



# trampolline

Fédération Française  
des Sports au trampoline  
19, rue de la lancette  
75012 Paris



## S O M M A I R E

- oo0oo -

numéro 14 - Juin 1978

### TECHNIQUE ET PEDAGOGIE

- Le Salto arrière

### RESULTATS DES COMPETITIONS INTERNATIONALES

- FRANCE - URSS - ALLEMAGNE à Leinfelden
- FRANCE - SUISSE - POLOGNE à Genève

### INFORMATIONS

#### Brevet d'Etat Saison 1978

- Stages fédéraux
- Coupe Nissen
- Fair City of Perth Championship
- Fédération Internationale de Trampoline
- Coupe Dobrovolsky 1978

### CHRONOPHOTOGRAPHIES

- Saltos en arrière par Richard TISON.

La reproduction partielle ou en totalité des articles et photographies de la Revue Trampoline est soumise à l'autorisation préalable de la Fédération et des auteurs.

## Etude Technique n° 2

### LE SALTO ARRIERE

#### 1. GENERALITES

Il constitue une étape à franchir très importante pour le débutant. C'est l'exercice qui va permettre de passer dans un monde nouveau, inconnu, les rotations aériennes en arrière. Il inquiète les jeunes élèves en raison du manque de vision dans les premières réalisations et de la crainte d'une chute par manque de rotation.

Néanmoins sa technique est simple et la progression permettra une acquisition rapide.

Il est important de se méfier des jeunes gymnastes sachant déjà réaliser le salto arrière au sol et pensant ne pas avoir de problèmes sur le trampoline. Mais les conditions sont différentes et les risques de sur-rotation sont toujours à craindre et dangereux.

Le salto arrière peut être effectué en position groupée, carpée ou tendue. La position "PUCK" n'est utilisée que comme éducatif des "fliffis".

#### 2. CARACTERISTIQUES TECHNIQUES

Il est possible de déterminer trois phases distinctes dans le déroulement du salto arrière.

- 2.1 Départ de la toile
- 2.2 Phase aérienne
- 2.3 Retour à la toile

##### 2.1 Départ de la toile

###### 2.1.1. Technique

Au départ de la toile, le corps est dans une position arquée, les membres supérieurs sont élevés en avant, la tête est en position normale, le regard fixé vers l'avant.

Il faut insister sur la position d'extension dorsale haute (cf l' "Y" du Docteur TISSIE) avec le bassin en retro-version. Cette position permet de solidariser le train porteur avec le tronc.

### 2.1.2. Au niveau des sensations

- . "Pousser longtemps dans la toile, retarder le grouper"
- . "Soulever quelque chose avec le sternum"
- . "Face à une table, cuisses en contact avec le bord, faire une extension dorsale haute".
- . "Avoir l'impression que tout le corps est bandé, comme une lame de scie".

### 2.1.3. Au plan mécanique

. L'élévation du corps est créée par la réaction de la toile à l'action d'appel des membres inférieurs. Ils sont en extension complète à la sortie de la toile, afin d'utiliser au maximum son renvoi.

. Le Centre de gravité se trouve en arrière de la ligne de poussée. Cette position permet d'obtenir une poussée excentrique donnant au corps le moment de rotation nécessaire à la réalisation du salto.

La distance (perpendiculaire) entre la force produite par l'appel et le centre de gravité est d'autant plus grande que la quantité de rotation nécessaire devra être importante. Cette distance est relativement courte pour un salto arrière groupé, elle est maxima dans un double salto arrière tendu.

Dans les photos présentées, la projection de "G" est très légèrement en arrière de la base d'appui, ce qui explique le déplacement en arrière (50 cm environ). Ce déplacement est normal et non pénalisé.

D'autres actions segmentaires concourent également à l'augmentation du moment angulaire total .

. L'action des membres supérieurs lancés vers le haut pendant la phase d'appui. Le moment angulaire des membres supérieurs s'ajoute au moment angulaire produit par la poussée excentrique.

Si l'influence des membres supérieurs est essentielle dans l'impulsion au sol, elle est négligeable au trampoline. Leur rôle étant plus réduit à un effet "directeur" .

. L'extension de la tête au cours de la phase d'appui sur la toile produit un moment angulaire important en raison de sa masse et de sa position en bout de bras de levier. Mais attention, l'extension de la tête perturbe les repères visuels, mais également les réflexes nuquaux et labyrinthiques et donne des saltos avec déplacement vers l'arrière. L'utilisation du

mouvement de la tête n'est pas indispensable à l'obtention de la quantité de rotation nécessaire au salto arrière. En conséquence il faut l'éviter...

