

**Tableau des 5 figures statiques**

| Figure 1 | Figure 2 | Figure 3 | Figure 4 | Figure 5 |
|----------|----------|----------|----------|----------|
|          |          |          |          |          |

**Tableau des 5 figures dynamiques “avec les bras”**

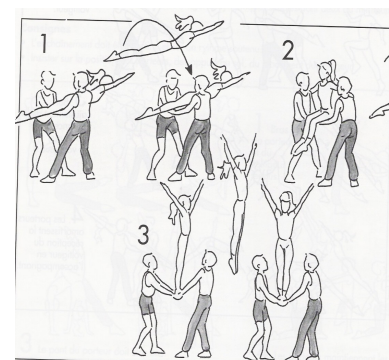
| Roulade avant | Roulade arrière | ATR roulade avant | Flip avant | Flip arrière |
|---------------|-----------------|-------------------|------------|--------------|
|               |                 |                   |            |              |
|               |                 |                   |            |              |
|               |                 |                   |            |              |

Le porteur contrôle au niveau  
 Il transporte le voltigeur en  
 une fois que ce dernier

NB: Il existe d'autres figures dynamiques en duo ou trio pour chaque forme de démontage.

**Tableau des 3 figures dynamiques “sans les bras”**

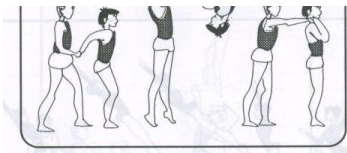
| Porter | Rattraper              | Lancer            |
|--------|------------------------|-------------------|
|        |                        |                   |
|        | V sur ventre / sur dos | V debout ou assis |



**Tableau des 4 figures dynamiques “en rotation”**

| Salto avant | Soleil arrière | Tour d'appui arrière | Salto arrière |
|-------------|----------------|----------------------|---------------|
|             |                |                      |               |





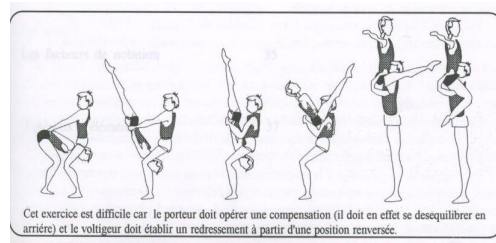
**ÉLÉMENTS DE LIAISON IMBRIQUÉS**

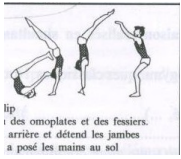
Le passage d'une figure à l'autre peut se réaliser sans modifier tous les éléments du duo, du trio, du quatuor ou de la pyramide. Ainsi le voltigeur pourra se déplacer autour de son partenaire pour passer d'une posture à une autre. Le rôle du porteur sera alors de permettre le déplacement de son partenaire. Pour cela il devra assurer la stabilité de l'édifice et offrir des surfaces d'appui permettant au voltigeur de se mouvoir.

Le voltigeur aura pour tâche de se déplacer le plus près possible de l'axe afin de ne pas déséquilibrer l'ensemble. La rapidité et la précision de ses mouvements et déplacements seront la garantie de l'efficacité de cette liaison.

ici le voltigeur s'accroche sur les épaules de son partenaire pour abaisser le centre de gravité de l'ensemble et effectuer son demi-tour au-dessus des appuis du porteur.

