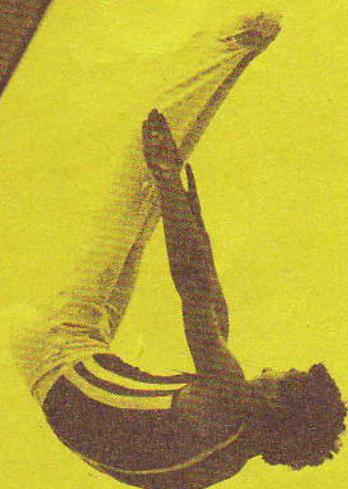


# trampoline



N° 33

Fédération Française  
des Sports au Trampoline

19, rue de la lancette  
75012 PARIS  
tél : 343 73 71



## S O M M A I R E

+++++

Mars 1983

### 1. Technique et Pédagogie

Le Rudolph

### 2. Résultats des Compétitions

#### 2.1 Nationales

- . Liste des Champions de France 1982
- . Coupe des Hauts de Seine 83
- . Coupe du Val de Marne 83

#### 2.2 Internationales 1982

- . Championnats du Canada
- . Match Ecosse/URSS
- . Championnats des USA
- . Championnats d'Allemagne
- . Championnats du Japon
- . Championnats de Suisse
- . Championnats d'Europe Juniors de Moulins

### 3. Commission médicale

Compte rendu de la réunion du 23 Novembre 1983

### 4. Etre entraîné et/ou s'entraîner

### 5. A propos de jugement

### 6. Palmarès de la Section Sport Etudes de Bois Colombes

### 7. Tumbling informations

### Chronophotographies

Richard TISON dans le Rudolph

D O C U M E N T A T I O N

+++++

Nous vous rappelons que la Fédération édite des documents techniques et pédagogiques illustrés de chronophotographies réalisées avec les membres de l'Equipe de France. Sur demande la liste complète des brochures disponibles vous sera envoyée.

Peut-être n'avez-vous pas encore réglé votre abonnement à la Revue TRAMPOLINE

Pour qu'il n'y ait pas de rupture dans votre collection nous vous avons envoyé le n° 33. Sans réponse de votre part avant le 15 Mai, votre fiche adresse sera retirée de la liste des abonnés 1983.

Prix de l'abonnement 4 numéros annuels..... 40 F.

5 abonnements groupés à la même adresse..... 160 F.

Abonnement étranger..... 45 F.

## LE SALTO AVANT AVEC 1 VRILLE ET DEMIE

### "LE RUDOLPH"

#### 1. GENERALITES

Le "RUDOLPH" est un élément de base des exercices imposés de la FIT. Il figure également dans les exercices libres dont la difficulté est inférieure à 9 points. L'utilisation du "RUDOLPH" aux championnats du Monde 1982 à Bozeman a été de 58 % chez les compétitrices et de 14% chez les compétiteurs. Cette proportion différente est en relation directe avec le degré de difficulté des exercices.

Jeunes filles	6.40 à 10.10 My 8.70
Jeunes filles finalistes	8.40 à 10.10
Jeunes gens	6.50 à 13.00 My 10.50
Jeunes gens finalistes	10.00 à 12.70

Son incorporation dans un enchaînement permet une pause, un temps de récupération au milieu des doubles rotations. C'est pourquoi il entre très souvent dans les exercices libres féminins mais également dans les exercices masculins à difficulté moyenne.

Le Rudolph est un élément essentiel à maîtriser car c'est un "exercice constructif" de la double vrille arrière et de tous les "fliffis" et "triffis" utilisant le RUDY dans les formes "IN ou "OUT".

Cette vrille particulière réalisée sur un salto avant est une vrille à déclenchement aérien comme toutes les vrilles vers l'avant, sans vision de la toile pendant la phase de vrille.

Son degré de difficulté est de 7/10 de points.

#### 2. CARACTERISTIQUES TECHNIQUES

Afin de faciliter l'étude du "Rudolph" il est possible de déterminer trois phases distinctes :

- 2.1 Phase d'appui
- 2.2 Phase aérienne
  - 2.2.1 Rotation en salto
  - 2.2.2 Déclenchement et conduite de la vrille
  - 2.2.3 Retour à la toile
- 2.3 Phase d'appui

##### 2.1 Phase d'appui ascendante

Cette phase se situe du point mort bas jusqu'au départ de la toile "TAKE OFF".

Les actions musculaires et le placement relatif des segments les uns par rapport aux autres et par rapport aux axes de référence déterminent l'élévation, la rotation et le déplacement éventuel.

##### 2.1.1 Point mort bas

La toile est à son enfoncement maximal, les membres supérieurs sont élevés, le tronc est proche de la verticale, les membres inférieurs ont effectué leur poussée.

2.1.2 Au cours du mouvement ascendant de la toile, le corps se prépare à la rotation : le tronc s'incline vers l'avant, les membres supérieurs accompagnant le mouvement.

### 2.1.3 Au moment précis du "Take Off"

- . Les membres inférieurs sont verticaux
  - . Le tronc est incliné vers l'avant (45° environ) la région dorsale est enroulée
  - . Les membres supérieurs sont proches de l'horizontale.
- Cette position correspond à celle des rotations vers l'avant en position carpée.

## 2.2 Phase aérienne

### 2.2.1 Rotation en salto

Elle est de très courte durée. Au cours de cette phase, les membres supérieurs s'écartent latéralement dans la position de déclenchement de vrille, le corps est très légèrement carpé.

### 2.2.2 Déclenchement et conduite du mouvement de vrille

. Le mouvement starter de la vrille est au niveau des membres supérieurs. Pour une vrille à gauche le bras droit s'abaisse vers la cuisse et le bras gauche s'élève. Ce mouvement s'exécute dans un plan passant par l'épaule et la malléole droite.

L'angle jambes-tronc s'ouvre, la vrille est commencée. Le mouvement de tirade des talons vers l'arrière "KICK" est essentiel à la bonne réalisation de la vrille.

. Les membres supérieurs se fléchissent et se plaquent contre la poitrine (technique du "WRAP UP") ou bien restent tendus et se fixent contre les cuisses (technique "bras tendus"). A ce moment, la vrille atteint sa vitesse maximale le corps est plat, la tête en position normale. Dans cette série R.TISON est très légèrement cambré (ph4) ceci est dû à une extension de la tête.

. Après 1 tour 1/4 en vrille, les membres supérieurs s'écartent du corps dans le sens inverse du déclenchement et d'une manière asymétrique. Le bras droit s'écarte le premier dans le plan latéral, puis c'est le bras gauche

. Quand les deux bras sont replacés dans le plan latéral, la vrille est terminée, le corps se fléchit au niveau des hanches.

### 2.2.3 Retour à la toile

. La rotation en salto se poursuit, les membres inférieurs se replacent à la verticale pour préparer le retour à la toile.

## 2.3 Phase d'appui descendante

Au moment de l'impact des pieds sur la toile, les membres inférieurs sont verticaux, le tronc est incliné vers l'avant. Sur les photos R.TISON n'a pas encore touché la toile, le tronc continue sa rotation vers l'arrière. Les membres supérieurs sont élevés. Au cours de l'enfoncement de la toile, le tronc va se redresser et les membres supérieurs s'élever pour préparer le saut suivant.

## 3. AU NIVEAU DES SENSATIONS

Ce paragraphe est le recueil des indications données par l'entraîneur à son élève afin d'associer une sensation, un signal... à une action motrice précise.

### 3.1 Phase d'appui

"Fixer les bras et la tête"

Objectif : éviter de piquer du nez dans la toile au moment du take off  
"Pousser en fond de toile et durcir le corps"  
Objectif : amplifier le renvoi de la toile

### 3.2 Phase aérienne

. "Peu de salto, pas plus que pour le 3/4"

Objectif : il y a toujours trop de salto dans un "rudolph"

. "Attendre pour déclencher la vrille"

Objectif : retarder la vrille - trouver un repère visuel sur la toile avant de déclencher. Ce repère sera utile pour toutes les figures utilisant le "Rudolph".

. Déclencher la vrille avec les bras tendus

Objectif : augmenter le moment d'inertie donc l'efficacité.

. Lancer la vrille en tirant les talons en arrière.

Objectif : aplatir le corps.