Les Soviétiques étudient tous les paramètres ayant une influence dans le déroulement du salto mais deux sont particulièrement intéressants à signaler.

- ° Angle de direction de l'envol : grandeur de l'angle formé par une ligne passant par les malléoles et la hanche avec l'horizontale au moment du départ de la toile.

- ° Angle de rotation grandeur de l'angle formé par les lignes suivantes : ligne joignant l'articulation coxofémorale à l'articulation scapulo humérale dans deux positions : l'une la plus rapprochée de la verticale (généralement en fin d'enfoncement de la toile) et la seconde au départ de la toile

## 2.2 Phase aérienne

A la suite des actions musculaires produites pendant la phase d'appui sur la toile, le corps s'élève animé d'une rotation vers l'arrière.

Selon la forme choisie, le déroulement spatial est différent.

### 2.2.1. Forme groupée

Après un allongement complet, bras dans le prolongement du tronc, les membres inférieurs sont fléchis, les cuisses amenées contre la poitrine, les mains saisissent les genoux. A ce moment le corps est dans une position de blottissement maximum. Le regard est dirigé vers les genoux. Cette position correspond à celle d'une roulade groupée sur le sol. Elle n'est pas conservée longtemps, aussitôt le corps s'allonge et l'ouverture doit être terminée 45° au maximum après le passage à la verticale.

Dans les photos présentées l'accent est mis sur l'allongement après la sortie de toile. Ce qui décale d'autant, le moment de l'ouverture. C'est de la part de Richard TISON une recherche esthétique. En effet en double salto arrière groupé, le corps est absolument plat à la verticale.

Techniquement, il est plus important d'ouvrir tôt que de retarder le grouper. Dans le premier cas, les possibilités d'orientation sont supérieures car dès l'ouverture, la vision de la toile est possible.

La rotation se poursuit corps tendu, ce n'est qu'après 315° de rotation environ, que se prépare la rentrée dans la toile, par une légère

fermeture des membres inférieurs sur le tronc.

Les membres supérieurs sont dirigés vers la toile pour préparer l'enchaînement de la figure suivante.

### 2.2.2. Forme carpée

La position de corps en sortie de toile est relativement semblable : corps allongé, bras dans le prolongement du tronc, tête en position normale. Les membres inférieurs sont élevés tendus et se ferment progressivement sur le tronc.

A leur passage à la verticale, les mains saisissent les cuisses juste au dessus du creux poplité. C'est le moment de la fermeture maximale.

Aussitôt après, l'ouverture des hanches commencent. Les membres supérieurs quittent le contact des cuisses pour s'allonger et se placer de part et d'autre du bassin. (La position des bras, légèrement en arrière du tronc est propre à Richard, les Soviétiques conservent les mains le long des cuisses).

La rotation se poursuit corps tendu dans les 45 derniers degrés de rotation, une nouvelle fermeture de l'angle membres inférieurs-tronc permet de préparer la réception dans la toile. Les membres supérieurs sont également abaissés et dirigés vers la toile pour l'enchaînement de la figure suivante.

Dès l'ouverture, la vision de la toile est possible.

### 2.2.3. Forme tendue

A la sortie de la toile, le corps est dans une position d'extension plus marquée, la tête est toujours en position normale par rapport au tronc.

Dès le départ de la toile, l'exécutant doit s'efforcer de replacer les membres inférieurs dans le prolongement du tronc.

A partir du passage à l'horizontale, les membres supérieurs s'abaissent latéralement pour être bloqués contre le tronc, 45° avant la verticale.

Après 270° de rotation, les membres inférieurs se fléchissent pour préparer la rentrée dans la toile, les membres supérieurs sont abaissés, les mains dirigées vers la toile. La vision de la toile est possible dès le passage à la verticale.

D'autres formes techniques sont utilisées en particulier par les Américains : la tête est tirée dès le départ ce qui produit une extension dorsale d'où un groupé et un carapé peu fermés. Dans cette position, la toile est vue plus tôt, mais il n'y a aucun contrôle visuel de la sortie de toile, du grouper ou du carper. Esthétiquement, ces formes sont discutables, mais mécaniquement, elles ne peuvent se justifier car la rotation dans ces positions est plus longue, l'ouverture se retrouve retardée, voire supprimée, et les possibilités d'orientation sont moins bonnes. C'est la raison pour laquelle la technique française ne les emploie pas. Les Soviétiques et les Américains réalisent également le 3/4 de salto arrière en position cambrée. Parfois la position est belle si la courbe est très homogène, sans cassure lombaire. Mais, pourquoi rechercher ces positions puisqu'il faudra apprendre à "shooter" pour replacer le corps en position allongée dans les saltos vrillés. Là encore, notre effort tend vers des formes plates et une normalisation des positions en sortie de toile.