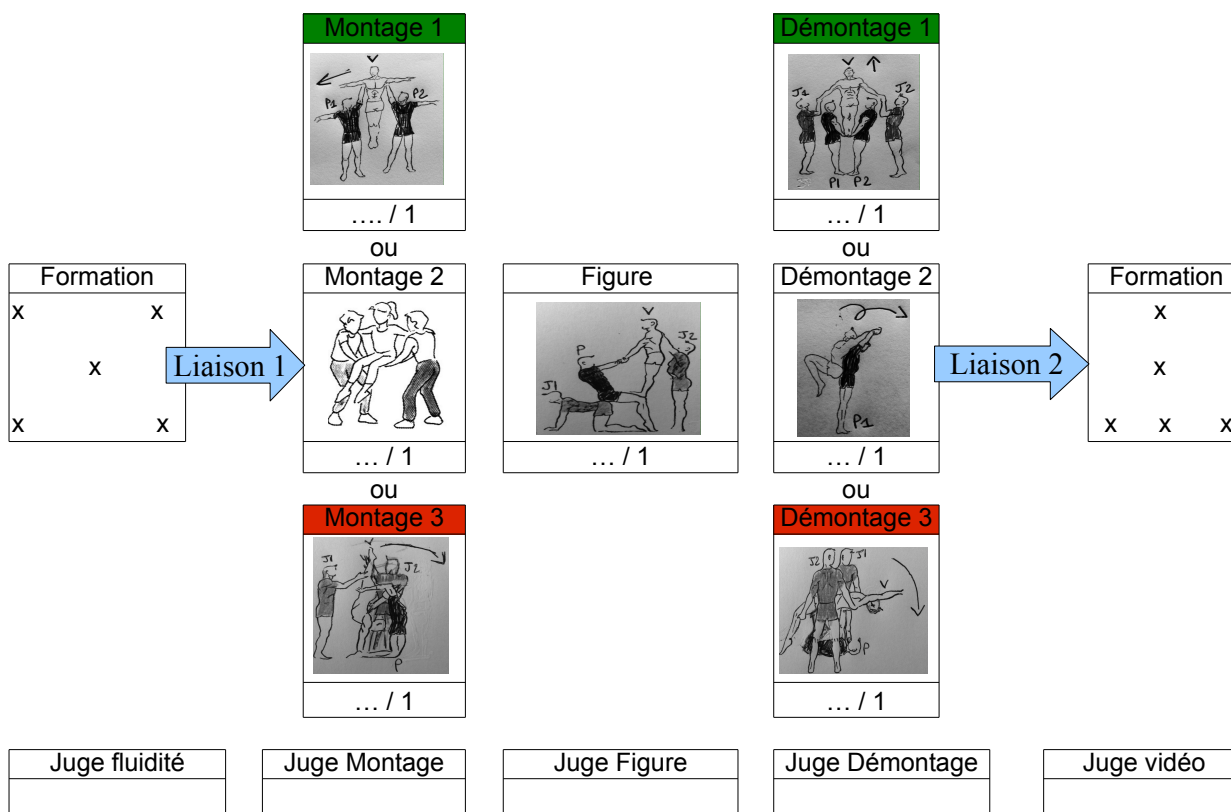
Il existe une grande variété de possibilités et les élèves font preuve de beaucoup d'originalité dans ce domaine. Nous présentons ici quelques exemples de cette catégorie de situations motrices très spécifiques à l'acroport.







| MODULE N° 1 |            |            |            |            |
|-------------|------------|------------|------------|------------|
| Acrobate 1  | Acrobate 2 | Acrobate 3 | Acrobate 4 | Acrobate 5 |
|             |            |            |            |            |



|      |              |                                                                                                                                                                                 | Maitrise | Bonification | Note |
|------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------|------|
| 1pt  | Niveau Blanc | Je suis capable de réaliser le module « formation / figure / formation » avec montage sécurisé et démontage sécurisé.<br>Bonification : « Jokers vigilants »                    | .... / 4 | + 1          |      |
| 2pts | Niveau Vert  | Je suis capable de réaliser le module avec montage sécurisé et démontage acrobatique « sans les bras »<br>Bonification : 5 touches max par acrobate et par liaisons             | .... / 4 | + 1          |      |
| 3pts | Niveau Bleu  | Je suis capable de réaliser le module avec montage <u>acrobatique</u> ET démontage <u>acrobatique</u> « sans les bras ».<br>Bonification : Déplacement synchronisé au moins à 2 | .... / 4 | + 1          |      |
| 4pts | Niveau Rouge | Je suis capable de réaliser le module avec montage acro et démontage acro dont au moins 1 « avec les bras »<br>Bonification : Formation de départ sans se voir                  | .... / 4 | + 1          |      |
| 5pts | Niveau Noir  | Je suis capable de réaliser le module en réalisant la figure dans en 20 secondes (bip de départ et bip de fin)<br>Bonification : Figure réalisée dans 1 des 4 coins             | .... / 4 | + 1          |      |

