

UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA ŠPORT

# **DIPLOMSKO DELO**

KARMEN ŠIBANC

Ljubljana, 2014



UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA ŠPORT  
Športno treniranje  
Športna gimnastika

## **SKUPINSKE AKROBATSKE SESTAVE – »TEAMGYM«**

DIPLOMSKO DELO

MENTOR

Prof. dr. Ivan Čuk

SOMENTORICA

doc. dr. Maja Bučar Pajek

RECENZENTKA

prof. dr. Marjeta Kovač

Avtorica dela

KARMEN ŠIBANC

Ljubljana, 2014

## **IZJAVA O AVTORSTVU**

### **diplomskega dela**

Podpisana Karmen Šibanc, študentka Fakultete za šport Univerze v Ljubljani, smer Športno treniranje izjavljam, da je diplomsko delo z naslovom **SKUPINSKE AKROBATSKE SESTAVE – »TEAMGYM«** moje lastno avtorsko delo pod mentorstvom prof. dr. Ivana Čuka in somentorstvom doc. dr. Maje Bučar Pajek.

Diplomsko delo je lektorirala Ines Božič Skok.

## **ZAHVALA**

*Staršem za vso podporo, potrpežljivost, zaupanje, motivacijo in razumevanje skozi mojo življenjsko, športno in študijsko pot.*

*Mentorjema prof. dr. Ivanu Čuku in doc. dr. Maji Bučar Pajek za posredovanje znanja, motivacijo, kritike, usmeritve, namige in nasvete.*

*Predsedniku tehničnega komiteja, gospodu Peru Sjöstrandu, za posredovanje znanja in informacij s področja SAS o zgodovini, razvoju in aktivnostih SAS na mednarodnem področju, za posredovanje potrebnih kontaktov in razlago pravil.*

*Učiteljem gimnastične šole v Ollerupu za nepozabno izkušnjo, širjenje obzorij, prvo srečanje s SAS, spoznavanje načina dela in treniranja SAS.*

*Vsem, ki so mi kakorkoli pomagali pri nastajanju diplomske naloge, Ines za potrpežljivost. Prijateljicam, sošolkam in sošolcem na skupni študijski poti. Sandiju, ker mi stoji ob strani.*

**Ključne besede:** SAS, gimnastika, akrobatika, prvine, tekmovanje, ocenjevanje

## **SKUPINSKE AKROBATSKE SESTAVE – »TEAMGYM«**

**Karmen Šibanc**

### **IZVLEČEK**

Skupinske akrobatske sestave (SAS, ang. TeamGym) so športna panoga, ki izvira iz Skandinavije. Čeprav začetki segajo precej v preteklost, je bilo prvo uradno evropsko prvenstvo organizirano leta 1996. Šport se je začel hitro širiti in je danes dobro poznan po svetu. V primerjavi s športno gimnastiko gre izključno za ekipni šport, tekmuje se na treh orodjih – na parterju, mali prožni ponjavi in akrobatski stezi. Na vsakem orodju prikaže skupina sestavo na glasbo. Skupinske sestave in serije skokov dajo skupini končno oceno na vsakem orodju. Tekmujejo moške, ženske in mešane ekipe, ki jih sestavlja 8 do 12 tekmovalcev oz. tekmovalk. Na mali prožni ponjavi in akrobatski stezi se izvedejo po tri serije skokov skupine, vsako serijo skupine pa izvede 6 tekmovalcev. Na parterju prikaže skupina skupinsko sestavo na glasbo, ki mora biti dobro koreografsko pripravljena in mora zadostiti določenim zahtevam.

Namen diplomskega dela je predstaviti SAS trenerjem, vaditeljem in tekmovalcem gimnastike ter drugih športov. Gre tudi za prvi prevod uradnega UEG tekmovalnega pravilnika in standardov ter navodil za opremo, ki se uporablja na evropskih tekmovanjih. Predstavljena je zgodovina športa in vrste tekmovanj. Diplomsko delo se zaključi z opisom razvoja SAS v Sloveniji, ki se je začel pred 20 leti z obetavnimi uspehi na mednarodnih tekmovanjih, vendar je pozneje dejavnost skoraj povsem zamrla.

Z diplomskim delom je narejen korak naprej v razvoju SAS pri nas, samo diplomsko delo pa pomeni tudi pomembno dopolnitev literature v slovenskem jeziku in s tem uporaben pripomoček za začetek ponovnega razvoja v slovenskih društvih.

**Key words:** TeamGym, gymnastics, acrobatics, elements, competition, evaluation

## **GROUP ACROBATIC ROUTINES – »TEAMGYM«**

**Karmen Šibanc**

### **ABSTRACT**

TeamGym is a sport discipline which originates from Scandinavia. It dates back to the past, but the first official European Championship was organized in 1996. The sport began to spread quite quickly and today it is well known all over the world. Compared to Artistic Gymnastics, TeamGym is based on the teams overall performance and is known only as a team sport. The competition consists of three apparatus – Floor, Trampet and Tumbling. On each apparatus the team performs a routine to music. It is about the performance of the whole team, which is marked on the gymnastic routine and series of acrobatic elements. This will give the team a total score. The competition is for Men, Women and Mixed Teams which consist of 8 to 12 members. On the Trampet and Tumbling the team performs three different rounds of acrobatic elements. Each round is performed by 6 members of the team. The Floor Program consists of a choreographed routine that is based on different gymnastic elements where the whole body is engaged and must fulfil different requirements.

The aim of the thesis is to represent TeamGym to Gymnastics Teachers, Coaches, Gymnasts, and also to people of other sports. With this thesis the Country got the first translation of the official UEG Code of Points for European Championships in TeamGym. The history of sport is represented and also the different types of competitions. The thesis is concluded with a presentation of the development of TeamGym in Slovenia. This started 20 years ago with good success at international competitions, but then the activity in TeamGym almost completely disappeared.

With this thesis a step forward in the development of TeamGym in Slovenia is made. It is a revision of literature in Slovenian language and represents a useful tool for the re-development in Slovenian Gymnastics.

# KAZALO

1	UVOD.....	11
2	PREDMET, PROBLEM IN NAMEN DELA.....	13
3	CILJI.....	14
4	SEZNAM KRATIC IN OKRAJŠAV S POJASNILI .....	15
5	METODE DELA .....	16
6	KRATEK PREGLED ZGODOVINE SAS .....	17
7	PREVOD PRAVILNIKA ZA OCENJEVANJE UEG 2013 .....	20
	UVOD.....	20
	ČLANI UEG TEHNIČNEGA KOMITEJA ZA SAS (TK SAS), KI SO PRISPEVALI K NASTANKU TEGA PRAVILNIKA .....	20
	PRVI DEL: PROGRAM TEKMOVANJA.....	21
1.	NAMEN IN CILJI PRAVILNIKA ZA OCENJEVANJE .....	21
2.	VODSTVO TEKMOVANJA .....	21
2.1	ČLANI .....	21
2.2	ODGOVORNOST.....	21
3.	TEKMOVALNA KOMISIJA .....	21
3.1.	KOMISIJA ZA PRITOŽBE.....	21
3.2.	VRHOVNA KOMISIJA.....	21
4.	SOJENJE .....	22
4.1.	SPLOŠNO.....	22
4.2.	SODNIŠKE KOMISIJE .....	22
4.3.	DOLŽNOSTI SODNIKOV .....	22
4.4.	DOLŽNOSTI GLAVNEGA SODNIKA.....	23
4.5.	SEDEŽNI RED SODNIKOV .....	24
5.	RAČUNANJE OCENE.....	24
6.	OCENJEVANJE .....	25
6.1.	SPLOŠNO.....	25
6.2.	RAČUNANJE KONČNE OCENE .....	25
7.	OPIS ORODIJ SAS .....	27
7.1.	SPLOŠNO.....	27



7.2.	OCENJEVALNI OBRAZCI ZA PARTER.....	27
7.3.	OCENEJVALNI OBRAZCI ZA AKROBATIKO IN MPP .....	27
8.	OBLAČILA .....	27
8.1.	SODNIKI .....	27
8.2.	TEKMOVALCI.....	27
8.3.	TRENERJI.....	28
9.	VAROVANJE .....	29
10.	PONOVITEV TEKMOVALNE SESTAVE.....	29
	PRIPOROČILO (ZLATO PRAVILO).....	29
	DRUGI DEL: SPLOŠNA PRAVILA.....	30
11.	OCENJEVANJE TEKMOVALNE SESTAVE .....	30
11.1.	SPLOŠNO.....	30
12.	PRIZNAVANJE NOVIH PRESKOKOV IN PRVIN.....	30
12.1.	PARTER .....	30
12.2.	AKROBATIKA IN MPP .....	30
13.	POSODOBITVE PRAVILNIKA .....	30
	TRETJI DEL: ORODJA .....	31
14.	PARTERNA SESTAVA .....	31
14.1.	ZAHTEVE NA ORODJU.....	31
14.2.	TEŽAVNOST (ODPRTA VREDNOST) .....	31
14.3.	IZVEDBA (10.0).....	34
14.4.	KOMPOZICIJA (4,0) .....	37
15.	AKROBATIKA.....	41
15.1.	ZAHTEVE NA ORODJU.....	41
15.2.	TEŽAVNOST (ODPRTA VREDNOST) .....	41
15.3.	IZVEDBA (10,0 TOČK).....	43
15.4.	KOMPOZICIJA (2,0 TOČKE).....	47
16.	MALA PROŽNA PONJAVA .....	50
16.1.	ZAHTEVE NA ORODJU.....	50
16.2.	TEŽAVNOST (ODPRTA VREDNOST) .....	50
16.3.	IZVEDBA (10,0 TOČK).....	52
16.4.	KOMPOZICIJA (2,0 TOČKE).....	55

DODATEK A1.....	58
PREGLEDNICA TEŽAVNOSTI ZA PARTER .....	58
DODATEK A2.....	74
PRIMERI TEŽAVNOSTI – AKROBATIKA .....	74
Prvine v smeri naprej.....	74
Prvine v smeri nazaj.....	75
DODATEK A3.....	77
PRIMERI TEŽAVNOSTI – MPP.....	77
DODATEK A4.....	80
PREPOZNAVA PRVIN.....	80
A4.1. PARTERNA SESTAVA.....	80
A4.2. AKROBATIKA IN MPP.....	84
DODATEK A5.....	87
PREGLEDNICA SPLOŠNIH NAPAK IN ODBITKOV .....	87
A5.1 PARTER.....	87
A5.2 AKROBATIKA IN MPP.....	92
8    NAVODILA ZA OPREMO UEG .....	97
8.1. SPLOŠNO.....	97
8.2. POVZETEK POTREBNE OPREME.....	97
8.3. OPREMA .....	97
8.4. PREVERJANJE OPREME.....	103
9    STANDARDI ZA OPREMO UEG .....	107
9.1. UVOD.....	107
9.2. POTREBNA OPREMA PO ORODJIH.....	107
9.3. STANDARDI OPREME UEG.....	108
9.4. ODOBRENA OPREMA.....	109
10    VRSTE TEKMOVANJ .....	110
11    SAS V SLOVENIJI.....	112
12    ZAKLJUČEK IN SKLEP .....	115
13    VIRI .....	116
14    PRILOGE.....	117

# 1 UVOD

Skupinske akrobatske sestave (v nadaljevanju SAS) so razmeroma nov ter v Evropi in svetu popularen šport, ki izvira iz Skandinavije. Med gimnastičnimi panogami privablja največje število tekmovalcev v Skandinaviji (Harringe, 2007). V izvirnem in angleškem jeziku je šport imenovan »TeamGym«, kar je krajšava za »team gymnastics«. S tem imenom je poznan po Evropi in širom sveta, tudi pri nas. Dobesedni prevod bi lahko povzročil kar nekaj težav v razumevanju, saj imamo ekipna tekmovanja tudi v športni in ritmični gimnastiki, zato smo se odločili za prevod SAS.

Skupinske akrobatske sestave izvajajo skupine na parterju, akrobatski stezi in mali prožni ponjavi (MPP). Pri sestavah na akrobatski stezi in MPP je pomemben vrstni red akrobatskih prvin, sestava na parterju pa vsebuje koreografsko povezane akrobatske skoke, obrate in ritmične skoke. Opis ustreza izrazom, ki jih določa Svetovna gimnastična zveza (FIG). Ta v svojih splošnih pravilih ocenjevanja navaja dva izraza:

- »team«, ki v angleščini pomeni ekipa. V tem primeru končna ocena ekipe predstavlja točkovni seštevek rezultatov individualnih nastopov članov ekipe;
- »group«, ki v angleščini pomeni skupina. V tem primeru je končna ocena, ki jo prejme skupina oziroma ekipa, ocena za istočasen nastop članov skupine. Za nastop na posameznem orodju dobijo eno oceno (FIG, 2013). Ta opis ustreza nastopom skupinskih akrobatskih sestav.

Na podlagi navedenih razlag smo šport poimenovali SAS.

SAS se v mnogočem razlikuje od najbolj poznane in pri nas najpopularnejše športne gimnastike. Športna gimnastika je šport posameznikov, medtem ko je SAS ekipni oz. skupinski šport. Poleg moških in ženskih skupin SAS vključuje tudi mešane skupine, ki jih sestavlja polovica moških in polovica ženskih članic skupine. Na vsakem orodju tekmovalci nastopijo hkrati. Na tekmovanjih mlajših kategorij je skupina sestavljena iz 8-16 dečkov oz. deklic. Mladinske in članske skupine sestavlja 8-12 tekmovalcev oziroma tekmovalk. Tekmovanja SAS vključujejo sestavo akrobatskih skokov na akrobatski stezi, sestavo skokov z MPP in koreografsko načrtovano sestavo na parterju. To pomeni, da tekmovanje SAS poteka na treh orodjih – parterju, akrobatski stezi in MPP. Orodja so enaka za ženske, moške in mešane skupine. Sestava na parterju traja približno tri minute in jo izvajajo vsi člani skupine. Je orodje, ki zahteva največ aerobne vzdržljivosti, pomembna pa je skladnost gibov skozi celotno sestavo. Pri akrobatiki in skokih z MPP gre za eksplozivna gibanja. Vsaj 6 članov skupine predstavi tri serije akrobatskih skokov in preskokov v koloni en za drugim, skupina pa dobi končno oceno za vsako orodje posebej. Tekmovalci najvišje ravni SAS prikazujejo že precej težke prvine, ki so primerljive s športno gimnastiko. Dvojni in trojni salti niso redkost, vaje in prvine pogosto predstavljajo velik napor za telo (Harringe, 2007). Izvedba velikega števila akrobatskih prvin zahteva določeno tveganje, zato pri učenju akrobatskih prvin privzgamemo pogum, odločnost, motivacijo, samokontrolo in premagovanje strahu (Bolkovič, Kristan, 2002). V primerjavi s športno gimnastiko so tekmovalci SAS po navadi starejši in višji, potrebujejo tudi manj treningov na teden (Harringe, 2007).

Razvoj SAS se je razvil iz svetovno znane »Gymnaestrada«. To je uradna prireditev FIG v panogi »Gimnastika za vse«, gimnastični festival, kjer vsi člani skupin aktivno sodelujejo, poteka pa vsaka 4 leta (USA Gymnastics, 7. 11. 2011). Glavni cilj in namen dogodka pa ni osvajanje medalj. Gre za skupinske

predstave, ki vključujejo tudi sto do tisoč nastopajočih v skupini. Nastopajo odrasli in otroci vseh starosti. Predstavniki držav z vsega sveta se zberejo na enem mestu, da bi prikazali svoje talente in kulturo. Koreografija je sestavljena kot izziv sodelujočim, cilj pa je navdušiti občinstvo (World Gymnaestrada – Wikipedia, the free encyclopedia, 2014). Zgodovina Gymnaestrade sega v obdobje svetovnih gimnastičnih festivalov, ki so bili posledica nacionalnih gimnastičnih festivalov. Te so prirejali že v drugi polovici 19. stoletja na Švedskem, Norveškem, v Avstriji, Nemčiji in Švici. Leta 1950 so na FIG sprejeli sklep za vključitev Mednarodnega gimnastičnega festivala v njen uradni program dogodkov pod imenom »Gymnaestrada« (USA Gymnastics, 2011). V Skandinaviji pa se je pojavila želja po tekmovanju in posledično ideja, da bi poleg festivalov organizirali tudi tekmovanja. Tako se je počasi zamisel udejanjila in začel se je razvoj SAS (Sjöstrand, osebna komunikacija, november 2013).

V Gimnastično zvezo Slovenije (GZS) je vključenih več panog: moška in ženska športna gimnastika, ritmična gimnastika, gimnastika za vse, aerobika in akrobatika. V letu 2010 je GZS ustanovila strokovni odbor za akrobatiko (SO AKR), ki je odgovoren za razvoj in delovanje akrobatike kot ene njenih panog. Cilj strokovnega odbora je razširiti akrobatiko kot panogo, povečati število vadečih ter tudi doseganje odmevnejših oz. vrhunskih rezultatov na mednarodnem nivoju. Akrobatiko v sklopu GZS sestavljajo naslednje discipline: skoki z velike prožne ponjave (VPP), skoki z MPP in skoki na akrobatski stezi. SAS bi bilo smiselno za začetek vključiti v panogo akrobatike in dopolniti napisani prilagojeni pravilnik »TeamGym Slovenija«. Z nadaljnjim razvojem in večanjem števila vadečih in tekmujočih bi lahko sledili zgledu UEG in jo uvrstili na seznam kot samostojno panogo v sklopu GZS.

V diplomski nalogi je predstavljen oris zgodovine in začetkov SAS. Opisani so tekmovalni pravilnik, točkovanje sestav in vrste tekmovanj. Na koncu pa je predstavljen še razvoj SAS v Sloveniji.

## 2 PREDMET, PROBLEM IN NAMEN DELA

SAS je v Sloveniji precej nepoznan šport. Z diplomskim delom sem poskušala narediti korak naprej v razvijanju tega športa pri nas. Šport bi želela približati večji množici ljudi in jim posredovati informacije o tem, kaj SAS sploh je, kako se je razvil in kaj predstavlja.

Vaditelji, trenerji, telovadci in drugi, ki bi jih SAS zanimal, bodo dobili predstavo o potrebnih znanjih, točkovanju, orodju in razvoju gibalnih sposobnosti. Ker je SAS sestavljen iz dveh akrobatskih orodij in sestave na parterju, ki vključuje tudi akrobatske prvine, je najpomembnejše znanje poznavanja akrobatike. Za parterno sestavo so potrebna tudi dodatna znanja plesa, najpomembnejša na vseh treh orodjih pa sta ekipni duh in medsebojno razumevanje v ekipi.

Z razvojem SAS bi omogočili tekmovalkam in tekmovalcem športne gimnastike, ki razmišljajo o končanju svoje kariere, nadaljevanje športne kariere s podobno vsebino z manj pogostimi treningi in poudarkom na delu v skupini, druženju. Tako bi imeli možnost ostati v gimnastiki in ohranjati dobro telesno pripravljenost. V šolskem sistemu bi uvedba SAS v športno vzgojo pripomogla k razvijanju socialnih spretnosti in dela v skupini.

Zgodovina SAS se je začela v Skandinaviji, kjer so iz programa Gymnaestrade kot ne tekmovalnega športa razvili tekmovalni šport, takrat imenovan Euroteam, ki so ga kasneje preimenovali v Teamgym. Šport vključuje izvajanje velikega števila akrobatskih prvin, ki pozitivno vplivajo na razvoj koordinacije in moči kot osnovnih gibalnih sposobnosti, privzgapajo pa tudi pogum, odločnost, motivacijo, samokontrolo in premagovanje strahu (Bolkovič in Kristan, 2002).

Na naših tleh je v času sokolstva telesna aktivnost v sokolskih društvih vključevala različne množične telovadne plesne sestave ob glasbi, ki ustrezajo tudi zgornjemu opisu. Začetki razvoja SAS kot tekmovalnega športa, so se začeli v devetdesetih letih, potem je stvar zamrla. Danes se vrhunski tekmovalni program športne gimnastike in C program gimnastike soočata s številnimi težavami, kako motivirati mlade fante in dekleta za ta šport, predvsem pa, kako jih v tem športu obdržati. Program SAS temelji na skupinskem delu, druženju, deljenju čustev ob uspehih in neuspehih ter spodbujanju določene pripadnosti skupini (Sjöstrand, osebna komunikacija, april 2014), to pa bi v slovenski program gimnastike prineslo osvežitev in možnosti za nadaljnji razvoj. Da bi to dosegli, potrebujemo kratek oris zgodovine športne panoge, razlago izrazov in tekmovalni pravilnik v slovenskem jeziku. S tem omogočimo večjo prepoznavnost in zanimanje za športno panogo, posledično pa tudi odločanje društev in tekmovalcev za sodelovanje.

### **3 CILJI**

Cilji diplomskega dela so:

1. Oris razvoja SAS
2. Predstavitev pravil SAS
3. Predstavitev vrst tekmovanj
4. Predstavitev SAS v Sloveniji

## 4 SEZNAM KRATIC IN OKRAJŠAV S POJASNILI

**ang.** – angleško

**Cuk.** – Cukahara

**DV** (ang. difficulty value) – vrednost težavnosti

**FIG** (fra. Fédération Internationale de Gymnastique) – Svetovna gimnastična zveza

**fra.** – francosko

**GZS** – Gimnastična zveza Slovenije

**MPP** – mala prožna ponjava

**obr.** – obrat

**skl.** – sklonjeno

**skrč.** – skrčeno

**steg.** – stegnjeno

**SAS** – skupinske akrobatske sestave

**TK SAS** – tehnični komite za SAS

**UEG** (fra. Union Européenne de Gymnastique) – Evropska gimnastična zveza

**Tfw** (ang. Tumbling forwards) – akrobatske prvine v smeri naprej

**Tbw** (ang. Tumbling backwards) – akrobatske prvine v smeri nazaj

**Trb** (ang. Trampet backwards) – skoki z MPP čez mizo za preskok v smeri nazaj

**Trf** (ang. Trampet forwards) – skoki z MPP z mizo za preskok v smeri naprej

**Trw** (ang. Trampet without vaulting table) – skoki z MPP brez mize za preskok

## **5 METODE DELA**

Diplomska naloga je monografskega tipa. Uporabljena je bila deskriptivna metoda dela.

Vsebina temelji na razpoložljivi literaturi s področja SAS, gimnastike, akrobatike, skokov z MPP ter didaktike. Vključena so znanja s področja gimnastike, plesa in didaktike, ki sem jih pridobila v času svoje gimnastične poti, študija na Fakulteti za šport, predvsem pa pridobljena znanja na izobraževanju na ljudski gimnastični šoli v Ollerupu na Danskem. Ker v Sloveniji ni pisnih del s področja SAS, je kot vir uporabljena predvsem tuja literatura ter znanja strokovnjakov na tem področju, pridobljena s pomočjo intervjujev.

Poglavje diplomskega dela, ki vključuje pravila in standarde za opremo, je prevod uradnega UEG tekmovalnega pravilnika SAS. Ta je skupaj s slikami edini uporabljeni vir v tem poglavju.



## 6 KRATEK PREGLED ZGODOVINE SAS

V preteklosti so se skupinske sestave že večkrat pojavljale v različnih oblikah. Pri nas so bile v času Sokolov redovne proste vaje, ki bi jih lahko primerjali z današnjo skupinsko sestavo na parterju. V nadaljevanju je opisan razvoj SAS v Skandinaviji, iz katere se je razvil v tako obliko, kot je danes.

Na Švedskem se je SAS, najprej imenovan Euroteam in pozneje preimenovan v TeamGym, začel razvijati leta 1966 s pomočjo televizijske oddaje za mlade fante in dekleta, imenovane TV-Truppen (TV ekipa). Oddaja je precej pripomogla k vse večjemu številu sodelujočih društev na državnih tekmovanjih v tej športni panogi. Prvo uradno švedsko prvenstvo v SAS je potekalo leta 1980 v mestu Växjö na jugu Švedske (Mattola in Sundin, 1995).

Leta 1983 je danska Gimnastična zveza vabila na Odprto prvenstvo Danske v Aarhus. Tekmovanja so se udeležila tudi društva iz drugih nordijskih držav. V ženski konkurenci sta se tekmovanja udeležili ekipi iz dveh društev, Gymnosflickorna in Göteborgs Turnförening iz Švedske, v moški konkurenci pa Trondheim IF iz Norveške (Mattola in Sundin, 1995).

V tem času so se pojavile prve zamisli o nordijskih prvenstvih v SAS. Leta 1984 je bilo na nordijskem taboru v Sandefjordu na Norveškem organizirano poskusno tekmovanje z udeleženci iz Danske in Švedske. V ženski konkurenci je tekmovanje vključevalo dve orodji – parter in akrobatsko stezo (takratna steza je bila dolga 12 metrov in precej trša kot danes), medtem ko so moški tekmovali tudi na MPP. Ekipo je sestavljalo 6-8 telovadcev (Mattola in Sundin, 1995).

V novembru istega leta je potekal prvi uvodni sestanek v Helsingborgu na Švedskem z udeleženci iz Norveške, Danske in Švedske. Med njimi so bili Leif Gullbrandsen (Norveška), Svend Hansen (Danska) in Nils - Olof Sundin (Švedska). Na srečanju so poročali o sistemu razvoja SAS in konkurence v svojih državah ter se dogovorili za organizacijo prvega neuradnega Nordijskega prvenstva v SAS leta 1985 v Falunu na Švedskem. Ker so imele države precej različne običaje pri vadbi in nastopih, je to povzročilo nekaj razprav in dogovarjanja, vendar so bili vsi pripravljeni na kompromis, da bi le našli skupno pot naprej. Odločeno je bilo, da bo nordijsko tekmovanje vključevalo parterno sestavo, akrobatiko in malo prožno ponjavo s konjem za preskok kot dodatnim orodjem. Švedski točkovni pravilnik je služil kot osnova za ocenjevanje sestav, ovrednotena pa je bila povsem nova preglednica težavnosti (Mattola in Sundin, 1995).

Pet ekip v obeh konkurencah, ženski in moški, je tekmovalo na vseh orodjih, medtem ko so nekatere ekipe nastopile le s parterno sestavo (Mattola in Sundin, 1995).

Veliko dela in truda je bilo potrebno, da so našli primerno vrsto tekmovanja, ki je vsem nordijskim državam omogočila sodelovanje. (Mattola in Sundin, 1995).

V januarju 1986 se je Generalna skupščina Nordijske gimnastično zveze, ki omogoča sodelovanje med nacionalnimi zvezami na Švedskem, Danskem, Norveškem, Finskem in v Islandiji, odločila, da bo

organizirala uradno Nordijsko prvenstvo v SAS. Tako je na prvem nordijskem prvenstvu 19. maja 1986 v Kopenhagnu domači Svendborg premagal vso konkurenco moških ekip, švedska Gymnosflickorna pa je zmagala v ženski konkurenci (Mattola in Sundin, 1995).

Delovna skupina za nordijska prvenstva je nadaljevala z delom, saj je bilo potrebno veliko usklajevanja pri vrednotenju prvin in prilagoditvi pravil. Število udeležencev je bilo vedno večje in leta 1987 je bilo na nordijskem prvenstvu v Eskilstuni na Švedskem že 11 ženskih in 9 moških ekip (Mattola in Sundin, 1995).