#### 2.2.2. Au niveau des sensations

##### 2.2.2.1 - Forme groupée

"Avoir l'impression de faire une roulade arrière sur une échelle !!!"

"Faire monter les genoux par dessus sa tête"

"Regarder devant soi"

"Le dégrouper doit se faire en poussant les membres inférieurs sous soi".

##### 2.2.2.2 - Forme carpée

"Voir les genoux au-dessus de sa tête"

"Regarder devant soi"

"L'ouverture doit se faire sans heurt".

##### 2.2.2.3 - Forme tendue

"Sentir la rotation régulière et très rapide des pieds"

"Décrire le plus grand cercle possible avec les pieds"

Sentir son corps très tonique, fessiers et ventre durs"

### 2.2.3. Au plan mécanique

. Au départ de la toile, le corps est animé d'un mouvement de rotation en arrière autour d'un axe transversal passant par le Centre de Gravité.

. On appelle moment angulaire, le produit du moment d'inertie par la vitesse angulaire. D'après la loi de conservation du moment angulaire, un corps en rotation, en phase aérienne et isolé des forces extérieures, conserve un moment angulaire constant. Cependant il est possible d'agir sur le moment d'inertie du corps ( $M \times R^2$ ) en modifiant sa position, c'est-à-dire le rayon. C'est pourquoi la vitesse de rotation augmente avec le grouper et diminue avec l'ouverture.

Les calculs montrent que pour une vitesse 1 en position corps tendu plat, bras dans le prolongement du tronc (cf sortie de toile en salto arrière tendu) l'accélération de la vitesse de rotation est :

multipliée par 1,5 en position cambrée à la "soviétique"

multipliée par 3 en position carpée fermée mains sous cuisses

multipliée par 3,5 en position groupée fermée

multipliée par 4 et plus en position "split-tuck". (Cette position est une position groupée dans laquelle les genoux sont écartés latéralement et la tête fléchie entre les genoux. Très inesthétique et pénalisée, elle est utile à connaître pour accélérer une rotation en cas de situation difficile, c'est un élément de sécurité et d'apprentissage.

En conséquence, il est facile de comprendre, qu'il faut un moment angulaire plus important pour un salto arrière tendu, que pour un salto arrière groupé. Cela se manifeste dans la position au départ de la toile : la distance séparant la réaction de la toile du centre de gravité est plus arquée en fonction du besoin supplémentaire de rotation.

. Un autre phénomène est également intéressant à constater dans le déroulement du salto, et plus particulièrement dans le salto arrière carpé : le tronc semble être fixé en direction pendant que les membres inférieurs sont mobilisés. Ceci est une conséquence de la 3ème loi de Newton : "Toute action engendre une réaction égale et de sens contraire". C'est-à-dire, que l'élévation des membres inférieurs pour venir en position



groupée ou carpée, produit un mouvement d'abaissement du tronc. Or la vitesse à laquelle se produisent ces mouvements est inversement proportionnelle au moment d'inertie des segments considérés. Celui du tronc, de la tête et des bras est beaucoup plus grand que celui des membres inférieurs. C'est pourquoi les membres inférieurs parcourent 160° et le tronc 20° seulement entre le début du carpé et la fermeture complète.

Le mouvement inverse va se produire au moment de l'ouverture, mais dans le sens opposé. C'est maintenant le tronc qui parcourt le plus grand angle, les membres inférieurs restant fixés en direction.

Au cours du mouvement d'ouverture,

le tronc parcourt 180° environ

les membres inférieurs 60° "

## 2.3 Retour à la toile

### 2.3.1. Technique

Après l'ouverture, le corps poursuit sa rotation en position plate. A partir de l'horizontale commence la préparation de la rentrée dans la toile. Les membres supérieurs s'abaissent tendus, les mains se dirigent vers la toile. Les membres inférieurs se ferment sur le bassin et se replacent en position verticale pour pénétrer dans la toile. A ce moment précis, il est très important que le bassin soit bloqué afin de solidariser le tronc et les membres inférieurs. Pendant toute cette phase, le regard est fixé sur la toile afin d'avoir un impact précis et efficace pour la figure suivante.