|   | Montage                                                 | Figure                                             | Démontage                                                       | Fluidité liaisons                                                                                                     |
|---|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 0 | Chute/Non sécurisé,<br>Montée lourde<br>Non accompagnée | Chute<br>Figure non tenue<br>Figure déformée       | Chute/non sécurisé<br>Réception lourde/bruit<br>Non accompagnée | Formation non respectée<br>Piétinement / Trajets cafouillés<br>Arrêts longs et fréquents                              |
|   | Sécurisé<br>Montée douce<br>Saisies respectées          | Figure<br>tenue/vacille<br>Forme reconnue          | Sécurisé<br>Réception douce<br>Saisies respectées               | Formation respectée<br>Hésitations / Trajets successifs<br>Arrêts courts et fréquents                                 |
| 1 | Sécurisé<br>Montée précise<br>Saisies assurées          | Figure tenue 3"<br>Forme respectée<br>parfaitement | Sécurisé<br>Réception contrôlée<br>Saisies assurées             | Formation respectée<br>Déplacements nets et précis / Trajets coordonnés<br>Pas d'arrêts (ralentissement/accélération) |

| MODULE N° 2 |            |            |            |            |
|-------------|------------|------------|------------|------------|
| Acrobate 1  | Acrobate 2 | Acrobate 3 | Acrobate 4 | Acrobate 5 |
|             |            |            |            |            |

Montage 1

.... / 1

Démontage 1

... / 1

Formation

|           |
|-----------|
| x         |
| x         |
| x   x   x |

Liaison 1

Montage 2

... / 1

Figure

... / 1

Démontage 2

... / 1

Liaison 2

Formation

|           |
|-----------|
| x         |
| x   x   x |
| x         |

ou

Montage 3

... / 1

ou

Démontage 3

... / 1

Juge fluidité

|  |
|--|
|  |
|--|

Juge Montage

|  |
|--|
|  |
|--|

Juge Figure

|  |
|--|
|  |
|--|

Juge Démontage

|  |
|--|
|  |
|--|

Juge vidéo

|  |
|--|
|  |
|--|

|      |              |                                                                                                                                                                                 | Maitrise | Bonification | Note |
|------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------|------|
| 1pt  | Niveau Blanc | Je suis capable de réaliser le module « formation / figure / formation » avec montage sécurisé et démontage sécurisé.<br>Bonification : « Jokers vigilants »                    | .... / 4 | + 1          |      |
| 2pts | Niveau Vert  | Je suis capable de réaliser le module avec montage sécurisé et démontage acrobatique « sans les bras »<br>Bonification : 5 touches max par acrobate et par liaisons             | .... / 4 | + 1          |      |
| 3pts | Niveau Bleu  | Je suis capable de réaliser le module avec montage <u>acrobatique</u> ET démontage <u>acrobatique</u> « sans les bras ».<br>Bonification : Déplacement synchronisé au moins à 2 | .... / 4 | + 1          |      |
| 4pts | Niveau Rouge | Je suis capable de réaliser le module avec avec montage acro et démontage acro dont au moins 1 « avec les bras »<br>Bonification : Formation de départ sans se voir             | .... / 4 | + 1          |      |
| 5pts | Niveau Noir  | Je suis capable de réaliser le module en réalisant la figure dans en 20 secondes (bip de départ et bip de fin)<br>Bonification : Figure réalisée dans 1 des 4 coins             | .... / 4 | + 1          |      |

|   | Montage                                                 | Figure                                             | Démontage                                                       | Fluidité liaisons                                                                                                     |
|---|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 0 | Chute/Non sécurisé,<br>Montée lourde<br>Non accompagnée | Chute<br>Figure non tenue<br>Figure déformée       | Chute/non sécurisé<br>Réception lourde/bruit<br>Non accompagnée | Formation non respectée<br>Piétinement / Trajets cafouillés<br>Arrêts longs et fréquents                              |
|   | Sécurisé<br>Montée douce<br>Saisies respectées          | Figure<br>tenue/vacille<br>Forme reconnue          | Sécurisé<br>Réception douce<br>Saisies respectées               | Formation respectée<br>Hésitations / Trajets successifs<br>Arrêts courts et fréquents                                 |
| 1 | Sécurisé<br>Montée précise<br>Saisies assurées          | Figure tenue 3"<br>Forme respectée<br>parfaitement | Sécurisé<br>Réception contrôlée<br>Saisies assurées             | Formation respectée<br>Déplacements nets et précis / Trajets coordonnés<br>Pas d'arrêts (ralentissement/accélération) |



