

TABLEAU DE DIFFICULTES DES HYBRIDES AVEC LES VALEURS

MARQUE de BASE (BM Base Mark)	NIVEAU 1		NIVEAU 2		NIVEAU 3		NIVEAU 4	
	NM : Nombre de Mouvements	6 mouvements ou moins	0,05	7 - 19 mouvements	0,1	20 - 29 mouvements	0,2	30+ mouvements
TU : Temps d'apnée	Court (6" ou moins)	0,05	Moyen (7 - 15")	0,1	Long (16" ou plus)	0,2	-	

BONUS	TRAVELLING (TR) Déplacement 1,0 m et plus	ANGLES (A) Simple (A-S) ou Complexe (A-C)	PLACEMENT (PL) Figure positionnée dans les 20 dernières secondes du ballet	SYNCHRONISATION (SY) Partielle (SY-P) ou Full (entière)(SY-F)	CHANGEMENT de FORMATION (PC) <i>Pattern Change</i> Simple (PC-S) ou Complexe (PC-C)
Répétition/ Hybride	UNE par HYBRIDE (Figure)	UNE par HYBRIDE (Figure)	Pour chaque figure dans les dernières 20 secondes	En équipe seulement SY-P 2X/ SY-F 1x **Seulement pour 7 mvts (L2-4)	TOUS les CHGTS de FORMATION COMPTENT
Valeurs	0,15	Simple: 0,05 Complexe: 0,15	0,20	Partiel: 0,1 Full: 0,5	Simple: 0,1 Complexe: 0,3

FAMILLE	THRUSTS (T) Les Poussées "barracudas"	ROTATIONS (R) Les Rotations	FLEXIBILITY (F) La souplesse	AIRBONE WEIGHT (AW) Poids aérien	CONNECTIONS (C) Les connexions
Répétition/ Hybride	L 1-4 2x / L5-9 illimité	L 1-4 2x / L5-9 illimité	2x	2x	2x
NIVEAU 1	Poussée avec un "cassé"	<u>1 ou 2 jambes :</u> "Swirl" (180° - 360°) Rotations de 180° à 360° tout en faisant d'autres actions non soutenues ou "de haut en bas"	Grand écart rapide à partir de n'importe quelle position (carpé, tonneau, groupé, groupé vertical, verticale jambe pliée, queue de poisson, verticale etc...)	Descente verticale jambe pliée Position verticale (VP) ou descente verticale de queue de poisson à PV De la position carpé à la verticale jambe pliée ou queue de poisson	Position carpée à la surface de l'eau
	0,15	0,15	0,05	0,05	0,05
NIVEAU 2	Poussée avec 1 jambe	<u>1 ou 2 jambes :</u> "Swirl" (720° - 1080°) Vrille descendante 180° 1/2 Tour ou Spire 180° <i>avec 1 jambe seulement</i>	Grand écart clairement visible (tenu au moins 1 à 2 secondes) Sortie de Promenade avant De la position dorsale à la position cambrée ou position cambrée jambe pliée	Descente verticale en position verticale ou descente verticale avec travail d'isolation de jambes De la position carpé à la position verticale	Connexion d'une jambe face à face
	0,30	0,35	0,10	0,15	0,20
NIVEAU 3	Poussée verticale 1 jambe suivie d'une vrille 360° Poussée suivie d'une descente verticale	<u>1 ou 2 jambes :</u> "Swirl" (1440°) Vrille ascendante 360°-720° Vrille descendante 360°-720° 1/2 Tour ou Spire <i>avec 2 jambes</i> Tour 360° avec <i>1 jambe seulement</i>	Rotation de l'ariane (3 écarts) ou variation d'écarts en surface avec une démonstration d'au moins 2 écarts différents (Droit, Gauche, Facial) Passage d'écart à écart en passant par la verticale (changement de jambes)	Ascension verticale avec 1 ou 2 jambes Montée verticale avec travail d'isolation de jambes	Connexion d'une jambe de dos
	0,35	0,45	0,15	0,30	0,35
NIVEAU 4	Poussée verticale 1 jambe suivie d'une vrille 720° ou d'une spire 180° Poussée barracuda avec de la souplesse	<u>1 ou 2 jambes :</u> Vrille ascendante 720°-1080° Vrille descendante 1080°-1440° Tour 360° en 2 jambes	De la position ventrale à la position cambrée jambe pliée (départ poisson-scie jambe pliée) ou à l'écart (départ poisson scie jambe tendue) De la position cambrée de surface au château ou à l'écart De la position cambrée jambe pliée à la verticale jambe pliée	Hauteur verticale tenue avec 1 jambe ou une combinaison d'une à 2 jambes d'une durée égale ou supérieure à 3 secondes	Contact de 2 jambes
	0,40	0,55	0,20	0,45	0,45