### 2.3.2. Au niveau des sensations.

"Sentir la trajectoire de ses pieds"

"Voir la toile avec "les pieds", c'est-à-dire pressentir le contact pour ne pas réagir avec du retard"

"Les membres supérieurs sont tendus, les mains dirigées vers la toile"

"Rechercher une rentrée dans la toile, les membres inférieurs verticaux, les charnières coxo-fémorales et sacro-lombaires bien fixées"

"Maintenir les pointes de pieds en extension le plus longtemps possible".

### 2.3.3. Au plan mécanique

La fermeture des membres inférieurs sur le tronc accélère la rotation transversale. Le moment de la fermeture est un élément correcteur de la rotation.

Ce mouvement de fermeture produit une réaction au niveau du tronc qui se ferme également sur les membres inférieurs.

L'angle de pénétration des membres inférieurs dans la toile a une influence très importante sur l'enchaînement de la figure suivante : au niveau de l'élévation et du déplacement. Plus la pénétration est verticale, meilleures seront les conditions de départ du saut suivant.

Si le trampoliniste est entré dans la toile avec les membres inférieurs obliques vers l'arrière par excès de rotation, pour enchaîner sans déplacement excessif vers l'arrière, il doit écourter sa poussée, donc diminuer l'amplitude du saut suivant.

## 3. ACQUIS TECHNIQUE

Toutes les figures avec un départ vers l'arrière préparent au salto arrière.

Nous y retrouvons l'essentiel :

- . la poussée complète
- . Le placement des membres supérieurs
- . La position de la tête.

3.1. Tomber assis

3.2. Tomber dos

3.3. Tomber dos (forme "coup de pied à la lune", mains touchant les pieds)

3.4. Tomber plat dos

3.5. Saut carapé - plat dos.

3.6. Tomber dos - Pull over

## 4. EXERCICES PRÉPARATOIRES CONSTRUCTIFS

Ce sont avant tout, les différentes formes de roulades en arrière, réalisées dans des situations variées.

4.1. En suspension dorsale à l'espalier, élévation simultanée, des membres inférieurs groupés, le plus haut possible.

4.2. Roulade arrière sur un plan incliné.

4.3. Roulade arrière en bout de plinth, réception à la station.

- 4.4. Roulade arrière sur plinth, après départ sur mini-tramp.
- 4.5. Roulade arrière, sur le trampoline, départ sur la banquette de sécurité.
- 4.6. Tomber en position groupée sur le trampoline et Pull over "La Bombe"
- 4.7. Tomber dos - Pull over.

## 5. DEMARCHE PEDAGOGIQUE

L'élève étant familiarisé avec les rotations vers l'arrière, toute la progression se fait au niveau de la manipulation, nécessaire pour cet exercice.

Le moniteur saute avec son élève qu'il tient à l'aide d'une ceinture souple ou d'une serviette autour de la taille. Toutes les prises par les vêtements sont à proscrire, elles ne sont pas efficaces.

- 5.1. Le moniteur derrière l'élève tient celui-ci à la taille : chandelles obliques en montant les bras. Indications : "Garder la tête droite, regard fixé vers l'avant".
- 5.2. Même exercice mais demander de monter les genoux.  
Indications : "monter les bras"  
"voir monter ses genoux".
- 5.3. Même exercice : placer un tapis pleyel sur la toile et faire tourner l'élève sur son dos (éventuellement un autre pareur peut contrôler le déroulement).
- 5.4. Pareur sur le côté, l'élève est tenu par une ceinture ou une serviette : réalisation globale.

### Attention

Fréquemment une erreur technique est commise à ce moment. Il ne faut jamais demander à l'élève de chercher à grouper. Cet effort ayant pour conséquence immédiate de faire enlever les pieds de la toile au moment de l'appel. Un salto arrière groupé est une forme technique parmi les autres, il ne faut pas la privilégier. Seuls les impératifs techniques que l'on retrouve dans tous les saltos doivent être exigés : - poussée la plus complète possible

- déclenchement de la rotation avec le plus grand segment : c'est-à-dire corps en position arquée, membres supérieurs au dessus de la tête.
- Tête en position normale, regard dirigé vers l'avant.

Exiger un groupé correct chez un débutant est à notre avis la plus belle faute technique et pédagogique que l'on puisse faire à ce stade de la progression. Et pourtant, c'est l'observation la plus fréquente. Il ne faut jamais oublier que l'on doit donner à l'élève tous les éléments qui lui permettront de réaliser dans la forme correcte, aussi bien un salto arrière groupé, carpé, tendu, vrillé et les double rotations. Avec un départ de toile correct, toutes ces réalisations seront possibles. Les ajustements moteurs se feront au niveau de la quantité de rotation à créer.