Januarja 1988 se je Nordijska gimnastična zveza odločila, da sestavi nordijski odbor za SAS. Leif Gulbrandsen je kot prvi predsednik skupaj s predstavniki nordijskih držav sklical prvo uvodno sejo. Odboru se je pridružilo še nekaj članov: Lars Kolsrud (Norveška) kot dober organizator, Peter Velin (Danska) z dobrim tehničnim znanjem, Erik Tybjerg (Danska) kot strokovnjak za parter, Sinikka Mattola (Švedska) in Stefan Bengtsson (Švedska) sta določala pravila, Raili Hämäläinen (Finska) pa je prispevala veliko svojih dragocenih izkušenj kot mednarodna sodnica v športni gimnastiki (Mattola in Sundin, 1995).

Nordijski odbor za SAS je potrpežljivo in trdo delal, da so dosegli soglasje in sporazum. Menili so, da so ustvarili nekaj velikega in novega. Organizirani so bili tečajji za trenerje in sodnike. Popolnoma nov pravilnik točkovanja je bil razvit in prvič testiran leta 1989 v Oulu na Finskem. Nordijsko prvenstvo v SAS se je razvilo v pravo tekmovanje na visoki ravni in šport se je hitro razširil v vseh skandinavskih državah. Nordijskega prvenstva leta 1990 v Kogu so se udeležile vse države razen Ferskih otokov (Danska) v ženski konkurenci, v Oslu leta 1992 pa se je prvič predstavila tudi Finska z moško ekipo (Mattola in Sundin, 1995).

Glavni boj za medalje je bil v konkurenci moških od vsega začetka med Dansko in Švedsko. Svendborg si je prislužil zlato v letih 1986, 1987, 1988 in 1990, KFUM GA Stockholm pa v letih 1989, 1991 in 1992. Leta 1993 je zmagal Gadstrup z Danske. Leta 1990 je Danska osvojila vse medalje z ekipami društev iz Svendborga, Ringsteda in Helsinga. V ženski konkurenci je Švedska osvojila vse medalje od prvega tekmovanja leta 1986 do Pyrintö Oulu-ja. Finska je 1990 prejela bronasto medaljo. Gymnosflickorna je zlato osvojila 1986 in 1987, potem pa GK Hermes kar šestkrat zapored (Mattola in Sundin, 1995).

Kakovost ekip, ki so se udeleževale tekmovanj, se je nenehno izboljševala. Na MPP so moške skupine prikazovale dvojne salte z obrati, kmalu za njimi pa so se iste prvine pojavile tudi v najmočnejših ženskih ekipah. Akrobatika je vključevala dvojne salte nazaj in obrate okoli vzdolžne osi izvedene znotraj serij. Serije so vsebovale številne prvine, vključno s salti naprej in premeti. Skladno z razvojem panoge so se razvijala tudi pravila. Pojavljale so se začetne težave, predvsem neobjektivno sojenje. To je bilo posebej izrazito v moški konkurenci, vendar so se razmere izboljševale in pravila dopolnjevala. Veliko je bilo razprav in usposabljanj sodnikov. Med zvezami in društvi je bilo opaziti precejšnje razlike v nastopih in načinu dela, kar se je bistveno bolj odražalo v parternih sestavah kot na MPP in v akrobatiki (Mattola in Sundin, 1995).

Nordijski odbor za SAS je nadaljeval z dobrim delom in bil uspešen pri razvijanju oblik in vrst tekmovanj med nordijskimi zvezami. Njihov glavni cilj je bil pripeljati panogo do možnosti organizacije evropskih prvenstev. V zgolj nekaj letih jim je uspel izvrsten razvoj SAS (Mattola in Sundin, 1995).

Leta 1992 je bila znotraj UEG sestavljena delovna skupina za SAS (takrat imenovan Euroteam). Sestavljali so jo predstavniki iz Švedske, Norveške, Nemčije, Švice in Češke. Na Norveškem so organizirali predavanje za trenerje in sodnike ter pričeli s pripravljanjem organizacije in osnutkov za uvedbo evropskih prvenstev SAS. Tako so leta 1993 v Lizboni, leta 1994 v Hamburgu in leta 1995 v Atenah organizirali prva poskusna tekmovanja za evropsko prvenstvo. Zadnjih dveh se je udeležila tudi skupina iz Slovenije. Število ekip in tekmovalcev je naraščalo, in tako je bilo leta 1996 organizirano prvo evropsko prvenstvo na Finskem. Udeležilo se ga je 36 ekip, od tega 8 moških, 15 ženskih in 13 mešanih. Od takrat dalje so evropska prvenstva SAS organizirana na vsaki dve leti: 1998 Odense, Danska, 2000 Birmingham, Velika Britanija, 2002 Champagne, Francija, 2004 Messestadion Dornbirn, Avstrija, 2006 Ostrava, Češka, 2008 Ghent, Belgija, 2010 Malmö, Švedska, 2012 Aarhus, Danska, letošnje EP pa bo na Islandiji (Bengtsson, osebna komunikacija, april 2014).

Delovna skupina UEG za SAS je bila zelo aktivna. Glavni cilji, ki so si jih zadali, so bili: širjenje SAS po Evropi, zagotavljanje izobraževanja za trenerje in usposabljanja za sodnike, nenehno razvijanje in izboljševanje tekmovalnega pravilnika ter širjenje SAS tudi izven Evrope. Leta 2003 so šport preimenovali iz Euroteam v TeamGym. To ime se je obdržalo v mednarodnem prostoru. Trudili so se, da bi bilo tekmovanje SAS zanimivo tako za tekmovalce kot za gledalce, medije in sponzorje. Leta 2004 je izšel tudi popravljen pravilnik. Izvedenih je bilo nekaj izobraževanj, tako za trenerje kot za tekmovalce v sodelovanju s festivalom Eurogym (Bengtsson, osebna komunikacija, april 2014). Leta 2005 je bil ustanovljen tehnični komite UEG za SAS (TeamGym European Championship 2012, 2012).

Do 8. evropskega prvenstva SAS leta 2010 v Malmöju na Švedskem je bilo to tekmovanje med različnimi društvi iz različnih držav. Prvenstva sta se lahko udeležili največ po dve društvi iz vsake države. V Malmö pa so takrat prvič prišle reprezentančne skupine držav in prvič so poleg članskih nastopile tudi mladinske skupine (Bengtsson, osebna komunikacija, april 2014).

Na 9. evropskem prvenstvu leta 2012 v Aarhusu na Danskem je tekmovalo 30 ekip, od tega 15 v mladinski in 25 v članski konkurenci. Tako v mladinski kot v članski kategoriji so med mešanimi in moškimi skupinami zmagali Danci, med ženskimi skupinami pa so prevladale Islandke. Naslednje evropsko prvenstvo bo letos (2014) na Islandiji (TeamGym European Championship 2012, 2012).

## **7 PREVOD PRAVILNIKA ZA OCENJEVANJE UEG 2013**

### **UVOD**

Pravilnik velja za mladinske in članske kategorije.

Ta različica pravilnika je bila bistveno popravljena z namenom objektivizacije sojenja. Pravilnik temelji na naslednjih izhodiščih:

- spremenjene težavnosti za uravnoteženje treh orodij,
- izboljšana pojasnitev zahtev,
- boljša opredelitev prvin,
- zadnje izboljšave in razvoj SAS,
- povratne informacije s Tehnične konference v Pragi 2012,
- povratne informacije različnih zvez in posameznikov.

Pravilnik je razdeljen na 4 dele:

- program tekmovanja,
- splošni pravilnik,
- specifične zahteve na orodjih,
- dodatek, ki vključuje preglednice težavnosti.

### **ČLANI UEG TEHNIČNEGA KOMITEJA ZA SAS (TK SAS), KI SO PRISPEVALI K NASTANKU TEGA PRAVILNIKA**

Keith Hughes – predsednik TK SAS

Per Sjöstrand – podpredsednik TK SAS

Heli Lemmetty – član

Rosa Dvoracek – član

Petr Gryga – član

Nov pravilnik je šel skozi različne faze razvoja. Upoštevali so se vsi komentarji na pravilnike in vse povratne informacije. Komite se iskreno zahvaljuje vsem, ki so si vzeli čas za prispevke s komentarji in mnenji. Bilo je mnogo nasprotujočih mnenj o smernicah, ki naj bi jim pravilnik sledil. Komite je izbral najprimernejšo kombinacijo najpogostejših predlogov.

Novi pravilnik za ocenjevanje iz leta 2013 vsebinsko nadomesti tistega iz leta 2009. Sama oblika je ostala enaka.

## **PRVI DEL: PROGRAM TEKMOVANJA**

### **1. NAMEN IN CILJI PRAVILNIKA ZA OCENJEVANJE**

- Zagotoviti čim bolj objektivno točkovanje,
- izboljšati znanja sodnikov,
- pomagati tekmovalcem in trenerjem.

### **2. VODSTVO TEKMOVANJA**

Vodstvo tekmovanja imenuje TK SAS/UEG.

#### **2.1 ČLANI**

Vodstvo tekmovanja sestavljajo:

- imenovan delegat TK SAS/UEG,
- vodja tekmovanja,
- predstavnik federacije, ki gosti tekmovanje.

#### **2.2 ODGOVORNOST**

Člani vodstva tekmovanja so odgovorni za:

- primerno prizorišče in opremo,
- pripravo in razdelitev delovnega načrta na tekmovanju,
- preverjanje akreditacij (zavarovanje, potni listi, tekmovalni listi),
- preverjanje opreme,
- vodenje tekmovanja v skladu z navodili UEG.

### **3. TEKMOVALNA KOMISIJA**

Tehnična pravila opredeljujeta dve komisiji – komisija za pritožbe in vrhovna komisija. Pravice, dolžnosti in pristojnosti komisije za pritožbe, vrhovne komisije in vodstva tekmovanja so določene s tem pravilnikom.

#### **3.1. KOMISIJA ZA PRITOŽBE**

Komisija za pritožbe je sestavljena iz dveh članov Izvršnega komiteja UEG (eden od njiju ima vlogo predsednika) in tretje pristojne osebe, ki predstavlja Organizacijski komite, ki ga nominira Izvršni komite UEG.

Komisija za pritožbe je odgovorna za:

- ravnanje ob pritožbah,
- ravnanje v nepredvidenih primerih.

#### **3.2. VRHOVNA KOMISIJA**

Vrhovno komisijo predstavljajo tehnični predsednik in člani TK SAS. Specifične naloge vsakega člana opredeli TK SAS.

Vrhovna komisija je odgovorna za:

- nadzorovanje dela sodniških komisij,
- svetovanje pri razlagi točkovnega pravilnika,
- reševanje tehničnih pritožb.

## **4. SOJENJE**

### **4.1. SPLOŠNO**

- Sodniki morajo biti prisotni na sodniškem sestanku in žrebanju sodniških komisij.
- Glavnega sodnika določi TK SAS. Vsa druga sodniška mesta so določena z žrebom.
- Vsi sodniki morajo biti na svojih mestih ob svojih orodjih v tekmovalni dvorani 15 minut pred začetkom vsakega dela tekmovanja.
- Če sodniki ne upoštevajo teh pravil, jih višja komisija zamenja z drugimi sodniki.
- Če sodniki ne upoštevajo vseh pravil in določil tekmovanja ali slabo opravljajo svoje delo (nenatančnost, pristranskost, neprisotnost ...), prejmejo opozorilo. Če se težave kljub opozorilu nadaljujejo, so lahko zamenjani.

### **4.2. SODNIŠKE KOMISIJE**

#### **4.2.1. Komisija za težavnost (D – difficulty)**

##### **4.2.1.1. Parter**

Komisijo sestavljajo glavni sodnik (D1) in dva sodnika (D2 in D3).

##### **4.2.1.2. Akrobatika in MPP**

Na vsakem orodju posebej komisijo sestavljata glavni sodnik (DC1) in sodnik (DC2). Ista sodnika sta tudi sodnika za kompozicijo.

#### **4.2.2. Komisija za izvedbo (E – execution)**

##### **4.2.2.1. Parter, akrobatika in MPP**

Na vsakem orodju komisijo sestavljajo glavni sodnik (E1) in trije sodniki (E2, E3 in E4).

#### **4.2.3. Komisija za kompozicijo (C – composition)**

##### **4.2.3.1. Parter**

Komisijo sestavljata glavni sodnik (C1) in sodnik (C2).

##### **4.2.3.2. Akrobatika in MPP**

Ista komisija kot v naslovu 4.2.1.2. – D komisija je tudi C komisija.

### **4.3. DOLŽNOSTI SODNIKOV**

#### **4.3.1. Splošno**

- Priporočen je ogled uradnega treninga.
- Natančno ovrednotijo sestave skupin.
- Neodvisno drug od drugega podajo svoje ocene.
- Sodnik takoj pošlje svojo oceno v računanje končne ocene.

- Vsak sodnik mora biti pripravljen na razlago svojih odbitkov, in če je potrebno, tudi na utemeljitev svoje ocene sodniški komisiji.
- Vsi sodniki morajo po tekmovanju v tajnikovem obrazcu podpisati in potrditi svoje ocene, preden zapustijo komisijo.

#### **4.3.2. Dolžnosti komisije za težavnost (D)**

- Pred tekmovanjem komisija preveri vrednosti težavnosti za svoje orodje.
- Med tekmovanjem komisija preveri vrednost prvin, ki so v skladu z zahtevami na parterju, v akrobatiki in na MPP.
- Ko tajnik prejme posamezne ocene komisije D, je dovoljena diskusija o njeni oceni. S končno oceno za težavnost (D) se morajo sodniki strinjati.
- Če komisija D ne more uskladiti svojih ocen, šteje povprečje vseh ocen D (glej 6.2.1.).

#### **4.3.3. Dolžnosti komisije za izvedbo (E)**

- Med tekmovanjem komisija pozorno opazuje sestave, pravilno ovrednoti napake in določi pripadajoče odbitke. Vsak član komisije E poda svojo oceno nepristransko in neodvisno drug od drugega.
- Odbitki štejejo v oceno za izvedbo in se nanašajo na:
  - o Dodatek A4 – primeri prepoznave tehničnih prvin,
  - o Dodatek A5 – preglednica splošnih napak in odbitkov.
- Vsak član komisije E posreduje svojo oceno tajniku ali vpiše rezultat v računalnik.

#### **4.3.4. Dolžnosti komisije za kompozicijo (C)**

- Med tekmovanjem komisija določi svoje odbitke za kompozicijo: na parterju največ 4,0 točke, pri akrobatiki in na MPP pa največ 2,0 točki.
- Vsak član komisije C posreduje svojo oceno tajniku ali vpiše rezultat v računalnik.

### **4.4. DOLŽNOSTI GLAVNEGA SODNIKA**

- Na posameznem orodju so lahko za glavnega sodnika izbrani samo sodniki, ki so na sodniškem tečaju ocenjeni z najvišjimi ocenami.
- Glavni sodniki morajo pri tajniku potrditi svoje ocene, preden vidijo ocene drugih sodnikov.

#### **4.4.1. Posebne dolžnosti glavnega sodnika za težavnost (D1 in DC1)**

- Pregleda razlike med ocenami sodnikov za težavnost.
- Izračuna končno oceno za težavnost.
- V primeru nesprejemljive razlike med ocenami skliče sestanek sodnikov.
- Če se sodniki ne strinjajo z oceno, izračuna povprečno vrednost.
- Izpolni ocenjevalni obrazec ali oceno D vnese v računalnik.

#### **4.4.2. Posebne dolžnosti glavnega sodnika za izvedbo (E1)**

- Opravlja vlogo vodje celotne sodniške komisije (težavnosti, izvedbe in kompozicije).
- Vodi sodniški sestanek pred tekmovanjem.
- Z zeleno zastavico naznani začetek programa tekmovalne sestave na orodju.
- Odloči, ali je prekinitev sestave povzročila skupina ali višja sila.
- Vrhovni komisiji na določenem orodju svetuje v primeru nasprotovanj.

- Določi posebne odbitke glavnega sodnika za izvedbo od končne ocene na vsakem orodju (odbitki so predstavljeni v členih 14.3.5, 15.3.4 in 16.3.4: obnašanje trenerja in skupine, dresi, povoji, nakit).
- Če glavni sodnik določi posebne odbitke, o tem obvesti svojo komisijo.
- Odbitki glavnega sodnika so zapisani na ocenjevalnem obrazcu za glavnega sodnika, ki je posredovan tajniku.
- Pregleda odstopanje med ocenami sodnikov.
- Izloči najvišjo in najnižjo oceno.
- Končna ocena komisije je povprečje dveh srednjih ocen. Primer:
 

glavni sodnik (E1)	8,5*	
sodnik E2	8,4*	*dve srednji oceni
sodnik E3	8,0	
sodnik E4	8,6	
Končna ocena E	8,45	
- Izračuna končno oceno komisije za vsako skupino.
- V primeru nesprejemljive razlike med ocenami skliče sestanek sodnikov. Glej 6.2.2.
- Če ocene ostanejo izven dovoljenega odstopanja, izračuna osnovno oceno. Glej 6.2.2.1.
- Na zahtevo tajniku preda ocenjevalne liste.
- Odloča v primeru nestrinjanja komisije za težavnost.

#### 4.4.3. Posebne dolžnosti glavnega sodnika za kompozicijo (C1 in DC1)

- Obvesti druge sodnike o trajanju sestave.
- Pregleda razlike med ocenami sodnikov.
- Izračuna končno oceno komisije (povprečje obeh sodnikov).
- V primeru nesprejemljive razlike med ocenami skliče sestanek sodnikov.
- Na zahtevo tajniku preda ocenjevalne liste.

#### 4.5. SEDEŽNI RED SODNIKOV

Sodniki morajo sedeti na razumni razdalji drug od drugega ter na mestu, ki omogoča natančen in nemoten pregled nastopov vseh tekmovalcev. Sodnikom D in DC je dovoljena diskusija o oceni težavnosti.

Sedežni red za parter:

D3    E4    C1    E1    tajnik    D1    E2    C2    E3    D2

Sedežni red za akrobatiko in MPP:

E4    DC2    DC1    tajnik    E2    E3

## 5. RAČUNANJE OCENE

	Parter	Akrobatika/MPP
Težavnost	Odprta vrednost	Odprta vrednost
Izvedba	10,0	10,0
Kompozicija	4,0	2,0



## 6. OCENJEVANJE

### 6.1. SPLOŠNO

Sodniki ocenjujejo težavnost, izvedbo in kompozicijo. Odbitki se razlikujejo po naslednjem ključu:

Majhni	0,1
Srednji	0,2
Veliki	0,3, 0,4
Zelo veliki	0,5, 0,8, 1,0 ali 1,5
Tudi specifični odbitki na vsakem orodju	

Po nastopu skupine sodniki svoje ocene s sodniškimi listki posredujejo tajniku (ali jih vpišejo v računalnik). Med tekmovanjem se vsaka ocena za izvedbo in kompozicijo primerja z oceno prve skupine, ki je postavila standarde na tem orodju.

### 6.2. RAČUNANJE KONČNE OCENE

Na vsakem orodju se oceni za izvedbo in kompozicijo doda ocena težavnosti, kar skupaj tvori končno oceno.

#### 6.2.1. Odstopanje med sodniškimi ocenami za težavnost (ocena D)

Razlika med najnižjo in najvišjo oceno težavnosti ne sme biti višja od 0,6 točke na parterju in 0,2 točke pri akrobatiki in skokih z MPP.

Če je razlika med sodniki prevelika, se morajo pogovoriti in, če je mogoče, uskladiti oceno za težavnost. Če se ne morejo uskladiti, vendar so znotraj dovoljenega odstopanja, lahko glavni sodnik izračuna povprečje težavnosti.

V primeru nedovoljenega odstopanja morajo sodniki prilagoditi svoje ocene za težavnost, dokler jih ne uskladijo vsaj znotraj območja dovoljenega odstopanja. Če se ne morejo uskladiti niti znotraj dovoljenega odstopanja, bo odločil glavni sodnik za izvedbo.

#### 6.2.2. Odstopanje med sodniškimi ocenami za izvedbo (ocena E)

Razlika med najnižjo in najvišjo oceno za izvedbo ne sme biti višja od 0,6, ko je končna ocena enaka ali višja od 8,0. Ko je končna ocena manj kot 8,0, razlika ne sme biti višja od 1,0.

Razlika med srednjima ocenama ne sme biti višja kot prikazana razlika:

Končni rezultat med:	Dovoljeno odstopanje za srednjo (povprečno) oceno	Dovoljeno odstopanje med najnižjo in najvišjo oceno
9,00-10,00	0,2	0,6
8,00-8,95	0,3	0,6
7,00-7,95	0,4	1,0
6,00-6,95	0,5	1,0
Pod 6,00	0,6	1,0

Če je razlika med sodniki prevelika **ali** če razlika med srednjima dvema ocenama ni znotraj dovoljenega odstopanja, mora glavni sodnik sklicati sestanek za določitev ocene. Na sestanku se lahko določijo naslednji ukrepi:

- Sodniki se lahko uskladijo in prilagodijo oceno, da so v dovoljenem odstopanju ali
- če se sodniki ne morejo uskladiti, se kot končna ocena za izvedbo uporabi osnovna ocena za izvedbo (E).

#### 6.2.2.1. Osnovna ocena

$$\text{osnovna ocena} = \frac{\text{povprečje dveh srednjih ocen} + \text{ocena glavnega sodnika (E1)}}{2}$$

Primer:

Glavni sodnik (E1)	8,3*
Sodnik E2	8,9
Sodnik E3	8,3
Sodnik E4	8,8*

Ocena E bi bila 8,55, vendar sta sredinski oceni izven dovoljenega odstopanja.

$$\text{Osnovna ocena} = (8,55 + 8,3)/2 = \mathbf{8,425}$$

#### 6.2.3. Odstopanje med ocenami za kompozicijo (ocena C)

Razlika med dvema ocenama ne sme biti v nobenem primeru višja od 0,2.

Če je razlika med sodniki prevelika, se sodniki pogovorijo o oceni. Sledijo naslednje možnosti:

- Sodniki lahko prilagodijo svoje ocene, da so znotraj dovoljenega odstopanja ali
- če se sodniki ne morejo strinjati, se kot končna ocena za kompozicijo uporabi osnovna ocena za kompozicijo (C).

#### 6.2.3.1. Osnovna ocena:

$$\text{Osnovna ocena} = \frac{\text{povprečje 2 ocen} + \text{ocena vrhovnega sodnika (C1)}}{2}$$

Primer:

Glavni sodnik (C1)	3,3
Sodnik (C2)	2,8

Končna ocena za kompozicijo bi bila 3,05, vendar oceni nista znotraj dovoljenega odstopanja.

$$\text{Osnovna ocena} (3,05 + 3,3)/2 = \mathbf{3,175}$$

## **7. OPIS ORODIJ SAS**

### **7.1. SPLOŠNO**

- Z delovnim načrtom (work plan) je nastopajočim skupinam vnaprej poslan določen ocenjevalni obrazec za vsako orodje posebej. Lahko pa organizator za to določi elektronski sistem. Prvine, ki bodo izvedene na orodjih, so z izračunanimi vrednostmi za težavnost vnaprej napisane na ocenjevalnem obrazcu za vsako orodje posebej.
- Ocenjevalni obrazec mora biti oddan organizatorjem ob prihodu na tekmovanje (ali izpolnjen in poslan prek spleta).
- Popravki na nadomestnem ocenjevalnem obrazcu so lahko narejeni najkasneje dve uri pred začetkom tekmovanja na vsakem orodju (ali kot je določeno v delovnem načrtu tekmovanja).
- Če se skupina uvrsti v finale, mora organizatorjem nov ocenjevalni obrazec oddati najkasneje 60 minut po objavi rezultatov kvalifikacij, razen če delovni načrt ne določa drugače.

### **7.2. OCENJEVALNI OBRAZCI ZA PARTER**

- Postavitve tekmovalcev morajo biti prikazane s pikami ali križci, tako da so postavitve in položaji vsakega tekmovalca jasno vidni.
- Ocenjevalni obrazec za parter vključuje:
  - o številke prvin, ki se upoštevajo v oceno za težavnost,
  - o simbole prvin, ki se upoštevajo v oceno za težavnost,
  - o izračunano oceno za težavnost,
  - o komponente kompozicije:
    - prehode ritmičnih zaporedij,
    - ravni gibanja ( $\leftarrow$ ,  $\rightarrow$ ,  $\uparrow$ ,  $\downarrow$ ),
    - smeri gibanja ( $\langle$ ,  $\rangle$ ,  $\wedge$ ,  $\vee$ ).

### **7.3. OCENJEVALNI OBRAZCI ZA AKROBATIKO IN MPP**

- Ocenjevalni obrazec za akrobatiko ali MPP vključuje:
  - o simbole prvin,
  - o izračunano oceno za težavnost.

## **8. OBLAČILA**

### **8.1. SODNIKI**

- Sodniki morajo nositi sivo ali temno modro ali črno krilo oziroma hlače in suknjič ter belo srnjco.
- Moški morajo nositi kravate.

### **8.2. TEKMOVALCI**

#### **8.2.1. Splošno**

- Tekmovalci morajo biti ustrezno športno urejeni.
- Vsi člani skupine morajo biti enako oblečeni, nekaj izjem je za mešane skupine (glej 8.2.4.).
- Odločitev za telovadne copate je poljubna. Če se zanje odločijo, jih mora imeti na parterju cela skupina.

- Povoji (vključno z opornicami za sklepe) so dovoljeni, vendar morajo biti varno pritrjeni in v barvi kože. Povoji so lahko tudi skriti pod tekmovalnim oblačilom. Vidni povoji morajo biti vedno v barvi barvi kože ali oblačila, ki ga pokrivajo.
- Tekmovalci ne smejo nositi nakita. Kot nakit štejejo okrašene sponke za lase, uhani in prebadajoč nakit, ki ga ni dovoljeno skriti z obliži.
- Barva za telo ni dovoljena (tetovaže niso del odbitkov).
- Ohlapni deli in dodatki oblačil, kot so pas, naramnice in čipke, niso dovoljeni.
- Lasne sponke morajo biti varno pritrjene.
- Oglaševanje mora ustrezati pravilom FIG/UEG.

### **8.2.2. Ženske skupine**

- Tekmovalke morajo nositi športne neprosojne drese brez ohlapnih delov.
- Vratni izrez dresa mora biti spredaj in zadaj ustrezen, kar pomeni ne nižje od polovice prsnice spredaj in ne nižje od spodnjega roba lopatice zadaj.
- Izrez ob boku ne sme biti višji kot do kolčnice.
- Dres je lahko z rokavi ali brez, naramnice morajo biti minimalno dva (2) cm široke.
- Dolžina rokavov je izbirna, tako kot hlače, ki morajo biti popolnoma oprijete.
- Tekmovalke imajo lahko oprijete elastične hlače pod ali nad dresom.

### **8.2.3. Moške skupine**

- Tekmovalci morajo nositi tekmovalne drese ali gimnastično športno majico z gimnastičnimi kratkimi ali dolgimi elastičnimi oprijetimi hlačami.
- Zgornji del tekmovalnega oblačila ne sme imeti odprtega izreza pod višino lopatice zadaj in do sredine prsnice spredaj.

### **8.2.4. Mešane skupine**

- Ženske in moški morajo upoštevati zgoraj napisana pravila (člena 8.2.2. in 8.2.3.).
- Ženski in moški dresi niso nujno popolnoma enaki niti podobni. Morajo pa biti vsi moški tekmovalni dresi popolnoma enaki, prav tako vsi ženski – na primer ženski dresi so lahko v eni barvi, moški pa v drugi.

## **8.3. TRENERJI**

- Vsi trenerji skupine morajo imeti enako športno opremo.
- Trenerji ne smejo nositi predmetov, ki so lahko nevarni ali motijo njihovo delo med varovanjem. To vključuje:
  - o nepritrjene ali vsiljive povoje ali preveze,
  - o nakit, na primer ure in prstane,
  - o ohlapne predmete, kot so pas, naramnice ali opornice,
  - o nevarovane lasne sponke,
  - o trakove okoli vratu (akreditacije ali drugo).