. Ne pas chercher à voir la toile au cours de la vrille

Objectif : le Rudolph est aveugle. La tentation de fixer la toile à pour effet de placer la tête en extension ce qui produit une extension généralisée de tout le corps et une mauvaise vrille.

. "Sentir son corps long et dur"

Objectif : condition essentielle pour obtenir une vrille rapide

. "Ralentir la vrille en ouvrant les membres supérieurs"

Objectif : contrôle de la réception.

### 3.3 Phase d'appui

"Enfoncer les membres inférieurs tendus et verticaux dans la toile"

Objectif : préparation de la touche suivante.

## 4. AU PLAN MECANIQUE

### 4.1 Phase d'appui

#### 4.1.1 Actions favorisant le rebond

L'élévation du corps est fonction :

. de la hauteur du saut précédent

. de l'angle de pénétration et du point d'impact sur la toile

. des actions musculaires

. de l'angle de départ (angle optimal 90°)

. du temps d'appui. Il est de l'ordre de 25 à 27/100 de seconde pour des compétiteurs de niveau international. Lors de son étude en 1969, DANILO a enregistré par la méthode du décompte des images un temps de 37/100 de seconde. Cette différence met en évidence l'amélioration du matériel au niveau du cadre, de la toile et des ressorts.

. si la projection de "G"<sup>est</sup> en avant de la base d'appui, il y aura un déplacement vers l'avant. Ce déplacement est normal, il est de 50 à 80 cm selon les sauteurs.

#### 4.1.2 Actions favorisant la rotation en salto

. Le secteur balayé par le tronc au cours de la phase ascendante de la toile constitue "l'angle de rotation". Pour le RUDOLPH, il est d'environ

. Suite à ce mouvement, le centre de gravité se trouve légèrement en avant de la force produite par la réaction de la toile. La poussée étant excentrique, elle crée une rotation vers l'avant autour de l'axe transversal.

. L'abaissement du tronc et des membres supérieurs augmente le moment angulaire de l'ensemble du corps.

#### 4.2 Phase aérienne

##### 4.2.1 Rotation en salto

Elle est de très courte durée et variable selon les sauteurs, au maximum 60°.

##### 4.2.2 Rotation en vrille

###### . Déclenchement

Le Rudolph est une vrille aérienne dans laquelle il y a un transfert de moment cinétique du salto vers la vrille (voir TRAMPOLINE N°31).

Le mouvement des membres supérieurs au moment au déclenchement de la vrille crée une réaction au niveau du corps. Cette réaction se manifeste comme une inclinaison du côté opposé au sens de vrille. Cette position inclinée permet une combinaison de rotations transversale et longitudinale. C'est le "TILT TWIST" pour les britanniques.

###### . Accélération

Le mouvement de vrille est accéléré par l'aplatissement du corps et le placement des membres supérieurs le long du corps (diminution du moment d'inertie).

###### . Ralentissement

###### . Ouverture des membres supérieurs

###### . Fermeture de l'angle membres inférieurs/tronc.

Cette double action augmente le moment d'inertie autour de l'axe longitudinal donc ralentit la vitesse de rotation en vrille.

Le mouvement des membres supérieurs, inverse à celui du déclenchement produit à son tour une réaction au niveau du corps qui le replace en position verticale.

#### 4.3 Retour à la toile

Se caractérise par le contrôle de <sup>la</sup> rotation transversale résiduelle. Il est essentiel que les membres inférieurs pénètrent verticalement dans la zone centrale de la toile.

### 5. ACQUIS TECHNIQUE

Avant d'aborder l'étude du RUDOLPH, il est indispensable de maîtriser un certain nombre d'éléments techniques :

5.1 1/2 Vrille ...dos

5.3 3/4 salto avant

5.2 Barani forme carpée

5.4 Vrille arrière

### 6. EXERCICES PREPARATOIRES CONSTRUCTIFS

Ces exercices ne sont pas des éducatifs spécifiques, mais leur réalisation facilite l'acquisition du "RUDOLPH".

6.1 Dos... 1/2 vrille... dos "cradle"

6.4 dos... 1 vrille...dos(PORPUS VRILLE)

6.2 dos... 1vrille... ventre

6.5 debout...1vrille... ventre

6.3 dos... 1 1/2 vrille dos (CORKSCREW)

Toutes ces vrilles devront être réalisées "tard".

### 7. DEMARCHE PEDAGOGIQUE

Deux démarches sont couramment utilisées.

#### 7.1 A partir du 3/4 salto avant

Cette progression a l'avantage de donner la quantité exacte de rotation transversale nécessaire au RUDOLPH et de ne pas anticiper le déclenchement de la vrille.

- 7.1.1 3/4 avant... plat dos
- 7.1.2 3/4 avant... 1/2 vrille ventre
- 7.1.3 3/4 avant... 1 vrille... plat dos
- 7.1.4 3/4 avant... 1 1/2 vrille ventre
- 7.1.5 Rudolph

Utiliser un tapis posé sur la toile pour les receptions. Faire attention au moment de la réalisation globale à l'excès de rotation transversale et au reliquat de vrille.

- 7.2 A partir du BARANI
- 7.2.1 Barani + 1/2 vrille
- 7.2.2 Barani + 1/2 vrille + 1/2 vrille

Cette forme d'apprentissage conduit à un moins bon "RUDOLPH" par contre, elle est facile à réaliser au mini tramp ou au double mini tramp. Veiller à toujours être en sous rotation.

## 6. DEFAUTS TYPES

### 6.1 Départ de la toile

- . Flexion excessive du tronc en avant : penser à monter le dos.
- . Poussée incomplète, le Rudolph est réalisé sur place : aller vers l'avant.

### 6.2 Phase aérienne

- . Excès de rotation : revoir le take off
- . Vrille trop tôt : attendre le passage du tronc à l'horizontale pour déclencher. Cette faute est très grave car elle aura des conséquences difficiles à corriger au moment de l'étude du RUDY OUT. L'origine de ce défaut se situe souvent lors de l'apprentissage de la 1/2 vrille... Dos avec un déclenchement dans la toile. Il est possible que certaines pertes de figures aient cette origine.

. Corps cambré. La cause est en général au niveau de la tête, le sauteur cherchant à voir la toile.

. Corps cassé ; au moment du déclenchement de la vrille il n'y a pas de tirade des talons vers l'arrière "KICK".

### 6.3 Retour à la toile

- . Rotation résiduelle en salto ou en vrille.

## 7. ENCHAINEMENTS

Les enchaînements les plus souvent observés en compétition sont les suivants :

- |                             |                             |
|-----------------------------|-----------------------------|
| 7.1 Full-Rudy-Back          | 7.5 2 Full-Rudy-1 Full      |
| 7.2 Full-Rudy-2 Full        | 7.6 2 Back(a)-Rudy-Back (b) |
| 7.3 1/2 out-(c) Rudy 2 Full | 7.7 1/2 In (c)-Rudy-2 Full  |
| 7.4 2 Back(c)-Rudy 2 Full   |                             |

a = tendu

b = carpé

c = groupé

P.BLOIS

R E S U L T A T S

COMPETITIONS NATIONALES

1. Liste des Champions de France 1982 (épreuves individuelles)

Nationale A	F	Nadine CONTE	Moulins	98.10
	G	Olivier FOULARD	Fontenay	92.30
Nationale B	F	Brigitte PIQUET	Rennes	85.20
	G	Pascal SOGNY	Sevran	89.50
Fédérale A	F	Titre non décerné		
	G	Didier GENET	BCS	86.30
Fédérale B	F	Titre non décerné		
	G	Robert REYMOND	Thonon	83.50
1ere Catégorie	F	Yvonnik MILLET	Rennes	84.20
	G	Robert DUCROUX	Moulins	77.40
2e Catégorie	F	Sandrine CATEL	Champigny	82.40
	G	Didier JUMEL	Sevran	78.40
3e Catégorie	F	Isabelle ARNON	Moulins	79.90
	G	Jérôme BANSE	Moulins	79.00
4e Catégorie	F	Marie Laure DARDENNE	Vandoeuvre	77.30
	G	Franck BREREAU	La Garenne	76.50
5e Catégorie	F	Agnès EVREN	Fontenay	79.50
	G	Stéphane KAZMIERCZAK	BCS	83.60
6e Catégorie	F	Françoise HILLARION	Moulins	77.50
	G	Jean Yves GENEST	Cusset	75.60