5.5. L'élève réalise seul, au signal (1.2.3) le moniteur montant sur la toile pour contrôler la réception.

5.6. Réalisation sans le moniteur, mais pose d'un tapis sur la toile au moment de la réception. La réchappe se faisant à 4 pattes.

5.7. Réalisation normale du salto arrière groupé.

5.8. Recherche esthétique.

Là encore, une erreur est trop souvent commise par les moniteurs : l'exigence d'une ouverture. Il ne faut, sans aucun prétexte, demander l'ouverture d'un salto tant que la rotation n'est pas absolument maîtrisée. L'ouverture ralentit la rotation, plus elle a lieu tôt plus il faut que l'élève ait de la rotation sinon il se réceptionne à 4 pattes ou dans une position ne permettant pas l'enchaînement.

A notre avis, il ne faut exiger l'ouverture des saltos groupés que lorsque les saltos carpés, tendus et  $1\frac{1}{4}$  arrivé dos sont maîtrisés.. Il est alors possible d'exiger une création de rotation plus importante en faisant référence à un acquis technique précis.

L'ouverture des saltos est la dernière exigence.

Il faut faire comprendre à son élève qu'une ouverture de salto ne se fait pas qu' "à midi" comme les champions mais qu'il y a une progression à respecter dans les moments d'ouverture. D'abord ouvrir sous soi, puis à l'horizontale, puis à l'oblique, puis à la verticale

Mais à tout niveau, il faut faire prendre conscience que les membres inférieurs doivent être déployés, afin de rentrer tendus et verticaux dans la toile, condition essentielle pour l'enchaînement.

- 5.9 Salto arrière carpé avec aide
- 5.10 " " " sans aide
- 5.11 Salto arrière tendu avec aide
- 5.12 " " " sans aide
- 5.13 1 Salto 1/4 arrière groupé. --- Dos
- 5.14 Travail des ouvertures.
  - Saut carpé - plat dos
  - Saut groupé - ventre
  - Pull over groupé et carpé - Ventre
  - Pull over carpé (ouverture corps plat) - Debout.

## 6. DEFAUTS TYPES

### 6.1 Départ de la toile

#### 6.1.1. Fautes générales

- Manque de rotation : travailler la position du corps en fin de poussée.
- Poussée incomplète, les pieds quittent la toile, le salto "tracasse" vers l'avant, l'amplitude est réduite.
- Corps oblique vers l'arrière = déplacement. Demander à pousser le sternum vers le haut, sans relâchement lombaire, c'est-à-dire en conservant le bassin au dessus des pieds.
- Mauvais placement des bras
- Tête en extension = déplacement "Chercher à voir monter les genoux par dessus la tête".

#### 6.1.2. Fautes spécifiques au salto arrière groupé

- Grouper trop tôt

#### 6.1.3. Fautes spécifiques au salto arrière carpé

- Tendance à se coucher en arrière = faire le salto en cherchant à aller vers l'avant.

#### 6.1.4. Fautes spécifiques au salto arrière tendu

- Corps relâché en hyper-extension, la tête est également tirée en arrière : chercher à conserver la tête en position normale, et travailler le "shot" des membres inférieurs dès que les pieds ont quitté la toile. Il vaut mieux être légèrement carpé que cambré.

## 6.2 Phase aérienne

### 6.2.1. Fautes générales

- Déplacement vers l'arrière
  - . tirade de la tête
  - . départ corps oblique vers l'arrière
- Manque d'ouverture
  - . augmenter la quantité de rotation au départ de la toile et l'ouverture sera possible.

### Attention

L'ouverture d'un salto est un allongement du corps produit par l'alignement de tous les segments jusqu'à la position "plate". Ce n'est pas une extension allant jusqu'à la position cambrée.

### 6.2.2. Fautes spécifiques au salto arrière groupé

- grouper insuffisant,
- mains sous les cuisses
- Dos creux gênant le grouper : dû en général à une extension de la tête.

### 6.2.3. Fautes spécifiques au salto arrière carpé

- Carper trop tardif, départ couché : chercher à voir la montée des membres inférieurs.
- Tête en extension : déplacement, carper insuffisant .
- Carper trop ouvert : manque de souplesse.

N.B.

L'assouplissement des trampolinistes doit être fait avec beaucoup de précautions dans la recherche de l'amélioration de la position carpée.

Il ne faut agir que sur les ischio-jambiers et proscrire absolument les étirements des muscles de la région lombaire . Toutes les flexions du tronc sur les membres inférieurs doivent être faites, les régions dorsales et lombaires fixées en position plate.

tirage en arrière : chercher à conserver la tête en position normale, et travailler le "shot" des membres inférieurs dès que les pieds ont quitté la toile. Il vaut mieux être légèrement carpé que cambré.