## **9. VAROVANJE**

- Varovanje pri akrobatiki in MPP je obvezno pri vseh prvinah skozi celoten nastop skupine.
- Glavni sodnik za izvedbo pri akrobatiki/MPP da znak za začetek šele takrat, ko so varovalci na mestu.
- Varovanje (lovljenje in pomoč) vedno šteje kot odbitek.
- Padec v izogib nevarni situaciji šteje kot odbitek.
- Med sestavo trenerji ne smejo dajati informacij in napotkov tekmovalcem in/ali jih motiti.

## **10. PONOVI TEV TEKMOVALNE SESTAVE**

- Nobene sestave se ne more ponoviti, razen če je prekinitev povzročila višja sila in ne skupina.
- Samo glavni sodnik za izvedbo (E1) lahko odloči, če se sestava lahko ponovi. V tem primeru se celotna sestava skupine začne od začetka na dotičnem orodju. Skupina svojo sestavo ponovi za skupino, ki je sledeča po tekmovalnem vrstnem redu.
- Če prekinitev ni povzročila skupina, ima trener skupine pravico zaustaviti sestavo.
- Če sestava ni ustavljena na primeren način, se ponovitev ne sme izvesti.

## **PRIPOROČILO (ZLATO PRAVILO)**

Izbira prvin in kompozicija sestave mora biti prilagojena sposobnostim in znanju tekmovalcev. Težavnost prvin naj ne bo stopnjevana na račun pravilne drža telesa in tehnične izvedbe (pravilnik 2009).

## **DRUGI DEL: SPLOŠNA PRAVILA**

### **11. OCENJEVANJE TEKMOVALNE SESTAVE**

#### **11.1. SPLOŠNO**

- Enake sestave so lahko prikazane v kvalifikacijah in v finalu.
- Ocenjevalne metode predstavljenega pravilnika točkovanja so uporabljene na uradnem prvenstvu UEG SAS, za tekmovanja SAS pa jih lahko uporabljajo vse evropske države .

### **12. PRIZNAVANJE NOVIH PRESKOKOV IN PRVIN**

#### **12.1. PARTER**

- Trenerje in tekmovalce se spodbuja k prijavi novih preskokov in prvin, ki še niso bili izvedeni in/ali se še niso pojavili v preglednici težavnosti.
- Na tekmovanju so lahko razpoznane kot prvine težavnosti. Ko so prikazane na tekmovanju, se njihova vrednost potrdi in vključi v pravilnik ocenjevanja kot dodatek.
- Vse nove prvine mora potrditi TK SAS in jih po elektronski pošti poslati v pisarno UEG kadarkoli med letom, vendar najkasneje dva meseca pred prvenstvom ali datumom, ki je določen v delovnem načrtu prvenstva.
- Prošnji za ovrednotenje je treba dodati opis prvine, kinogram in video posnetek.
- Nove prvine TK SAS vnaprej ovrednoti, kar pomeni, da jim določi začasno vrednost, številko prvine in simbol.
- Svojo odločitev TK SAS v najkrajšem možnem času pisno sporoči federaciji, ki je predložila vrednotenje, sodnikom pa jo posreduje na sodniškem sestanku pred tekmovanjem.

#### **12.2. AKROBATIKA IN MPP**

Pri akrobatiki in na MPP je dovoljena izvedba prvin, ki nimajo lastne številke ali simbola v pravilniku ocenjevanja, če je možno vrednost težavnosti izračunati s pomočjo osnovnih in dodatnih vrednosti prvin.

### **13. POSODOBITVE PRAVILNIKA**

- Po uradnih tekmovanjih UEG objavi TK SAS/UEG posodobitev pravilnika.
- Ta vključuje vse nove prvine in variacije s številko prvine in ilustracijo.
- Posodobitev pravilnika, v katerem je naveden tudi datum, od katerega dalje je posodobitev veljavna, pisarna UEG pošlje vsem pridruženim federacijam.

## TRETJI DEL: ORODJA

### 14. PARTERNA SESTAVA

#### 14.1. ZAHTEVE NA ORODJU

##### 14.1.1. Splošno

- To je telovadna sestava na parterju, ki jo skupina prikaže na glasbo.
- V parterni sestavi morajo sodelovati vsi akreditirani tekmovalci razen rezerv. Nesodelovanje lahko opraviči samo zdravnik UEG (kazen je diskvalifikacija skupine).
- Skupina mora počakati izven tekmovalne arene, pripravljena mora biti na prihod v areno, ko jim to določi organizator tekmovanja.
- Ob robu parterja počakajo na zeleno zastavo.
- Ko sodnik za izvedbo (E1) pokaže zeleno zastavo, se brez dodatnih gibanj postavijo na svoje začetne položaje na parterju.

##### 14.1.2. Težavnost

Vrednosti težavnosti prvin so prikazane v Dodatku A1 v preglednici težavnosti.

##### 14.1.3. Izvedba

- Skupino sestavlja 8 do 12 tekmovalk/tekmovalcev.
- Mešane skupine morajo imeti enako število tekmovalk in tekmovalcev.
- Zamenjava tekmovalca/tekmovalke med parterno sestavo ni dovoljena.

##### 14.1.4. Kompozicija

- Sestava na parterju je koreografsko načrtovana in temelji na različnih gimnastičnih prvinah, ki vključujejo gibanje celotnega telesa.
- Glasba za prihod ali odhod s parterja ni dovoljena.
- Čas za mladinske in članske kategorije je omejen na 2.15 min do 2.45 min.

#### 14.2. TEŽAVNOST (ODPRTA VREDNOST)

##### 14.2.1. Splošno

- Vse prvine so prikazane v preglednici težavnosti v Dodatku A1, v katerem slika in besedilo služita kot vodilo in razlaga prvin.
- Vrednost težavnosti izračuna komisija D in jo doda ocenam komisij E in C, seštevek vseh treh pa tvori končno oceno.
- Izvedba vsake prvine težavnosti mora biti v skladu z normativi (glej dodatka A1 in A4), sicer se težavnost prvine ne upošteva ali pa je vrednost težavnosti ponovno ocenjena.
- Prvine težavnosti morajo vsi tekmovalci izvesti **istočasno**. Vsi člani skupine morajo izvesti prvine iste težavnosti z rokami in nogami v enakem položaju (razen gibanj, ki so zahtevana v členu 14.2.8.). Dovoljen je učinek ogledala<sup>1</sup> (»mirroring«), na primer izvedba z drugo nogo. Vrednost težavnosti

---

<sup>1</sup> Učinek ogledala pomeni, da je lahko npr. izvedba obratov/skokov izvedena z drugo nogo ali v različnih smereh v različnih podskupinah, vendar mora biti jasno vidna meja med podskupinami. Znotraj podskupine mora biti prvina

gibanja šteje le v primeru, da vsi tekmovalci prvino izvedejo pravilno (v skladu z normativi in definicijami).

- Ista prvina lahko kot prvina težavnosti šteje le enkrat v parterni sestavi. Če je prikazana drugič, se vrednost težavnosti ne upošteva. Če se vrednost težavnosti ob prvem prikazu prvine ne upošteva, ker na primer nekdo prvine ni izvedel pravilno, se lahko ovrednoti ponovno, če je prvina še enkrat prikazana kasneje med sestavo. Med seštevanjem vrednosti težavnosti (DV) sodniki vedno odločijo v dobro skupine.
- Obrati, skoki, prvine ravnotežja/moči in akrobatske prvine, ki so vključeni v vrednost težavnosti (DV – difficulty value), morajo imeti različne številke prvin.  
Primer: P201 + P401 = 0,6 (DV obrata je 0,6.)
- Prvine, ki so izbrane za povezave, lahko štejejo tudi kot prvine težavnosti (na primer dva povezana skoka lahko štejeta kot skoka v vrednosti težavnosti **in** kot prvine povezave v vrednosti za kompozicijo).
- Pred prvino težavnosti niso dovoljeni več kot trije koraki (hoja/tek).

#### 14.2.2. Prvine težavnosti

V parterni sestavi je lahko težavnost izračunana iz največjega števila prvin v naslednjih šestih skupinah:

- obrati	2
- skoki	2
- prvine ravnotežja/moči	2
- akrobatske prvine	2
- kombinacije prvin	1
- skupinska prvina	1

#### 14.2.3. Obrati (P – fra. pirouettes)

Dva različna obrata lahko štejeta kot različna težavnost.

**Opredelitev obrata – za pridobitev težavnosti:** najmanj vrtenje za 360° na eni nogi brez vmesnih poskokov. Vrtenje mora biti dokončano, orientacija je položaj bokov. Obrat je dokončan, ko je vrtenja konec in/ali se nožena noga dotika tal ter tekmovalec preide v stojo na obeh nogah.

Vsi tekmovalci obrat izvajajo hkrati ali v zelo kratkem presledku. Vsi tekmovalci v isti podskupini (2 ali več tekmovalcev) morajo izvesti obrat v isti smeri (podskupine naj bodo ločene z vsaj dvakratno razdaljo med tekmovalci). Nepravilen položaj telesa lahko zmanjša oceno težavnosti (DV).

Izvedba: Obrati morajo biti izvedeni v vzponu. V nasprotnem primeru bo vrednost prvine priznana za težavnost, vendar z odbitkom za izvedbo.

#### 14.2.4. Skoki brez vrtenja okoli čelne osi (J – ang. jumps)

Dva različna skoka brez vrtenja okoli čelne osi lahko štejeta kot različna težavnost.

---

izvedena z isto nogo v isti smeri. Izvedba obratov v krogu, kjer gledajo vsi v notranjost kroga ali iz njega, ni dovoljena (Sjöstrand, osebna komunikacija, april 2014).



### **Opre delitev skokov brez vrtenja okoli čelne osi – za pridobitev težavnosti:**

V fazi leta skoka mora biti prepoznan položaj telesa. Vrednost težavnosti prvine določajo položaj telesa v fazi leta, obrati in doskok. Skok morajo izvesti vsi tekmovalci istočasno. Pred skokom so dovoljeni največ 3 koraki (tek/hoja).

Izvedba: Upošteva se nadzor telesa, amplituda, višina, parabola leta in doskok.

### **14.2.5. Prvine ravnotežja/moči (B/Po – ang. balance/power elements)**

Dve različni prvini ravnotežja/moči lahko štejeta kot različna težavnost.

**Opre delitev prvin ravnotežja in moči:** tekmovalci morajo prvine moči in ravnotežja izvesti istočasno.

#### **Prvine ravnotežja – za pridobitev težavnosti:**

Položaj, kjer tekmovalec celotno telo obdrži v *statičnem položaju* vsaj dve sekundi brez nadaljnjih gibanj, mora biti prepoznan.

#### **Prvine moči – za pridobitev težavnosti:**

Vidno mora biti nadzorovano gibanje z neprekinjeno uporabo moči. Začetni in končni položaj morata biti jasna, drža dveh sekund ni potrebna.

### **14.2.6. Premeti, salti (A – ang. acrobatic elements)**

Za vrednost težavnosti lahko štejeta dve različni akrobatski prvini. Akrobatske prvine morajo biti v prepoznavnih določilih gimnastike. Tekmovalci morajo akrobatske prvine izvesti istočasno.

### **14.2.7. Povezave prvin (C – ang. combination)**

#### **14.2.7.1. Splošno**

**Za pridobitev težavnosti:** povezava prvin lahko šteje le kot neposredna povezava dveh različnih prvin. Vrednost dveh povezanih prvin se sešteje (na primer: 0,4 + 0,2 = 0,6). Prvina, ki šteje kot povezava, lahko šteje tudi kot vrednost težavnosti. Na primer dva povezana skoka – če skok raznožno šteje kot del povezave, lahko isti skok šteje tudi kot skok.

Povezave prvin morajo biti **neposredne**. Neposredne povezave so tiste, v katerih so prvine prikazane:

- brez prekinitve med prvinami,
- brez izgube ravnotežja (npr. poskakovanjem) med prvinami,
- brez dodatnih korakov.

Povezave prvin so lahko izvedene le znotraj določenih skupin prvin: obrati, skoki, prvine ravnotežja, prvine moči in akrobatske prvine ali mešana povezava teh skupin prvin. Povezave morajo biti izvedene istočasno.

#### **14.2.7.2. Povezave obratov**

Povezava dveh različnih obratov (z različnimi številkami prvin). Povezava obratov v kombinaciji se lahko izvede brez dodatnega/vmesnega koraka (ampak z vmesnim dotikom pete stoječe noge) ali z enim vmesnim korakom. Na primer v prvem obratu je leva noga oporna, desna pa nožena, sledi korak na desno nogo in drugi obrat z desno nogo kot oporno in z noženo levo nogo.

#### **14.2.7.3. Povezave skokov**

Povezave dveh zaporednih različnih skokov z največ enim vmesnim korakom. Na primer skok prednožno zanožno z doskokom na desno nogo, korak naprej in odziv z levo nogo v skok strižno.

#### **14.2.7.4. Povezave prvin ravnotežja**

Povezava dveh različnih oblik prvin ravnotežja. Povezava je izvedena z ohranjanjem opore na isti stojni nogi ali rokah. Mogoče je spremeniti postavitev opore: a) z dlani na stopalo, b) s stopala na dlani ali c) s stopala ali dlani na dlani in stopalo (ali obratno, na primer iz stoje na rokah v most) med povezavo brez vmesnih opornih gibanj z nogami ali rokami.

#### **14.2.7.5. Povezave prvin moči**

Povezava dveh različnih prvin moči. Povezava je izvedena z ohranjanjem opore na rokah v obeh prvinah, brez vmesnih opornih gibanj z rokami

#### **14.2.7.6. Povezave akrobatskih prvin**

Povezava dveh različnih akrobatskih prvin. Povezava je izvedena brez vmesnih korakov med doskokom in odzivom, obe nogi se v povezavi le enkrat dotakneta tal (na primer rondat – premet nazaj).

#### **14.2.7.7. Mešane povezave**

Povezava med težavnostmi mešanih povezav dveh prvin je izvedena brez vmesnih korakov, če je to mogoče, sicer je dovoljen le en vmesni korak.

Če skupina izvede več kot eno povezavo prvin, bo le povezava z najvišjo vrednostjo štela za povezavo v težavnosti.

Izvedba vsake prvine znotraj povezave mora biti v skladu s poznano tehnično izvedbo v gimnastiki in njenimi definicijami; v nasprotnem primeru se zniža vrednost povezave ali povezava ni priznana.

### **14.2.8. Skupinske prvine**

To so prvine med tekmovalci, pri katerih VSI člani skupine sodelujejo in prvino izvedejo skupaj ali istočasno drug ob drugem. Priti mora do sodelovanja med tekmovalci. Gibanje je lahko izvedeno v parih, večjih skupinah ali v eni skupini. Lahko je dvig, met, opora ali na primer skupinsko delo (npr. skoki/akrobatske prvine drug čez drugega).

Skupinska prvina lahko le enkrat šteje v vrednost težavnost, in sicer dobi vrednost 1.0 točke.

Če skupinska prvina ni izvedena v skladu z definicijo, je vrednost težavnosti 0.

## **14.3. IZVEDBA (10.0)**

### **14.3.1. Splošno**

Med sodniškim računanjem ocene se odbitki za izvedbo računajo od 10 točk. Vse odbitke v izvedbi sodniki upoštevajo glede na naslednje skupine napak:

- majhne - 0,1
- srednje - 0,2
- velike - 0,3/0,5/1,0

Vsak sodnik poda oceno na 0,1 točke natančno.

## **14.3.2. Opredelitve napak v izvedbi**

### **14.3.2.1. Natančnost v postavitvah**

Vse postavitve morajo biti natančne (na primer v ravnih linijah, če je tak namen).

Vsakič, ko je tekmovalec izven formacije, se odbije 0,1 točke na tekmovalca.

### **14.3.2.2. Skladnost skupine**

Tekmovalec, čigar izvedba se časovno ne ujema s skupino, dobi odbitek 0,1 ali 0,2.

Tekmovalec, čigar izvedba se v gibanju ne ujema s skupino, dobi vsakič odbitek 0,3.

Odbitki 0,1, 0,2 ali 0,3 vsakič, ko tekmovalec ni usklajen s formacijo.

### **14.3.2.3. Prestopi**

Gibanje izven določenega območja parterja (14 x 18 m), kar pomeni dotik parterja s katerimkoli delom telesa **izven** mejnih črt, šteje kot odbitek, in to vsakič 0,1 točke, ne glede na to, koliko tekmovalcev je izven območja. Oznake območja (bele črte) so še v tekmovalnem območju.

Odbitek vsakič 0,1 na skupino.

### **14.3.2.4. Izvedba prvin težavnosti**

Prvine morajo biti izvedene v skladu z opredeljenimi zahtevami. Nekatere tehnične zahteve so opredeljene v preglednici težavnosti v Dodatku A4.

Odbitki 0,1, 0,2 ali 0,3 vsakič na tekmovalca.

### **14.3.2.5. Enotnost pri izvajanju**

Skupina mora izvesti iste gibe in prvine na popolnoma enak način, razen če koreografija jasno ne zahteva drugače. Prvine težavnosti, ki štejejo v DV, morajo biti izvedene enako, na primer v prvini P201 mora biti nožena noga na enakem mestu pri vseh tekmovalcih skupine.

Odbitki so 0,1 ali 0,2 vsakič na tekmovalca.

### **14.3.2.6. Odbitki za dinamiko**

Skupina mora prikazati sestavo z dinamično izvedbo. Dinamična izvedba vključuje dober ritem in čut za delovanje v skladu s silo teže (dvigovanje in spuščanje). Gibanje mora biti povezano tekoče, logično in naravno. Tekmovalec mora izkoristiti hitrost gibanja iz predhodnega gibanja/prvine, ne da bi se ustvarila »nova« sila. Ne sme biti nenamernih prekinitev za pripravo na gibanje. Vsa gibanja in prvine morajo zadostiti dinamični izvedbi. Gibanja, ki so izvedena samo z rokami ali nogami, brez vključenega gibanja s trupom, vedno štejejo kot odbitek, vsakič po 0,1 točke.

Odbitki za pomanjkanje dinamične izvedbe se odštejejo vsakič 0,1 na skupino.

### **14.3.2.7. Razpon in lepota izvedbe gibanja**

Prvine in gibanja morajo biti izvedena z optimalno amplitudo. Vse prvine in gibanja morajo biti izvedena v telovadni drži. Razpon mora biti viden pri vsaki prvini skozi celotno sestavo.

Odbitki so 0,1 vsakič na tekmovalca.

#### **14.3.2.8. Ravnotežje in nadzorovana izvedba gibanja**

Sestava na parterju mora biti prikazana nadzorovano in v ravnotežju. V nasprotnem primeru sledi odbitek za dodatne korake, skoke ter gibanja nog in rok za ohranitev ravnotežja, dodatne opore z rokami ali padec.

Odbitki so 0,1, 0,2 ali 0,3 vsakič na tekmovalca.

#### **14.3.2.9. Prekinitev parterne sestave**

Če tekmovalec preneha z izvajanjem parterne sestave in odide s parternega območja, sledi odbitek.

Odbitek je 0,5 na tekmovalca.

#### **14.3.2.10. Napačno število tekmovalcev**

V primeru, da v parterni sestavi nastopa preveč ali premalo tekmovalcev ali da število žensk in moških v mešani skupini ni enako, sledi odbitek. Če je število napačno zaradi poškodbe med parterno sestavo, ni odbitka.

Odbitek je 1,0 točke za vsakega manjkajočega tekmovalca.

Če je po prekinitvi sestave manj kot 8 tekmovalcev na parterju, sledi odbitek za napačno število tekmovalcev v skupini.

### **14.3.3. Odbitki za izvedbo (E komisija – vsakič)**

<b>Napake v izvedbi (10,0)</b>	<b>Majhne 0,1</b>	<b>Srednje 0,2</b>	<b>Velike 0,3 ali več</b>
Natančnost v postavitvah	X		
Neskladnost skupine	X	X	X
Prestopi	X		
Prvine težavnosti	X	X	X
Neenotnost	X	X	
Ni dinamične izvedbe	X		
Razpon in lepota izvedbe gibanja	X		
Ravnotežje in nadzor gibanja	X	X	X
Prekinitev parterne sestave			0,5
Napačno število tekmovalcev			1,0

Specifična tehnična določila in odbitki so v Dodatkih A4 in A5.

#### **14.3.4. Dodatne točke za izvedbo – popolna predstavitev**

Če je sestava na parterju v celoti ali deloma izvedena z odlično spretnostjo ali če je skupina občutno navdušila gledalce, je lahko skupina nagrajena z dodatnimi točkami. Te točke se lahko dodajo po 0,2 točke za del sestave ali 0,2 točke za celotno sestavo. Maksimalne dodatne točke so 0,2/sestavo.

Dodatne točke so dodane s strani vsakega sodnika za izvedbo (E) v njegovo oceno.

#### **14.3.5. Odbitki glavnega sodnika za izvedbo (E1)**

##### **14.3.5.1. Obnašanje trenerja**

Trenerji med sestavo tekmovalcem ne smejo dajati vidnih ali govornih napotkov. V primeru, da želi trener prekiniti sestavo zaradi tehničnih razlogov ali poškodbe, ni odbitkov.

Odbitek glavnega sodnika za dajanje napotkov je 0,3 točke od končne ocene.

#### **14.3.5.2. Neprimerna oblačila**

Če dresi tekmovalcev in oblačila trenerjev niso v skladu s členom 8.2., sledi odbitek. Odbitek skupina prejme tudi zaradi:

- obutve (če ni usklajena celotna skupina),
- ohlapnih delov,
- poslikave telesa,
- oglaševanja, ki ni v skladu s pravili FIG/UEG.

Odbitek glavnega sodnika za neprimerno oblačilo je 0,3 točke od končne ocene.

#### **14.3.5.3. Nakit**

Tekmovalci ne smejo nositi nakita, ki ni v skladu z navodili v členu 8.2.

Odbitek glavnega sodnika za neprimeren nakit je 0,3 točke od končne ocene.

#### **14.3.5.4. Povoji**

Povoji (vključno s sklepnimi oporniki) morajo biti varno pritrjeni in neopazni oziroma v barvi kože ali dresa v skladu s členom 8.2.

Odbitek glavnega sodnika za neprimerno uporabo povojev je 0,3 točke od končne ocene.

#### **14.3.5.5. Obnašanje skupine**

Odbitek se dodeli, kadar:

- vstop v dvorano ni v skladu s pravili,
- ni lahkotnega teka na začetno postavitvev na parterju,
- je uporabljena glasba pri vstopu v dvorano,
- se zamenja tekmovalca med parterno sestavo.

Odbitek glavnega sodnika za neupoštevanje navodil je 0,3 točke za navodilo od končne ocene.

<b>Odbitki glavnega sodnika</b>	
Obnašanje trenerja	0,3
Neustrezna oblačila	0,3
Nakit	0,3
Povoji	0,3
Obnašanje skupine (za vsako pravilo)	0,3

### **14.4. KOMPOZICIJA (4,0)**

#### **14.4.1. Splošno**

Največji odbitek za kompozicijo je skupaj 4,0 točke.

#### **14.4.2. Opredelitev odbitkov za kompozicijo**

##### **14.4.2.1. Trajanje sestave**

Časovna omejitev je 2.15 min do 2.45 min. Merjenje časa se začne z glasbo in konča, ko je zaključeno zadnje gibanje.

Prvine, prikazane po končanem času, bodo ovrednotene in ocenjene.

Odbitek za predolgo ali prekratko sestavo je 0,3.

Odbitek za zelo kratko sestavo je 2,0 (manj kot 2 min).

#### **14.4.2.2. Glasba**

Celotna sestava je izvedena na poljubno glasbo. Glasba mora biti instrumentalna, brez besedila. To pomeni brez besed, četudi ne vemo, kaj besede pomenijo. Človeški glas je lahko uporabljen kot instrument. Na primer mrmranje in žvižganje.

Odbitek 0,3 za manjkajočo glasbo ali glasbo z besedilom.

#### **14.4.2.3. Postavitve**

*Število postavitvev:*

Parтерна sestava mora vsebovati vsaj 6 postavitvev.

Odbitek 0,1 za vsako manjkajočo postavitev od 6.

*Oblike postavitvev:*

Oblike postavitvev se morajo spreminjati. Prikazati morajo najmanj dve različni postavitvi v krožnih oblikah (npr. dva različna kroga kot dve različni krožni postavitvi). Štejejo tudi premikajoče krožne postavitve. Različne oblike postavitvev morajo biti označene na ocenjevalnem obrazcu.

Odbitek 0,1 za vsako manjkajočo krožno postavitev.

*Velikost postavitvev:*

Velikost postavitvev se mora spreminjati.

Velike postavitve: Skupina mora prikazati vsaj eno veliko postavitev, kjer vsi tekmovalci tvorijo eno obliko in ne več majhnih skupin. Velikost postavitve mora biti vsaj od ene do druge strani parterja in od spredaj nazaj (ne več kot 1,5 m od roba). Diagonalna linija od kota do kota ne šteje kot velika postavitev.

Majhne postavitve: Izvesti morajo vsaj eno majhno (kompaktno) postavitev, ne večjo kot 4 x 4 m.

Odbitek 0,1 za manjkajočo veliko postavitev.

Odbitek 0,1 za manjkajočo majhno postavitev.

#### **14.4.2.4. Prehodi**

Prehodi so tiste prvine/gibanja, ki so vključeni oz. predstavljajo premike v prestavljanju iz ene postavitve v drugo ali pripravo za izvedbo skupinske prvine.

*Kvaliteta prehodov:*

Prehodi morajo biti izvedeni v skladu z ritmičnimi in koreografskimi zahtevami, sicer sledi odbitek 0,1.

*Lahkoten prehod:*

Prehodi med postavitvami in pred ter po skupinski prvini morajo biti načrtovani tako, da jih lahko tekmovalci izvedejo lahkotno in brez dodatnih/velikih korakov.

Odbitek za nelahkoten prehod v postavitev ali skupinsko prvino je 0,1 vsakič na tekmovalca.

#### **14.4.2.5. Prehodi ritmičnih zaporedij**

Parтерна sestava mora vključevati vsaj eno serijo najmanj 8 različnih gibanj ali prvin. Celotna skupina mora predstaviti enako zaporedje. Med zaporedjem se morajo vsi tekmovalci gibati skupaj istočasno po parternem območju (približno 10 metrov od začetne točke). Zaporedje kot celotna sestava mora imeti ritmično in gimnastično vrednost, kjer so aktivna stopala in celotno telo. Prikazano mora biti aktivno in izrazno delo nog. Dovoljena je izvedba obratov, skokov brez vrtenja okoli čelne osi in premetov, saltov kot prvin težavnosti, ki predstavljajo del zaporedja. Zaporedje mora vsebovati tudi vsaj eno spremembo tempa.

Odbitek 0,2 za neopazno in neizrazno ritmično zaporedje.

Odbitek 0,2 za pomanjkanje gibanja po celotnem parternem območju med ritmičnim zaporedjem.

Odbitek 0,2 za pomanjkanje spremembe tempa v ritmičnem zaporedju.

Odbitek 0,6 za popolnoma izpuščeno ritmično zaporedje (brez drugih odbitkov).

Ritmično zaporedje mora biti prikazano v ocenjevalnem obrazcu s črkami »RS« (ang. rhythmic sequence).