2. Liste des Champions de France 1982 (épreuves synchronisées)

Catégories A	Classement mixte			
		Nadine CONTE		
		Nathalie TREIL		38.30
Catégories B	Classement mixte			
		Brigitte PIQUET	Rennes	20.40
		Nathalie LEROY		
1ere Catégorie	A.	Marie BOUETEL	Rennes	30.20
		Pascale RIVOAL		
2e Catégorie		Sylvie MARIANI	La Seyne	31.00
		Valérie FLORES		
3/4 Catégorie		Laurence CHIAPINO	Dijon	29.00
		Denis CHAUVEL		
5/6 Catégorie		Stéphane KAZMIERCZAK	BCS	32.70
		Laurence BIJINI		

3. Liste des Vainqueurs de la Coupe Nationale de Double Mini Trampoline

Catégorie Nationale	F	Cathy DECOURCELLE	La Seyne	20.10
	G	J.Michel STEPHAN	Chenove	20.50
1ere Catégorie	F	M.Laure DARDENNE	Vandoeuvre	18.40
	G	Christian JAMARD	Villecresnes	18.90

4. Liste des Vainqueurs de la Coupe Nationale de Tumbling

	F	Magali LAKIERE	Thonon	47.90
	G	Didier SEMNOLA	Thonon	49.00

5. Liste des Champions de France par équipes

	F	Cercle Paul Bert	Rennes	168.10
	G	La Bourbonnaise	Moulins	158.70

Résultats des compétitions (saison 1982/83)

6. Coupe des Hauts de Seine - 18.12.82 - Bois-Colombes

C'est la première fois que cette Coupe est organisée par le Comité Départemental du 92 nouvellement créé. Cette Coupe s'adresse à des équipes de 4 compétiteurs (12 équipes présentées).

1. Bois Colombes Sport	152.90
(Y.PIERRE - St.KAZMIERCZAK - M.H.QUENET - N.TREIL)	
2. A.S. Bourg la Reine	150.60
(O.COMBAZ - S.QUARTIER - N.JAFFRELOT - A.VUILLEMIN)	
3. T.C. La Garenne	148.00
(L.DUBOIS - F.ROUSSEAU - JP.GUESDON - C.SOMPRON)	

7. Coupe du Val de Marne - 23.1.83 - NOISEAU

Coupe traditionnelle organisée par le Comité Départemental du 94 sous la responsabilité de son dynamique Président, Alain HAMON assisté de toute l'équipe du V.A.C.

Programme : deux exercices imposés.

Catégorie Nationale "A"	F	Nathalie LEROY	CPB	49.50
	G	Olivier FOULARD	Fontenay	48.80
Catégorie Nationale "B"	F	Isabelle QUINTIN	Champigny	47.50
	G	José MONNIER	SCA	51.50
Catégorie Fédérale A	G	José WASCAT	SCA	43.30
Catégorie Fédérale B	Mixte	Eric BLOIS	Bry	47.70
1ere Catégorie Mixte	F	M.Hélène QUENET	B.Col.	47.70

2e Catégorie	F	Virginie BOISSEY	Rouen	50.20
	G	Christian JAMAR	VAC	50.30
3e Catégorie Mixte		Agnès EVREN	Fontenay	51.10
4e Catégorie	F	Frédérique BUTTNER	PL 20ème	50.40
	G	Jérôme N'GUYEN	Longjumeau	45.60
5e Catégorie	F	Mireille EVREN	Fontenay	51.60
	G	Eric NASTASI	VAC	51.10
6e Catégorie	F	Sandrine PERUSSE	Valenton	49.20
	G	Gilles DESCAMPS	Chamois	48.50

COMPETITIONS INTERNATIONALES

1. Championnat Open du Canada - Kingston - 9.1.82

Femmes

1	Jackie de RUYTER	NL	26.8	24.2	9.0	25.3	9.	94.30
2	Mary RUGHEIMER	USA	26.3	24.5	8.4	25.4	8.4	93.0
3	Christine TOUGH	CAN	27.1	23.5	8.7	21.7	6.5	87.5

Hommes

1	Steve Mc DONALD	CAN	26.8	26.3	8.0	25.7	8.0	94.8
2	Steve FLEMING	CAN	26.0	24.7	9.1	23.6	9.1	92.5
3	Mark BEICH	CAN	26.6	25.5	8.7	22.8	8.6	92.2

2. Ecosse/URSS - Bellahouston - 17.4.82

Femmes

1	Irina TOLMACHEVA	SU	27.5	25.1	10.3	24.4	10.3	97.6
2	Luba PROXOFIEVA	SU	27.5	25.8	8.3	25.3	9.9	96.8
3	Irina BLUDOVA	SU	26.8	24.0	10.1	24.1	10.1	95.1

Hommes

1	Igor BOGACHEV	SU	28.1	26.0	12.0	26.0	12.0	104.1
2	Vadim KRASNOCHAPKA	SU	27.7	25.2	12.0	25.7	12.0	102.6
3	Alestairs McCANN	SCOT	25.1	22.2	9.9	23.6	10.7	91.5

SU : 700.5      SCOT : 634.97

3. Championnat des USA - New Jersey - 17.4.82

Très peu de monde à cette compétition open remportée par John ROSS CAN.  
102.0/11.70, Stuart RAMSON 98/11.20

Chez les femmes :

- 1 . Mary RUGHEIMER      92
- 2 . Leigh HENNESSY      91.60

4. Championnat d'Allemagne - Wittlich - 24.4.82

Femmes

1	Susan HAUSER		27.6	25.7	9.5	26.1	9.5	98.4
2	Esther LINDENLAUB		28.2	25.8	8.8	26.2	8.8	97.8
3	Ute LUXON		26.9	26.1	8.0	26.3	8.2	95.5

Hommes

1	Ralph PELLE	28.6	25.5	11.4	26.2	11.4	103.1
2	Jorg ROH	28.3	24.4	10.7	25.8	10.7	99.9
3	Ralf WIDRA	27.5	26.2	10.0	35.3	10.2	99.2

5. 19ème Championnat national du Japon - Kanazawa - 29.31.10.82

(Aimablement communiqués par Obayashi Masanory)

Femmes

1	Reika HANDA	25.8	24.6	(8.5)	24.9	8.5	92.3
2	Yuriko HAYASHI	23.7	23.1	7.7	22.8	8.1	85.4
3	Kaozu OKAMOTO	24.0	23.2	7.8	21.5	7.8	84.3

Hommes

1	Masaki IWASHITA	25.9	22.9	10.5	25.2	10.5	97.7
2	Makoto MURAI	24.7	24.4	10.3	22.8	10.5	92.7
3	Kenji IWAMOTO	24.8	25.0	10.4	22.1	10.0	92.3

6. 16ème Championnat de Suisse - Ecublens - 20.21.11.82

Femmes

1	Ruth SCHUMANN	27.9	36.4	36.3			100.6
2	Nathalie LEROY	27.3	33.6	33.5			94.40
3	Cécile BOUETEL	26.3	31.3	32.8			90.4

Hommes

1	Jurq ROTH	27.2	35.1	35.2			97.5
2	Martin Meyer	26.4	35.2	34.9			96.5
3	Christoph IMBODEN	26.2	33.6	34.1			93.90

Frau Ruth SCHUMANN n'est pas une nouvelle révélation suisse mais tout simplement la Championne du Monde.

Ruth KELLER qui vient récemment de convoler en justes noces. Félicitations à ce nouveau couple et beaucoup de bonheur.

Deux clubs français avaient été invités à Ecublens : la Section Sport Etudes de Bois Colombes et le Cercle Paul Bert de Rennes.