| MODULE N° 3 |            |            |            |            |
|-------------|------------|------------|------------|------------|
| Acrobate 1  | Acrobate 2 | Acrobate 3 | Acrobate 4 | Acrobate 5 |
|             |            |            |            |            |



|      |              |                                                                                                                                                                                 | Maitrise | Bonification | Note |
|------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------|------|
| 1pt  | Niveau Blanc | Je suis capable de réaliser le module « formation / figure / formation » avec montage sécurisé et démontage sécurisé.<br>Bonification : « Jokers vigilants »                    | .... / 4 | + 1          |      |
| 2pts | Niveau Vert  | Je suis capable de réaliser le module avec montage sécurisé et démontage acrobatique « sans les bras »<br>Bonification : 5 touches max par acrobate et par liaisons             | .... / 4 | + 1          |      |
| 3pts | Niveau Bleu  | Je suis capable de réaliser le module avec montage <u>acrobatique</u> ET démontage <u>acrobatique</u> « sans les bras ».<br>Bonification : Déplacement synchronisé au moins à 2 | .... / 4 | + 1          |      |
| 4pts | Niveau Rouge | Je suis capable de réaliser le module avec montage acro et démontage acro dont au moins 1 « avec les bras »<br>Bonification : Formation de départ sans se voir                  | .... / 4 | + 1          |      |
| 5pts | Niveau Noir  | Je suis capable de réaliser le module en réalisant la figure dans en 20 secondes (bip de départ et bip de fin)<br>Bonification : Figure réalisée dans 1 des 4 coins             | .... / 4 | + 1          |      |

|   | Montage                                                 | Figure                                             | Démontage                                                       | Fluidité liaisons                                                                                                     |
|---|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 0 | Chute/Non sécurisé,<br>Montée lourde<br>Non accompagnée | Chute<br>Figure non tenue<br>Figure déformée       | Chute/non sécurisé<br>Réception lourde/bruit<br>Non accompagnée | Formation non respectée<br>Piétinement / Trajets cafouillés<br>Arrêts longs et fréquents                              |
|   | Sécurisé<br>Montée douce<br>Saisies respectées          | Figure<br>tenue/vacille<br>Forme reconnue          | Sécurisé<br>Réception douce<br>Saisies respectées               | Formation respectée<br>Hésitations / Trajets successifs<br>Arrêts courts et fréquents                                 |
| 1 | Sécurisé<br>Montée précise<br>Saisies assurées          | Figure tenue 3"<br>Forme respectée<br>parfaitement | Sécurisé<br>Réception contrôlée<br>Saisies assurées             | Formation respectée<br>Déplacements nets et précis / Trajets coordonnés<br>Pas d'arrêts (ralentissement/accélération) |

| MODULE N° 4 |            |            |            |            |
|-------------|------------|------------|------------|------------|
| Acrobate 1  | Acrobate 2 | Acrobate 3 | Acrobate 4 | Acrobate 5 |
|             |            |            |            |            |



|      |              |                                                                                                                                                                                 | Maitrise | Bonification | Note |
|------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------|------|
| 1pt  | Niveau Blanc | Je suis capable de réaliser le module « formation / figure / formation » avec montage sécurisé et démontage sécurisé.<br>Bonification : « Jokers vigilants »                    | .... / 4 | + 1          |      |
| 2pts | Niveau Vert  | Je suis capable de réaliser le module avec montage sécurisé et démontage acrobatique « sans les bras »<br>Bonification : 5 touches max par acrobate et par liaisons             | .... / 4 | + 1          |      |
| 3pts | Niveau Bleu  | Je suis capable de réaliser le module avec montage <u>acrobatique</u> ET démontage <u>acrobatique</u> « sans les bras ».<br>Bonification : Déplacement synchronisé au moins à 2 | .... / 4 | + 1          |      |
| 4pts | Niveau Rouge | Je suis capable de réaliser le module avec avec montage acro et démontage acro dont au moins 1 « avec les bras »<br>Bonification : Formation de départ sans se voir             | .... / 4 | + 1          |      |
| 5pts | Niveau Noir  | Je suis capable de réaliser le module en réalisant la figure dans en 20 secondes (bip de départ et bip de fin)<br>Bonification : Figure réalisée dans 1 des 4 coins             | .... / 4 | + 1          |      |

