

# REGLEMENT

# SCORING MAIN CLASS START

Date: 1 janvier 2023

Version: 1.2 – NG

Version	Date	Description des modifications
1.1		Version réécrite
1.2	1.1.23	<p>Actualisation du document :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1.3: Réévaluation des entrées</li> <li>- 1.4: Réévaluation des sorties et éléments de transitions.</li> <li>- 2.2 : Réévaluations des points concernant les STAFF et ses variations</li> <li>- 2.2 : Acrobaties « Bras » renommée « Winterthur »</li> <li>- 2.2 : Réévaluation des points concernant la figure « Winterthur »</li> <li>- 2.2 : Réévaluation des points concernant la figure « Petite éjection »</li> <li>- 2.4 : Adaptation de la phrase concernant les variantes de sorties, possible pour les acros 4.07 à 4.11</li> <li>- 2.5 : Possibilité de mettre des acrobaties du groupe 4 comme 1<sup>er</sup> élément acrobatique lors d'un enchaînement (groupe 5)</li> </ul> <p>Mise à jour du Registration software pour les acrobaties</p>

<b>1.</b>	<b>INTRODUCTION .....</b>	<b>3</b>
1.1.	DEGRE DE DIFFICULTE .....	3
1.2.	GROUPES ACROBATIQUES .....	3
1.3.	ENTREES .....	4
1.4.	VARIANTES DES TRANSITIONS ET SORTIES .....	4
1.5.	CRITERES DE JUGEMENTS D'UNE ACROBATIE .....	4
<b>2.</b>	<b>CLASSIFICATION DES ACROBATIES.....</b>	<b>6</b>
2.1.	GROUPE 1 .....	6
2.2.	GROUPE 2 .....	7
2.3.	GROUPE 3 .....	7
2.4.	GROUPE 4 .....	8
2.5.	GROUPE 5 .....	9
2.6.	GROUPE 6 .....	10
<b>3.</b>	<b>DESCRIPTION DES ACROBATIES.....</b>	<b>11</b>
3.1.	STAFF PAR-DESSUS – 2.09.....	11
3.2.	STAFF HANCHES – 2.10.....	11
3.3.	PETITE EJECTION – 2.11 .....	11
3.4.	HANCHES-PLONGEON – 3.05 .....	12
3.5.	DEROULE EPAULES SORTIE DIRECTE – 1.11.....	12
3.6.	ROLLING PIKED – 1.12 .....	12

# 1. INTRODUCTION

## 1.1. DEGRE DE DIFFICULTE

A chaque élément acrobatique est attribué une lettre selon le degré de difficulté. A chaque lettre - de A à I - correspond un nombre de points. Chaque ascension dans l'alphabet permet de gagner un point.

Chaque élément acrobatique ne peut être exécuté qu'une seule fois dans un programme, ce qui est également valable pour les enchaînements.

Les acrobaties (y compris les enchaînements) ne peuvent dépasser la valeur I, soit 12 points au maximum. Le total des points acrobatiques ne peut pas dépasser 50 points en éliminatoires et 65 points en finale et demi-finale.

**Tableau 1**

Difficulté	A	B	C	D	E	F	G	H	I
Valeur	4	5	6	7	8	9	10	11	12

**Tableau 2 (valable pour les enchaînements)**

Difficulté	A'	B'	C'	D'	E'	F'	G'	H'	I'
Valeur	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	4.5	5

## 1.2. GROUPES ACROBATIQUES

- Les groupes 1,2, 3 et 4 sont obligatoires ; un élément de chacun de ces groupes doit être présenté dans un programme.
- Les groupes 5 et 6 sont facultatifs.

Groupe 1	Groupe 2	Groupe 3	Groupe 4	Groupe 5	Groupe 6
Bascule ou rotation dans l'axe transversal	Élévation	Plongeon	Tournantes	Enchaînement de plusieurs éléments acrobatiques	Autre élément acrobatique

- Les rotations dans l'axe transversal (salto) peuvent être exécutées de manière groupée, carpée ou tendue. Dans cet ordre la valeur de l'élément acrobatique augmente d'un point.
- Il existe différentes positions d'entrées. Pour certains éléments acrobatiques, le départ directement depuis le sol augmente la valeur d'un point.
- Il existe différentes variantes des sorties et transitions aux éléments acrobatiques. Chaque variante ne peut être utilisées qu'une fois par programme. Elles n'apportent pas de point supplémentaire, sauf lors d'un enchaînement (groupe 5).
- Staff : le nombre de Staff (y compris ses variantes) est limité à deux par programme.
- Groupe 4 : le nombre d'acrobaties du groupe 4 est limité à deux par programme, y compris en enchaînement.

