te)s les gymnastes présentant une licence L.A.S.E.L. validée pour 2007-08.

2) Programme

Les gymnastes présenteront deux exercices au grand trampoline : une série obligatoire (à 15 points) et une série au choix (de 14 à 20 points) construite à partir des éléments figurant sur la liste ci-jointe. Les gymnastes doivent apporter le déroulement de **la série libre sous forme écrite**, qu'ils donneront aux juges avant de l'exécuter sur le trampoline, ce qui aidera à un déroulement plus efficace de la compétition.

3) Catégories d'âge

Un(e) gymnaste est considéré(e) comme **non-affilié(e)** s'il/elle ne dispose pas/plus de licence valable auprès de la FLG **au moment de rentrer en septième**.

!!! Le nombre de catégories dépend du nombre de participants, les directeurs sportifs se réservent le droit de fusionner des catégories dans le cas d'un manque d'inscriptions.

4) Classement

Dans chaque catégorie, il sera établi un classement individuel. La somme des deux notes reçues (série obligatoire et série libre) donne le résultat final. En cas d'ex-aequo, la note de la série obligatoire fera la différence.

5) Inscriptions

Les inscriptions sont à envoyer de **par courrier électronique** (remplir le fichier Excel ci-joint et envoyer par email) aux directeurs sportifs pour **mardi le 10. juin 07 au plus tard.**

SALUTATIONS SPORTIVES

Seywert Steve & Da Silva Ramon

steve.seywert@education.lu

ramon.dasilva@education.lu



Ligue des Associations Sportives Etudiantines Luxembourgeoises

League of Luxembourg Students' Sports Associations
Luxemburger Studentensportverband

Grand Trampoline

1) Série obligatoire :

3 chandelles

360°

Groupé

Assis 1/2 tour debout

Écart

Carpé joint

1/2 tour

Assis debout

Groupé

2) Série libre :

Chaque élève peut établir sa propre série, en choisissant ses exercices dans 3 groupes de difficultés A, B et C. Un quatrième groupe D comporte des éléments de difficulté élevée donnant lieu à un bonus (0,75 pt). Chaque série peut comprendre au maximum 2 éléments du groupe D ajoutés aux 8 éléments de la série. Chaque élément peut être **répété une seule fois** au cours d'une série. Pour chaque série 3 chandelles sont permises avant de commencer. 10 points sont réservés à l'exécution de la série.

- Série à 14 points, formée par 8 éléments A
- Série à 16 points, formée par 4A et 4B
- Série à 18,5 points, formée par 2A, 3B et 3C



Ligue des Associations Sportives Etudiantines Luxembourgeoises

League of Luxembourg Students' Sports Associations
Luxemburger Studentensportverband

Groupe de difficulté A:

1/2 tour (180°)
Groupé (Hocksprung)
Écarté (Spreizsprung)
Assis-debout
Genoux-assis
Assis-genoux

Groupe de difficulté B:

Carpé joint (Bücksprung)
Tour complet (360°)
Ventre
Dos
Assis 1/2 tour debout
Ventre-assis
Groupé - carpé joint - écarté en combinaison
Salto arrière

Groupe de difficulté C:

Ventre-assis 1/2 tour debout
Dos-1/2 tour debout
1 1/2 tour
Dos-ventre en combinaison
Ventre-dos en combinaison
1/2 tour ventre debout
Assis-1/2 tour-assis en passant par la chandelle
Salto avant
Barani (Araber)
Salto arrière carpé

Groupe de difficulté D:

2 tours complets
Dos-salto avant en position debout
Salto avant-arrière en combinaison
Salto arrière arrivée en position assise
Salto arrière tendu
Salto avant ou arrière avec vrille