7. Résultats des Championnats d'Europe Juniors - Moulins - 3 et 4/12/82

Femmes

1	Susan SHOTTON	GB	26.8	24.6	9.8	25.8	9.8	96.8
1	Irina TOLMATCHEVA	SU	27.3	24.9	9.7	25.2	9.7	96.8
3	Maria BONDARENKO	SU	26.2	25.1	9.0	25.5	9.0	94.8
4	Susanne RHEINSCHMIDT	D	27.1	25.0	8.5	25.5	8.5	94.6
4	Andréa HOLMES	GB	26.4	24.6	8.9	25.8	8.9	94.6
6	Kyrstyan MacDONALD	GB	26.1	24.6	9.1	25.5	9.1	93.6
7	S. GUEBOVA	SU	26.7	25.1	8.1	25.6	8.1	93.6
8	H.ROEWE	D	26.4	25.5	7.4	25.8	7.4	92.5
9	Nathalie LEROY	F	27.0	25.6	6.8	25.7	6.8	91.9
10	Cécile BOUETEL	F	27.3	24.4	7.9	24.7	7.2	91.5
15	Nathalie TREIL	F	25.9	23.6	7.8			57.3
18	Sandrine GUAY	F	25.0	24.3	6.9			56.2

Synchro

1	Maria BONDARENKO Irina TOLMATCHEVA	SU	17.8	16.6	8.5	23.5	66.4
2	Susan SHOTTON Kyrstyan MACDONALD	GB	16.8	16.7	7.7	24.2	65.5
3	Penny THOMAS Andrea HOLMES	GBII	17.1	15.8	7.8	24.2	64.9
4	S. GUEBOVA N. GLININA	SU	17.5	17.1	7.2	22.6	64.4
5	Spang HABERZAHL	D	16.8	16.3	6.7	23.0	62.8
6	Nathalie TREIL Sandrine GUAY	F	16.5	16.2	6.9	22.6	62.2
9	Nathalie LEROY Christine LEBRUN	F	16.0	15.0	6.7	19.6	57.3

Hommes

1	Lionel PIOLINE	F	27.9	25.6	11.9	25.8	11.8	103.0
1	Vadim KRASNOCHAPKA	SU	28.0	25.5	11.0	25.9	12.6	103.0
3	G. NOVIKOV	SU	27.0	25.7	10.4	25.9	11.2	100.2
4	Igor GELIMBATOVSKY	SU	26.5	21.5	13.1	24.5	13.5	99.1
5	John HANSEN	DK	26.2	25.4	10.0	26.1	10.0	97.6
6	M. KUHN	D	26.4	26.2	9.1	26.3	9.1	97.1
7	Gilles SOGNY	F	26.0	25.1	9.4	25.4	10.7	96.6
8	V. PAVLOV	SU	26.9	22.0	10.6	25.8	10.9	96.2
9	Zdislaw PEKKA	POL	25.3	23.6	10.5	24.9	10.8	95.1
10	Olivier FOULARD	F	26.5	24.2	8.5	24.5	8.5	92.2
12	Hubert BARTHOD	F	25.0					

Synchro

1	Gilles SOGNY Lionel Pioline	F	18.2	16.0	10.7	27.4	72.3
2	Waldemar OKONIEWSKI Zdislaw PEKKA	POL	17.4	16.5	8.4	25.6	67.9
3	Anders CHRISTIANSEN John HANSEN	DK	17.2	15.6	7.7	23.5	64.0
4	M. KUHN C. KEMMER	D	15.8	15.13	7.6	23.5	62.03
5	Olivier FOULARD Hubert BARTHOD	F	17.2	13.5	8.1	23.1	61.9

INDIVIDUELLES - F - 33 compétitrices

SYNCHRO - F - 15 équipes

INDIVIDUELLES - H - 31 compétiteurs

SYNCHRO - H - 12 équipes

COMMISSION MEDICALE  
=====

Le Mardi 23 Novembre 1982, la Commission Médicale s'est réunie au 136, rue de l'Abbé Glatz à Bois-Colombes.

Au cours de cette réunion, il a été surtout question du programme d'ACROTRAMP 83 qui se déroulera aux ARCS (Station de Ski de Bourg St Maurice), dans la semaine du 26 Mars au 2 Avril 1983.

Comme vous le savez, ACROTRAMP est la réunion de plusieurs fédérations des sports dits acrobatiques :

- gymnastique, plongeon, ski artistique, parachutisme, acrobatie, tumbling et trampoline.

Durant cette semaine, nous espérons organiser pour chacun de ces sports et dans la mesure du possible :

- . des compétitions
- . des démonstrations
- . des colloques médicaux-sportifs au cours desquels les sujets au cours desquels les sujets suivants seront abordés :
  - . Supports physiologiques et anatomiques du stress et de la vigilance
  - . Manifestations psycho-somatiques au cours de la compétition
  - . Régulation de l'activité tonique posturale.
  - . Préparation à la compétition à l'aide de méthodes de relaxation.

Ces différents sujets étant dignes d'intéresser une grande partie d'entre vous : entraîneurs et compétiteurs, nous souhaitons que vous soyez très nombreux à cette semaine internationale des sports acrobatiques, et que vous pourrez profiter par la même occasion des joies des sports d'hiver !

La deuxième partie de la réunion a eu pour objet l'étude de certains dossiers médicaux. Nous sommes au regret de constater que les fiches médicales de province n'ont pas été renvoyées. N'oubliez pas que le trampoline est un sport qui présente des risques et il est absolument indispensable qu'un contrôle médical soit exercé systématiquement et régulièrement afin d'éviter certains accidents regrettables.

A tous nos sportifs, nous souhaitons une joyeuse année 1983, avec de nombreux succès !

Docteur J. BIAU

Programme technique 1983-84

Nous vous prions de bien vouloir corriger sur le programme technique P. 6 § 3.1.8. 10e saut : 2 salto arrière groupé . 8

STAGE D'ETE

Entraîneur - compétiteur Catégories I.B.A.

CREPS DE DINARD - du 11 au 21 Juillet

Renseignement à la Fédération  
4, rue de Capri 75012 PARIS

## ETRE ENTRAINE ET/OU S'ENTRAINER ?

### 1 - L'entraîneur : dispensateur de l'énergie nécessaire à la progression

Le principal problème auquel est confronté un entraîneur, est la progression des individus qu'il entraîne. Il est important de savoir quels sont les facteurs déterminants de la progression, au delà des facteurs anatomo-physiologiques, il y a les facteurs psychologiques.

Nous, n'allons bien entendu pas, énumérer la totalité de ces facteurs mais nous allons essayer de voir quelques mécanismes de fonctionnement de l'individu, en restant, autant que faire se peut, près du concret.

Pour progresser un individu (sportif, intellectuel, artiste,...) a besoin d'énergie.

#### 1. Sportif sans énergie : oiseau sans aile

Ce besoin d'énergie est d'autant plus flagrant dans le sport, que la performance dépend directement de l'énergie dont dispose l'individu. Demander à un sportif de battre un record, lorsque ce sportif n'a plus d'énergie, c'est demander à un oiseau de voler après lui avoir coupé les ailes.

Maintenant que nous savons, que pour faire "fonctionner" un individu, il faut de l'énergie, il est nécessaire de savoir de quoi est constituée cette énergie.

L'énergie est la quantité d'estime donnée à l'individu.

#### a . Qu'est ce que l'estime ?

Tout individu a un besoin fondamental, qui est le besoin d'être reconnu.

Le sportif a d'autant plus besoin d'énergie, que la performance demandée est difficile à atteindre, par conséquent plus il y a d'écart entre le niveau du sportif et la performance qui lui est demandée, plus il a besoin d'être reconnu, d'être estimé (aimé).

#### b . D'où vient cette énergie ?

Nous nous intéressons ici, aux fournisseurs de l'énergie. Comme nous l'avons posé plus haut, le besoin d'énergie est directement proportionnel au besoin d'estime (ce qui ne veut pas dire qu'un individu qui dispose d'une grande quantité d'énergie n'a pas besoin d'estime, mais que l'estime qu'il reçoit est suffisante).

L'énergie n'est pas une "génération spontanée", elle est produite; créée, engendrée.

Les personnes qui produisent, créent, engendrent cette énergie, sont les gens qui ont une grande importance aux yeux de l'individu concerné. De par leur grande importance, ces personnes ont un grand impact sur la réussite (en général ou dans un domaine précis) de l'individu.

Un entraîneur doit faire partie de ces personnes, car ce sont elles qui fournissent l'énergie.

#### c . Comment distribuer cette estime ?

Le manager peut intervenir à deux niveaux  
ler niveau : dans le sport lui-même.