### 1.3. ENTREES

- Directement depuis le sol
- Dans les bras du partenaire (mariée)
- Aux hanches face au partenaire
- Aux hanches dos au partenaire

Certains éléments acrobatiques listés ci-dessous sont considérés comme des entrées. Liés avec une autre acrobatie, ils ne comptent pas pour le groupe 5 mais pour le groupe de l'acrobatie qui suit. Ces entrées ajoutent des points à l'acrobatie et ne sont valables qu'une fois par programme :

- Genou : un point. La liaison doit être effectuée sans contact avec le sol ; un élément de transition est autorisé.
- Élément « Bras » arrivée en mariée : un point. La liaison doit être effectuée sans contact avec le sol ; aucun élément de transition n'est autorisé. Cette entrée ne peut pas être enchaînée avec l'acrobatie « Winterthur ».

### 1.4. VARIANTES DES TRANSITIONS ET SORTIES

- Dans les bras du partenaire (mariée)
- Sur les bras « face to face »
- Sur les bras dos au partenaire
- Aux hanches face au partenaire
- Aux hanches dos au partenaire
- Sur les épaules

### 1.5. CRITERES DE JUGEMENTS D'UNE ACROBATIE

**Une acrobatie 100% correcte doit nécessairement remplir les critères suivants :**

- Amplitude du mouvement
- Vitesse d'exécution pendant l'acrobatie

- Qualité de l'exécution technique et esthétique
- Fluidité
- Maîtrise des deux partenaires
- Atterrissage parfait

**Si ces critères ne sont pas remplis, les juges doivent appliquer les réductions prévues pour chaque erreur.**

## 2. CLASSIFICATION DES ACROBATIES

### 2.1. GROUPE 1

Tout élément acrobatique avec une bascule du corps ou une rotation dans l'axe transversal (mouvement de salto) avec ou sans rotation dans l'axe longitudinal (vrille).

- Les variantes de sorties n'apportent pas de point supplémentaire.
- Les valeurs des acrobaties « cygne », « suédoise » et « bougie » sont augmentées d'un point si le départ est effectué directement depuis le sol (sans passage par les hanches).

Nr.	Élément acrobatique	Basic point score	Groupé	Carpé	Tendu	+1/2 Twist	+1/1 Twist	Départ depuis le sol	Avec dérouler depuis les épaules
1.01	Poisson	6		+1	n.a.	+1	+2		
1.02	Cygne*	7				n.a.	n.a.	+1	
1.03	Suédoise**	4				n.a.	n.a.	+1	
1.04	Bougie***	9				n.a.	n.a.	+1	
1.05	Demi-sac	9				n.a.	n.a.		
1.06	Roue 1	4							
1.07	Roue 2	7							
1.08	Fusée	4				+1	+2		
1.09	Munich	4		+1	+2				
1.10	Première	7		+1	+2				
1.11	Dérouler depuis les épaules, sortie directe	8							
1.12	Rolling Piked	10							+2

\* Par définition, la danseuse s'appuie avec ses avant-bras sur les épaules du danseur. Une main du danseur tient la cuisse de la danseuse.

\*\* Par définition, la danseuse s'appuie avec ses mains sur les épaules du danseur. Les deux mains du danseur doivent se trouver sur les hanches de la danseuse.

\*\*\* Par définition, la danseuse s'appuie avec ses avant-bras sur les épaules du danseur. Les deux mains du danseur doivent se trouver sur les hanches de la danseuse.

## 2.2. GROUPE 2

Tout élément acrobatique en élévation durant laquelle la danseuse reste en principe en position verticale.

- Les variantes de sorties n'apportent pas de point supplémentaire.

Nr.	Élément acrobatique	Basic point score	+1/2 Twist	+1/1 Twist
2.01	Cheval	6	+1	n.a.
2.02	Italo*	12		
2.03	Winterthur	6		n.a.
2.04	Staff**	6	+2	+4
2.05	Patineuse	5		
2.06	Promenade	10		
2.07	Italo épaules*	9		
2.08	Staff bloqué	3	n.a.	n.a.
2.09	Staff par dessus**	12	n.a.	n.a.
2.10	Staff Hanches**	12	n.a.	n.a.
2.11	Petite éjection	4	n.a.	n.a.