#### **14.4.2.6. Osi gibanja**

Sestava mora vsebovati gibanje tekmovalcev v dveh različnih oseh : čelni in dolžinski osi<sup>2</sup>. Prikazano mora biti vsaj eno zaporedje kombinacije treh različnih gibanj/prvin v vsaki osi. Vmesni koraki so dovoljeni. Akrobatske prvine ne morejo biti uporabljene za gibanje naprej, nazaj ali v stran. Gibanje v različnih oseh je lahko vključeno v ritmično zaporedje. Vsi tekmovalci morajo izvesti gibanje v obeh oseh istočasno.

Odbitek za manjkajočo os (čelno, dolžinsko ali globinsko) je 0,2 na os.

Osi morajo biti v ocenjevalnem obrazcu prikazane s puščicami (→, ←, ↑, ↓).

#### **14.4.2.7. Zahtevani položaji v gibanjih**

Zahteva po uporabi različnih gibanj v različnih položajih, npr. gibanje v leži, v sedju, v stoji in poskoki med celotno parterno sestavo. Uporaba različnih položajev je lahko vključena v ritmično zaporedje. Za izpolnitev zahteve morajo vsi tekmovalci istočasno izvesti gibanja v določenih položajih.

Za vsak izpuščen položaj je odbitek 0,2.

#### **14.4.2.8. Smeri gibanja**

Sestava mora vključevati gibanje tekmovalcev v 3 različnih smereh (naprej, nazaj in levo ALI desno). Diagonalne smeri niso zahtevane in niso upoštevane. Gibanje v različne smeri je lahko vključeno v ritmično zaporedje. Vsi tekmovalci morajo za zadostitev zahteve izvesti gibanja istočasno v različnih smereh. To ne pomeni, da mora biti celotna sestava izvedena z gibanjem vseh tekmovalcev v isti smeri istočasno.

Odbitek 0,2 točke na manjkajočo smer gibanja.

Smeri gibanja morajo biti prikazane v ocenjevalnem obrazcu z znaki: <, >, ^, v

---

<sup>2</sup> Gibanje v dolžinski osi pomeni vrtenje okoli dolžinske osi, npr. obrati.

Gibanje v čelni osi pomeni vrtenje okoli globinske osi, npr. prevali in salti v smeri naprej in nazaj.

#### 14.4.2.9. Skladnost gibanja in glasbe

Obstajati mora povezava med glasbo in gibanjem. Sestava mora dajati občutek, »vidiš, kar slišiš in slišiš, kar vidiš«. Če je glasba predvajana le kot ozadje, sledi odbitek 0,3 točke.

Odbitek 0,1 ali 0,3 je enkratni za gibanja, ki niso v skladu z glasbo.

V sestavi ne sme biti nenamernih prekinitev, kjer tekmovalci čakajo glasbo.

#### 14.4.4. Povzetek odbitkov za kompozicijo (C komisija)

Odbitki za kompozicijo (4,0)	Odbitki
Trajanje sestave	
Predolga/prekratka sestava	0,3
zelo kratka sestava (manj kot 2 min)	2,0
Glasba	
Odsotnost glasbe ali glasba z besedilom	0,3
Postavitve	
Vsaka manjkajoča zahtevana postavitev	0,1
Vsaka manjkajoča krožna postavitev	0,1
Manjkajoča velika postavitev	0,1
Manjkajoča mala postavitev	0,1
Prehodi	
Pomanjkanje telovadnega znanja	0,1 vsakič
Ni lahkotnosti v prehodih	0,1 vsakič na tekmovalca
Prehodi v ritmičnem zaporedju	
Ni jasnega in vidnega ritmičnega zaporedja	0,2
Ni gibanja po celotni površini parterja	0,2
Ni spremembe tempa	0,2
Popolnoma izpuščeno ritmično zaporedje	0,6
Osi gibanja	
Manjkajoča raven gibanja (naprej, nazaj, vstran)	0,2 na manjkajočo raven
Zahtevani položaji v gibanjih	
Niso uporabljeni vsi položaji	0,2 za vsak manjkajoč nivo
Smeri gibanja	
Manjkajoča smer gibanja	0,2 za vsako manjkajočo smer
Gibanja skladno z glasbo	
Gibanja niso v skladu z glasbo	0,1
Glasba samo za ozadje	0,3



## **15. AKROBATIKA**

### **15.1. ZAHTEVE NA ORODJU**

#### **15.1.1. Splošno**

- Vsaka skupina nastopi v treh različnih akrobatskih serijah skupine:  
prva serija: vsi tekmovalci izvedejo popolnoma enako akrobatsko serijo (»skupinska serija«, glej 15.4.3.);  
druga serija: vsi tekmovalci izvedejo enako akrobatsko serijo ali stopnjujejo težavnost;  
tretja serija: vsi tekmovalci izvedejo enako akrobatsko serijo ali stopnjujejo težavnost.
- Pri vrtenjih v dvojnih ali trojnih saltih z manj kot tremi obrati v skupinski seriji morajo tekmovalci v vsakem saltu izvesti enako število obratov.
- Tekmovalci morajo prikazati čim bolj različne prvine v serijah (glej 15.4.4.).
- Vrednosti težavnosti za veljavne osnovne prvine so v členu 15.2.2. z dodatnimi vrednostmi v členu 15.2.3.
- V vsaki seriji skupine lahko nastopijo drugi tekmovalci iz skupine.
- Vsaka posamezna serija v članski kategoriji mora vsebovati kombinacijo vsaj treh akrobatskih prvin brez vmesnih korakov ali prekinitev. Prvine, prikazane po prekinitvi, padcu ali vmesnem koraku, ne štejejo v oceno za izvedbo (E), težavnost (D) ali kompozicijo (C).
- V mladinski kategoriji je dovoljena ena serija skupine z vsaj dvema akrobatskima prvinama brez vmesnih korakov ali prekinitev. Ostali dve seriji skupine morata vsebovati vsaj po 3 akrobatske prvine, kot v članski kategoriji.
- Vsi tekmovalci akrobatike morajo nastopiti tudi v parterni sestavi, razen če imajo opravičilo zdravnika UEG zaradi poškodbe (kazen je diskvalifikacija).
- Skupina mora počakati zunaj tekmovalne arene in biti pripravljena na prihod v areno, ko jim organizatorji tekmovanja to določijo.
- Tekmovalni nastop se začne na začetni točki zaleta, ko glavni sodnik akrobatike (E1) pokaže zeleno zastavico.  
Označevanje zaleta z oblačili ali drugimi stvarmi na akrobatski stezi ni dovoljeno. Ob strani zaletišča je na tleh pritrjen merilni trak. Meri se razdalja od začetka doskočišča.
- Izvedba trojnih saltov zahteva pisno dovoljenje Nacionalne zveze tekmovalca.

### **15.2. TEŽAVNOST (ODPRTA VREDNOST)**

#### **15.2.1. Splošno**

- Vrednosti težavnosti najpogostejših prvin so prikazane v preglednici težavnosti (Dodatek A2).
- Težavnost vsake serije ni omejena.
- Vrednost težavnosti posameznih serij je izračunana iz treh različnih prvin z najvišjo vrednostjo težavnosti.
- Izvedba le ene ali dveh prvin bo ovrednotena glede na prikazano.

- Vrednost položaja telesa in obratov je dodana vsaki osnovni prvini, da se izvedeni prvini dodeli vrednost težavnosti. Glej Dodatek A4 za prepoznavo prvin.
- Vrednost položaja telesa v dvojnih in trojnih saltih je vsota vrednosti za položaj vsakega salta. Primer: stegnen položaj v prvem saltu in sklonjen položaj v drugem saltu prejme 0,15 + 0,10 dodane vrednosti za položaj telesa, kar je dodano vrednosti za dvojni salto nazaj, to je 0,60, skupaj ima torej prvina vrednost 0,85.
- Trojni salti z doskokom v smeri naprej («slepi» doskoki, npr. trojni salto naprej, trojni salto nazaj z obratom za 180° ali za 540°) dobijo 0 točk za težavnost.
- Vrtenje za več kot pol obrata v saltu šteje kot skrčeni ali kot stegnjeni salto z obrati, nikoli kot sklonjeni.
- Vse prvine so ponovno ovrednotene glede na dejanski prikaz – razen v prvi skupinski seriji. Če tekmovalec ne izvede popolnoma enake serije kot večina v prvi seriji, dobi tekmovalec 0 točk za težavnost.
- Če doskok ni izveden najprej na stopala, bo prvina ovrednotena z 0 točkami za težavnost. Dejansko število izvedenih saltov in polovičnih obratov šteje v vrednost za kompozicijo.
- Prvine, izvedene s pomočjo trenerja, bodo ovrednotene z 0 točkami za težavnost (glej tudi izvedbo 15.3.2.8.).
- Če tekmovalec izvede samo zalet, bo ovrednoten z 0 točkami za težavnost.
- Za določitev vrednosti skupine se vrednosti težavnosti 6 posameznih serij v akrobatski seriji skupine seštejejo in tvorijo oceno za serijo skupine. Nato se izračuna povprečje vseh 3 serij skupine in spusti na najbližjo vrednost na 0,1 točke natančno.

### 15.2.2. Osnovne vrednosti prvin

Smer	Osnovna prvina	Vrednost
Naprej	Premet vstran	0,05
	Premet naprej	0,20
	Premet prosto	0,20
	Salto naprej	0,25
	Dvojni salto naprej	0,80
	Trojni salto naprej	ni dovoljen
	Nazaj	»Rondat«
Premet nazaj		0,15
Tempo premet		0,20
Salto nazaj		0,20
Arabski salto		0,25
Dvojni arabski salto		0,70
Dvojni salto nazaj		0,60
Trojni salto nazaj*		1,60

\*Prikaz trojnega salta nazaj zahteva pisno dovoljenje Nacionalne Zveze tekmovalca.

### 15.2.3. Dodatne vrednosti prvin

Položaj telesa / obrat	Enojni salto	Dvojni salto	Trojni salto
Sklonjen (vsak salto)	0,05	0,10	0,10
Stegnjen (vsak salto)	0,10	0,15	0,25
Obrat za 180° (za vsake pol obrata)	0,05	0,10	0,15
Dodatna vrednost za vsak dokončan salto s celim obratom (vsak za 360°)	0,05	0,05	0,10
Serija z dvema povezanima saltoma	0,20		

\*Dodatne vrednosti štejejo samo med prvinami, ki so vključene v vrednost za težavnost.

## 15.3. IZVEDBA (10,0 TOČK)

### 15.3.1. Splošno

- V vsaki akrobatski seriji nastopi 6 članov skupine.
- V mešanih skupinah mora nastopiti enako število tekmovalcev in tekmovalk v vsaki seriji.
- Trener (samo eden) mora biti prisoten na doskočišču za varovanje, po možnosti na drugi strani, kot so sodniki. Trenerju je dovoljeno stopiti na akrobatsko stezo.
- Trener, ki stoji na doskočišču, mora pravilno ukrepati v primeru nevarnih situacij.

### 15.3.2. Definicije napak za izvedbo

- Med računanjem sodniških ocen se odbitki odštevajo od 10 točk glede na 15.3.2.1-15.3.2.13. Vsak sodnik E predloži svojo oceno, ki je povprečje njegovih treh ocen, zaokroženo na najbližjo desetinko natančno.
- Napake v izvedbi so podrobneje opisane v preglednici splošnih napak in odbitkov v Dodatku A5.
- Odbitki za izvedbo v vsaki seriji se izračunajo kot vsota odbitkov posameznih serij vseh tekmovalcev. Manjkajoče prvine, izvedba samo zaleta in napačno število tekmovalcev se prav tako odbijejo.
- Nekateri odbitki se nanašajo na celotno serijo, medtem ko se nekateri nanašajo na določene prvine, kot so položaj telesa in obrati v izvedenih saltih. Za zadnji salto v posameznih serijah so določila za višino in dolžino, tako kot za položaj telesa na doskoku. Doskok mora biti nadzorovan, ampak lahko vsebuje gibanje naprej ali nazaj pod nadzorom.
- Vsaka prvina, prikazana po prekinitvi, padcu ali vmesnih korakih, ne šteje v izvedbo.

#### 15.3.2.1. Izguba hitrosti gibanja (do 0,5)

Izvajanje akrobatske serije mora ohranjati hitrost gibanja ali jo povečevati.

Odbitek 0,1, 0,2, 0,3 ali 0,5 vsakič za izgubo hitrosti / tekmovalca.

#### 15.3.2.2. Nenatančen položaj telesa v saltih (do 0,4 na tekmovalca in prvino)

Skrčen, sklonjen ali stegnjen položaj telesa v saltih mora biti izveden tako, da sta položaj telesa in tehnika jasno vidna z nogami in stopali skupaj, stopala in prsti morajo biti iztegnjeni.

Odbitek 0,1, 0,2 ali 0,3 na tekmovalca za prvino s prištetimi napakami za kot v bokih in kolenskem sklepu.

Odbitek 0,1 na tekmovalca za prvino z raznoženimi ali prekržanimi nogami in napake v položaju glave ali stopal.

### **15.3.2.3. Nepravilna tehnika obratov (do 0,3 na prvino, ki vključuje obrat)**

Obrati v saltih morajo biti izvedeni s primerno tehniko izvajanja obratov. Faza odziva mora biti jasno vidna in obrat mora biti dokončan pred doskokom. Roke morajo biti blizu telesa ali blizu osi vrtenja.

Odbitki: 0,1, 0,2, 0,3 na tekmovalca za prvino.

### **15.3.2.4. Nedokončani obrati (0,1 na prvino, ki vključuje obrat)**

Obrati v dvojnih in trojnih saltih z manj kot 3 obrati morajo biti izvedeni tako, da je število obratov v vsakem saltu jasno vidno.

Odbitek 0,1 vsakič na tekmovalca in prvino.

### **15.3.2.5. Prenizek ali predolg končni salto (do 0,4)**

Zadnja prvina v posameznih serijah je salto. Izveden mora biti na primerni višini in dolžini. Težišče telesa v zadnjem saltu mora biti dvignjeno vsaj za 1 ½ kratnik višine telesa tekmovalca in salto mora biti krajši od višine prvine.

Odbitek 0,1, 0,2 ali 0,3 na tekmovalca za prenizek končni salto.

Odbitek 0,1 na tekmovalca za predolg končni salto.

### **15.2.3.6. Položaj pri doskoku (do 0,3)**

Položaj telesa pri doskoku mora biti pokončen. Dovoljen je rahel upogib v kolenih in bokih.

Odbitek 0,1 za kot v bokih > 30°, 0,2 za kot > 60° in 0,3 za kot > 90° / tekmovalca.

Odbitek 0,1 za kot v kolenih > 30°, 0,2 za kot > 60° in 0,3 za kot > 90° / tekmovalca.

### **15.2.3.7. Odmik od sredinske črte akrobatske steze (do 0,2)**

Prvine morajo biti prikazane vzdolž sredinske črte steze, doskok mora biti na sredinsko črto doskočišča.

Odbitki: 0,1 za majhen odmik > 0,5 m in 0,2 za > 1 m na tekmovalca.

### **15.3.2.8. Pomanjkanje nadzora pri doskoku (1,5)**

Doskok mora biti nadzorovan in lahko vsebuje gibanje naprej ali nazaj pod nadzorom.

Odbitek 0,2 za izgubo nadzora na tekmovalca.

Odbitek 0,5 za padec z rahlim dotikom blazine z eno ali obema rokama na tekmovalca.

Odbitek 0,8 za padec (v sed, preval, itd.) ali oporo na roki na tekmovalca.

Odbitek 1,5 za doskok posameznega tekmovalca, ki ni izveden najprej na stopala.

### **15.3.2.9. Dejanja trenerja (do 1,0)**

Trener obvezno stoji na doskočišču in mora reagirati v primeru nevarnih situacij. Tam ni zato, da bi preprečil padec tekmovalca, ampak zato, da prepreči morebitne poškodbe tekmovalcev. Vsi dotiki trenerja pomenijo odbitek. Pomembna je razlika, če trener nudi zgolj oporo tekmovalcu ali mu dejansko pomaga pri izvedbi prvine.

Odbitek 0,8 za oporo tekmovalcu.

Odbitek 1,0 za pomoč posameznemu tekmovalcu za izvedbo prvine.

Odbitek 0,5 za nereagiranje v primeru nevarnih situacij.

### **15.3.2.10. Ni tekočega gibanja med tekmovalci v seriji (0,1)**

Gibanje med tekmovalci (čas/razdalja med vsakim tekmovalcem) mora biti čim bolj tekoče. Vsaj dva tekmovalca se morata gibati istočasno, vendar naslednjemu tekmovalcu ni dovoljeno začeti prve prvine, preden tekmovalec pred njim ne zaključi zadnje.

Odbitek: 0,1 za vsakič na tekmovalca.

### **15.3.2.11. Manjkajoča prvina v seriji (1,0 na manjkajočo prvino)**

V primeru, da tekmovalec izvede manj veljavnih prvin, kot je zahtevano (večinoma tri) v seriji (glej 15.1.1.), sledi odbitek. V mladinski kategoriji, kjer ena serija lahko vsebuje le dve prvini, sledi odbitek za manjkajočo prvino v primeru, da tekmovalec izvede manj kot dve prvini v seriji.

Odbitek 1,0 za manjkajočo prvino na tekmovalca.

### **15.3.2.12. Tekmovalec izvede samo zalet (3,0)**

V primeru, da tekmovalec izvede samo zalet in nobene veljavne prvine, sledi odbitek.

V tem primeru ni drugih odbitkov za izvedbo.

Odbitek 3,0 na tekmovalca

### **15.3.2.13. Napačno število tekmovalcev (3,0)**

V primeru, da v seriji nastopi preveč ali premalo tekmovalcev ali da v mešani skupini ne nastopijo trije tekmovalci in tri tekmovalke, sledi odbitek.

Odbitek 3,0 za manjkajočega oz. odvečnega tekmovalca/ko.

### **15.3.3. Povzetek odbitkov za izvedbo (komisija E - vsak posebej)**

<b>Odbitki za izvedbo (10,0)</b>	<b>Majhni 0,1</b>	<b>Srednji 0,2</b>	<b>Veliki 0,3 ali več</b>
Izguba hitrosti	X	X	0,3-0,5
Nejasen položaj telesa v saltih: - Napake v kotu v bokih in kolenih - Raznožene, prekrizane noge, stopala, napačen položaj glave	X X	X	0,3
Neprimerna tehnika obratov	X	X	0,3
Nedokončani obrati	X		
Prenizek ali predolg zadnji salto - Prenizek - Predolg	X X	X	0,3
Ni pokončnega položaja pri doskoku: - Boki in/ali kolena	X	X	0,3
Odmik od sredinske črte	X	X	
Izguba nadzora pri doskoku: - Izguba nadzora - Dotik z eno ali obema rokama - Padec - Doskok ni izveden najprej na stopala.			0,2 0,5 0,8 1,5
Dejanja trenerja: - Opora			0,8

- Pomoč pri izvedbi prvine			1,0
- Ne ukrepa v nevarnih situacijah.			0,5
Ni tekočega gibanja med tekmovalci	X		
Manjkajoča prvina v seriji			1,0
Tekmovalec izvede samo zalet.			3,0
Napačno število tekmovalcev			3,0 vsak

#### **15.3.4. Odbitki glavnega sodnika za izvedbo (E1)**

##### **15.3.4.1. Obnašanje trenerja**

Trenerjem ni dovoljeno dajati govornih ali vidnih napotkov tekmovalcem med akrobatsko sestavo. V primeru, ko trener zmoti sestavo zaradi tehničnih razlogov, v primeru poškodbe ali za nagovor poškodovanega tekmovalca, ni odbitka.

Odbitek glavnega sodnika za dajanje napotkov je 0,3 točke enkrat od končne ocene.

##### **15.3.4.2. Neprimerna oblačila**

Če dresi tekmovalcev in oblačila trenerjev niso v skladu s členom 8.2., sledi odbitek. Odbitek prejme skupina tudi zaradi:

- ohlapnih delov,
- poslikave telesa,
- oglaševanja, ki ni v skladu s pravili FIG/UEG.

Odbitek glavnega sodnika za neprimerno oblačilo je 0,3 točke od končne ocene.

##### **15.3.4.3. Nakit**

Tekmovalci in trenerji ne smejo nositi nakita, ki ni v skladu z navodili (člena 8.2 in 8.3).

Odbitek glavnega sodnika za neprimeren nakit je 0,3 točke od končne ocene.

##### **15.3.4.4. Povoji**

Povoji (vključno s sklepnimi oporniki) morajo biti varno pritrjeni ter v barvi kože ali dresa, ki ga prekrivajo, oziroma v skladu z naslovoma 8.2 in 8.3.

Odbitek glavnega sodnika za neprimerno uporabo poveljev je 0,3 točke od končne ocene.

##### **15.3.4.5. Obnašanje skupine**

Odbitek se dodeli, kadar:

- vstop v dvorano ni v skladu s pravili,
- se zalet označi z oblačili ali drugimi stvarmi,
- se sestava začne preden glavni sodnik (E1) pokaže zeleno zastavico,
- je med sestavo več kot 1 trener na doskočišču,
- trener zapusti doskočišče/akrobatsko stezo med sestavo.

Če trener zapusti doskočišče v primeru varovanja ali poškodbe, ni odbitka.

Odbitek glavnega sodnika za neupoštevanje navodil je 0,3 točke na navodilo od končne ocene.

<b>Odbitki glavnega sodnika</b>	
Obnašanje trenerja	0,3
Neustrezna oblačila	0,3
Nakit	0,3
Povoji	0,3
Obnašanje skupine	0,3

## **15.4. KOMPOZICIJA (2,0 TOČKE)**

### **15.4.1. Splošno**

- Vsaj ena akrobatska serija mora biti izvedena v smeri naprej in ena v smeri nazaj.
- V drugih serijah ni zahtev za smer izvajanja prvin in so lahko v smeri naprej, nazaj ali kombinacija prvin naprej in nazaj.
- Vsi tekmovalci morajo doskočiti zadnjo prvino na doskočišče.
- Po vsaki seriji skupine se tekmovalci skupaj vrnejo na začetek zaletišča za naslednjo serijo. Vsi tekmovalci se morajo vrniti skupaj, istočasno.
- Dodatni gimnastični/plesni gibi pred/med serijami niso dovoljeni.
- Celotna predstavitev je prikazana na glasbo (po izbiri), ki mora biti instrumentalna, brez besedila.
- Časovna omejitev je 2.45 min – merjenje časa se začne z začetkom glasbe in konča, ko zadnji tekmovalec doskoči v tretji seriji skokov.

### **15.4.2. Opredelitve odbitkov za kompozicijo**

Vsi odbitki za kompozicijo štejejo v oceno za kompozicijo. Maksimalni odbitek za kompozicijo je 2,0. Skupina si lahko »prisluži« več odbitkov, vendar lahko sodniki odbijejo le vrednost do omejitve.

Če ni določeno drugače, vse zahteve za kompozicijo štejejo, razen v primeru nastopa manj kot 6 tekmovalcev v seriji. V tem primeru ni odbitka za kompozicijo za manjkajočega tekmovalca glede na 15.4.3. in 15.4.4. Šteje dejansko število nastopajočih tekmovalcev, ki končajo serijo saltov in polovičnih obratov.

#### **15.4.2.1. Trajanje sestave (0,3)**

Časovna omejitev je 2.45 min. Čas se začne meriti z začetkom glasbe in konča z zaključeno zadnjo prvino.

Serije, prikazane po časovni omejitvi, bodo ovrednotene in ocenjene.

Odbitek za čas je 0,3 in šteje kot prekoračitev časa.

#### **15.4.2.2. Neprimerna glasba (0,3)**

Celotna sestava je izvedena na poljubno glasbo.

Glasba mora biti instrumentalna, brez besedila. To pomeni brez besed, četudi ne vemo, kaj besede pomenijo. Človeški glas je lahko uporabljen kot instrument, npr. mrmranje in žvižganje.

Odbitek 0,3 za manjkajočo glasbo ali glasbo z besedilom.

#### **15.4.2.3. Doskok zadnje prvine ni na blazine doskočišča (vsakič 0,1)**

Tekmovalci morajo zadnji skok končati na doskočišču.

Trak, ki povezuje doskočišče in akrobatsko stezo je del doskočišča.

Odbitek je 0,1 točke za vsak prestop.

#### **15.4.2.4. Ni skupnega lahkotnega teka nazaj med akrobatskimi serijami skupine (do 0,4)**

Po vsaki seriji skupine se morajo tekmovalci z lahkotnim tekom skupaj vrniti nazaj na začetek zaleta.

Odbitek v primeru, da ne tečejo nazaj, 0,2 enkrat.

Odbitek v primeru, da se ne vrnejo skupaj, 0,2 enkrat.

#### **15.4.2.5. Dodatna gibanja med serijami skupine (0,2)**

Dodatna gibanja (npr. ples, gimnastične ali dodatne koreografske prvine) pred/med serijami niso dovoljena.

Odbitek za dodatna gibanja, enkrat 0,2.

### **15.4.3. Skupinska serija in vrstni red posameznih serij znotraj serij skupine**

#### **15.4.3.1. Manjkajoča skupinska serija (0,2 na tekmovalca, ki serije ne izvede)**

V prvi skupinski seriji mora vsak tekmovalec izvesti enako serijo akrobatskih prvin. Imenovana je »skupinska serija« in ne vsebuje stopnjevanja težavnosti.

Odbitek 0,2 na tekmovalca, ki skupinske serije ne izvede.

#### **15.4.3.2. Nepravilen vrstni red v drugi in tretji seriji (0,1 na tekmovalca)**

V teh dveh serijah je tekmovalcem dovoljeno stopnjevanje težavnosti. Znotraj vsake serije morajo biti enojni salti izvedeni pred dvojnimi in dvojni salti pred trojnimi. Za enako število obratov v saltih (enojnih, dvojnih, trojnih) so tekmovalci razvrščeni glede na vrednosti težavnosti serij.

Odbitek 0,1 na tekmovalca, ki ni pravilno razvrščen.

### **15.4.4. Različne možnosti**

#### **15.4.4.1. Ponovitve serij (0,2 vsakič na tekmovalca)**

Če katerikoli tekmovalec prikaže enako serijo kot v prejšnji seriji, vsakokrat sledi odbitek 0,2 na tekmovalca.

Osnova za računanje odbitkov je serija skupine, v kateri je akrobatska serija največkrat prikazana. V tej seriji ni odbitkov. Edina izjema je lahko tekmovalec, ki prikaže napačno serijo v skupinski seriji. V kateremkoli drugem krogu sledi odbitek 0,2 na tekmovalca.

Odbitek 0,2 za vsakega posameznega tekmovalca.

#### **15.4.4.2. Manjkajoče serije v smeri naprej in nazaj (0,2 na tekmovalca)**

*Definicije serij v smeri naprej in nazaj ter kombiniranih serij*

- **Serije v smeri naprej:** tekmovalci prikažejo serijo v smeri naprej, če so VSE prvine v seriji izvedene v smeri naprej (16.2.2).
- **Serije v smeri nazaj:** tekmovalci prikažejo serijo v smeri nazaj, če so VSE prvine v seriji izvedene v smeri nazaj (glej 16.2.2.).
- **Kombinirane serije:** tekmovalci prikažejo kombinirano serijo, če ne ustreza zgornjim definicijam za seriji v smeri naprej ali nazaj.



Skupina mora prikazati vsaj eno serijo v smeri nazaj in eno serijo v smeri naprej. Odbitek je zasnovan glede na serijo, ki je najbližje tisti za izpolnitev zahteve.

Odbitek je 0,2 na tekmovalca za manjkajočo serijo v smeri naprej ali nazaj.