|   | Montage                                                 | Figure                                             | Démontage                                                       | Fluidité liaisons                                                                                                     |
|---|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 0 | Chute/Non sécurisé,<br>Montée lourde<br>Non accompagnée | Chute<br>Figure non tenue<br>Figure déformée       | Chute/non sécurisé<br>Réception lourde/bruit<br>Non accompagnée | Formation non respectée<br>Piétinement / Trajets cafoillés<br>Arrêts longs et fréquents                               |
|   | Sécurisé<br>Montée douce<br>Saisies respectées          | Figure<br>tenue/vacille<br>Forme reconnue          | Sécurisé<br>Réception douce<br>Saisies respectées               | Formation respectée<br>Hésitations / Trajets successifs<br>Arrêts courts et fréquents                                 |
| 1 | Sécurisé<br>Montée précise<br>Saisies assurées          | Figure tenue 3"<br>Forme respectée<br>parfaitement | Sécurisé<br>Réception contrôlée<br>Saisies assurées             | Formation respectée<br>Déplacements nets et précis / Trajets coordonnés<br>Pas d'arrêts (ralentissement/accélération) |



| MODULE N° 5 |            |            |            |            |
|-------------|------------|------------|------------|------------|
| Acrobate 1  | Acrobate 2 | Acrobate 3 | Acrobate 4 | Acrobate 5 |
|             |            |            |            |            |



| Juge fluidité | Juge Montage | Juge Figure | Juge Démontage | Juge vidéo |
|---------------|--------------|-------------|----------------|------------|
|               |              |             |                |            |

|      |              |                                                                                                                                                                                 | Maitrise | Bonification | Note |
|------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------|------|
| 1pt  | Niveau Blanc | Je suis capable de réaliser le module « formation / figure / formation » avec montage sécurisé et démontage sécurisé.<br>Bonification : « Jokers vigilants »                    | .... / 4 | + 1          |      |
| 2pts | Niveau Vert  | Je suis capable de réaliser le module avec montage sécurisé et démontage acrobatique « sans les bras »<br>Bonification : 5 touches max par acrobate et par liaisons             | .... / 4 | + 1          |      |
| 3pts | Niveau Bleu  | Je suis capable de réaliser le module avec montage <u>acrobatique</u> ET démontage <u>acrobatique</u> « sans les bras ».<br>Bonification : Déplacement synchronisé au moins à 2 | .... / 4 | + 1          |      |
| 4pts | Niveau Rouge | Je suis capable de réaliser le module avec montage acro et démontage acro dont au moins 1 « avec les bras »<br>Bonification : Formation de départ sans se voir                  | .... / 4 | + 1          |      |
| 5pts | Niveau Noir  | Je suis capable de réaliser le module en réalisant la figure dans en 20 secondes (bip de départ et bip de fin)<br>Bonification : Figure réalisée dans 1 des 4 coins             | .... / 4 | + 1          |      |

|   | Montage                                                 | Figure                                             | Démontage                                                       | Fluidité liaisons                                                                                                     |
|---|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 0 | Chute/Non sécurisé,<br>Montée lourde<br>Non accompagnée | Chute<br>Figure non tenue<br>Figure déformée       | Chute/non sécurisé<br>Réception lourde/bruit<br>Non accompagnée | Formation non respectée<br>Piétinement / Trajets cafouillés<br>Arrêts longs et fréquents                              |
|   | Sécurisé<br>Montée douce<br>Saisies respectées          | Figure<br>tenue/vacille<br>Forme reconnue          | Sécurisé<br>Réception douce<br>Saisies respectées               | Formation respectée<br>Hésitations / Trajets successifs<br>Arrêts courts et fréquents                                 |
| 1 | Sécurisé<br>Montée précise<br>Saisies assurées          | Figure tenue 3"<br>Forme respectée<br>parfaitement | Sécurisé<br>Réception contrôlée<br>Saisies assurées             | Formation respectée<br>Déplacements nets et précis / Trajets coordonnés<br>Pas d'arrêts (ralentissement/accélération) |