- 6.2.4. Fautes spécifiques au salto arrière tendu
  - déplacement vers l'arrière : départ oblique
  - corps relâché en position cambrée : travailler le "SHOT" pour replacer le corps en position plate.
  - chercher à tourner vite et à sentir la rotation des pieds.

### 6.3 Retour à la toile

#### 6.3.1. Fautes générales

- La réception dans la toile n'est pas pressentie et le trampoliniste réagit au moment du contact au lieu de se contracter avant, d'où une mauvaise percussion de la toile.
- Les membres inférieurs ne sont pas verticaux
- En salto arrière tendu, les pieds sont encore en rotation au moment de l'impact.
- Manque de fixation du bassin, les charnières doivent être contrôlées et bloquées.

## 7. ENCHAINEMENTS

Il est très important de placer le salto arrière dans un enchaînement de figures afin d'en apprécier le niveau de maîtrise mais également de proposer de nombreuses situations techniques différentes afin d'enrichir la disponibilité motrice et d'éviter les enchaînements stéréotypés. Certaines situations facilitent le salto, d'autres obligent l'élève à adapter son travail dans la toile.

### Enchaînements simples sur sauts verticaux

- 7.1 St Gp - S. ARR. Gp - St Gp.
- 7.2 St Gp - S. ARR. Gp - St Gp - S. ARR. Gp
- 7.3 St Gp - S. ARR. Gp - St Ec. - S. ARR. Gp.
- 7.4 St Gp - S. ARR. Gp - St Gp - S. ARR. Cp .
- 7.5 St Gp - S. ARR. GP - St Ec - S. ARR. Cp
- 7.6 St Gp - S. ARR. Gp - St Ec - S. ARR. Td.
- 7.7 St Gp - S. ARR. Gp - St Ec - S. ARR. Cp - St Cp - S. ARR. Td/

Travail des incidences

- 7.8 Assis- Debout - S. ARR.
- 7.9 Ventre - Debout - S. ARR.
- 7.10 Dos - Debout - S. ARR.
- 7.11 S. ARR - Chandelle - Assis
- 7.12 S. ARR - Chandelle - Dos
- 7.13 S. ARR - Chandelle - Ventre

Enchaînements arrière - arrière

- 7.14 S. ARR Gp - S. ARR Gp.
- 7.15 S. ARR Gp - S. ARR Cp
- 7.16 S. ARR Gp - S. ARR. Cp - S. ARR Gp
- 7.17 S. ARR Gp - S. ARR Cp - S. ARR. Cp.
- 7.18 S. ARR. Gp - S. ARR Cp - S. ARR. Td

Recherche de la stabilité : pas de déplacement

- 7.19 S. ARR Gp - S. AVT Cp
- 7.20 S. ARR Gp - S. AVT Cp 1/2 Vrille

Enchaînements arrière avant et V.V

- 7.21 S. ARR Gp - Barani gp et V. V
- 7.22 S. ARR Cp - Barani Cp et V.V
- 7.23 S. ARR. Td - Barani Td et V.V
- 7.24 S. ARR. Gp - BARANI - S. ARR. Gp -

Il est bien évident que ces combinaisons sont données à titre indicatif, que l'ordre dans lequel elles sont présentées n'est pas obligatoirement celui de l'apprentissage, et qu'il est possible d'en trouver beaucoup d'autres. Néanmoins nous avons essayé de présenter celles qui sont les plus intéressantes à travailler en fonction d'objectifs techniques et pédagogiques précis.

P. BLOIS

M. ROUQUETTE



COMPETITIONS INTERNATIONALES

Résultats par équipes

1. FRANCE-URSS-ALLEMAGNE

Leinfelden le 8.10.77  
 FRANCE  
 SUISSE  
 POLOGNE

Résultats individuels

° Hommes

|     |         |           |     |       |         |
|-----|---------|-----------|-----|-------|---------|
| 1er | Eugeny  | JANES     | S.U | 77.30 | (11.70) |
| 2e  | Gilles  | LEBRIS    | F   | 75.20 | (11.10) |
| 3e  | Andreas | RYDZEWSKY | D   | 73.80 | (10.40) |

° Femmes

|       |           |               |    |       |         |
|-------|-----------|---------------|----|-------|---------|
| 1ère  | Galina    | HAIVORONSKAJA | SU | 71.10 | (8.80)  |
| 2e    | Tatiana   | PALUCH        | SU | 71.00 | (10.00) |
| 3e    | Olga      | STARIKOVA     | SU | 70.70 | (9.60)  |
| ..... |           |               |    |       |         |
| 10e   | Véronique | BATAILLON     | F  | 66.50 | (8.30)  |

La plupart des concurrents ont eu beaucoup de difficultés à terminer leur exercice sur la toile. Les trampolines EUROTRAMP ne semblaient convenir à personne. Ce sont les anciens, ayant beaucoup de métier qui ont réussi à tirer leur épingle du jeu : JANES et LEBRIS et les femmes soviétiques.