#### **15.4.4.3. Ni zadoščeno zahtevi z obrati (0,2 na tekmovalca)**

Skupina mora prikazati eno serijo, ki vsebuje vsaj eno prvino z obratom za 360° v enojnem saltu ali z obratom za 180° v dvojnem ali trojnem saltu. Osnova za odbitek je serija, v kateri obrat izvede večina tekmovalcev.

Odbitek 0,2 na tekmovalca.

#### **15.4.5. Povzetek odbitkov za kompozicijo**

<b>Vrsta napake</b>	<b>Odbitek</b>
<b>Splošno</b>	
Nepravilen čas	0,3
Napačna glasba	0,3
Doskok zadnje prvine ni na doskočišče	0,1 vsakič
Ni lahkotnega teka nazaj med serijami	
- Ni lahkotnega teka	0,2 enkrat
- Ne vrnejo se skupaj	0,2 enkrat
Dodatna gibanja pred/med serijami	0,2 enkrat
<b>Skupinska serija in vrstni red posameznih serij</b>	
Manjkajoča »skupinska serija«	0,2 na tekmovalca
Nepravilen vrstni red v 2. in 3. seriji	0,1 na tekmovalca
<b>Različne možnosti</b>	
Ponovitev serij	0,2 vsakič
Manjkajoča serija naprej/nazaj	0,2 na tekmovalca
Ni izpolnitve zahteve z obrati	0,2 na tekmovalca

## **16. SKOKI Z MALO PROŽNO PONJAVO**

### **16.1. ZAHTEVE NA ORODJU**

#### **16.1.1. Splošno**

- Vsaka skupina nastopi v treh različnih serijah:
  - prva serija: vsi tekmovalci izvedejo popolnoma enak skok (»skupinska serija«);
  - druga serija: tekmovalci izvedejo enak skok ali stopnjujejo težavnost;
  - tretja serija: tekmovalci izvedejo enak skok ali stopnjujejo težavnost.
- Pri vrtenjih v dvojnih ali trojnih saltih z manj kot tremi obrati v skupinski seriji morajo tekmovalci izvesti enako število obratov v vsakem saltu.
- Skupina mora v izbranih serijah prikazati čim bolj raznolike prvine (glej 16.4.4.).
  
- Vrednosti težavnosti za veljavne osnovne prvine so v naslovu 16.2.2. z dodatnimi vrednostmi v naslovu 16.2.3. Obstajajo ločene dovoljene osnovne prvine z mizo za preskok in brez nje.
- V vsaki seriji lahko nastopijo drugi tekmovalci skupine.
  
- Vsi tekmovalci na MPP morajo nastopiti tudi v parterni sestavi, razen z opravičilom zdravnika UEG zaradi poškodbe (kazen je diskvalifikacija).
- Skupina mora počakati izven tekmovalne arene in biti pripravljena na приход v areno, ko ji organizatorji tekmovanja to določijo.
- Tekmovalni nastop se začne z začetne točke zaleta, ko glavni sodnik akrobatike (E1) pokaže zeleno zastavico.
  
- Oznake z oblačili ali drugimi predmeti na zaletišču niso dovoljene. Merilni trak je pritrjen na tleh ob strani zaletišča. Meri razdaljo od začetka doskočišča.
- Izvedba trojnih saltov zahteva pisno dovoljenje Nacionalne zveze tekmovalca.

### **16.2. TEŽAVNOST (ODPRTA VREDNOST)**

#### **16.2.1. Splošno**

- Vrednosti težavnosti najpogostejših prvin so prikazane v preglednici težavnosti (Dodatek A3).
- Težavnost prvin ni omejena.
- Vrednost položaja telesa in obratov je dodana vsaki osnovni prvini in ji poveča vrednost. Glej Dodatek A4 za prepoznavo prvin.
  
- Vrednost težavnosti za položaj telesa v dvojnih in trojnih saltih je izračunana iz vsote vrednosti težavnosti za položaj telesa vsakega salta posebej (na primer: stegnjen položaj telesa v prvem saltu in sklonjen v drugem saltu znaša 0,15 in 0,10 dodatne vrednosti, ki je dodana vrednosti 0,55 za dvojni salto nazaj, kar skupaj znese 0,80 za vrednost težavnosti).
- Vrtenja z več kot pol obrata v saltih so upoštevana za skrčen ali stegnjen položaj telesa, nikoli sklonjen.

- Vse prvine so ponovno ocenjene glede na to, kaj je prikazano na tekmovanju. Izjema je prva (skupinska) serija skokov. Tekmovalec, ki ne izvede enakega skoka kot večina v prvi seriji, dobi 0 točk za težavnost.
- Če doskok ni izveden najprej na stopala, prvina šteje 0 točk za težavnost. Dejansko število prikazanih dokončanih saltov in polovičnih obratov šteje v vrednost za kompozicijo.
- Trojni salti z doskoki v smeri naprej (»slepi« doskoki, npr. trojni salto, trojni salto z obratom za 360°) so ovrednoteni z 0 točkami za težavnost.
- Če se tekmovalec z rokami ne dotakne mize za preskok, prvina šteje 0 točk za težavnost.
- Prvina, ki je izvedena tako, da trener tekmovalcu pomaga pri izvedbi, šteje 0 točk za težavnost (glej tudi izvedbo 16.3.2.8.).
- Če tekmovalec izvede samo zalet, šteje 0 točk za težavnost.
- Za končno oceno skupine se vrednosti težavnosti 6 skokov v seriji skupine seštejejo in tvorijo vrednost serije. Izračuna se povprečje vseh 3 serij skupine in zaokroži navzdol na najbližjo vrednost na desetinko natančno.

### 16.2.2. Osnovne vrednosti prvin

Skupina	Osnovna prvina	Vrednost
Brez mize za preskok	Salto	0,20
	Dvojni salto	0,55
	Trojni salto*	1,40
Z mizo za preskok	Premet naprej	0,40
	Premet salto naprej	0,80
	Premet dvojni salto naprej*	1,55
	Premet vstran z obr. za 90° naprej ali nazaj	0,35
	Skok z obr. za 180° premet nazaj	0,45
	Cukahara	0,70
	Dvojni Cukahara*	1,55

\*Prikaz trojnega salta zahteva pisno dovoljenje Nacionalne Zveze tekmovalca.

### 16.2.3. Dodatne vrednosti prvin

Položaj telesa / obrat	Enojni salto	Dvojni salto	Trojni salto
Sklonjen (vsak salto)	0,05	0,10	0,10
Stegnjen (vsak salto)	0,10	0,15	0,25
Obrat za 180°	0,05	0,10	0,15
Dodana vrednost za vsak dokončani polni obrat (vsak 360°)	0,05	0,05	0,10

Pri Cukahari in premet saltu naprej so uporabljene dodane vrednosti. Za dodatne podrobnosti glej Dodatek A3. V primeru Cukahar in premet salta naprej so uporabljene dodane vrednosti za dvojni salto. Za vrednost težavnosti šteje vrednost za položaj telesa v saltu dvakrat. V primeru dvojnega Cukahare in premet dvojnega salta naprej so uporabljene dodane vrednosti za trojne salte in vrednost za položaj telesa v prvem saltu šteje dvakrat.

## **16.3. IZVEDBA (10,0 TOČK)**

### **16.3.1. Splošno**

- V vsaki seriji skupine se predstavi le 6 tekmovalcev na skupino.
- Mešane skupine morajo imeti enako število tekmovalcev in tekmovalk.
- Dva trenerja (in samo dva) morata biti prisotna za varovanje na doskočni blazini.
- Trener, ki je prisoten za varovanje, mora primerno ukrepati v primeru nevarnih situacij.

### **16.3.2. Definicije napak za izvedbo (E)**

- Ocena za izvedbo (E) za vsako serijo je izračunana z odštevanjem odbitkov od 10,0 točk glede na zapisano pod 16.3.2.1-16.3.2.11. Vsak sodnik E poda oceno, ki je povprečje treh ocen serij na desetinko natančno.
- Napake v izvedbi so podrobneje opredeljene v preglednici splošnih napak in odbitkov v Dodatku A5.
- Odbitki za izvedbo za vsako serijo so izračunani kot vsota odbitkov za vse prvine tekmovalcev. Odbije se tudi napačno število tekmovalcev ali če tekmovalec izvede samo zalet.
- Zahteve veljajo tako za fazo leta kot za položaj telesa pri doskoku. Doskok mora biti nadzorovan, lahko pa vsebuje nadzorovana gibanja naprej ali nazaj.

#### ***16.3.2.1. Ni vidnega odziva s preskoka (do 0,5) – napaka samo ob uporabi mize za preskok***

Viden mora biti dvig/odriv rok z mize za preskok.

Odbitek 0,3, 0,4 ali 0,5 za tekmovalca, pri katerem ni viden odziv z mize.

#### ***16.3.2.2. Nenatančen položaj telesa v saltih (do 0,4)***

Skrčen, sklonjen ali stegnjen položaj v saltih mora biti izveden jasno in definirano sonožno ter z iztegnjenimi stopali.

Odbitek 0,1, 0,2 ali 0,3 za napake kota v bokih in kolenih posameznega tekmovalca.

Odbitek 0,1 / tekmovalca za prekrizane ali raznožene noge, nepravilno držo stopal in glave.

#### ***16.3.2.3. Neprimerna tehnika obratov (do 0,3 na prvino z obrati)***

Obrati v saltih morajo biti izvedeni s primerno tehniko izvajanja obratov. Faza odziva mora biti jasno vidna in obrat mora biti dokončan pred doskokom. Roke morajo biti blizu telesa ali osi rotacije.

Odbitki 0,1, 0,2 ali 0,3 na tekmovalca in prvino.

#### ***16.3.2.4. Nedokončani/nedefinirani obrati (0,1 na prvino, ki vsebuje obrat)***

Obrati v dvojnih in trojnih saltih z manj kot 3 obrati morajo biti izvedeni tako, da je število obratov v vsakem saltu jasno vidno.

Odbitek 0,1 na tekmovalca in prvino.

#### ***16.3.2.5. Prenizka ali predolga prvina (do 0,4)***

Prvine morajo biti izvedene na primerni višini in v primerni dolžini. Težišče telesa mora biti dvignjeno približno za 1,5-kratnik višine tekmovalca in salto mora biti krajši od višine izvedene prvine.

Odbitek 0,1, 0,2 ali 0,3 na tekmovalca za prenizko prvino.

Odbitek 0,1 na tekmovalca za predolgo prvino.

#### **16.3.2.6. Položaj pri doskoku ni vzravnani (do 0,3)**

Položaj trupa pri doskoku mora biti vzravnani. Dovoljen je rahel upogib v kolenih in bokih.

Odbitek 0,1 za kot v bokih > 30°, 0,2 za kot > 60° in 0,3 za kot > 90° na tekmovalca.

Odbitek 0,1 za kot v kolenih > 30°, 0,2 za kot > 60° in 0,3 za kot > 90° na tekmovalca.

#### **16.3.2.7. Odmik od sredinske črte (do 0,2)**

Prvine morajo biti prikazane vzdolž sredinske črte doskočišča in doskok mora biti na sredinsko črto doskočišča.

Odbitek 0,1 za majhen odmik > 0,5 m in 0,2 za > 1 m na tekmovalca.

#### **16.3.2.8. Pomanjkanje nadzora pri doskoku (do 1,5)**

Doskok mora biti nadzorovan in lahko vsebuje nadzorovano gibanje naprej ali nazaj.

Odbitek 0,2 na tekmovalca za izgubo nadzora.

Odbitek 0,5 za dotik blazine z eno ali obema rokama.

Odbitek 0,8 na tekmovalca za padec (v sed, preval, itd.).

Odbitek 1,5 na tekmovalca, če doskok ni izveden najprej na stopala.

#### **16.3.2.9. Dejanja trenerja (do 1,0)**

Trenerja obvezno stojita na doskočišču in sta dolžna reagirati v primeru nevarnih situacij. Nista prisotna zato, da bi preprečila padec tekmovalca, ampak zato, da preprečita morebitne poškodbe tekmovalcev. Vsi dotiki trenerja imajo za posledico odbitek. Gre za razliko, ali trener nudi oporo tekmovalcu ali mu dejansko pomaga pri izvedbi prvine.

Odbitek 0,8 za oporo tekmovalcu.

Odbitek 1,0 na tekmovalca za pomoč tekmovalcu za izvedbo prvine.

Odbitek 0,5 za ne reagiranje v primeru nevarnih situacij.

#### **16.3.2.10. Ni tekočega gibanja med tekmovalci v seriji (0,1)**

Gibanje med tekmovalci (čas/razdalja med vsakim tekmovalcem) mora biti čim bolj tekoče. Vsaj dva tekmovalca se morata gibati istočasno.

Odbitek 0,1 vsakič na tekmovalca.

#### **16.3.2.11. Tekmovalec izvede samo zalet (3,0)**

V primeru, da tekmovalec izvede samo zalet in nobene veljavne prvine po preglednici težavnosti, sledi odbitek za tek mimo orodja. V tem primeru ni drugih odbitkov za izvedbo.

Odbitek 3,0 na tekmovalca.

#### **16.3.2.12. Napačno število tekmovalcev (3,0)**

V primeru, da preveč ali premalo tekmovalcev nastopi v seriji ali da v mešani skupini ne nastopijo trije tekmovalci in tri tekmovalke, sledi odbitek.

Odbitek 0,3 za manjkajočega oziroma odvečnega tekmovalca.

### 16.3.3. Povzetek odbitkov za izvedbo (E komisija – vsak posebej)

Odbitki za izvedbo (10,0)	Majhni 0,1	Srednji 0,2	Veliki 0,3 ali več
Ni vidnega odriva z orodja			0,3, 0,4, 0,5
Nejasen položaj telesa v saltih - Napake za kot v bokih in kolenih - Raznoženje, prekrižane noge, napačna drža stopal in glave	X  X	X	0,3
Napačna tehnika obratov	X	X	X
Nedokončani obrati	X		
Prenizka ali predolga prvina: - prenizka, - predolga	X X	X	0,3
Trup ni vzravnani pri doskoku (boki, kolena)	X	X	0,3
Odmik od sredinske črte	X	X	
Izguba nadzora pri doskoku - Izguba nadzora - Rahel dotik z eno ali obema rokama - Padec - Doskok ni izveden najprej na stopala			0,2 0,5 0,8 1,5
Dejanja trenerja - Opora - Pomoč pri izvedbi - Ne ukrepa v primeru nevarnih situacij			0,8 1,0 0,5
Ni tekočega gibanja med tekmovalci	X		
Tek mimo orodja			3,0
Napačno število tekmovalcev			3,0

### 16.3.4. Odbitki glavnega sodnika za izvedbo (E1)

#### 16.3.4.1. Obnašanje trenerja (0,3)

Trenerjem ni dovoljeno dajanje govornih ali vidnih napotkov tekmovalcem med sestavo na MPP. V primeru, da želi trener skupino zmotiti zaradi tehničnih razlogov, poškodbe ali pogovora s poškodovanim tekmovalcem, ne bo odbitka

Odbitek glavnega sodnika za dajanje napotkov je 0,3 točke od končne ocene.

#### 16.3.4.2. Neprimerna oblačila (0,3)

Če dresi tekmovalcev in oblačila trenerjev niso v skladu s členom 8.2., sledi odbitek. Odbitek prejme skupina tudi zaradi:

- ohlapnih delov oblačila,
- poslikave telesa,
- oglaševanja, ki ni v skladu s pravili FIG/UEG.

Odbitek glavnega sodnika za neprimerno oblačilo je 0,3 točke od končne ocene.

#### **16.3.4.3. Nakit**

Tekmovalci in trenerji ne smejo nositi nakita, ki ni v skladu z navodili (člena 8.2 in 8.3).

Odbitek glavnega sodnika za neprimeren nakit je 0,3 točke od končne ocene.

#### **16.3.4.4. Povoji**

Povoji (vključno s sklepnimi oporniki) morajo biti varno pritrjeni in v barvi kože ali dresa, to je v skladu s členoma 8.2 in 8.3.

Odbitek glavnega sodnika za neprimerno uporabo povojev je 0,3 točke od končne ocene.

#### **16.3.4.5. Obnašanje skupine**

Odbitek se dodeli, kadar:

- vstop v dvorano ni v skladu s pravili,
- se zalet označi z oblačili ali drugimi stvarmi,
- se sestava začne, preden glavni sodnik (E1) pokaže zeleno zastavico,
- sta več kot 2 trenerja na doskočišču med sestavo,
- oba trenerja zapustita doskočišče/akrobatsko stezo med sestavo.

Če trener zapusti doskočišče v primeru varovanja ali poškodbe, ni odbitka.

Odbitek glavnega sodnika za neupoštevanje navodil je 0,3 točke na navodilo od končne ocene.

<b>Odbitki glavnega sodnika</b>	
Obnašanje trenerja	0,3
Neustrezna oblačila	0,3
Nakit	0,3
Povoji	0,3
Obnašanje skupine	0,3

### **16.4. KOMPOZICIJA (2,0 TOČKE)**

#### **16.4.1. Splošno**

- Vsaj ena serija mora biti izvedena čez mizo za preskok.
- Vsaj ena serija mora biti izvedena brez mize za preskok.
- Po vsaki seriji se tekmovalci z lahkotnim tekom vrnejo na začetna mesta za naslednjo serijo skokov. Tekmovalci se morajo vrniti skupaj, istočasno.
- Dodatna gimnastična/plesna gibanja pred/med serijami niso dovoljena.
- Celotna sestava je izvedena na glasbo (po izbiri), ki mora biti instrumentalna, brez besedila.
- Časovna omejitev je 2.45 min – merjenje časa se začne z začetkom glasbe in konča z doskokom zadnjega tekmovalca v tretji seriji.

#### **16.4.2. Opredelitve odbitkov za kompozicijo**

Vsi odbitki za kompozicijo štejejo v oceno C. Maksimalni odbitek za kompozicijo je 2,0. Skupina si lahko »prisluži« več odbitkov, vendar lahko sodniki odbijejo le točke znotraj omejitve.

Če ni določeno drugače, štejejo vse kompozicijske zahteve, razen v primeru, ko nastopi manj kot 6 tekmovalcev. V tem primeru ni odbitkov za kompozicijo za manjkajočega tekmovalca po 16.4.3. in 16.4.4.

#### **16.4.2.1. Trajanje sestave (0,3)**

Časovna omejitev je 2.45 min. Čas se začne meriti z začetkom glasbe in konča z zaključenim zadnjim gibanjem.

Prvine, ki so prikazane po časovni omejitvi, bodo ovrednotene in ocenjene.

Odbitek za čas je 0,3 in šteje kot prekoračitev časa

#### **16.4.2.2. Neprimerna glasba (0,3)**

Celotna predstava je izvedena na poljubno glasbo. Glasba mora biti instrumentalna, brez besedila. To pomeni brez besed, četudi ne vemo, kaj besede pomenijo. Človeški glas je lahko uporabljen kot instrument, npr. mrmranje in žvižganje.

Odbitek 0,3 za manjkajočo glasbo ali glasbo z besedilom.

#### **16.4.2.3. Ni skupnega lahkotnega teka nazaj med serijami skupine (do 0,4)**

Po vsaki seriji skupine se morajo tekmovalci z lahkotnim tekom skupaj vrniti na začetek zaleta.

Odbitek v primeru, da ne tečejo, je vsakič 0,2.

Odbitek v primeru, da se ne vračajo skupaj, je vsakič 0,2.

#### **16.4.2.4. Dodatna gibanja med serijami skupine (vsakič 0,2)**

Dodatna gibanja (npr. ples, gimnastične ali dodatne koreografske prvine) niso dovoljena pred ali med serijami.

Odbitek za dodatna gibanja je vsakič 0,2.

### **16.4.3. Skupinska serija in vrstni red posameznih prvin znotraj serij skupine (0,2)**

#### **16.4.3.1. Manjkajoča skupinska serija (0,2 na tekmovalca, ki je ne izvede)**

V prvi seriji mora vsak tekmovalec izvesti enako serijo akrobatskih prvin. Imenovana je »skupinska serija« in ne vsebuje stopnjevanja težavnosti.

Odbitek 0,2 na tekmovalca, ki ne izvede skupinske serije.

#### **16.4.3.2. Nepravilen vrstni red v drugi in tretji seriji (0,1 vsakič na tekmovalca)**

V teh dveh serijah je tekmovalcem dovoljeno stopnjevanje težavnosti. Znotraj vsake serije skupine morajo biti enojni salti izvedeni pred dvojnimi in dvojni salti pred trojnimi. Za enako število obratov v saltih (enojni, dvojni, trojni) so tekmovalci razvrščeni tako, da težavnost skokov narašča.

Odbitek 0,1 na vsakega tekmovalca, ki ni pravilno razvrščen.

### **16.4.4. Različne možnosti**

#### **16.4.4.1. Ponovitve prvin (0,2 vsakič na tekmovalca)**

Če katerikoli tekmovalec prikaže popolnoma enako prvino kot v katerikoli prejšnji seriji, sledi vsakokrat odbitek 0,2 na tekmovalca.

Osnova za računanje odbitkov je serija, v kateri je prvina največkrat prikazana. V tej seriji za prvino/prvine ni odbitkov. Edina izjema je, če tekmovalec prikaže napačno prvino v skupinski seriji. V katerikoli drugi seriji sledi odbitek 0,2 na tekmovalca.



Odbitek 0,2 vsakič na tekmovalca.

#### **16.4.4.2. Ni serije z mizo za preskok ali brez nje (2,0)**

Skupina mora nastopiti vsaj v eni seriji čez mizo za preskok in vsaj v eni seriji brez nje. Če posamezni tekmovalci izvedejo samo zalet, ne vplivajo na skupinsko serijo.

Odbitek 2,0 za izpustitev serije z mizo za preskok ali brez nje.

#### **16.4.4.3. Zahtevi po seriji z obrati ni zadoščeno (0,2 na tekmovalca)**

Skupina mora prikazati eno serijo, ki vsebuje vsaj eno prvino z obratom za 360° v enojnem saltu ali z obratom za 180° v dvojnem ali trojnem saltu. Osnova za odbitek je serija, v kateri obrat prikaže večina tekmovalcev (polovica obrata pri naskoku na mizo za preskok ne šteje kot obrat).

Odbitek 0,2 na tekmovalca.

#### **16.4.4.4. Zahtevi po izvedbi dvojnih/trojnih saltov ni zadoščeno (0,2 na tekmovalca)**

Skupina mora izvesti vsaj eno serijo, kjer je izveden dvojni ali trojni salto. Dvojni salto šteje od odziva na ponjavi do doskoka (npr. Cukahara in premet salto naprej štejeta za dvojne salte, dvojni Cukahara in premet dvojni salto naprej štejeta kot trojni salto).

Osnova za odbitek je serija, v kateri dvojni salto izvede največ tekmovalcev.

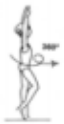
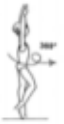
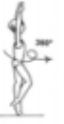













Odbitek je 0,2 na tekmovalca.

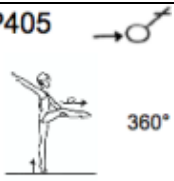
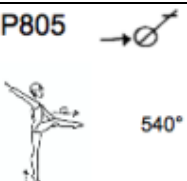
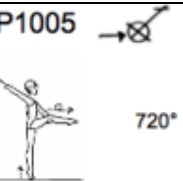
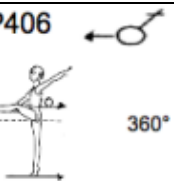
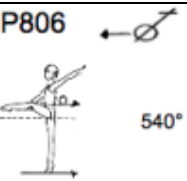
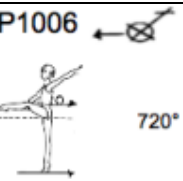
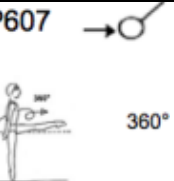
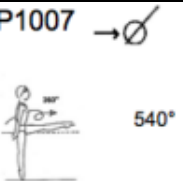
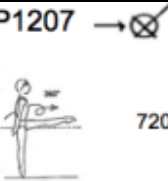
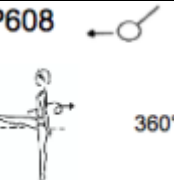
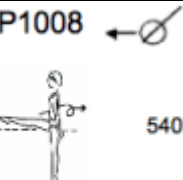
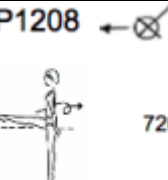
#### **16.4.5. Povzetek odbitkov za kompozicijo**


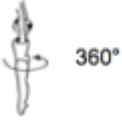

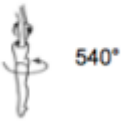






















<b>Vrsta napake</b>	<b>Odbitek</b>
<b>Splošno</b>	
Nepravilen čas	0,3
Napačna glasba	0,3
Ni lahkotnega teka nazaj med serijami:	
- ni lahkotnega teka nazaj,	0,2 enkrat
- skupina ne koraka skupaj.	0,2 enkrat
Dodatna gibanja pred/med serijami	0,2 enkrat
<b>Skupinska serija in vrstni red prvin</b>	
Manjkajoča skupinska serija	0,2 na tekmovalca
Nepravilen vrstni red v 2. in 3. seriji	0,1 na tekmovalca
<b>Različne možnosti</b>	
Ponovitev prvine	0,2 na tekmovalca
Ni serije z mizo za preskok ali brez nje	2,0
Ni zadostitve zahtevi z obrati	0,2 na tekmovalca
Ni zadostitve zahtevi z dvojnimi ali trojnimi salti	0,2 na tekmovalca





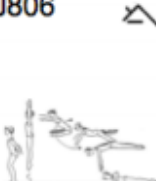
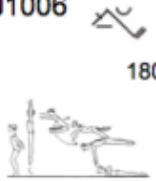



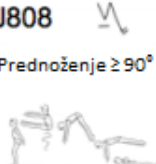

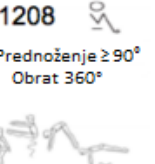



## DODATEK A1



































### PREGLEDNICA TEŽAVNOSTI ZA PARTER































Zahteve za težavnost	Zahteve za izvedbo	Vrednosti težavnosti za parter					
		0,2	0,4	0,6	0,8	1,0	1,2
<b>Obrati na eni nogi</b>							
<b>Naprej</b> Obrat v smeri stojne noge. Nožena noga in roke poljubno.		P201 → ○  360°	P401 → ∅  540°	P601 → ⊗  720°		P1001 → ⊗  900°	P1201 → ⊗  1080°
<b>Nazaj</b> Obrat v smeri nožene noge. Nožena noga in roke poljubno.		P202 ← ○  360°	P402 ← ∅  540°	P602 ← ⊗  720°		P1002 ← ⊗  900°	P1202 ← ⊗  1080°
<b>Naprej</b> Obrat v smeri stojne noge. Nožena noga med 45° in 90°		P203 → ◐  360°	P403 → ∅  540°		P803 → ⊗  720°		
<b>Nazaj</b> Obrat v smeri nožene noge. Nožena noga med 45° in 90°		P204 ← ◐  360°	P404 ← ∅  540°		P804 ← ⊗  720°		








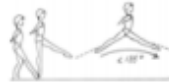














<p><b>Naprej</b> Obrat v smeri stojne noge. Nožena noga pokrčeno <math>\geq 90^\circ</math> s pomočjo roke</p>			<p>P405 </p>		<p>P805 </p>	<p>P1005 </p>	
<p><b>Nazaj</b> Obrat v smeri nožene noge. Nožena noga pokrčeno <math>\geq 90^\circ</math> s pomočjo roke</p>			<p>P406 </p>		<p>P806 </p>	<p>P1006 </p>	
<p><b>Naprej</b> Obrat v smeri stojne noge. Nožena noga stegnjeno <math>\geq 90^\circ</math> brez pomoči roke</p>				<p>P607 </p>		<p>P1007 </p>	<p>P1207 </p>
<p><b>Nazaj</b> Obrat v smeri nožene noge. Nožena noga stegnjeno <math>\geq 90^\circ</math> brez pomoči roke</p>				<p>P608 </p>		<p>P1008 </p>	<p>P1208 </p>