L'entraîneur donne de l'estime pour ce que réalise l'entraîné à l'entraînement, en compétition, en stage. Ce don d'estime se concrétise par un paiement systématique de l'effort ou de la performance. Lorsqu'il y a échec il faut valoriser l'effort, le payer au maximum ; c'est en utilisant cette tactique que l'entraîneur aidera l'entraîné à transformer ses échecs en réussites. (c'est au soir des défaites que l'on construit les grandes victoires)

2ème niveau : dans la "vie privée" de l'individu, c'est dire que l'entraîneur doit connaître toutes les passions de son entraîné, il doit le faire parler, l'écouter ; la passion de l'entraîné intéresse beaucoup l'entraîneur mais dans ce domaine c'est l'entraîneur qui reste dominant. Plus l'entraîneur écoutera, avec passion, les explications de la passion de son entraîné, plus ce dernier sera capable d'écouter, d'accepter les dires (conseils), de son entraîneur.

De plus le manager doit toujours pouvoir être à l'écoute des problèmes personnels qui se posent à son entraîné.

Dans ce 2ème niveau, l'entraîneur gagne une très grande crédibilité aux yeux de l'entraîné, il prend de l'importance.

## 2. Devenir une personne importante aux yeux de l'entraîné

C'est un des premiers travaux que le manager doit s'efforcer d'effectuer. Une personne importante aux yeux d'un individu est une personne, à l'estime de laquelle, l'individu tient plus qu'à sa propre vie. En d'autres termes, l'individu agira dans le champ où cette personne lui donnera de l'estime. Il faut donc que le champ de distribution d'estime, coïncide avec le sport, le sport doit être un lieu de forte récompensation.

### a. Pourquoi devenir une personne importante aux yeux de l'entraîné ?

Un "champion" ne se fait pas seul, c'est l'entraîneur qui le construit.

Si l'ambition du manager est de porter au plus haut niveau celui qu'il entraîne, il est obligé de devenir pour celui-ci, une personne importante. Les relations existant entre manager et managé sont les facteurs déterminants de la carrière d'un sportif. Si le manager ne devient pas une personne importante, son entraîné ne réalisera jamais des performances de haut niveau.

### b. Comment devenir une personne importante aux yeux de l'entraîné ?

Pour devenir une personne importante, le manager doit avoir une forte image de marque. Il doit apparaître comme quelqu'un capable de résoudre tous les problèmes pouvant se poser à l'individu, et ceci tant dans le sport lui-même (dans sa pratique), que dans la "vie privée". Autrement dit un manager doit pouvoir répondre à toutes les questions qui lui sont posées, parce que quelqu'un qui peut apporter une solution, très rapidement, à toutes situations est quelqu'un de sécurisant, "quelqu'un avec qui on n'a pas peur".

Comme nous l'avons vu précédemment, un des éléments les plus importants est de savoir comment distribuer l'estime. Cette distribution s'effectue aussi bien pendant l'entraînement qu'en dehors des entraînements.

Un manager doit faire "baigner" son managé dans un milieu sécurisant et il doit, surtout, à tout instant, être crédible.

### c. La forte crédibilité du manager = 75 % de la performance.

Qu'est qu'un manager crédible ?

Un manager crédible est un manager que l'on peut réveiller au milieu de la nuit pour lui poser une question "de vie ou de mort" à laquelle il peut répondre en deux secondes. C'est dire qu'un manager ne doit jamais paniquer, avoir peur d'un problème aussi monstrueux soit-il, et en plus il doit pouvoir donner une solution immédiatement ; ceci dit la solution, premièrement donnée n'est pas forcément la bonne, mais la mise en place de cette solution permet au manager d'en donner une seconde qui elle sera "la" bonne. En somme, la véracité de la prime solution importe peu, ce qui importe c'est la vitesse de réaction (bien entendu, il faut trouver au plus vite la solution adéquate); ceci concerne aussi bien les problèmes techniques, que les problèmes d'organisation ou autres.

En somme quelqu'un de crédible est quelqu'un de serein (donc que ne craint rien, ni personne), c'est "la force tranquille".

### 3 . Une distribution égalitaire d'énergie

Un manager qui entraîne un seul individu est dans les conditions optimales pour faire de lui un sportif de très haut niveau. Plus le nombre d'individus est important, plus il est difficile de mener tous les individus à un très haut niveau, car le manager dispose d'un capital énergétique qui se répartit en chacun des individus. En supposant qu'un entraîneur puisse donner à chacun, la même quantité d'énergie, son capital restant le même, les quantités distribuées seront d'autant plus faibles que le nombre d'individus sera grand.

Plus la performance est haute, plus la quantité d'énergie doit être importante, or, si un entraîneur multiplie ses entraînés il doit diviser son énergie, et en conséquence se condamner à des performances plus modestes.

Comment un manager peut-il faire atteindre à un nombre important de sportifs, de très hautes performances ?

Autrement dit :

Comment un manager peut-il, en grande quantité, donner de l'énergie, et de façon égale ?

Jusqu'à présent le facteur temps n'a pas été évoqué, il est pourtant d'importance !

Plus le nombre d'entraînés est grand plus la période de distribution égale doit être grande.

Comme nous l'avons vu précédemment, le manager peut apporter son estime en différents lieux (l.l.c), il devra donc jouer sur les deux tableaux, plus un :

- . Paiement systématique de l'effort
- . Ecoute des passions de l'entraîné
- . Ecoute de l'entraînement de l'entraîné lorsque celui-ci n'a pas été managé ; en effet si pendant l'entraînement le manager n'a pas été suffisamment disponible pour s'occuper directement d'un individu il doit lui demander de lui raconter "son voyage" avec des détails, ainsi l'individu n'a pas le sentiment d'avoir fait tout ça pour rien.

Si un sportif a le sentiment de fournir des efforts pour rien, il fera de moins en moins d'efforts, se désintéressera progressivement de l'activité, ne progressera plus et ira même jusqu'à regresser (pas d'estime-pas d'énergie-pas de motivation- contre performance croissante). De plus ce mécanisme peut-être contagieux et par ce fait entraîner tout un "groupe" sur la pente douce de la non progression.

C'est dire que le manager doit se transformer en savant alchimiste pour doser "ses dons d'énergie" sur les différents tableaux, afin que chaque individu dispose de la même quantité d'énergie pour parvenir au meilleur niveau.

Bien entendu, l'entraînement reste le lieu privilégié de cette donation d'énergie.

Remi JUET

Entraîneur au Centre Paul Bert RENNES

### 3 . Une distribution égalitaire d'énergie

Un manager qui entraîne un seul individu est dans les conditions optimales pour faire de lui un sportif de très haut niveau. Plus le nombre d'individus est important, plus il est difficile de mener tous les individus à un très haut niveau, car le manager dispose d'un capital énergétique qui se répartit en chacun des individus. En supposant qu'un entraîneur puisse donner à chacun, la même quantité d'énergie, son capital restant le même, les quantités distribuées seront d'autant plus faibles que le nombre d'individus sera grand.

Plus la performance est haute, plus la quantité d'énergie doit être importante, or, si un entraîneur multiplie ses entraînés il doit diviser son énergie, et en conséquence se condamner à des performances plus modestes.

Comment un manager peut-il faire atteindre à un nombre important de sportifs, de très hautes performances ?

Autrement dit :

Comment un manager peut-il, en grande quantité, donner de l'énergie, et de façon égale ?

Jusqu'à présent le facteur temps n'a pas été évoqué, il est pourtant d'importance !

Plus le nombre d'entraînés est grand plus la période de distribution égale doit être grande.

Comme nous l'avons vu précédemment, le manager peut apporter son estime en différents lieux (l.l.c), il devra donc jouer sur les deux tableaux, plus un :

- . Paiement systématique de l'effort
- . Ecoute des passions de l'entraîné
- . Ecoute de l'entraînement de l'entraîné lorsque celui-ci n'a pas été managé ; en effet si pendant l'entraînement le manager n'a pas été suffisamment disponible pour s'occuper directement d'un individu il doit lui demander de lui raconter "son voyage" avec des détails, ainsi l'individu n'a pas le sentiment d'avoir fait tout ça pour rien.

Si un sportif a le sentiment de fournir des efforts pour rien, il fera de moins en moins d'efforts, se désintéressera progressivement de l'activité, ne progressera plus et ira même jusqu'à regresser (pas d'estime-pas d'énergie-pas de motivation- contre performance croissante). De plus ce mécanisme peut-être contagieux et par ce fait entraîner tout un "groupe" sur la pente douce de la non progression.