2. FRANCE-SUISSE-POLOGNE

Genève le 22.9.77

Organisation désastreuse, les Suisses nous avaient habitués à plus de rigueur dans le protocole. Néanmoins l'accueil a été très sympathique.

Résultats individuels

° Femmes

|      |           |           |    |       |
|------|-----------|-----------|----|-------|
| 1ère | Ruth      | KELLER    | CH | 70.00 |
| 2e   | Véronique | BATAILLON | F  | 65.90 |

° Hommes

|       |        |        |    |       |
|-------|--------|--------|----|-------|
| 1er   | Jörq   | ROTH   | CH | 70.50 |
| 2e    | Gilles | LEBRIS | F  | 69.20 |
| ..... |        |        |    |       |
| 5e    | Daniel | COLA   | F  | 66.80 |
| 5e    | Franck | BARDY  | F  | 66.80 |
| 7e    | Daniel | PEAN   | F  | 64.40 |

Résultats par équipes

|     |         |        |
|-----|---------|--------|
| 1er | FRANCE  | 267.40 |
| 2e  | SUISSE  | 267.30 |
| 3e  | POLOGNE | 250.70 |

COMPETITIONS INTERNATIONALES

1. FRANCE-URSS-ALLEMAGNE  
Résultats individuels  
 Hommes

Nous l'avons s'échappé belle, la veille au soir Frank avait perdu toutes ses figures, il ne savait plus faire un BARANI. C'est avec beaucoup d'inquiétude que nous l'avons vu monter sur le trampoline. Il a réussi son imposé et deux libres allégés en difficulté. Quant à Gilles LEBRIS, favori pour la première, il a fait, une fois n'est pas coutume, onze touches à la surprise générale.

3. FRANCE-ANGLETERRE HARLOW 26.11.77

Ce match devait être le match retour de celui de Paris auquel avaient participé également l'Espagne et l'Allemagne Fédérale. Hélas des difficultés de calendrier n'avaient pas permis d'organiser cette rencontre fort sympathique. Pour Richard TISON, c'était le retour à la compétition après 10 mois d'arrêt et un test vis à vis de Stewart MATTHEWS second au Championnat d'Europe 1977.

Résultats individuels

|               |       |                     |           |      |       |         |  |
|---------------|-------|---------------------|-----------|------|-------|---------|--|
| <u>Hommes</u> | 1er   | Stewart             | MATTHEWS  | G.B. | 73.20 | (12.20) |  |
|               | 2e    | Richard (9 touches) | TISON     | F    | 70.20 | (11.30) |  |
|               | 3e    | Carl                | FURRER    | G.B. | 68.40 | (10.60) |  |
|               | ..... |                     |           |      |       |         |  |
|               | 5e    | Gilles              | LEBRIS    | F    | 65.50 | (11.20) |  |
| <u>Femmes</u> | 1ère  | Sue                 | LANE      | G.B. | 64.40 |         |  |
|               | 2e    | Wendy               | WRIGHT    | G.B. | 63.80 |         |  |
|               | 3e    | Véronique           | BATAILLON | F    | 38.70 |         |  |

(zéro au premier libre)

|       |        |        |    |       |
|-------|--------|--------|----|-------|
| 1er   | Jörg   | ROTH   | CH | 70.20 |
| 2e    | Gilles | LEBRIS | F  | 69.20 |
| ..... |        |        |    |       |
| 2e    | Daniel | COLA   | F  | 66.80 |
| 2e    | Frank  | BARBY  | F  | 66.80 |
| 2e    | Daniel | FEAN   | F  | 64.40 |

INFORMATIONSBREVET D'ETAT

La troisième session au Brevet d'Etat (partie spécifique "TRAMPOLINE" est programmée à Dijon les 5, 6 et 7 Décembre 1978.

Nous vous rappelons qu'il n'est pas nécessaire de posséder la formation commune pour se présenter à la partie spécifique, seul le Brevet de Secourisme est exigé impérativement. Les dossiers doivent être déposés dans les directions départementales de votre résidence au moins deux mois avant la date de l'examen. Dès votre retour de vacances, pensez à constituer votre dossier et à l'envoyer sans tarder.