Skoki brez vrtenja okoli čelne osi		0,2	0,4	0,6	0,8	1,0	1,2
<b>Skok stegnjeno</b> Obrat dokončan pred doskokom. Telo v letu v položaju stegnjeno.			J401   360°	J601   540°		J1001   720°	J1201   900°
<b>Skok stegnjeno v sklek ležno</b> Dlani in stopala morajo pristati istočasno. Doskok najprej na dlani → ni DV. Doskok najprej na stopala → DV kot skok stegnjeno.	Telo pred doskokom vodoravno. Jasna nadzorovana opora pred dotikom tal s celim telesom.		J402   180°	J602   180°	J802   360°		J1202   540°
<b>Skok skrčno brez ali z obrati</b> Položaj skrčno (kot v kolenih in bokih ≤ 90°) mora biti viden v skoku.	Stegna vsaj vodoravno, kolena skupaj. Zgornji del telesa navpično. Pri obratih stegna nekje v fazi skoka pridejo v vodoraven položaj.	J203  	J403   180°	J603   360°		J1003   540°	J1203   720°
<b>Skok skrčno brez ali z obrati v sklek ležno</b> Položaj skrčno (kot v kolenih in bokih ≤ 90°) mora biti viden v skoku. Dlani in stopala morajo pristati istočasno. Doskok najprej na dlani → ni DV. Doskok najprej na stopala → DV kot skok skrčno.	Stegna vsaj vodoravno. Telo pred doskokom vodoravno. Jasna nadzorovana opora pred dotikom tal s celim telesom.			J604	J804	J1004	J1204






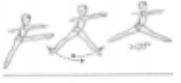









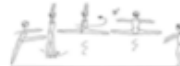

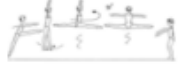

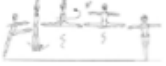
<p><b>Skok raznožno</b> Raznoženje <math>\geq 135^\circ</math>. Jasno prednoženje <math>\leq 90^\circ</math> (razen J205 – skok raznožno) stegnjeno.</p>	<p>Noge vodoravno. V obratih noge do horizontale nekje v fazi skoka.</p>	<p><b>J205</b> </p>		<p><b>J605</b> </p>	<p><b>J805</b> </p>	<p><b>J1005</b> </p>	
<p><b>Skok »Šušunova«</b> Vidno mora biti jasno prednoženje pred doskokom v sklek ležno. Dlani in stopala morajo pristati istočasno.</p>	<p>Noge dvignjene vodoravno in stegnjene pred doskokom. Jasna nadzorovana opora pred dotikom tal s celim telesom.</p>				<p><b>J806</b> </p>	<p><b>J1006</b> </p>	<p><b>J1206</b> </p>
<p><b>Skok prednožno</b> Jasen položaj prednožno <math>\leq 90^\circ</math>, noge stegnjeno.</p>		<p><b>J207</b>  prednoženje <math>\leq 45^\circ</math></p>	<p><b>J407</b>  Prednoženje <math>\geq 90^\circ</math></p>				
<p><b>Skok prednožno v sklek ležno</b> Jasen položaj prednožno <math>\leq 90^\circ</math> pred doskokom v sklek ležno, noge stegnjeno.</p>	<p>Noge vodoravno in stegnjeno pred doskokom. Jasna nadzorovana opora pred dotikom tal s celim telesom.</p>				<p><b>J808</b>  Prednoženje <math>\geq 90^\circ</math></p>	<p><b>J1008</b>  Prednoženje <math>\geq 90^\circ</math> Obrat <math>180^\circ</math></p>	<p><b>J1208</b>  Prednoženje <math>\geq 90^\circ</math> Obrat <math>360^\circ</math></p>
<p><b>Skok »гнездо«</b> Pravilen položaj telesa viden v skoku. Glava zaklonjena. Položaj stopal določa DV skoka. Dovoljeno rahlo raznoženje.</p>			<p><b>J409</b>  Stopala v višini bokov</p>		<p><b>J809</b>  Stopala v višini ramen</p>	<p><b>J1009</b>  Stopala v višini glave</p>	


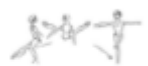

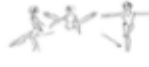

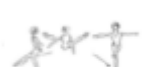










<p><b>Skok »гнездо« z obrati</b> Stopala morajo doseči višino glave nekje v skoku.</p>						<p><b>J1010</b>  Obrat 180° </p>	<p><b>J1210</b>  Obrat 360° </p>
<p><b>»Mačji« skok</b> Skrčene noge. Med letom menjava nog. Nogi morata doseči 90° nekje v skoku.</p>	<p>Izmeničen dvig kolen. V obratih kolena dosežejo vodoraven položaj nekje v fazi skoka.</p>	<p><b>J211</b>  </p>	<p><b>J411</b>  180° </p>	<p><b>J611</b>  360° </p>	<p><b>J811</b>  540° </p>		<p><b>J1211</b>  720° </p>
<p><b>Skok prednožno raznožno z enonožnim odzivom</b> Prva noga stegnjena. Raznoženje <math>\geq 135^\circ</math>, prednoženje <math>\leq 90^\circ</math>.</p>	<p>Noge vodoravno. Med obrati noge dosežejo vodoraven položaj nekje v fazi skoka.</p>			<p><b>J612</b>  </p>		<p><b>J1012</b>   180°</p>	<p><b>J1212</b>   360°</p>
<p><b>»Sissone«</b> Sonožni odziv in enonožni doskok.</p>	<p>Stegnjene noge.</p>	<p><b>J213</b>  Prednoženje zanoženje <math>&lt; 135^\circ</math> </p>	<p><b>J413</b>  Prednoženje zanoženje <math>\geq 135^\circ</math> </p>		<p><b>J813</b>  Prednoženje zanoženje 180° </p>	<p><b>J1013</b>  Stopalo v višini ramen </p>	
<p><b>Skok strižno</b> Stegnjene noge. Med letom menjava nog. Prva noga doseže 90°. J814: Najprej skok navpično z dvigom prve noge <math>&gt; 90^\circ</math>, nato obrat za 180° (v smeri odzivne noge), dvig druge noge <math>&gt; 120^\circ</math> in doskok na prvo nogo.</p>	<p>Zgornji del telesa navpično.</p>	<p><b>J214</b>  Prednoženje zanoženje 90° </p>	<p><b>J414</b>  Prednoženje zanoženje <math>\geq 120^\circ</math> </p>	<p><b>J614</b>  Prednoženje zanoženje <math>&gt; 120^\circ</math> obrat 180° </p>			
















<p><b>Skok strižno z obratom za 180°</b> Noge stegnjeno. Med letom menjava nog. Prva noga mora doseči vodoraven položaj. Obrat dokončan v fazi leta. Raznoženje po obratu določa DV.</p>	<p>Zgornji del telesa mora biti navpično navzgor.</p>	<p><b>J215</b>  Prednoženje zanoženje &lt; 90° </p>	<p><b>J415</b>  Prednoženje zanoženje ≥ 90° </p>		<p><b>J815</b>  Prednoženje zanoženje ≥ 135° </p>		<p><b>J1215</b>  Prednoženje zanoženje ≥ 180° </p>
<p><b>Skok »kadet«</b> Skok prednožno strižno z obratom za 180°. Višina prve noge določa DV. V skoku obrat za 180° med letom.</p>	<p>Zgornji del telesa navpično navzgor.</p>	<p><b>J216</b>  Prednoženje zanoženje &lt; 90° </p>	<p><b>J416</b>  Prednoženje zanoženje ≥ 90° </p>	<p><b>J616</b>  Prednoženje zanoženje ≥ 135° </p>			
<p><b>Skok »axel«</b> Skok prednožno upognjeno z enonožnim odzivom.</p>		<p><b>J217</b>  </p>	<p><b>J417</b>  180° </p>	<p><b>J617</b>  360° </p>			
<p><b>Skok s prednoženjem ene</b> Prednožena noga vodoravno. Stegnjene noge.</p>	<p>Zgornji del telesa navpično navzgor.</p>		<p><b>J418</b>   180°</p>		<p><b>J818</b>   360°</p>		
<p><b>Skok prednožno, ena upognjena</b> Kot v bokih in kot skrčene noge v kolenu ≤ 90°</p>	<p>Stegnjena noga vodoravno. Kolena skupaj. V obratu iztegnjena noga doseže vodoraven položaj nekje v fazi obrata.</p>	<p><b>J219</b>  </p>	<p><b>J419</b>   180°</p>		<p><b>J819</b>   360°</p>		

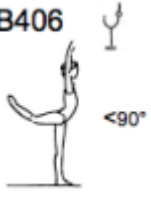

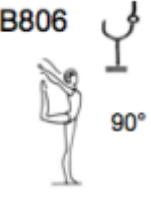

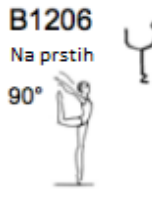
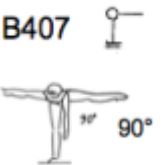
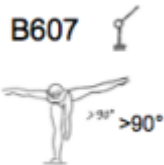
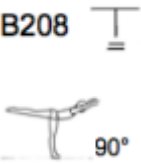
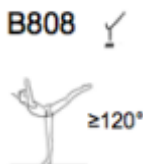
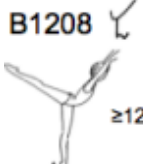
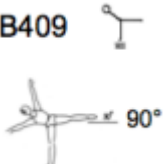

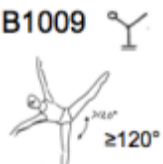
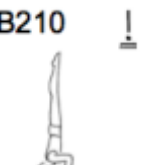
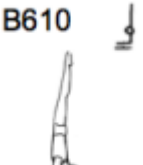
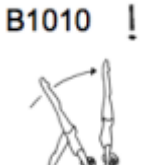
<p><b>Skok prednožno zanožno skrčno</b></p> <p>Viden pravilen položaj nog med skokom: obe nogi skrčeni <math>&lt;90^\circ</math>, raznoženje <math>&lt;135^\circ</math>. Višina zadnjega stopala ali obrati določajo DV. Obrati med skokom dokončani.</p>		<p><b>J220</b> </p> 	<p><b>J420</b> </p> <p>180°</p> 		<p><b>J820</b> </p> <p>Zanoženje do glave</p> 		
<p><b>Skok prednožno zanožno – skok »visoko daleč«</b></p> <p>Prva noga stegnjena. Raznoženje določa DV skoka. J1221 – prva noga vodoravno. Če je noga nižje od vodoravnega, šteje kot skok J1013.</p>		<p><b>J221</b> </p> <p>Prednoženje zanoženje <math>&lt;135^\circ</math></p> 	<p><b>J421</b> </p> <p>Prednoženje zanoženje <math>135^\circ &lt;180^\circ</math></p> 		<p><b>J1021</b> </p> <p>Prednoženje zanoženje <math>180^\circ</math></p> 	<p><b>J1221</b> </p> <p>Prednoženje zanoženje <math>180^\circ</math></p>  <p>Zanoženje skrčeno</p>	
<p><b>Skok prednožno zanožno s sonožnim odzivom v sklek ležno</b></p> <p>Prva noga stegnjena. Raznoženje določa DV skoka.</p>	<p>Jasna nadzorovana opora pred dotikom tal s celim telesom.</p>				<p><b>J822</b> </p> <p>Prednoženje zanoženje <math>\geq 135^\circ</math></p> 	<p><b>J1022</b> </p> <p>Prednoženje zanoženje <math>\geq 180^\circ</math></p> 	
<p><b>Skok »jelenček« – skok prednožno zanožno s skrčenjem prednje noge</b></p> <p>Raznoženje določa DV skoka.</p>	<p>Stegnjene noge. Telo navpično navzgor.</p>		<p><b>J423</b> </p> <p>Prednoženje zanoženje <math>\geq 135^\circ</math></p> 		<p><b>J823</b> </p> <p>Prednoženje zanoženje <math>\geq 180^\circ</math></p> 	<p><math>\geq</math></p>	
























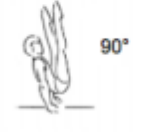
















<p><b>Skok »jelenček« v sklek ležno</b> Raznoženje določa DV skoka</p>	<p>Jasna nadzorovana opora pred dotikom tal s celim telesom.</p>				<p><b>J824</b>  Prednoženje zanoženje <math>\geq 135^\circ</math></p> 	<p><b>J1024</b>  Prednoženje zanoženje <math>\geq 180^\circ</math></p> 	
<p><b>Skok prednožno zanožno strižno</b> Prva noga stegnjena, zamahne naprej vsaj za <math>45^\circ</math> pred menjavo nog. Raznoženje po menjavi nog določa DV skoka. Če je prva noga nižje od <math>45^\circ</math> pred zamahom ali skrčena, šteje kot skok prednožno zanožno.</p>	<p>Stegnjene noge.</p>			<p><b>J625</b>  Prednoženje zanoženje <math>\geq 135^\circ</math></p> 	<p><b>J825</b>  Prednoženje zanoženje <math>\geq 180^\circ</math></p> 		<p><b>J1225</b>  Stopalo v višini ramen, prednoženje zanoženje <math>180^\circ</math></p> 
<p><b>Skok prednožno zanožno strižno v sklek ležno</b> Prva noga stegnjena, brez brca, zamahne naprej vsaj za <math>45^\circ</math> pred menjavo nog. Raznoženje po menjavi nog določa DV skoka. Če je prva noga nižje od <math>45^\circ</math> pred zamahom ali skrčena, šteje kot skok prednožno zanožno v sklek ležno.</p>	<p>Jasna nadzorovana opora pred dotikom tal s celim telesom.</p>					<p><b>J1026</b>  Prednoženje zanoženje <math>\geq 135^\circ</math></p> 	<p><b>J1226</b>  Prednoženje zanoženje <math>\geq 180^\circ</math></p> 
<p><b>Skok prednožno zanožno strižno z obrati</b> Prva noga stegnjena, brez brca zamahne naprej vsaj za <math>45^\circ</math> pred menjavo nog. Raznoženje</p>					<p><b>J827</b>  Prednoženje zanoženje <math>\geq 135^\circ</math> Obrat za <math>90^\circ</math></p> 	<p><b>J1027</b>  Prednoženje zanoženje <math>\geq 180^\circ</math> Obrat za <math>90^\circ</math></p> 	<p><b>J1227</b>  Prednoženje zanoženje <math>\geq 135^\circ</math> Obrat za <math>180^\circ</math></p> 



















po menjavi nog določa DV skoka. Če je prva noga nižje od 45° pred zamahom ali skrčena, šteje kot skok prednožno zanožno.							
<b>Skok z odnoženjem skrčeno z obrati</b> Prva noga > 90°, druga noga < 120° ali ≥ 120° z obratom za 180°. Telo v pokončnem položaju ali nagnjeno nazaj. Obrat dokončan med letom.		<b>J228</b>   1. noga < 90° 2. noga < 120° obrat 180°					
<b>Skok z odnoženjem stegneno z obrati</b> Prva noga > 90°, druga noga < 120° ali ≥ 120° z obratom za 180°. Telo je v pokončnem položaju ali nagnjeno nazaj. Obrat je dokončan med letom.			<b>J429</b>   1. noga > 90° 2. noga < 120° obrat 180°	<b>J629</b>   1. noga > 90° 2. noga ≥ 120° obrat 180°			
<b>»Metulj« navzgor</b> Zgornji del telesa vodoravno, noge višje od vodoravnega. Prsni del trupa je obrnjen proti tlu.				<b>J630</b>  Raznoženje < 90° 	<b>J830</b>  Raznoženje ≥ 90° 		
<b>»Metulj« navzdol</b> Zgornji del telesa vodoravno, noge višje od vodoravnega. Hrbet proti tlu.				<b>J631</b>  Raznoženje < 90° 	<b>J831</b>  Raznoženje ≥ 90° 	<b>J1231</b>  Raznoženje ≥ 90° Obrat 360° 	




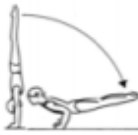














Prvine ravnotežja		0,2	0,4	0,6	0,8	1,0	1,2
<b>Stoja na eni nogi z odnoženjem in prijemom</b> Odnoženje s pomočjo roke. Telo vzravnano. Raznoženje/položaj stopal določa DV.	Stegnjene noge	<b>B201</b> $<120^\circ$ 	<b>B401</b> $\geq 120^\circ$ 			<b>B1001</b> Na prstih $\geq 120^\circ$ 	
<b>Stoja na eni nogi z odnoženjem</b> Odnoženje brez pomoči roke. Telo vzravnano. Položaj stopal določa DV.	Stegnjene noge		<b>B402</b> $\geq 90^\circ$ 		<b>B802</b> $\geq 120^\circ$ 		<b>B1002</b> Na prstih $\geq 120^\circ$ 
<b>Stoja na eni nogi s prednoženjem in prijemom</b> Prednoženje s pomočjo roke.	Stegnjene noge			<b>B603</b> $\geq 120^\circ$ 		<b>B1003</b> $\geq 120^\circ$ 	
<b>Stoja na eni nogi s prednoženjem</b> Prednoženje brez pomoči roke.	Stegnjene noge (razen B404)		<b>B404</b> Na prstih 	<b>B604</b> $\geq 90^\circ$ 		<b>B1004</b> $\geq 120^\circ$ 	<b>B1204</b> Na prstih $\geq 120^\circ$ 
<b>Stoja na eni nogi s prednoženjem uločeno</b> Prednoženje $\geq 90^\circ$ / $\geq 120^\circ$ in navzven, kot v kolenu $135^\circ$ , bok naprej.		<b>B205</b> $\geq 90^\circ$ 		<b>B605</b> $\geq 90^\circ$ 			<b>B1205</b> $\geq 120^\circ$ 

<p><b>Stoja na eni nogi z visokim zanoženjem skrčeno</b> Zanoženje <math>\geq 90^\circ</math> in navzven, kot v kolenu <math>135^\circ</math>, bok naprej. Trup poravnani z oporno nogo.</p>			<p><b>B406</b>  &lt;math&gt;90^\circ&lt;/math&gt;</p>	<p><b>B606</b>  S pomočjo rok</p>	<p><b>B806</b>  <math>90^\circ</math></p>	<p><b>B1006</b>  &lt;math&gt;90^\circ&lt;/math&gt;</p>	<p><b>B1206</b> Na prstih <math>90^\circ</math> </p>
<p><b>Razovka čelno odnožno</b> Trup vodoravno, odnoženje. Peta določa kot v bokih.</p>	Oporna noga stegnjena.		<p><b>B407</b>  <math>90^\circ</math></p>	<p><b>B607</b>  &gt;<math>90^\circ</math></p>			
<p><b>Razovka čelno zanožno</b> Trup nad vodoravnim. Višina zanoženja določa DV.</p>	Oporna noga stegnjena.	<p><b>B208</b>  <math>90^\circ</math></p>			<p><b>B808</b>  <math>\geq 120^\circ</math></p>		<p><b>B1208</b>  <math>\geq 120^\circ</math></p>
<p><b>Razovka bočno odnožno</b> Trup mora biti <math>\geq 90^\circ</math>. Peta določa kot v bokih.</p>	Oporna noga stegnjena.		<p><b>B409</b>  <math>90^\circ</math></p>	<p><b>B609</b>  Držanje z roko &gt;<math>90^\circ</math></p>		<p><b>B1009</b>  <math>\geq 120^\circ</math></p>	
<p><b>Stoja na rokah</b> Noge nad boki. Samo roke so v kontaktu s tlemi. (Ne B210 in B610)</p>	Roke, kot v ramenih in hrbet stegnjeni (razen B210).	<p><b>B210</b>  Stoja na glavi</p>		<p><b>B610</b>  Stoja na podlahteh</p>		<p><b>B1010</b> </p>	














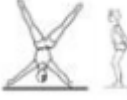


















<p><b>Opora na komolcih/ stegnjenih rokah, raznoženje</b></p> <p>Raznoženje <math>\geq 45^\circ</math>. Opora na lahteh ali stegnjenih rokah. Dlani lahko obrnjene navzven v zapestju ali v smeri stopal. Linija telesa ne sme presegati <math>20^\circ</math> nad vodoravnim (ne B211). Pri B1011 roke stegnjene (rahel upogib <math>&lt; 15^\circ</math> povzroči odbitek za izvedbo, brez spremembe DV).</p>		<p>B211 </p> 		<p>B611 </p>  <p>Razovka raznožno v opori na lahteh</p>		<p>B1011 </p>  <p>Razovka raznožno v vzpori</p>	
<p><b>Opora na komolcih/ stegnjenih rokah, snožno</b></p> <p>Snožno stegnjeno (rahlo raznoženje ali upogib nog <math>&lt; 15^\circ</math> povzroči odbitek za izvedbo, brez spremembe DV, razen B412). Opora na komolcih ali stegnjenih rokah. Dlani lahko obrnjene navzven v zapestju ali v smeri stopal. Linija telesa ne sme presegati <math>20^\circ</math> nad vodoravnim. Pri B1212 roke stegnjene (rahel upogib nog/rok <math>&lt; 15^\circ</math> povzroči odbitek za izvedbo, brez spremembe DV).</p>		<p>B412 </p> 		<p>B812 </p>  <p>Razovka z oporo na komolcih</p>		<p>B1212 </p>  <p>Razovka v opori</p>	

<p><b>Prednos/vznos raznožno</b> Stegnjene noge. Dlani spredaj ali zadaj ali spredaj in zadaj. Raznoženje <math>\geq 45^\circ</math>. SED NA ROKE NI DOVOLJEN. Obe dlani položeni ob strani blizu bokov. Opora le pri dotiku rok s tlemi.</p>	<p>Roke stegnjene. Rahel upogib rok/nog (<math>&lt;15^\circ</math>) ali rahlo raznoženje (<math>&lt;10^\circ</math>) povzroči odbitek za izvedbo.</p>	<p>B213 </p> 	<p>B413 </p> 	<p>B613 </p> 	<p>B813 </p> 	<p>B1013 </p>  <p>Vznos raznožno</p>	
<p><b>Prednos/vznos</b> Snožno stegnjeno. Pri dvigu nog višje od vzporednice s tlemi SED NA ROKE NI DOVOLJEN. Obe dlani položeni ob strani blizu bokov. Opora le pri dotiku rok s tlemi.</p>	<p>Roke stegnjene. Rahel upogib rok/nog (<math>&lt;15^\circ</math>) ali rahlo raznoženje (<math>&lt;10^\circ</math>) povzroči odbitek za izvedbo.</p>	<p>B214 </p> 		<p>B614 </p> 		<p>B1014 </p> 	<p>B1214 </p>  <p>Vznos</p>
<p><b>»Most«</b> Položaj in kot nožene noge določata DV.</p>	<p>Roke in oporna noga stegnjene. Rame nad dlanmi ali čez njih.</p>		<p>B415 </p> 	<p>B615 </p> 	<p>B815 </p> 	<p>B1015 </p> 	

Prvine moči		0,6	0,8	1,0	1,2	1,4	1,6
<b>Povlek v stoji na rokah, raznožno</b> Poljuben začetni položaj. Po601: težno povlek skrčeno snožno v stoji na rokah Po801: povlek na napete lahti in sklonjeno raznožno v stoji na rokah		<b>Po601</b>  Roke skrčene 	<b>Po801</b>  Roke stegnjene 				
<b>Povlek težno sklonjeno do stoji na rokah, snožno</b> Snožno stegnjeno. Poljuben začetni položaj.			<b>Po802</b>  Roke skrčene 	<b>Po1002</b>  Roke stegnjene 			
<b>Iz prednosa raznožno prevlek in povlek raznožno v stoji na rokah</b> Povlek do stoji s stegnjeno.				<b>Po1003</b>  Roke skrčene 	<b>Po1203</b>  Roke stegnjene 		
<b>Iz prednosa/vznosa prevlek in povlek snožno v stoji na rokah</b>					<b>Po1204</b>  Roke skrčene 	<b>Po1404</b>  Roke stegnjene 	<b>Po1604</b>  Roke pokrčene / stegnjene vzos 45°-90° 

<p><b>Sevlek iz stoje na rokah v oporo</b>  Sevlek iz stoje na rokah do:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Po805: opore skrčeno na komolcih</li> <li>- Po1205: razovke v opori na komolcih</li> <li>- Po1605: razovke v opori</li> </ul>			<p>Po805 </p> 		<p>Po1205 </p> 		<p>P1605 </p> 
<p><b>Sevlek in prevlek iz stoje na rokah v prednos/vznos</b>  Prevlek iz stoje v prednos raznožno, prednos ali vznos. Noge stegnjeno.</p>	<p>Roke stegnjeno.</p>				<p>Po1206 </p> 	<p>Po1406 </p> <p>Snožno</p> 	<p>P1606 </p> <p>Snožno  Vznos 45°-90</p> 
<p><b>Odbočna kolesa</b></p>			<p>Po807 </p> <p>Odbočno kolo dvakrat</p> 	<p>Po1007 </p> <p>Odbočno kolo več kot dvakrat</p> 		<p>Po1407 </p> <p>Helikopter dvakrat</p> 	




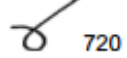



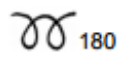

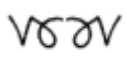

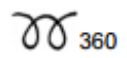
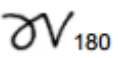




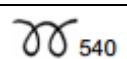
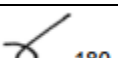
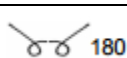
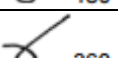


Akrobatske prvine		0,2	0,4	0,6	0,8	1,0	1,2
<b>Naprej</b> Premeti naprej			A401  Premet naprej snožno/ prednožno 		A801  Premet naprej prosto 		
<b>Naprej</b> »Most« naprej Salti naprej: skrčeno, sklonjeno			A402  Most naprej 	A602  Salto v sed 	A802  	A1002  	
<b>Nazaj</b> »Rondat« Premet nazaj Salti nazaj: skrčeno, sklonjeno, stegnjeno.		A203  	A403  	A603  	A803  	A1003  	
<b>Nazaj</b> »Most« nazaj »Tempo« salto (snožno ali prednožno)			A404  Most nazaj 		A804  tempo salto snožno/ prednožno 		
<b>Vstran</b> Premet vstran Premet vstran prosto Salto bočno		A205  		A605  Premet v stran prosto 	A805  Salto bočno 		






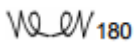



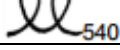

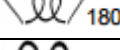



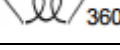

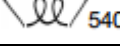

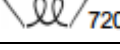

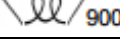

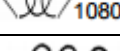

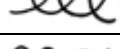

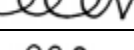

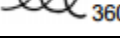

## DODATEK A2

### PRIMERI TEŽAVNOSTI – AKROBATIKA

#### Prvine v smeri naprej





Tfw1	Premet vstran		0,05	Tfw12	Steg. salto z 1,5 obrata		0,55
Tfw2	Premet naprej		0,20	Tfw13	Steg. salto z 2,0 obrata		0,65
Tfw3	Premet prosto		0,20	Tfw14	<b>Dvojni skrčeni salto</b>		0,80
Tfw4	Skrčeni salto		0,25	Tfw15	Dvojni skrč. salto s pol obr.		0,90
Tfw5	Skrč. salto s pol obrata		0,30	Tfw16	Dvojni sklonjeni salto		1,00
Tfw6	Sklonjeni salto		0,30	Tfw17	Dvojni skrč. salto s celim obratom		1,05
Tfw7	Skl. salto s pol obrata		0,35	Tfw18	Dvojni stegnjeni salto		1,10
Tfw8	Stegnjeni salto		0,35	Tfw19	Dvojni skl. salto s pol obr.		1,10
Tfw9	Skrč. salto s celim obratom		0,40	Tfw20	Dvojni skrč. salto z 1,5 obr.		1,15
Tfw10	Steg. salto s pol obrata		0,40	Tfw21	Dvojni steg. salto s pol obr.		1,20
Tfw11	Steg. salto s celim obratom		0,50				