C'est dire que le manager doit se transformer en savant alchimiste pour doser "ses dons d'énergie" sur les différents tableaux, afin que chaque individu dispose de la même quantité d'énergie pour parvenir au meilleur niveau.

Bien entendu, l'entraînement reste le lieu privilégié de cette donation d'énergie.

Remi JUET

Entraîneur au Centre Paul Bert RENNES

## A PROPOS DE JUGEMENT

Extraits de l'exposé fait à l'occasion du cours de juges international de Moulins - P. BLOIS. Déc. 1982

Dans les sports chronométrés ou mesurés (athlétisme, natation, ski...) l'électronique a permis une plus grande précision. Les compétiteurs sont maintenant départagés au 1/100 ème de seconde.

Dans les sports appréciés, le jugement humain reste toujours le seul moyen de classer les compétiteurs. Ce jugement est directement lié aux réactions subjectives du juge ou ce qui est plus grave, influencé par sa partialité ou son incompetence.

C'est à partir de ce constat que les membres de la Commission technique Internationale se sont efforcés de limiter les facteurs subjectifs du jugement au trampoline.

Dans le jugement au trampoline, trois éléments principaux sont à apprécier :

- . le degré de difficulté
- . la qualité de l'exécution
- . Le manque de synchronisation en compétitions simultanées.

### 1. LA DIFFICULTE

Ce paramètre est apprécié différemment selon les sports.

En gymnastique les difficultés sont classées en catégories A.B ou C.

En Acrosport (tumbling et main à main) le système est identique et pour mieux affirmer le classement, des catégories intermédiaires sont proposées BC, CC ...

En plongeon et en ski artistique, ce sont des coefficients qui sont appliqués aux différentes figures.

Tous ces systèmes restent subjectifs et sont sous l'influence des nations ou groupes de nations dominants : pays de l'Est pour la gymnastique, anglo-saxons pour le ski.

Il est certain que les choix techniques faits par les nations dominantes seront favorisés dans l'attribution des catégories ou des coefficients.

En trampoline, la commission technique a retenu le système proposé par Robert BOLLINGER, à partir duquel tous les sauts existants ou futurs sont immédiatement évalués grâce à un système arithmétique très simple. Ce n'est peut-être pas la solution idéale, certains sauts sont mieux notés que d'autres mais les compétiteurs choisissent en connaissance de cause.

Des altérations à ce système sont apparues sous l'impulsion de certaines nations (USA et AUST;) cherchant à valoriser les 1 3/4 et 2 3/4 de salto arrière. Cette bonification adoptée contre l'avis de la France a été abandonnée par la suite pour de simples raisons de sécurité.

Il n'y a aucune appréciation subjective dans la notation du degré de difficulté. Des discussions ne peuvent qu'apparaître à propos de la notion de répétition d'un élément. L'utilisation du vidéo recorder et la définition précise des phases et des positions de corps ne laissent que très peu de place à une interprétation par les juges (cf § 16.17,3.17,4 des interprétations des règles).

Le système donne entière satisfaction et les seules modifications à lui apporter serait peut-être l'attribution des bonifications accordées pour les positions carpées et tendues dans les rotations multiples (ex : double salto arrière groupé : 8, double salto arrière carpé 10, triple salto arrière carpé 15...)

## 2. L'EXECUTION

Le règlement de compétition définit trois critères d'appréciation :

- 2.1 Stabilité
- 2.2 Amplitude
- 2.3 Forme:- tenue du corps

Là encore, la CT de la FIT s'est efforcée d'objectiver au maximum l'appréciation de ces trois critères. C'est dans cette intention que les interprétations des règles ont été rédigées (manuel FIT)

### 2.1 Stabilité

Pour des raisons de sécurité et d'efficacité le trampoliniste a intérêt à sauter dans la zone centrale. Le règlement pénalise les déplacements antéro-postérieurs et latéraux.

Comment les apprécier de la manière la plus objective ?

La CT a rendu obligatoire le tracé de lignes délimitant la zone de saut et définit les pénalisations en fonction des déplacements par rapport à celle-ci. Cette appréciation est maintenant très facile et elle ne pose plus de problème.

Peut-être dans l'avenir, peut on envisager l'utilisation de cellules reliées à un computer enregistrant automatiquement les déductions.

### 2.2 Amplitude

Le règlement précise que le sauteur doit conserver une amplitude constante au cours de son exercice et qu'une tolérance n'est accordée que pour les sauts à partir du ventre et du dos.

Afin d'objectiver au maximum l'appréciation de ce paramètre la CT dans le "Manuel FIT" propose des critères précis.

Mais la réalité est toute autre. S'il n'y a aucune difficulté pour détecter une baisse d'amplitude sur 1 saut, il est beaucoup plus difficile d'apprécier une baisse progressive. Or, tous les compétiteurs, même les meilleurs, perdent de l'amplitude au cours de leur exercice.

Les mesures que nous avons faites à l'aide de cellules infra-rouges reliées à un computer nous ont permis de faire les observations suivantes sur quatre compétiteurs de niveau international, lors d'un stage au CREPS de DINARD en 1980 (exercices libres)

	MATTHEWS	FURRER	PIOLINE	PEAN
1	406	337	406	301
2	375	333	346	265
3	358	329	337	265
4	362	325	337	269
5	358	317	329	265
6	354	305	321	281
7	341	295	313	265
8	337	290	297	260
9	317	305 (dos)	289	277 (dos)
10	297	275	285	228

La hauteur de chaque saut (élévation d'un point du corps) est calculée à partir du temps de suspension. Le chiffre n'est pas juste quand l'exercice se termine ou débute sur le dos. Par contre le temps total est correct.

Si l'on compare les temps réalisés par plusieurs compétiteurs, on constate des variations très importantes qui actuellement ne sont pas appréciées.

Voici des temps pris au cours de l'exécution d'un exercice imposé A (version 1980).

S. MATTHEWS	20"95/100
L. PIOLINE	20"23/100
L. MAINFRAY	18"88/100
N. CONTE	18"79/100
C. STUDENY	18"63/100
D. PEAN	18"47/100
G. SOGNY	18"43/100
C. BOUETEL	16"74/100
S. GAY	16"66/100
MF. RICARD	16"57/100

L'appréciation de l'amplitude reste donc encore très subjective. La mesure de la durée totale de l'exercice à l'aide de moyens électroniques permettrait de supprimer le facteur humain pour ce critère. Il est également possible de transcrire le graphique de chaque saut à l'aide d'une imprimante.

L'appréciation des variations d'amplitude est difficile, il faut éduquer les juges à l'appréciation des impulsions dans la toile qui permet de mieux détecter les poussées incomplètes ce que les entraîneurs qualifient très justement d'"enlevées de pieds".

### 2.3 La Forme

Appréciation de la tenue du corps.

Les pénalisations sont appliquées pour des fautes de positions corporelles. Ce critère est totalement subjectif et il le restera encore longtemps, à moins que l'on réussisse à créer une modélisation de la technique au trampoline et que les critères de jugement puissent être introduits dans un programme d'ordinateur.

Actuellement nous en sommes à des indications sur des fautes types qui vont du simple relâchement à la grande flexion, en passant par la petite flexion ou écart.

Des pénalisations sont proposées par la CT, elles n'ont rien de systématiques, elles ont pour but de donner une indication aux juges.

Le jugement de la forme fait intervenir la conception esthétique personnelle de chaque juge et la technique préconisée dans son pays qui peuvent être en opposition totale avec celles du compétiteur.

Il est donc indispensable de faire un distinguo entre faute technique et :

- . style personnel (dicté par la morphologie ou des notions esthétiques)
- . conceptions techniques nationales.

Dans cet esprit, nous ne pénaliserons pas Ruth KELLER en 3/4 de salto arrière qui est réalisé dans une position cambrée mais esthétique.

Par contre, nous ne pouvons accepter le Rudolph effectué la tête en extension et le corps cambré qui sont des fautes techniques en contradiction avec les lois bio-mécaniques.

### 2.3. Manque de synchronisation

L'évaluation du manque de synchronisation s'est également objectivé, par la précision des différences à l'arrivée de la toile (15.30.50cm...) mais l'appréciation reste difficile.

Actuellement les soviétiques, les allemands et les français ont mis au point des systèmes mécaniques ou électroniques pour mesurer la différence

entre les impacts sur la toile. Le règlement autorise leur utilisation.