\* Par définition, cet élément s'effectue avec 1/1 Twist. S'il manque plus de 90 degrés de vrille, l'observer réduira la valeur de cet élément à zéro (0).

\*\* Pour être reconnue, cette acrobatie doit être réalisée de la façon suivante : les pieds de la danseuse jambes tendues doivent atteindre au minimum la hauteur de la tête du partenaire.

## 2.3. GROUPE 3

Tous les éléments acrobatiques durant lesquels la danseuse plonge la tête en bas.

- Les variantes de sorties n'apportent pas de point supplémentaire.

Nr.	Élément acrobatique	Basic point score
3.01	Petit plongeon	8
3.02	Plongeon latéral	4
3.03	Plongeon devant, sortie derrière	7
3.04	Plongeon dos	4
3.05	Hanches plongeon	10



## 2.4. GROUPE 4

### Toutes les acrobaties tournantes

- Les variantes de sorties apportent des points supplémentaires uniquement pour les figures 4.07 à 4.11.
- Figures 4.01 à 4.05 : un minimum de 3 rotations doit être exécuté pour obtenir le Basic Point Score.
- Figures 4.07 à 4.11 : une rotation doit être exécuté pour obtenir le Basic Point Score.
- La Spirale peut être exécutée avec un ½ twist entre les tours, ce qui augmente la valeur d'un point.
- La combinaison de « l'hélice C » et de « l'assiette » est autorisée et n'est pas classifiée dans le groupe 5. L'enchaînement doit être exécuté sans contact avec le sol. Toutes les autres acrobaties du groupe 4 ne peuvent pas être combinées entre elles.

Nr.	Élément acrobatique	Basic point score	3 tours	4 tours	1x ciseau	2x ciseaux	3x ciseaux	+1/2 Twist
4.01	Spirale	4		n.a.	n.a.	n.a.	n.a.	+1
4.02	Spirale avec grand écart	6		n.a.	n.a.	n.a.	n.a.	n.a.
4.03	Assiette en tournant (danseur)	4		+1	+2	+3	+4	
4.04	Assiette	5		+1	+2	+3	+4	
4.05	Hélice C	9		+1				
4.06	Combinaison Hélice C et assiette	12	2 tours + 2 tours = 11 3 tours + 2 tours = 12 Si l'acrobatie n'est pas complète, la valeur de la tournante exécutée avec le plus grand nombre de tours est prise en compte.					

Nr.	Élément acrobatique	Basic Points Score	2 tours	Sortie côté de l'entrée	Sortie côté opposé de l'entrée	Plongeon dos	Roue, Amélie, Genou, enroulé
4.07	Hélice A	5	+3		+1	n.a.	+2
4.08	Dulaine	5	+3		+1	n.a.	+2
4.09	Cravate	4	+3		+1	n.a.	+2
4.10	Berlinoise	5	+3		+1	+2	+2
4.11	Ceinture	5	+3		+1	+2	+2

## 2.5. GROUPE 5

Un enchaînement est une combinaison d'acrobaties de la Main Class Start, exécutée de manière fluide et sans pause.

- Valeur du 1<sup>er</sup> élément acrobatique : tableau 1 (Groupe 1/2/4/6).
- Valeur du 2<sup>ème</sup> élément acrobatique : tableau 2 (Groupe 1/2/3/4/6).
- Valeur du 3<sup>ème</sup> élément acrobatique : tableau 2 (Groupe 1/2/3/4/6).
- Seules les acrobaties listées comme appartenant à la Main Class Start reçoivent des points.
- Chaque enchaînement contient au maximum 3 éléments acrobatiques.
- Les variantes des transitions lors d'un enchaînement apportent un point supplémentaire. Chaque transition n'est valable qu'une fois dans un programme.
- L'atterrissage sur le sol pour repartir dans l'élément suivant est autorisé une seule fois mais n'apporte pas de point supplémentaire. Il doit être réalisé en une seule touche.
- Les éléments contenus dans un enchaînement comptent comme Groupe 5 et non pour le groupe auxquels ils appartiennent lorsqu'ils sont exécutés seuls.

**Tableau 1**

Difficulté	A	B	C	D	E	F	G	H	I
Valeur	4	5	6	7	8	9	10	11	12

**Tableau 2 (valable pour les enchaînements)**

Difficulté	A'	B'	C'	D'	E'	F'	G'	H'	I'
Valeur	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	4.5	5

## 2.6. GROUPE 6

Tous les éléments acrobatiques qui n'appartiennent pas aux groupes 1 à 5.

- Les variantes des sorties n'apportent pas de point supplémentaire.