	THRUSTS (T)	ROTATIONS (R)	FLEXIBILITY (F)	AIRBONE WEIGHT (AW)	CONNECTIONS (C)
NIVEAU 5	Poussée suivie d'une vrille 360° ou d'une spire 180°	1 ou 2 jambes : 2 tours 720° 1 jambe Vrille ascendante d'1 jambe de 1440° Vrille descendante 2 jambes de plus de 1440° Tour de 360° pour ouvrir en grand écart Spire 360° 2 jambes Vrille combinée 1 jambe 360°-720° Vrille combinée inversée 1 jbe 360°-720°	Château : Combinaison de positions château (au moins 2) De la position château à la queue de poisson (Passage par la Verticale) De la position château à la position Verticale Position château tenue (au moins 1 à 2 secondes) De la position cambrée de surface jambe pliée à la verticale	Travail d'isolation de jambes maintenu au minimum 3 secondes en queue de poisson. Position de corps carpé (jambes au dessus de la surface de l'eau entre 30 et 60° de la verticale). Tout mouvement de bas de jambes effectué est crédité en nombre de mouvements.	Contact d'une jambe en position verticale avec rotation (rotation d'au moins 180° au maximum de hauteur).
	0,45	0,60	0,25		0,50
NIVEAU 6	Poussée avec de la souplesse suivie par une vrille de 360°	1 ou 2 jambes : Vrille combinée 2 jambes 360° Vrille combinée inversée 2 jambes 360° 2 directions vrille combinée ou vrille combinée inversée 360°-720° 1 jambe Vrille ascendante 1440° 2 jambes Tour 720° 2 jambes Grand écart pour fermer en verticale 360°	De la position cambrée de surface à la position verticale.	Hauteur tenue en position verticale d'une durée égale ou supérieure à 3 secondes.	Contact des 2 jambes en position verticale avec rotation (rotation d'au moins 180° au maximum de hauteur).
	0,50	0,65	0,30	0,60	0,55
NIVEAU 7	Poussée avec une vrille de 720° et plus	2 jambes uniquement : Vrille combinée de 720° Vrille combinée inversée 720° 2 directions vrille combinée ou vrille combinée inversée de 360° Tour 1080° Tour de 360° en "déséquilibre" 2 directions tour de 360°		Hauteur tenue en "déséquilibre" au moins 3 secondes. Tout mouvement de bas de jambes effectué est crédité en nombre de mouvements.	
	0,55	0,70		0,65	
NIVEAU 8	Poussée avec de la souplesse suivie par une vrille de 720° et plus	2 jambes uniquement : Vrille combinée de 1080° Vrille combinée inversée 1080° 2 directions vrille combinée ou vrille combinée inversée de 720° Tour 1440° Tour de 720° en "déséquilibre" 2 directions tour de 720°			
	0,60	0,75			
NIVEAU 9	Poussée bloquée en position verticale soutenue	2 jambes uniquement : Vrille combinée de 1440° Vrille combinée inversée 1440° 2 directions vrille combinée ou vrille combinée inversée de 1080° Tour de 1080° en "déséquilibre"			
	0,65	0,80			
		ATTENTION ex : vrille combiné 360° = vrille desc 360°+ vrille asc 360° ex : 2 direction tour 760° = tour 360° un sens + tour 360° autre sens			ATTENTION ex : C1+ (0,10 en plus) cf addendum 25 oct 2022