## Prvine v smeri nazaj




Tbw1	»Rondat«		0,10	Tbw17	Dvojni sklonjeni salto		0,80
Tbw2	Premet nazaj		0,15	Tbw18	Dvojni skrč. salto s celim obr.		0,85
Tbw3	Skrčeni salto		0,20	Tbw19	Dvojni skl. salto s pol obr.		0,90
Tbw4	Tempo salto		0,20	Tbw20	Dvojni stegnjeni salto		0,90
Tbw5	»Arabski«/»twist« <sup>3</sup> salto		0,25	Tbw21	Dvojni skrč. salto z 1,5 obr.		0,95
Tbw6	Sklonjeni salto		0,25	Tbw22	Dvojni steg. salto s pol obr.		1,00
Tbw7	Stegnjeni salto		0,30	Tbw23	Dvojni skrč. salto z 2,0 obr.		1,10
Tbw8	Skrčeni salto s celim obratom		0,35	Tbw24	Dvojni steg. salto z enim obr.		1,15
Tbw9	Steg. salto s pol obrata		0,35	Tbw25	Dvojni steg. salto z 1,5 obr.		1,25
Tbw10	Steg. salto s celim obr.		0,45	Tbw26	Dvojni steg. salto z 2,0 obr.		1,40
Tbw11	Steg. salto z 1,5 obr.		0,50	Tbw27	Dvojni steg. salto z 2,5 obr.		1,50
Tbw12	Steg. salto z 2,0 obr.		0,60	Tbw28	Dvojni steg. salto s 3,0 obr.		1,65
Tbw13	Steg. salto z 2,5 obr.		0,65	Tbw29	Trojni skrčeni salto		1,60
Tbw14	<b>Dvojni skrčeni salto</b>		0,60	Tbw30	Trojni sklonjeni salto		1,90
Tbw15	Dvojni skrč. salto s pol obrata		0,70	Tbw31	Trojni skrč. salto s celim obr.		2,00
Tbw16	Dvojni arabski/twist salto		0,70				

<sup>3</sup> Skok nazaj s pol obrata in spojeno salto naprej v nadaljevanju

Primer Št. 1 – serija naprej

Koraki računanja	 360			 180
1. Osnovna prvina	$\sigma \rightarrow 0,25$	$\sigma \rightarrow 0,20$	$\sigma \rightarrow 0,25$	$\sigma \rightarrow 0,25$
2. Položaj telesa	Stegnjeno $\rightarrow 0,1$		Stegnjeno $\rightarrow 0,1$	Stegnjeno $\rightarrow 0,1$
3. Obrati	Cel $\rightarrow 2 \times 0,05 = 0,1$			Pol $\rightarrow 1 \times 0,05 = 0,05$
4. Cel obrat	$1x \rightarrow 1 \times 0,05 = 0,05$			
5. Končna prvina	<u>0,50</u>	<u>0,20</u>	<u>0,35</u>	<u>0,40</u>
6. Končna serija	<b>0,50 + 0,35 + 0,40 = 1,25</b> (vsota 3 elementov najvišje težavnosti)			

Primer Št. 2 – serija nazaj

Koraki računanja			 720	
1. Osnovna prvina	$\sigma \rightarrow 0,10$	$\sigma \rightarrow 0,15$	$\sigma \rightarrow 0,60$	
2. Položaj telesa			Stegnjeno $\rightarrow 2 \times 0,15 = 0,30$	
3. Obrati			2,0 obrata $\rightarrow 4 \times 0,10 = 0,40$	
4. Cel obrat			$2x \rightarrow 2 \times 0,05 = 0,10$	
5. Končna prvina	<u>0,10</u>	<u>0,15</u>	<u>1,40</u>	
6. Končna serija	<b>0,10 + 0,15 + 1,40 = 1,65</b> (vsota 3 elementov najvišje težavnosti)			

## DODATEK A3

### PRIMERI TEŽAVNOSTI – MPP

Skoki v smeri nazaj z mizo za preskok				Skoki v smeri naprej z mizo za preskok			
Trb1	Premet vstran z obr. za 90° nazaj ali naprej		0,35	Trf1	Premet		0,40
Trb2	Skok s pol obrata premet nazaj		0,45	Trf2	Premet s pol obrata		0,45
Trb3	Pol obr. – pol obr.		0,50	Trf3	Premet z 1 obratom		0,55
Trb4	Pol obr. – cel obr.		0,60	Trf4	Premet z 1,5 obr.		0,60
Trb5	Pol obr. – 1,5 obr.		0,65	Trf5	Premet salto		0,80
Trb6	Cukahara	TSU	0,70	Trf6	Skrčeni s pol obr.		0,90
Trb7	Cukahara sklonjeno	TSU V	0,90	Trf7	Skonjeni		1,00
Trb8	Cukahara stregnjeno	TSU /	1,00	Trf8	Stegnjeni		1,10
Trb9	Cukahara s pol obr.	TSU / 180	1,10	Trf9	Sklonjeni s pol obr.		1,10
Trb10	Cukahara z 1 obr. ali Kasamatsu	TSU / 360	1,25	Trf10	Stegnjeni s pol obr.		1,20
Trb11	Cuk. z 1,5 obr. ali Kasamatsu s pol obr.	TSU / 540	1,35	Trf11	Stegnjeni z 1 obr.		1,35
Trb12	Cuk. z 2,0 obr. ali Kasamatsu z 1 obr.	TSU / 720	1,50	Trf12	Stegnjeni z 1,5 obr.		1,45
Trb13	Cuk. z 2,5 obr. ali Kasamatsu z 1,5 obr.	TSU / 900	1,60	Trf13	Stegnjeni z 2,0 obr.		1,60
Trb14	Cuk. s 3,0 obr. ali Kasamatsu z 2,0 obr.	TSU / 1080	1,75	Trf14	Stegnjeni z 2,5 obr.		1,70
Trb15	Dvojni Cukahara	TSU	1,55	Trf15	Premet dvojni salto s pol obrata		1,70
Trb16	Dvojni skl. Cukahara	TSU	1,85	Trf16	Dvojni skl. s pol obr.		2,00
Trb17	Dvojni steg. Cukahara	TSU	2,30	Trf17	Dvojni steg. s pol obr.		2,45

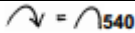

Skoki brez mize za preskok – salti							
Trw1	Skrčeni		0,20	Trw19	Pol obr. v dvojni skl.		0,85
Trw2	Sklonjeni		0,25	Trw20	Dvojni skl. s pol obr.		0,85
Trw3	Skrčeni s pol obr.		0,25	Trw21	Dvojni stegnjeni		0,85
Trw4	Skl. s pol obr.		0,30	Trw22	Pol obr. v dvojni skrč. salto s celim obr.		0,90
Trw5	Stegnjeni		0,30	Trw23	Dvojni skrč. z 1,5 obr.		0,90
Trw6	Steg. s pol obr.		0,35	Trw24	1 obr. v dvojni skrč. s pol obr.		0,90
Trw7	Steg. z 1 obr.		0,45	Trw25	Pol obr. v dvojni steg.		0,95
Trw8	Steg. z 1,5 obr.		0,50	Trw26	Dvojni steg. s pol obr.		0,95
Trw9	Steg. z 2,0 obr.		0,60	Trw27	Pol obr. v dvojni steg. s celim obr.		1,20
Trw10	Steg. z 2,5 obr.		0,65	Trw28	Pol obr. v dvojni steg. z 1,5 obr.		1,20
Trw11	Steg. s 3,0 obr.		0,75	Trw29	1 obr. v dvojni steg. s pol obr.		1,20
Trw13	Steg. s 3,5 obr.		0,80	Trw30	1 obr. v dvojni steg. z 1,5 obr.		1,45
Trw14	Dvojni skrčeni		0,55	Trw31	Dvojni steg. s 3,5 obr.		1,70
Trw15	Pol obr. v dvojni skrč.		0,65	Trw32	Trojni skrčeni s pol obr.		1,55
Trw16	Dvojni skrč. s pol obr.		0,65	Trw33	Trojni sklonjeni s pol obrata		1,85
Trw17	Dvojni sklonjeni		0,75	Trw34	1 obr. v trojni s pol obr.		1,95
Trw18	Dvojni skrč. z 1 obr.		0,80	Trw35	Trojni z 2,5 obr.		2,35

Primer št. 1 – skok z mizo za preskok



Koraki računanja	TSU / 360
1. Osnovna prvina	TSU → 0,70
2. Položaj telesa*	Stegnjeno → $2 \times 0,15 = 0,30$
3. Obrati*	Cel obrat → $2 \times 0,10 = 0,20$
4. Celi obrati*	$1x \rightarrow 1 \times 0,05 = 0,05$
5. Končna prvina	<b>1,25</b>

\*V primeru Cukahare in premet salta naprej so uporabljene dodatne vrednosti za dvojne salte in vrednost za položaj telesa šteje dvakrat. V primeru dvojnega Cukahare / premet dvojnega salta so uporabljene dodatne vrednosti za trojne salte in DV za položaj telesa šteje dvakrat.

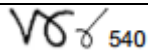

Primer št. 2 – skok z mizo za preskok

Koraki računanja	 540
1. Osnovna prvina	 → 0,40
2. Položaj telesa	
3. Obrati	1,5 obrata → $3 \times 0,05 = 0,15$
4. Celi obrati	$1x \rightarrow 1 \times 0,05 = 0,05$
5. Končna prvina	<b>0,60</b>

Primer št. 3 – skok brez mize za preskok

Koraki računanja	 900
1. Osnovna prvina	 → 0,20
2. Položaj telesa	Stegnjeno → 0,10
3. Obrati	2,5 obrata → $5 \times 0,05 = 0,25$
4. Celi obrati	$2x \rightarrow 2 \times 0,05 \rightarrow 0,10$
5. Končna prvina	<b>0,65</b>

Primer št. 4 – skok brez mize za preskok

Koraki računanja	 540
1. Osnovna prvina	 → 0,55
2. Položaj telesa	1.sklonjeni / 2.stegnjeni → $0,10 + 0,15 = 0,25$
3. Obrati	1,5 obrata → $3 \times 0,10 = 0,30$
4. Celi obrati	$1x \rightarrow 1 \times 0,05 = 0,05$
5. Končna prvina	<b>1,15</b>

## **DODATEK A4**

### **PREPOZNAVA PRVIN**

Za priznavanje polne težavnosti je treba zadostiti posebnim tehničnim zahtevam.

#### **A4.1. PARTERNA SESTAVA**

##### **A4.1.1. Težavnost in izvedba**

###### **Računanje vrednosti težavnosti**

- Različne prvine morajo imeti različno številko prvine.
- Vsi tekmovalci morajo prvino iste težavnosti izvesti istočasno (to glede na kompozicijo in vse druge določitve pomeni, da se skupini prizna DV kateri izmed tekmovalcev zamudi in izvede prvino težavnosti z zamikom,).

Če nekaterim posebnim zahtevam prvine ni zadoščeno, se lahko prvina ponovno oceni. Če prvina ni navedena v preglednici težavnosti, potem nima vrednosti težavnosti (DV).

###### **Številke prvin**

Črka pred številko prvine se nanaša na skupino prvin.

P pirouette = obrati ( ), J (jumps/leaps/hops) = skoki brez vrtenja okoli čelne osi, B (balance element) = prvine ravnotežja, Po (power element) = prvine moči in A (acrobatic elements) = premeti, salti.

Prva številka pove vrednost težavnosti prvine (npr. številka 2 pomeni 0,2 točke DV).

Zadnja številka pove številko prvine.

##### **A4.1.1.1. Obrati**

###### **Opredelitev:**

Obrati naprej: obračanje v smeri oporne noge.

Obrati nazaj: obračanje v nasprotni smeri oporne noge.

Obrat se začne, ko se nožena noga dvigne od tal, in konča, ko je vrtenje končano in se peta oporne noge in/ali nožena noga dotakne tal.

Število obratov in položaj nožene noge v obratu določata vrednost težavnosti prvine. Število obratov se meri glede na položaj bokov.

Nožena noga je lahko stegnjena ali pokrčena, mora pa biti v enakem položaju za vso skupino. Če je nožena noga pokrčena (naprej, v stran), se uporabi peta za določanje kota glede na položaj bokov.

V obratu zanoženo skrčeno se za določanje kota z bokom uporabi koleno.

Skrčen/stegnjen položaj oporne noge ne spremeni DV.

Vsa skupina mora prikazati enak obrat istočasno, z rokami in nogami v enakem položaju. Učinek ogledala je dovoljen, glej 14.2.1.

Položaj rok je poljuben za skupino.



### **Zahteve za težavnost**

Vrednost težavnosti se ne prizna:

- če obrat za najmanj 360° ni popolnoma dokončan (merjeno glede na položaj bokov),
- če je obrat dokončan s poskoki (ustavljanje obrata z rahlim poskokom, ko je vrtenje končano, ne vpliva na DV),
- če obrat ni izveden na eni nogi,
- če vsi tekmovalci skupine ne izvedejo obrata istočasno (kompozicija),
- če vsi tekmovalci iste podskupine (dva tekmovalca ali več) ne začnejo obrata v isti smeri (ni jim treba izvesti obrata z isto nogo) – vsi v levo ali vsi v desno smer.

Pri obratih se lahko upošteva nižja vrednost težavnosti:

- če obrat ni dokončan, npr. P401 (vendar je končan obrat za 360°) → P201,
- če ni izpolnjena zahteva za višino noženja, dovoljeno odstopanje je 15° (P607 → P203, če je noga prenizko),
- če nožena noga ni zadržana v pravem položaju vsaj  $\frac{3}{4}$  časa vrtenja (npr. P607 → P201),
- ko so zahteve za težavnost izpolnjene, se prvine ponovno ovrednotijo po pravilniku ocenjevanja. Če v pravilniku nižje vrednosti za prvino ni, potem prvina nima vrednosti.

### **Zahteve za izvedbo**

Obrati morajo biti v vzponu jasno izvedeni. Če je obrat dokončan, vendar ni izveden v vzponu, se upošteva vrednost težavnosti z odbitkom za izvedbo. Glej tudi 15.3.

#### ***A4.1.1.2. Skoki***

##### **Opredelitev:**

Ločimo tri vrste skokov:

- skok z sonožnim odzivom in enonožnim ali sonožnim doskokom (ang. jump),
- skok z enonožnim odzivom in doskokom enonožno na drugo nogo ali sonožno (ang. leap),
- skok z enonožnim odzivom in enonožnim doskokom na isto nogo (and. hop).

Pred skokom niso dovoljeni več kot trije zaletni koraki (tek/hoja).

V skoku mora biti prepoznan položaj telesa. Položaj telesa in obrat v fazi leta skupaj s položajem pri doskoku določajo stopnjo težavnosti.

Če ni posebej omenjeno, so dovoljene različne tehnike pred, med in po obratu v skoku, vključujoč položaj skrčeno, sklonjeno, prednožno, raznožno in položaj v skoku gnezdo.

Položaj bokov pri odzivu in doskoku določa stopinje obrata.

Celotna skupina mora istočasno izvesti enak skok z rokami in nogami v enakem položaju.

Če ni posebej določeno, je položaj rok in nog poljuben za skupino.

### **Zahteve za težavnost**

Vrednost težavnosti skoka se ne prizna:

- če so narejeni več kot trije koraki pred skokom,
- če ni prepoznanega položaja telesa med prvino,

- če skoka ne izvedejo vsi tekmovalci skupine istočasno (kompozicija).

Skokom se lahko dodeli nižja vrednost težavnosti, če niso izpolnjene naslednje zahteve:

- dokončani obrati v skokih,
- raznoženje, dovoljeno odstopanje 15°,
- kot v bokih in/ali kolenih, dovoljeno odstopanje 15°,
- položaj pri doskoku, npr. pri doskoku v sklek ležno: dlani in stopala morajo pristati istočasno. Če je doskok najprej na dlani, ni vrednosti težavnosti. Če je doskok izveden najprej na stopala, potem je vrednost težavnosti enaka tisti za enako prvino z doskokom na stopala.

### **Zahteve za izvedbo**

V oceno za izvedbo šteje ohranjanje ravnotežja, nadzor nad izvedbo in gibanjem, amplitude, iztegnitve, dinamika, usklajenost skupine, tehnika, višina, parabole letov in nadzor pri doskoku.

Pri doskokih v sklek ležno mora biti telo pred doskokom v vodoravnem položaju, nadzorovana opora mora biti vidna, preden se celotno telo dotakne tal. Glej tudi 14.3.

#### ***A4.1.1.3. Prvine ravnotežja***

##### **Opredelitev:**

Prvine morajo biti izvedene v prepoznavnem statičnem položaju, ki je zadržan vsaj dve sekundi brez dodatnih gibanj (za rahla dodatna gibanja je odbitek za izvedbo).

V prednoženju skrčeno se za določanje kota glede na položaj bokov uporabi peta. V zanoženju pokrčeno se za določanje kota glede na položaj bokov uporabi koleno.

Celotna skupina mora istočasno izvesti isto prvino ravnotežja z rokami in nogami v enakem položaju.

##### **Zahteve za težavnost**

Vrednost težavnosti prvine ravnotežja se ne prizna:

- če tekmovalec v prvini ne vztraja 2 sekundi,
- če ni prepoznanega položaja telesa,
- če vsi tekmovalci prvine ne prikažejo istočasno (kompozicija).

Prvini ravnotežja se lahko dodeli nižja vrednost težavnosti, če niso izpolnjene naslednje zahteve:

- zahtevano raznoženje, dovoljeno odstopanje 15°,
- kot v bokih in/ali kolenih, dovoljeno odstopanje 15°,
- iztegnjena stopala,
- stegnjene roke,
- ni opore na rokah.

##### **Zahteve za izvedbo**

V oceno za izvedbo šteje ohranjanje ravnotežja, nadzor nad izvedbo, amplitude, iztegnitve, usklajenost skupine in pravilna tehnika izvedbe prvin ravnotežja. Glej tudi 14.3.

#### ***A4.1.1.4. Prvine moči***

##### **Opredelitev:**

Nadzorovana izvedba gibanja z neprekinjeno uporabo moči mora biti jasno vidna, prav tako začetni in končni položaj. Zadrževanje položaja 2 sekundi ni potrebno.

Celotna skupina mora istočasno izvesti isto prvine z rokami in nogami v enakem položaju.

##### **Zahteve za težavnost**

Vrednost težavnosti prvine moči se ne prizna:

- če gibanja med prvine niso nadzorovana (npr. padec, prekinitvev  $\geq 3$  s),
- če začetni in končni položaj nista jasno vidna,
- če vsi tekmovalci prvine ne prikažejo istočasno (kompozicija).

Prvini ravnotežja se lahko dodeli nižja vrednost težavnosti, če niso izpolnjene naslednje zahteve:

- stegnjene roke, dovoljeno odstopanje  $15^\circ$ ,
- noženje, dovoljeno odstopanje  $10^\circ$ ,
- stegnjene noge, dovoljeno odstopanje  $15^\circ$ ,
- glede na določene kriterije ni postavitve začetnega in končnega položaja.

##### **Zahteve za izvedbo**

Prvine moči morajo biti prikazane v ravnotežju in tekoče, brez prekinitvev. V oceno za izvedbo šteje nadzor nad izvedbo, amplitude, iztegnitve, dinamika izvedbe, enotnost skupine in tehnika izvedbe skozi celotno prvine. Glej tudi 14.3.

#### ***A4.1.1.5 Premeti, salti***

Pri doskoku so dovoljeni so različni položaji (sed, stoja, klek, leža).

#### **A4.1.2. Kompozicija**

S koreografskega vidika v oceno za kompozicijo štejejo trajanje sestave, ritmična zaporedja, osi gibanja, zahtevani položaji gibanja, smeri gibanja in gibanja v skladu z glasbo. Če se npr. kateri od tekmovalcev izgubi in ne izvede zahteve po gibanju v določeni smeri (npr. če preostala skupina izvede gibanje in bi ga moral izvesti tudi izgubljen tekmovalec), izpolnjenost zahteve za smer gibanja šteje v koreografijo skupine. Skupina ne prejme odbitka za manjkajočo zahtevo.

##### ***A4.1.2.1 Prehodi ritmičnih zaporedij***

Prvine, ki se lahko uporabijo kot del prehodov ritmičnega zaporedja:

- »pas de bourré«,
- menjalni koraki ali valčkovi koraki,
- prisunski poskoki naprej in vstran,
- »chainé« obrati (obrat na obeh nogah),
- vse vrste skokov,
- lahkotna hoja in lahkotni tekalni koraki,
- tek,

- zamah,
- val.





Ideja oz. cilj prehodov ritmičnih zaporedij je doseči, da skupina za gibanje uporabi celotno površino parterja in da se premika tako, da skoraj »leti« v območju parterja.

## A4.2. AKROBATIKA IN MPP

### A4.2.1. Prepoznavanje prvin

#### *Zahteve za položaje telesa v saltih*

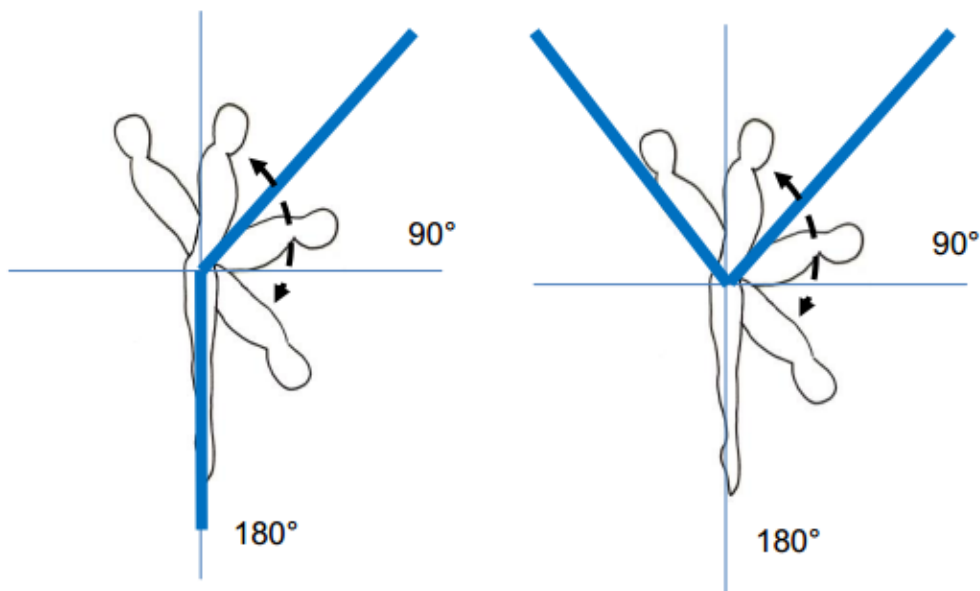
Glede na izbrano prvino mora biti položaj telesa v vsakem saltu imenovan kot skrčeno, sklonjeno ali stegnjeno. V dvojnih in trojnih saltih z več kot pol obrata je lahko položaj skrčeno rahlo prilagojen (odprt) in tako imenovan kot položaj polskrčeno. Ta položaj v določanju težavnosti šteje kot položaj skrčeno.

			
<b>Položaj skrčeno</b>	<b>Položaj sklonjeno</b>	<b>Položaj stegnjeno</b>	<b>Položaj polskrčeno</b>
Oprelitev za določanje težavnost	Oprelitev za določanje težavnost	Oprelitev za določanje težavnost	Oprelitev za določanje težavnost
Kot v kolenih in v bokih < 90°.	Kot v bokih < 90° in točno 180° v kolenih.	V bokih in v kolenih kot točno 180°.	Kot v bokih približno 120° in 90-120° v kolenih.
Če je kot v bokih in kolenih ≤ 135°, je položaj sprejemljiv za priznavanje težavnosti.	Če je kot v bokih ≤ 135° *, je položaj sprejemljiv za priznavanje težavnosti.	Če je kot v bokih ≤ 135° *, je položaj sprejemljiv za priznavanje težavnosti, vendar z odbitkom za izvedbo.	Položaj polskrčeno šteje kot položaj skrčeno za težavnost.
Vsi položaji, pri katerih je kot v kolenih ≤ 90° štejejo kot položaji skrčeno.	Rahel upogib v kolenih (≤ 15°) je sprejemljiv.		

Izvedba	Izvedba	Izvedba	Izvedba
Kot v koljenih in bokih > 90° → odbitek za napačno izvedbo.	Kot v bokih > 90° → odbitek za napačno izvedbo.	V stegnjenem položaju je ulekovanje ravno tako slabo kot sklanjanje → odbitek za napačno izvedbo.	

\*Prvine izvedene s položajem telesa v kotu 135° štejejo v korist skupine tako za težavnost kot za kompozicijo.

Dodatne vrednosti za položaj telesa so dodane le, ko tekmovalec jasno pokaže položaj telesa v vsakem saltu. Za odbitke za izvedbo glej Dodatek A5.



Slika 1: Prepoznavanje položaja sklonjeno (levo) in stegnjeno (desno).

### Obrati

Dodatne vrednosti za obrate štejejo, ko je vrtenje izvedeno vsaj 45° od določenega obrata. V primeru, da je obrat nedokončan za več kot 45°, se vrednost težavnosti zniža. Vsak odmik od določene količine vrtenja v obratu odbijejo sodniki za izvedbo.

Upoštevati je treba tudi, da morajo biti obrati v dvojnih in trojnih saltih v skupinski seriji izvedeni v enakem številu v vsakem saltu in za vsakega tekmovalca posebej v celotni skupini.

### Prepoznavanje različnih prvin glede na kompozicijo

Prvina je različna, če temelji na drugi osnovni prvini. Vendar je lahko z isto osnovno prvino še vedno prvina druga, če tekmovalec izvede različno število obratov ali prikaže izvedbo z drugim položajem telesa. To velja za dvojne in trojne salte, kjer gre za različne prvine tudi v primeru, če tekmovalec spremeni položaj telesa le v enem saltu. Dvojni salto sklonjeno v prvem saltu in stegnjeno v drugem saltu je druga prvina kot dvojni salto s stegnjenim položajem v prvem saltu in sklonjeno v drugem saltu.

V dvojnih in trojnih saltih tudi število obratov v vsakem saltu določa različne prvine. Dvojni salto s celim obratom v prvem saltu in pol obrata v drugem saltu je druga prvina kot pol obrata v prvem saltu in cel obrat v drugem saltu. Vendar v primeru prikaza dvojnih ali trojnih saltov s tremi ali več obrati umestitev obrata za določanje različnih prvin ni več pomembna. Dvojni stegnjeni salto z 1,5 obrata v prvem in 2 obratoma v drugem saltu je tako enaka prvina kot dvojni stegnjeni salto z 2 obratoma v prvem in 1,5 obrata v drugem saltu.

### **Tempo premet**

Tempo premet je opredeljen kot enojni salto nazaj brez obratov z uleknjenim položajem telesa; izveden je v višini ramen ali nižje.