D'ici peu, cette partie du jugement sera totalement effectuée par la machine, les juges n'étant là que pour pallier un incident.

### 3. COMPORTEMENT DU JUGE

#### 3.1. Partialité

Le chauvinisme perturbe et déshonore notre sport. Les compétiteurs méprisent les juges malhonnêtes en compétitions nationales et internationales.

#### 3.2 Jugement relatif

Il faut se refuser à une comparaison de notes entre deux compétiteurs. La notion de jugement relatif est à proscrire étant donné que la note est donnée en fonction de plusieurs critères.

Comment comparer les notes de deux compétiteurs, l'un effectuant impeccablement ses 10 touches hors de la zone (10 x 1/10) et l'autre au centre mais avec un petit relâchement des jambes à chaque saut (10x1/10) ? Ils auront 9 l'un et l'autre à partir de critères différents.

### 4. SOLUTIONS PROPOSEES

#### 4.1 Stages préparatoires avant les compétitions

Ces stages permettraient d'unifier le jugement, et de connaître les meilleurs juges. Il ne serait pas admissible qu'un juge reconnu apte au cours du stage ne le soit plus en compétition.

#### 4.2 Elaboration d'un fichier de juges

Chaque compétition devrait donner lieu à des statistiques précises permettant de déterminer la compétence des juges. Seuls les meilleurs juges seraient retenus pour les compétitions FIT.

#### 4.3 Renforcement du rôle de juge arbitre

Le règlement actuel ne donne pas une autorité suffisante au juge arbitre. Il ne dispose que de la sanction maximale : l'éviction du juge.

A ma connaissance, une telle décision n'a jamais été prise par aucun juge arbitre en compétition internationale. Et pourtant, en 1972, à Stuttgart, les juges en finale donnaient les notes suivantes à Paul LUXON GB. 9.10 D. 9.30 USA. 8.50 SA. 8.10

Deux ans plus tard à Johannesburg, la C technique préparant le cours de juges, lui donnait 9.50. Aucune sanction n'a été prise dans ce cas précis.

Il est nécessaire de réhabiliter le rôle du juge arbitre en lui donnant la possibilité de refuser une note et de la remplacer tout simplement par la médiane ou la moyenne des autres notes comme on le fait en cas de note manquante. Cette décision permettrait de limiter certains excès.

#### 4.4. Isolement des juges

Les pénalisations ne doivent plus être dictées aux secrétaires mais écrites par le juge sur sa feuille, la secrétaire devant les retranscrire.

Cette solution permet de ne pas perturber le juge qui n'entend pas les pénalisations données par ses collègues.

L'utilisation des valises de notation permet aux juges d'apprécier

selon leurs critères de jugement sans référence avec les voisins. Seule la connaissance de la note finale peut lui permettre de se situer. La bataille de juges au coup par coup est également limitée. Le risque de donner une note beaucoup trop haute ou beaucoup trop basse est réduit. Si le juge arbitre pouvait refuser une note et appliquer la moyenne la situation serait améliorée

#### 4.4. Notation sur l'ensemble de l'échelle des pénalisations

Le juge dispose de pénalisations de 1 à 5/10 pour chaque saut, il doit utiliser cet éventail pour départager les compétiteurs.

Actuellement, la situation est la suivante :

Les sauts appréciés à "0" sont excessivement rares. On constate une très grande sévérité pour des fautes minimales réalisées par les meilleurs compétiteurs. Par contre le laxisme ou la générosité se manifestent en faveur des mauvaises exécutions. On donne très rarement 5/10 et pourtant...

Cette démarche a pour conséquence de regrouper les compétiteurs dans un créneau, allant de 7.50 à 8.50 pour les exercices libres...

Il est vraiment dommage d'avoir proposé des pénalisations adaptées aux fautes de tenue et de ne pas les appliquer.

Le comportement du juge est différent selon qu'il s'agit d'un bon compétiteur ou d'un mauvais.

Face à une bonne exécution il cherche les 1/10ème à enlever.

Face à une mauvaise exécution il cherche les 1/10ème à lui donner.

Très fréquemment, il faudrait donner 8 à 9/10ème pour un saut mal réalisé, le règlement ne le permet pas.

Il ne faut donc pas hésiter à donner 5/10.

Pierre BLOIS

#### SECTION SPORT ETUDES - ANNEE SCOLAIRE 1982 - 1983 -

		CATEGORIES	CLASSE	CLUB	HEBERGE	
1 .	PIERRE	Yohan	3.	6.3	BCS	
2 .	KAZMIERCZAK	Stéphane	3	6.3	BCS	
3 .	QUENET	Marie Hélène	1.	5.7.	BCS	
4 .	MEIRE	Sandrine	5.	4.1	BCS	
5 .	BOISSEY	Virginie	3.	3.3	Rouen	X
6 .	SOGNY	Pascal	B	3.6	Sevran	X
7 .	LEROY	Nathalie	A	2.9	Rennes	X
8 .	TREIL	Nathalie	A	2.9	BCS	
9 .	QUINTIN	Isabelle	B	1.S4	Paris	X
10 .	MONNIER	José	B	1.S4	Juvisy	X
11 .	BARTHOD	Hubert	A	T.B3	Nancy	X
12 .	BLANC DE LANAULTE	Christianne	B	T.B3	Paris2.	X
13 .	LEBRUN	Christine	A	TG.2A	Sevran	X
14 .	FOULARD	Olivier	A	TG.2A	Fontenay	X

#### Résultats Scolaires 1981.1982

12 élèves passent en classe supérieure sur 15

3 redoublants

2 reçus au baccalauréat sur 2 présentés (100 % réussite)

#### Résultats Sportifs

7 podium sur 13 compétiteurs aux Championnats de France individuels

4 podium sur 4 équipes Chpt de France synchronisés

3 élèves sur 4 Champions du Monde

1 médaille de Bronze en synchronisé filles aux Chpts du Monde

## TUMBLING INFORMATIONS

---

### CENTRE SPORTS ACROBATIQUES DE PARIS

Le Centre des Sports Acrobatiques de Paris vient de voir le jour sous l'impulsion de Monsieur Albert MORIS, le dynamique Président d'"ART ET SPORT PL XX°". Nous avons reçu une information de son animateur Eric BECK qui nous communique un compte rendu sur le stage de Pâques et le programme du Centre.

Le CSA Paris a accueilli pendant 5 jours (du 5 au 8.04 inclus) une trentaine de gymnastes et trampolinistes dans le cadre d'un stage d'initiation au tumbling.

Pour une première expérience PAQUES 83 à l'AS PLXX, tant sur le plan des activités, de l'ambiance, du matériel, des échanges, nous apporte divers enseignements :

. Une entente et une motivation importante des gymnastes et trampolinistes à la pratique d'une technique acrobatique nouvelle, le tumbling (42 demandes d'inscription).

Un entraînement permettant l'acquisition de figures acrobatiques à partir d'éducatifs empruntés et réalisés au trampoline, au mini-trampoline et à la gymnastique au sol (utilisation d'un matériel très diversifié).

. Aucun accident n'a été déploré, un échauffement systématique (footing assouplissement, musculation, maintien étirement...) matin et soir et l'observation constante des règles de sécurité l'ont permis.

. Quatre jours de stage (matin et après-midi) semblent être une bonne moyenne (8 H d'échauffement, 10 H d'éducatifs, 12 H de pratique : tumbling et trampoline).

. Le niveau acrobatique des stagiaires allant du débutant au gymnaste confirmé (tempo vrille, double salto arrière). Deux niveaux ont été définis pendant le stage.

. Des échanges fructueux avec M. P.BLOIS (Directeur Technique National), M. M.MALLET (Entraîneur de l'Equipe de France de Tumbling, M. A.MORRIS (Président AS PLXX, section gymnastique trampoline), M. P.MAKSOUD (Entraîneur trampoline au CSA et à l'ASPLXX), et les stagiaires ont permis de développer une bonne entente et de bonnes bases pour l'avenir.

Ce premier stage lance le Centre des Sports Acrobatiques de Paris.

Nous pouvons conclure avec plaisir que ce stage fut un essai positif à tout point de vue. Les sportifs, la FFST, l'AS PL XX, le CSA Paris et le Tumbling ont tout à y gagner.

Nous nous efforcerons, dans l'avenir, l'aller plus loin et de faire mieux.