Nr.	Élément acrobatique	Basic point score
6.01	½ ceinture	4
6.02	Babysitter	7
6.03	Epaules Twist*	7
6.04	Spirale Twist	7

\* Par définition, cet élément s'effectue avec Poisson et avec 1/1 Twist. S'il manque plus de 90 degrés de vrille, l'observateur réduira la valeur de cet élément à zéro (0).

## 3. DESCRIPTION DES ACROBATIES

Toutes les acrobaties sont décrites et démontrées sur la chaîne Youtube de la SRRC ([lien direct](#)).

Le solde des acrobaties est décrit ci-après.

### 3.1. STAFF PAR-DESSUS – 2.09

PD : Face à face

PM : Aucun contact

E : La danseuse pose son pied dans les mains jointes du danseur. La danseuse effectue une élévation en position verticale, passe par-dessus le danseur en écartant les jambes et atterrit devant le danseur. Le danseur fait demi-tour et soutient l'atterrissage en soutenant la danseuse sous les aisselles. Durant toute l'exécution le corps de la danseuse reste en position verticale et tendue.

PF : La danseuse devant le danseur, regards dans la même direction.

### 3.2. STAFF HANCHES – 2.10

PD : Face à face

PM : Aucun contact

E : La danseuse pose son pied dans les mains jointes du danseur. La danseuse effectue une élévation en position verticale. Lorsqu'elle redescend, le danseur l'attrape avec une main de chaque côté de la taille et la danseuse vient s'asseoir avec les jambes écartées sur les hanches du danseur. Les mains de la danseuse sont tenues derrière la nuque ou sur les épaules du danseur.

PF : Face à face, la danseuse assise sur les hanches du danseur.

### 3.3. PETITE EJECTION – 2.11

PD : Face au garçon, prise main droite ou inversement

PM : Face à la fille, prise main gauche ou inversement

E : Le danseur se tourne de 90° sur sa gauche par rapport à sa danseuse et se met en position de squat écart. La danseuse pose son pied gauche sur la cuisse droite du garçon. Le garçon pose sa main droite sous la cuisse de la fille et effectue une éjection verticale. En l'air, la fille groupe ses jambes. Lorsqu'elle redescend, sur la gauche du garçon et après avoir effectué une

demi-vrille, le danseur l'attrape avec la main droite sous l'aisselle gauche de la fille. La main gauche de la fille prend appui sur le bras droit du garçon. L'acrobatie peut également se faire de manière symétrique en partant de l'autre côté pour la fille.

PF : Face à face, debout.

### **3.4. HANCHES-PLONGEON – 3.05**

PD : Face à face, la danseuse assise avec les jambes écartées sur les hanches du danseur.

PM : Le danseur tient la taille avec une main de chaque côté. La danseuse pose ses mains derrière la nuque ou sur les épaules du danseur.

E : La danseuse s'élève en position verticale, tête en bas, le danseur l'aide en gardant la prise à la taille. Sans marquer d'arrêt, il lâche la danseuse afin qu'elle puisse glisser sur son dos. Durant la descente la danseuse entoure le torse ou la cuisse du danseur avec au moins un bras. Le danseur vient saisir la nuque de la danseuse (ou sous l'omoplate) avec un de ses bras en passant entre ses jambes. La danseuse plie les jambes afin que le danseur puisse la saisir de son bras resté en attente au-dessus de son dos.

PF : Face à face

### **3.5. DEROULE EPAULES SORTIE DIRECTE – 1.11**

PD : Face à face, la danseuse est assise sur les épaules du danseur.

PM : Le danseur entoure le tronc de la danseuse avec ses deux bras. La danseuse tient les bras du danseur avec ses deux mains.

E : La danseuse effectue une bascule en arrière vers la position debout. Le danseur l'aide à engager le mouvement en la poussant avec ses épaules. La prise de mains coulissante est maintenue durant toute l'exécution

PF : Face à face

### **3.6. ROLLING PIKED – 1.12**

PD : Face à face, la danseuse est penchée en avant, sa tête entre les jambes du danseur.

PM : La danseuse tient les mains du danseur entre ses jambes

E : Le danseur donne une impulsion avec son bassin, la danseuse effectue une bascule en avant vers la position patineuse. La position n'est pas arrêtée. La danseuse atterrit sans lâcher les mains du danseur.

PF : Face à face

*Remarque :*  
*Ce règlement est publié en français et en allemand. Si une différence d'interprétation devait surgir, c'est le règlement en français qui fait foi.*