## LE JEU DE L'ACRO-BATTLE

|               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Règles du jeu | <ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 équipes de 5 acrobates s'affrontent sur le même défi</li> <li>- Chaque équipe dispose de 3 minutes pour répondre au défi</li> <li>- 1 équipe passe et l'autre équipe juge</li> <li>- Il y a 5 juges (montage, figure, démontage, fluidité + vidéo)</li> <li>- Pour valider leur critère, les juges doivent lever un bras</li> <li>- il faut avoir 4 bras levés des juges pour valider le défi</li> <li>- L'équipe qui passe a le droit de contester en demandant 1 "replay"</li> </ul> |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



|                                |                                                            | Points    |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------|-----------|
| Défi 1                         | Réaliser le module avec 2 voltigeurs différents            | ..... / 1 |
| Défi 2                         | Réaliser le module avec 2 porteurs différents              | ..... / 1 |
| Défi 3                         | Réaliser le module avec « Jokers vigilants »               | ..... / 1 |
| Défi 4                         | Réaliser le module avec 2 montages différents              | ..... / 1 |
| Défi 5                         | Réaliser le module avec 2 démontages différents            | ..... / 1 |
| Défi 6                         | Réaliser le module avec 2 formations de départ différentes | ..... / 1 |
| Défi 7                         | Réaliser le module avec 2 formations d'arrivée différentes | ..... / 1 |
| Défi 8                         | Réaliser le module avec 2 lieux de figures différents      | ..... / 1 |
| Défi 9                         | Réaliser le module au ralenti (40") et en accéléré (20")   | ..... / 1 |
| Défi 10                        | Réaliser le module avec 2 types de déplacements-liaisons   | ..... / 1 |
| Défi Choisi par mon équipe     |                                                            |           |
| Défi Choisi par équipe adverse |                                                            |           |
|                                |                                                            | .....     |

| MODULE N° 6 |            |            |            |            |
|-------------|------------|------------|------------|------------|
| Acrobate 1  | Acrobate 2 | Acrobate 3 | Acrobate 4 | Acrobate 5 |
|             |            |            |            |            |



|      |              |                                                                                                                                                                                      | Maitrise | Bonification | Note |
|------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------|------|
| 1pt  | Niveau Blanc | Je suis capable de réaliser le module « formation / figure / formation » avec montage sécurisé et démontage sécurisé.<br>Bonification : « Jokers vigilants »                         | .... / 5 | + 1          |      |
| 2pts | Niveau Vert  | Je suis capable de réaliser le module avec montage sécurisé et démontage <u>acrobatique</u> « sans les bras »<br>Bonification : 5 touches « pieds/mains » max par liaison            | .... / 5 | + 1          |      |
| 3pts | Niveau Bleu  | Je suis capable de réaliser le module avec montage <u>acrobatique</u> ET démontage <u>acrobatique</u> « sans les bras ».<br>Bonification : Déplacement synchronisé                   | .... / 5 | + 1          |      |
| 4pts | Niveau Rouge | Je suis capable de réaliser le module avec montage acro et démontage acro dont au moins 1 « avec les bras »<br>Bonification : Un élément de gym par acrobate « avec les bras »       | .... / 5 | + 1          |      |
| 5pts | Niveau Noir  | Je suis capable de réaliser le module en réalisant la figure dans 1 des 4 coins et en 20 secondes (bip de départ et bip de fin)<br>Bonification : Formation à l'aveugle / en posture | .... / 5 | + 1          |      |

|     | Montage                                                 | Figure                                          | Démontage                                                       | Liaison                                                                                                       |
|-----|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 0   | Chute/Non sécurisé,<br>Montée lourde<br>Non accompagnée | Chute<br>Figure non tenue<br>Figure déformée    | Chute/non sécurisé<br>Réception lourde/bruit<br>Non accompagnée | Formation non respectée<br>Piétinement / Trajets cafouillés<br>Arrêts longs et fréquents                      |
| 0,5 | Sécurisé<br>Montée douce<br>Saisies respectées          | Figure<br>tenue/vacille<br>Forme reconnue       | Sécurisé<br>Réception douce<br>Saisies respectées               | Formation respectée<br>Hésitations / Trajets successifs<br>Arrêts courts et fréquents                         |
| 1   | Sécurisé<br>Montée précise<br>Saisies assurées          | Figure tenue<br>Forme respectée<br>parfaitement | Sécurisé<br>Réception contrôlée<br>Saisies assurées             | Formation respectée<br>Déplacements précis / Trajets coordonnés<br>Pas d'arrêts (ralentissement/accélération) |