

COMPOSITION DES ROUTINES TECHNIQUES

et/ou comportant des éléments imposés

RÉSEAUX DE COMPÉTITION

Apprenti

- Mise en valeur des éléments de la liste suggérée pour les routines équilibrées

Défi

- Éléments imposés en routine d'équipe
-

Performance

- Routines techniques

Maîtres

- Routines techniques

TENUE VESTIMENTAIRE

Apprenti

- Maillot de routine

Défi

- Maillot de routine

Performance

- **Maillot de routine – Nouveauté saison 2018-2019**

Maîtres

- Maillot noir / casque de bain noir ou blanc*

* Au Championnat canadien, le casque de bain blanc est obligatoire.

OBJECTIFS D'UNE ROUTINE À CARACTÈRE TECHNIQUE

Philosophie

AVANT DE DÉBUTER LA CHORÉGRAPHIE

- S'assurer d'avoir la version la plus récente du document décrivant les éléments obligatoires.
- Utiliser une liste de vérification.

Vérifier le contenu des routines à différents moments dans la saison et particulièrement avant une compétition !

EXIGENCES GÉNÉRALES

- Sauf indication contraire dans la description de l'élément : **toutes les figures ou parties de figures doivent être exécutées** selon les exigences décrites.
- Tous les éléments doivent être exécutés de manière haute et contrôlée, dans un mouvement uniforme **avec chaque transition clairement définie**.
- Les éléments obligatoires n°1 à 5 doivent être réalisés **dans l'ordre indiqué**.
- Il est fortement recommandé, pour la clarté du jugement que les éléments obligatoires n°1 à 5 **soient séparés par d'autres contenus dans la routine**.
- Pour les solos, duos et duos mixtes uniquement, les éléments obligatoires n° 1 à 5 doivent être réalisés **PARALLÈLES** aux bords de la piscine.
S'applique aussi aux équipes du réseau Défi.

TOUTES LES COMPOSANTES D'UN
ÉLÉMENT DOIVENT ÊTRE
CLAIREMENT EXÉCUTÉES

ou comment éviter une note de zéro pour un élément !

PÉNALITÉ

In a Technical Routine, if one or more competitors omits all or part of an element or performs an incorrect action in an element, the judges on the Element Panel shall award a zero (0) score for that particular element.

En routine technique, si un ou plusieurs compétiteurs omettent un élément ou une partie d'un élément ou exécute une action incorrecte de l'élément, les juges de l'atelier Éléments devront accorder une note de zéro pour l'élément en question.

OMISSIONS FRÉQUENTES

- Position allongée sur le dos ou sur le ventre en début d'élément.
- Descente verticale.
- Position allongée sur le dos à la fin d'une sortie promenade avant.

LES ÉLÉMENTS DOIVENT ÊTRE
RÉALISÉS SELON L'ORDRE ÉTABLI

Ou comment éviter de créer inutilement de la confusion !

PÉNALITÉ

In a Technical Routine any change in order of elements results in a zero score from the judges for the element not placed in the correct order.

Element # 1.....>#2.....>#4.....>#3.....>#5 (incorrect order)

The judges on the Element Panel shall award a zero for #3.

En routine technique, le non respect de l'ordre des éléments aura pour conséquence une note de zéro pour l'élément exécuté dans le mauvais ordre.

Élément # 1... #2... #4... #3... #5 (ordre non respecté)

Les juges de l'atelier Éléments doivent accordé une note de zéro pour l'élément # 3.

POURQUOI SÉPARER LES ÉLÉMENTS PAR D'AUTRES CONTENUS

AUTRES ÉLÉMENTS

- Exécution simultanée et dans la même direction de **TOUS LES ÉLÉMENTS** (obligatoires ou non) par tous les membres*
- Formations (patrons) obligatoires
- Mouvements acrobatiques
- Cascade
- Action jointe

*Impact IMPORTANT sur le type de correction en entraînement pour éviter des pénalités de 0,5 point !

ERREURS FRÉQUENTES DE CHORÉGRAPHIE

PATRONS PROPICES À CERTAINS ÉLÉMENTS

et moins favorables pour d'autres !

QUESTIONS ?