Les titulaires du Brevet d'Etat, peuvent enseigner le Trampoline dans les Clubs contre rémunération, et dans un délai relativement court, il sera exigé pour tous les moniteurs de clubs.

STAGES

° Il reste encore quelques places pour le stage au CREPS de BOULOURIS du 16 au 30 juillet. Le prix du stage, comprenant l'hébergement et les cours, est fixé à 500 F.

° Le stage de La Seyne est réservée aux Equipes de France et aux compétiteurs de haut niveau sélectionnés à l'occasion des Championnats de France.

° Un stage d'information et un cours de juges sont organisés les 17,18,19,20, 21 juin à Rouen sous l'impulsion de Denis DUBOUDIN délégué technique régional.

° L'Amicale de l'ENSEPS, en collaboration avec le D.U.C., organise un stage d'information à Dijon au cours de la première semaine de septembre. Pour tout renseignement complémentaire écrire à M. Robert LACROIX. 5, allée du Breuil CHEVIGNY-St SAUVEUR 21800 QUETIGNY.

° Le stage traditionnel d'Automne se déroulera à l'occasion des vacances de la Toussaint à Bois-Colombes.

Coupe NISSEN

Cette Coupe internationale, ouverte aux clubs affiliés à la FFST est prévue le 26 Août à GRENCHEN (Suisse). Les clubs désirant y participer sont priés d'en informer la Fédération pour accord.

### Fair City of Perth Championship

Cette coupe organisée par la Fédération écossaise est ouverte aux clubs.

Elle se déroulera le 30 juin et le 1er juillet 78 à Perth (Ecosse).

#### 4 catégories individuelles

◦ Hommes "Internationale A"

◦ Femmes "Internationale A"

◦ Garçons - 16 ans

◦ Filles - 16 ans

#### 2 catégories en simultané

◦ Hommes

◦ Femmes

Renseignements complémentaires sur demande.

### F.I.T.

Championnat du Monde 1978.

La dernière réunion de la FIT à Francfort/Main a décidé que les Championnats devaient impérativement avoir lieu en 1978.

Il est demandé à l'Afrique du Sud de s'abstenir d'y participer en raison

de la situation politique internationale actuelle.

L'Australie est toujours candidate, le FIT propose l'organisation de cette compétition au cours du quatrième trimestre 78.

L'Ecosse a demandé son affiliation en tant que nation autonome à la F.I.T. Aucune décision n'a été prise.

Un cours de juge international a été programmé à l'occasion de la "NISSEN

ETERNA CUP"

### Coupe DOBROVOLSKY

Elle s'est déroulée le 14 mai à TOGLIATTI, ville industrielle sur les bords de la Volga, où sont fabriquées les automobiles "LADA".

La compétition était placée sous la présidence du Maréchal TITOV, le célèbre cosmonaute, Président de la Fédération Soviétique de Trampoline. Chez les femmes la victoire revint à la championne d'Europe BELAJEVA avec 70 pts 10 et 8.90 de difficulté. Véronique BATAILLON, se classa 7e avec un total de 65 pts 20 pour une difficulté de 9.00 pts. Il est intéressant de préciser que BELAJEVA a réalisé le plus petit degré de difficulté parmi les huit premières classées.

Chez les hommes, victoire de E.JANES 75 pts 30 et 12,60 de difficulté.

2e MATTHEWS 75.00 pts (12.20)

2e MIKRUKOV 75.00 pts (12.50)

4e FURRER 71.50 pts (10.90)

Richard TISON, désorienté par le trampoline Soviétique est sorti à la quatrième touche. Néanmoins la forme revient doucement et nous espérons qu'il sera en pleine forme pour Melbourne.

Cette compétition a mis encore en évidence les problèmes de jugement. Les Britanniques ont fortement souffert de l'incohérence et de la partialité des juges. Pour la première fois dans une compétition internationale, des juges ont quitté le podium pour manifester leur désapprobation du comportement du jury soviétique.

#### RECORDS

Extrait du "Guinness Book of Records" (24e édition)

Marco CANESTRELLI a réalisé six vrilles en salto arrière, le 18 Décembre 1976 à Sarasola (Floride - USA) battant ainsi l'ancien record établi par Judy WILLS (cinq fois championne du Monde) qui n'avait fait que 5 vrilles 1/2 sur un salto arrière !!!

#### Information administrative

L'augmentation des tarifs postaux perturbe la bonne marche de notre secrétariat, il est demandé à chacun de faire un effort pour diminuer cette charge financière, en joignant à chaque lettre un timbre pour la réponse. A l'avance, merci ...