

# La gymnastique artistique

La gymnastique artistique se pratique sur des **agrès**. Il y en a 8 au total.  
Les filles en utilisent 4, contre 6 pour les garçons.

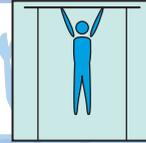


## Les anneaux



L'une des figures est la croix : les bras sont tendus sur les côtés et soutiennent le corps à la verticale.

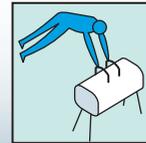
## La barre fixe



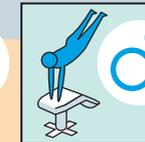
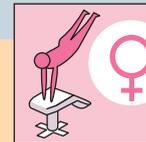
## Les barres parallèles



## Le cheval d'arçons



## Le saut de cheval



## La poutre

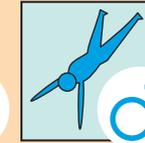
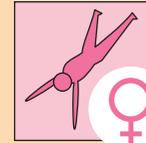


Elle est utilisée pour réaliser des acrobaties telles que des vrilles et des sauts. C'est l'agrès qui comporte le plus de risques de chute.

## Les barres asymétriques



## Le sol



Parmi les figures :

- le flip-flop (saut avant sur les mains);
- le salto (saut périlleux avec un tour complet du corps sur lui-même).

## À RETENIR

- 1 La gymnastique artistique se pratique sur 8 **agrès**. Les filles en utilisent 4, contre 6 pour les garçons.
- 2 Sur chaque agrès, les gymnastes effectuent des figures particulières : la croix, aux anneaux, le flip-flop

ou le salto, au sol...

- 3 La poutre est réservée aux filles. C'est l'agrès comportant le plus de risques de chute. Elle est utilisée pour réaliser des acrobaties telles que des vrilles et des sauts.

**Agrès (ici) :** appareil de gymnastique (le sol est considéré comme un agrès).

**Barres asymétriques :** barres parallèles dont l'une est plus basse que l'autre.