### PROGRAMME DU CENTRE DES SPORTS ACROBATIQUES DE PARIS

Séances d'entraînement le Samedi de 14 H à 18 H

16/-23-30 Avril

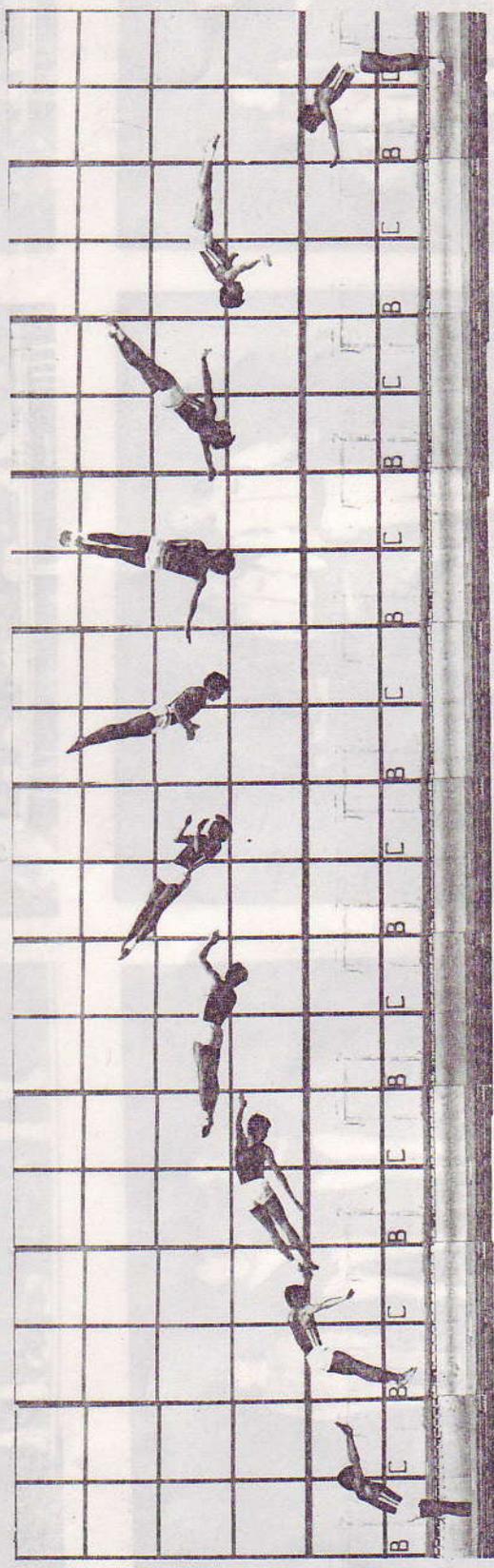
12 Mai journée "Portes Ouvertes"

21/22/23 Stage de Pentecôte

28 Mai 1-4-25 Juin séances d'entraînement

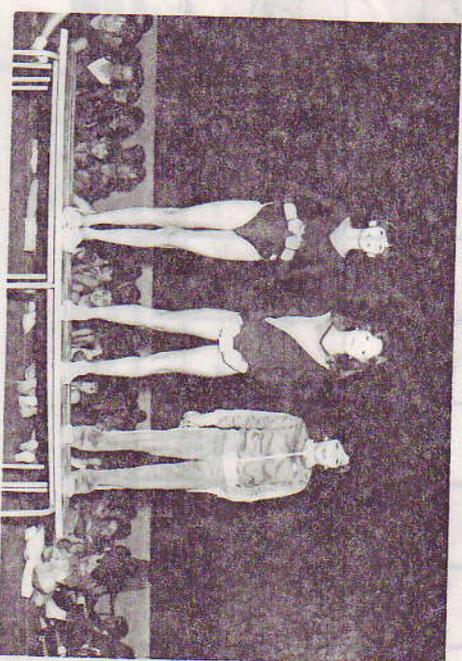
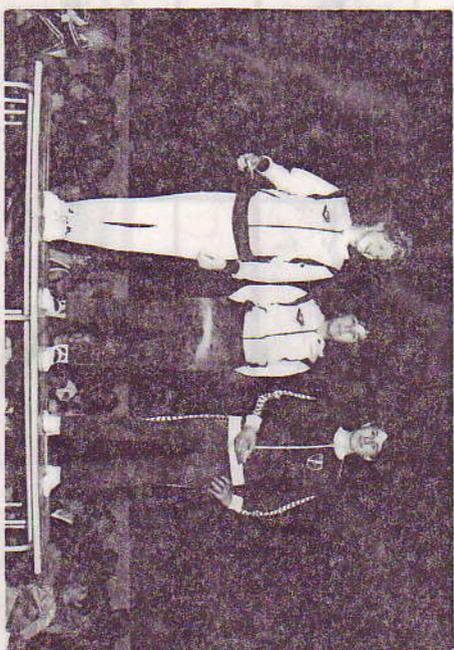
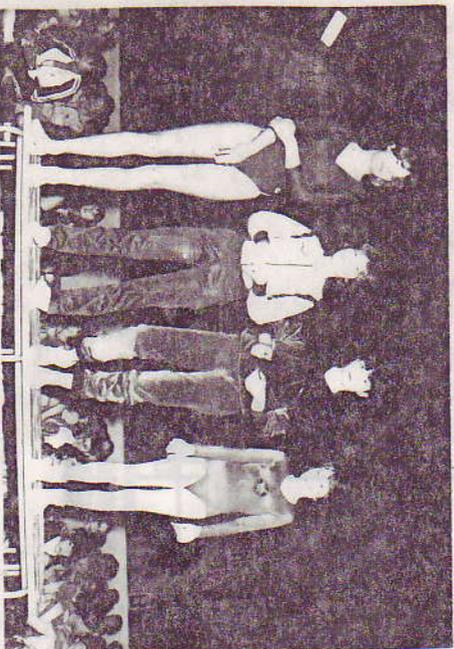
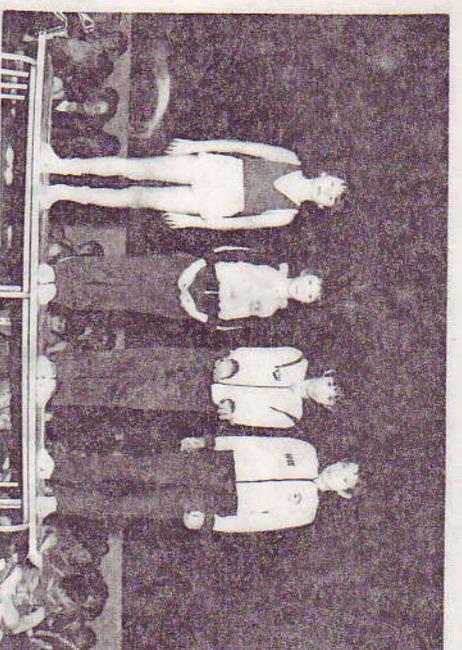
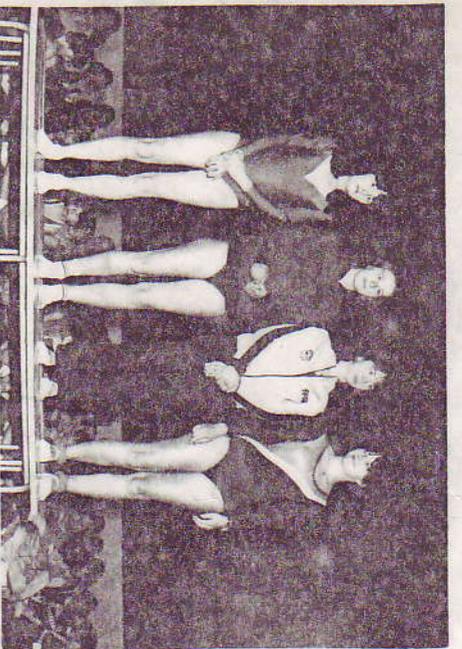
Stage d'été "La Beunaz" 12 Juin au 10 Septembre

LE RUDOLPH



RICHARD TISON  
CHAMPION DU MONDE 74.76

CHRONOPHOTOGRAPHIE  
Pierre BLOIS



COUPE

DU

VAL DE MARNE

1983

MAISON MARTIN MARGIELA  
15 rue de la Harpe  
75004 PARIS  
TEL: 01 47 70 00 00