## DODATEK A5

### PREGLEDNICA SPLOŠNIH NAPAK IN ODBITKOV

#### A5.1 PARTER

Napake	Majhne	Srednje	Velike
	0,1	0,2	0,3 ali več
<p><b>1. Natančnost v postavitvah</b> Vsi tekmovalci morajo biti na točno določenih mestih glede na izrisane formacije na ocenjevalnem obrazcu (pike ali križci določajo mesto vsakega tekmovalca).</p> <p>Odbitek za tekmovalca izven postavitve.</p> <p>Vsakič na tekmovalca.</p>	Tekmovalec izven formacije		
<p><b>2. Usklajenost skupine</b> Skupina mora izvesti prvine istočasno in v skladu z obrazcem za težavnost.</p> <p>Odbitek za neusklajenost tekmovalca s preostalo skupino.</p> <p>Vsakič / tekmovalca.</p>	Tekmovalec približno en takt kasneje ali prej	Tekmovalec približno dva takta kasneje/ prej.	»Izgubljen« tekmovalec, predstavi popolnoma drugače ali ne predstavi.
<p><b>3. Prestopi</b> Parтерна sestava mora biti izvedena znotraj parternega območja.</p> <p>Odbitek za dotik tal izven označenih oznak.</p> <p>Vsakič / skupino.</p>	Tekmovalec nastopa izven območja parterja.		
<p><b>4. Tehnika izvedbe prvin težavnosti</b></p> <p><b>4.1. Obrati</b> Vsak obrat/tekmovalca.</p>	<p>Peta se dotakne tal med obratom.</p> <p>Poskoki med obratom (ni DV).</p>	<p>Celotni obrat izveden na peti/celem stopalu.</p> <p>Poskoki med obratom z dotikom tal s</p>	

	Obrat ni dokončan za < 90° (DV je znižana ali se ne prizna).	peto (ni DV).  Obrat ni dokončan za ≥90° (znižana DV/ni DV).	
<b>4.2. Skoki</b> Vsak skok/tekmovalca.	Rahlo pokrčena kolena < 15°,  raznoženje ≤10°,  majhne napake pri doskoku (npr. majhna izguba ravnotežja, dodatni gibi za nadaljevanje),  pomanjkanje iztegnitve,  manjše napake v položaju telesa,  nenadzorovana opora pred dotikom s celim telesom pri doskoku v sklek ležno,  nedokončani obrati v saltih <90° (DV je znižana ali se ne prizna).	Pokrčena kolena ≥15°,  raznoženje 10°-45°,  težak doskok (oteženo nadaljevanje v naslednjo prvino).  Napake v položaju telesa.  Telo ni vodoravno pred doskokom v sklek ležno.  Nedokončani obrati ≥90° (DV je znižana ali se ne prizna).	Padec npr. pri doskoku,  raznoženje >45° (DV se znižana ali se ne prizna).  Znatne napake v položaju telesa (ni DV).



<p><b>4.3. Prvine ravnotežja</b> Vsakič na tekmovalca.</p>	<p>Pokrčene roke &lt; 15°, kot v ramenih, pokrčena kolena &lt; 15°, raznoženje ≤ 10°.</p>	<p>pokrčene roke ≥ 15° (lahko sledi znižanje DV), upogib v kolenih ≥ 15°, raznoženje 10°-45°</p>	<p>Raznoženje &gt; 45° (DV se zniža ali se ne prizna)</p>
<p><b>4.4. Prvine moči</b> Za vsako prvino in tekmovalca.</p>	<p>Pokrčene roke &lt; 15°, pokrčena kolena &lt; 15°, raznoženje ≤ 10°.  Ni tekočega gibanja (npr. kratka prekinitve med prvino).  Dotik ali podrtal s stopali v PoX07.</p>	<p>Pomoč z rokami  Pokrčene roke ≥ 15° (lahko sledi znižanje DV), pokrčena kolena ≥ 15°, raznoženje 10°-45°.</p>	<p>Dotik ali podrtal s stopali v PoX03, PoX04 in PoX06.</p>
<p><b>5. Usklajenost skupine</b> Gibanja in elementi morajo biti izvedeni na točno enak način.  Vsakič na tekmovalca.</p>	<p>Npr. drugačna tehnika v obratih.</p>	<p>Zelo opazne razlike v izvajanju, npr. tekmovalec izvede obrat v priročnju, medtem ko ga skupina izvede v odročnju.</p>	

<p><b>6. Dinamičnost izvedbe</b> Lahkotnost , sproščenost in iztegnitev,  povezanost prvin,  brez namernih prekinitev,  vključenost celotnega telesa v prvino.  Vsakič na tekmovalca .</p>	<p>Tekmovalec ne izkoristi hitrosti gibanja iz prejšnjega gibanja oz. prvine in ustvarja novo silo,  namerne prekinitve,  ločena gibanja rok in nog.</p>		
<p><b>7. Amplitude in iztegnitve</b> Vsakič na tekmovalca.</p>	<p>Ni optimalne iztegnitve telesa v prvinah, npr. ni iztegnjenih kotov (v komolcih, ramenih, bokih, kolenih, stopalih).</p>		
<p><b>8. Ravnotežje in nadzorovana izvedba</b> Za izgubo ravnotežja in nadzora sledi odbitek.  Vsakič na tekmovalca .</p>	<p>Dodatna gibanja, npr. med prvinami ravnotežja/moči (dviganje in spuščanje telesa ali dela telesa, vendar se oporne noge/roke ne premikajo),  majhni koraki/poskoki za ohranjanje ravnotežja med prvino.</p>	<p>Prekinitev med prvino moči <math>\geq 3s</math> (ni DV),  več dodatnih korakov ali opora z roko,  dolgi popravni poskok/korak za ohranitev ravnotežja (tekmovalec ne pade iz ravnotežja).</p>	<p>Padec med izvedbo prvine.</p>

	<p>Dodatna gibanja med prvinami ravnotežja (vendar z oporno nogo na mestu),</p> <p>gibanja v nasprotni smeri za ohranitev ravnotežja.</p>		
<p><b>9. Prekinitev parterne sestave</b> Tekmovalce popolnoma prekine sestavo. Odbitek na tekmovalca.</p>			0,5
<p><b>10. Napačno število tekmovalcev</b> Na parterju mora biti 8 do 12 tekmovalcev. Enkrat na skupino.</p>			1,0

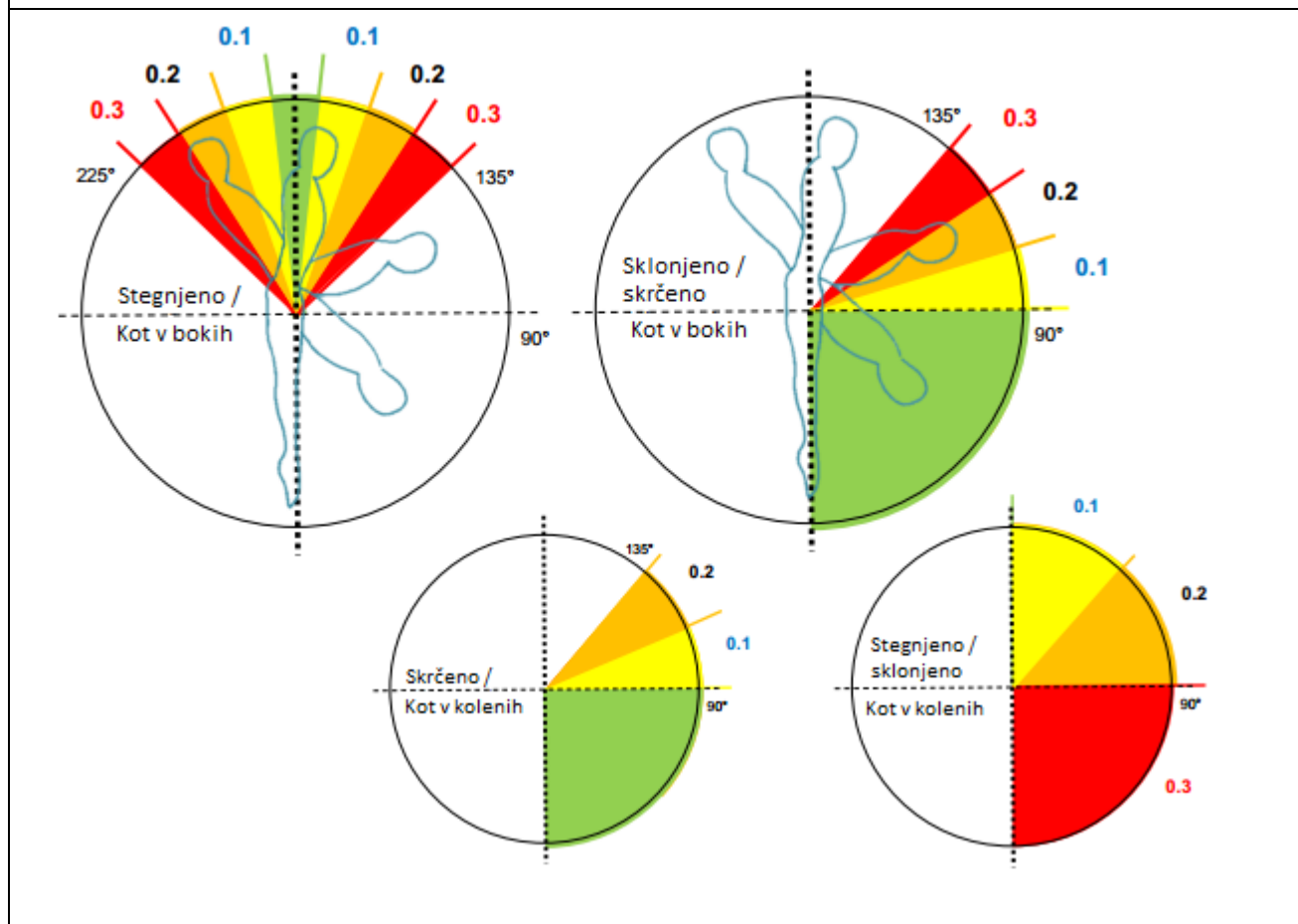
## A5.2 AKROBATIKA IN MPP

### A5.2.1. Splošno

Napake v izvedbi	Odbitek	Majhne	Srednje	Velike
		0,1	0,2	0,3 ali več
<b>Nenatančen položaj telesa v saltih</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Napake v kotih v kolenih in bokih (glej slike spodaj za odbitke)</li> <li>- Raznožene/prekrižane noge, napake v drži glave/stopal</li> </ul>	Na tekmovalca in prvino	X  X	X  ---	X  ---

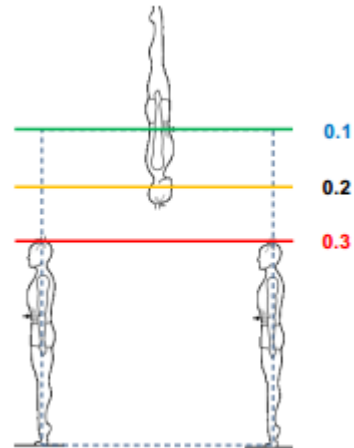
Skrčeni, sklonjeni in stegnjeni položaji telesa morajo biti izvedeni z jasno določenim položajem telesa snožno in stegnjenimi stopali. Koti tako v bokih kot v kolenih spadajo v skupino odbitkov za položaj telesa (glej tudi Dodatek A4 za opredelitev položajev telesa).

Položaj med skrčenim in sklonjenim je dovoljen v obratih v dvojnih/trojnih saltih. Gre za položaj, ki lahko sega od zelo odprtega položaja skrčno do položaja sklonjeno s pokrčenimi koleno (polskrčeno).



<i>Napake v izvedbi</i>	<i>Odbitek</i>	<i>Majhne</i>	<i>Srednje</i>	<i>Velike</i>
		<i>0,1</i>	<i>0,2</i>	<i>0,3 ali več</i>
<b>Nepravilna izvedba obratov (<math>\leq 0,3</math>)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nedokončan obrat, preveč vrtenja</li> <li>- roke niso blizu telesa/osi vrtenja</li> <li>- ni aktivnega gibanja v bokih v saltih naprej (iz skrčenega/sklonjenega položaja)</li> <li>- ni jasno vidne faza odziva</li> </ul>	Na tekmovalca in prvino	$\leq 15^\circ$	$\leq 45^\circ$	$\leq 90^\circ$
		X	X	X
		X	X	X
<p>Obrati morajo biti izvedeni pravilno. Aktivno gibanje v bokih je zaželeno v obratih pri skrčenem/sklonjenem saltu naprej (odbitek za počasno ali pozno gibanje v bokih). Faza odziva mora biti vidna sicer sledi odbitek. Primerno gibanje in postavitev rok določata hitrost obrata (odbitek za napako v gibanju rok in postavitvi, ki ni blizu telesa/osi vrtenja).</p>				
<b>Nedokončani obrati (0,1)</b> V dvojnih/trojnih saltih z manj kot 3 obrati	Na tekmovalca in prvino	X	---	---
<b>Prenizek ali predolg zadnji salto (max. 0,4)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- prenizek zadnji salto</li> <li>- dolžina salta &gt; višina salta</li> </ul>	Na tekmovalca v zadnjem saltu	X	X	X
		X	---	---

Težišče telesa mora biti dvignjeno vsaj za 1½ višine tekmovalca in salto mora biti krajši od višine prvine.



**Položaj na doskoku ni vzravn**  
**(max. 0,3)**

- upogib v kolenih
- upogib v bokih

Na tekmovalca

>30°

>60°

>90°

>30°

>60°

>90°

Rahel upogib v kolenih in bokih je dovoljen brez odbitka.

**Odmik od sredinske črte (0,2)**

Na tekmovalca

>0,5 m

>1,0 m

---

**Pomanjkanje nadzora pri doskoku (0,2-1,5)**

- izguba nadzora
- dotik tal z eno ali obema rokama
- padeč (v sed, preval, ...)
- doskok ni izveden najprej na stopala.

Na tekmovalca

---

X

---

---

---

0,5

---

---

0,8

1,5

Doskok mora biti nadzorovan in se lahko nadaljuje v nadzorovano gibanje naprej ali nazaj.

<b>Dejanja trenerjev</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- opora</li> <li>- pomoč pri izvedbi prvine (za izvedbo prvine je potrebno trenerjevo posredovanje)</li> <li>- ni ukrepanja v nevarni situaciji (v glavnem v primeru resnega tveganja za poškodbo vratu/hrbta/hrbtenice)</li> </ul>	Na tekmovalca	---	---	0,8 1,0  0,5
<p>Največji odbitek se dodeli, ko trener pomaga tekmovalcu pri izvedbi prvine s prispevanjem potrebne rotacije in/ali višine.</p>				
<b>Ni tekočega gibanja med tekmovalci v seriji (0,1)</b>	Vsakič na tekmovalca	X	---	---
<p>Vsaj dva tekmovalca se morata gibati istočasno. Pri akrobatiki naslednji tekmovalec ne sme začeti prvega elementa, preden tekmovalec pred njim ne zaključi zadnjega elementa. Odbitek se dodeli tudi za neenakomerno gibanje med tekmovalci.</p>				
<b>Tekmovalec izvede samo zalet (3,0)</b>	Na tekmovalca	---	---	3,0
<p>V primeru, ko tekmovalec izvede samo zalet brez veljavnih prvin, sledi odbitek. Pri skokih z MPP čez mizo za preskok se ta odbitek dodeli v primeru, če se tekmovalec ne dotakne mize za preskok z obema rokama. V tem primeru ni drugih odbitkov.</p>				
<b>Napačno število tekmovalcev (3,0)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- več ali manj kot 6 tekmovalcev v moških/ženskih skupinah</li> <li>- manj ali več kot 3 moški in manj ali več kot 3 ženske v mešani skupini (npr. 2 moška in 4 ženske dobijo odbitek <math>1 \times 3,0 = 3,0</math>, 5 moških in 1 ženska dobijo odbitek <math>2 \times 3,0 = 6,0</math>)</li> </ul>	Na manjkajočega/odvečnega tekmovalca	---	---	3,0

### A5.2.2 Akrobatika

<i>Napake</i>	<i>Odbitek</i>	<i>Majhne</i>	<i>Srednje</i>	<i>Velike</i>
		<i>0,1</i>	<i>0,2</i>	<i>0,3 ali več</i>
<b>Izguba hitrosti gibanja (0,5)</b>	Na tekmovalca	X	X	0,3/0,5
Tekmovalec mora ohranjati hitrost do končnega doskoka. Kinetična energija se lahko pretvarja med vrtenji, hitrostjo in višino. Za izgubo hitrosti sledi odbitek. Največji odbitek 0,5 se dodeli, ko tekmovalec skoraj obmiruje.				
<b>Manjkajoča prvina v seriji (1,0 ali 2,0)</b> Tekmovalec izvede manj kot 3 prvine v seriji	Na tekmovalca in manjkajočo prvino	---	---	1,0

### A5.2.3. MPP

<i>Napake</i>	<i>Uporaba odbitka</i>	<i>Majhne</i>	<i>Srednje</i>	<i>Velike</i>
		<i>0,1</i>	<i>0,2</i>	<i>0,3 ali več</i>
<b>Ni vidnega dviga z mize za preskok (max 0,5)</b> (samo za serije z mizo za preskok)	Na tekmovalca	X	X	0,3/0,5
Viden mora biti odziv z rok in dvig z mize za preskok. Če dviga ni ali se tekmovalec samo dotakne mize za preskok z rokami, dobi največji odbitek.				



## **8 NAVODILA ZA OPREMO UEG**

Cilji:

- izboljšati vidnost in pregled nad tekmovanjem,
- izboljšati varnost tekmovalcev/nastopajočih,
- standardizirati opremo za pravičnost in enakovrednost vseh ekip.

Navodila opremo so bila določena z namenom, da bi zagotovili standarde za opremo, ki omogoča organiziran in varen šport. Za to so ključnega pomena standardne specifikacije. Navodila in standardi UEG za opremo predstavljajo minimum za mednarodna tekmovanja.

### **8.1. SPLOŠNO**

Navodila postavljajo minimalne zahteve za gimnastična orodja, ki se uporabljajo na evropsko prvenstvih SAS UEG.

Organizacijski komite UEG za tekmovanja SAS mora zagotoviti vso potrebno opremo, ki mora ustrezati veljavnim Navodilom in Standardom UEG za opremo SAS.

Pred tekmovanjem mora predstavnik TK SAS skupaj z dobaviteljem preveriti orodja.

### **8.2. POVZETEK POTREBNE OPREME**

Za tekmovanja SAS se potrebuje:

Parter - tekmovalni parter

Akrobatika - akrobatska steza z zaletiščem in doskočiščem

Ponjave - set ponjav, miza za preskok, zaletišče in doskočišče

Vsa oprema mora biti v dobrem stanju, ponjave morajo biti nove.

Priporočena postavitev orodja v tekmovalni dvorani je prikazana v Dodatku A1. Priporočena velikost dvorane je najmanj 40 x 28 m.

Identični set opreme MORA biti postavljen v ogrevalni dvorani, ki mora biti blizu tekmovalne, prav tako s primernimi prostori za ogrevanje vseh ekip.

### **8.3. OPREMA**

#### **8.3.1. Parter**

Vaja na parterju se izvaja na 35 mm debeli blazini s prevlečeno preprogo in označenim tekmovalnim prostorom 18 x 14 m (s popravljenim pravilnikom je bila zmanjšana velikost površine).

Meja tekmovalnega prostora mora biti označena s 5 cm široko nedersečo belo črto. Ta mora biti narisana ali pritrjena na površino. Bela črta je del tekmovalnega prostora in mora biti znotraj oblazinjenega prostora.

Blazine morajo biti homogene in se morajo nadaljevati v celoto. Med seboj morajo biti povezane na robovih z 10 cm širokimi nedrsečimi trakovi velcro, barve trakov se morajo ujemati z blazinami. Trakovi velcro morajo biti povezani in morajo segati do konca blazin. Blazine morajo biti postavljene tako, da se ne premikajo ali dvigajo med tekmovanjem. Biti morajo antistatične.

UEG TK SAS mora v sodelovanju z organizacijskim komitejem vnaprej določiti barvo.

Vsi promocijski materiali so lahko na prostih območjih pritrjeni s trakom velcro, vendar mora biti vidna razlika v barvi. Promocijski materiali morajo biti najmanj 10 cm oddaljeni od bele črte.

### **8.3.2. Akrobatika**

Oprema je sestavljena iz:

- zaletišča,
- akrobatske steze,
- doskočišča,
- območja varnosti,
- dodatne varnostne blazine,
- pritrjenega merilnega traku.

#### **8.3.2.1. Zaletišče**

Zaletišče mora biti 16 m +/- 5 cm dolgo in 1 m +/- 5 cm široko.

Poravnano mora biti z višino akrobatske steze (+/-5 cm) in nanjo pritrjeno z najmanj 10 cm širokim trakom velcro.

Vrhnji del mora biti iz nedrsečega materiala ali z njim pokrit. Deli, ki tvorijo zaletišče, morajo biti povezani z 10 cm trakovi velcro in pritrjeni tako, da se ne premikajo ali drsijo med hitrimi in nenadnimi gibi tekmovalcev.

Prehod med zaletiščem in akrobatsko stezo mora biti raven in ne sme ovirati tekmovalcev.

31-metrski merilni trak mora biti pritrjen na tla ob strani zaletišča, kar omogoča večjo varnost tekmovalcev. Začetek metrskega traku je na začetku doskočišča, čez vso dolžino zaletišča pa mora biti dobro viden vsak označen meter na traku.

Na zaletišču, akrobatski stezi ali na tleh ne sme biti nobenih osebnih oznak.

#### **8.3.2.2. Akrobatska steza**

Akrobatska steza mora biti 15 m +/- 10 cm dolga in najmanj 2 m široka ter 35 cm +/- 5 cm visoka.

Površina steze mora biti iz enega dela, nenagubana in brez spojev. Stranske črte in sredinska črta morajo biti označene z nedrsečimi belimi črtami širine 50 mm. Stranske črte so del širine dvometrskega tekmovalnega območja.

Akrobatska steza mora ustrezati standardom UEG za opremo SAS.

### **8.3.2.3. Varnostna pasova**

Varnostna pasova sta ob straneh akrobatske steze, blizu doskočišča.

Vsak je vsaj 0,5 m širok in najmanj 3 m dolg. Začneta se pri doskočišču in sta pritrjena s trakom velcro (najmanj 10 cm) na obeh straneh akrobatske steze.

### **8.3.2.4. Doskočišče**

Doskočišče mora biti najmanj 7 m dolgo in 4 m široko.

Sestavljeno mora biti iz posebej izdelanega pristajalnega območja iz enega kosa ali iz več standardnih blazin primerne velikosti in zgradbe. Biti mora na enaki višini kot akrobatska steza (+/- 5 mm), oblikovano za varen sprejem in absorbcijo sil ob doskokih (glej standarde).

Območje doskočišča meri 2 m x 4 m (+/- 5 cm) in se nadaljuje v območje varnosti.

Če je doskočišče sestavljeno iz več standardnih blazin, morajo biti povezane z najmanj 10 cm širokim trakom velcro, ki mora zagotavljati statičnost in se ne sme premikati ob gibanju tekmovalcev.

Območje pristajanja mora biti označeno s kontrastno barvo z možnostjo pritrditve pomožne varnostne blazine s trakom velcro na sprednjem robu.

Spodnji del blazin doskočišča mora biti nedrseč in se ne sme premikati med uporabo.

Akrobatska steza mora biti povezana z doskočiščem z najmanj 15 cm širokim trakom velcro.

### **8.3.2.5. Varnostna blazina**

Varnostna blazina je poljubna mehka blazina velikosti 2 x 4 m in debeline 10 cm z možnostjo pritrditve na začetek doskočišča s trakom velcro (10-15 cm). Na traku akrobatske steze mora biti še mehak velcro trak na zgornji strani za pritrnitev mehke varnostne blazine, če je potrebno.

## **8.3.3. MPP**

Tekmovalno območje mora vsebovati:

- set malih prožnih ponjav,
- mizo za preskok,
- doskočišče,
- zaletišče,
- ločeno zaletišče za skok čez mizo za preskok,
- pomožno varnostno blazino,
- merilni trak.

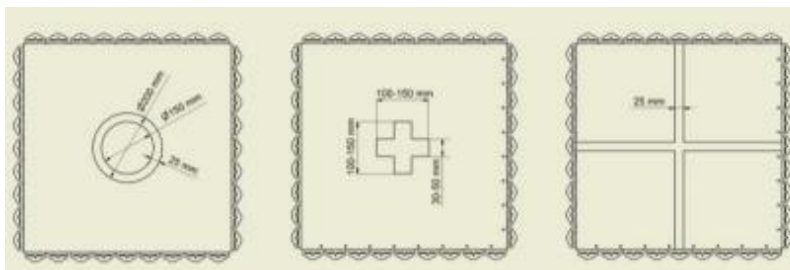
Organizacijski komite mora zagotoviti set malih prožnih ponjav, ki so v skladu s standardi UEG za opremo SAS in sledečim naslovom.

### 8.3.3.1. Mali prožni ponjavi

- Splošno:** Ponjave z odprtim robom in lahke MPP niso sprejemljive. Za lahko ponjavo šteje ponjava s težo manj kot 45 kg. Ponjava mora biti preizkušena brez varnostnih pokrival.
- Okvir:** Zgornji del okvira mora biti zgrajen iz okrogle, kvadratne ali pravokotne votle cevi debele približno 5 cm. Noge in podporni deli so lahko narejeni iz večjih profilov. Ostri robovi niso dovoljeni.
- Dimenzije:** Zunanji del okvira mora biti 120 x 120 cm širine in dolžine (+/-5 cm).
- Višina:** Sprednji del: 25 cm (+/-1 cm); ni nastavljiv.  
Zadnji del: 65 do 80 cm razpona s hitro nastavljivimi višinami: 65 cm, 70 cm, 75 cm in 80 cm (+/- 1 cm).



- Vzmeti:** Dovoljene so le jeklene vzmeti. Glej opis nastavitve vzmeti.
- Skočna površina:** Velikosti 60 x 60 cm (+/-5 mm). Biti mora svetle barve, ki se jasno razlikuje od barve varnostnih pokrival. Središče te površine mora biti jasno označeno (npr. krog, plus ali križ). Narejena mora biti iz gosto tkanega materiala, kjer so največje dimenzije lukenj 6 x 6 mm.

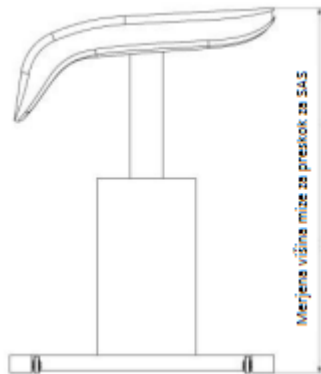


- Varnostna pokrivala:** Zgornja stran celotnega okvira in vse vzmeti morajo biti pokriti z varnostnimi pokrivali debeline najmanj 3 cm. Največja velikost kvadrata na sredini je 68 x 68 cm. Barva pokrivala se mora biti jasno razlikovati od skočne površine.

Dodatna varnost:	Obvezna je navpična zaščitna pena ob zgornjem delu okvirja, ki ščiti tekmovalce pred doskokom direktno na ponjavo ali padcem nazaj na izpostavljen del ponjave. Zaščita mora biti vsaj 3 cm debela.
Stopala:	Vsa 4 stopala morajo imeti nedrsečo podlago minimalne velikosti 10 x 10 cm.
Omejitev gibanja:	Ponjave morajo prestati test omejitve gibanja glede na standarde opreme UEG za SAS. Samostoječa ponjava mora biti postavljena poleg doskočišča, tako da sta zadnji stopali pod doskočnimi blazinami.
Kolesa:	Ponjava mora imeti na eni strani 2-4 transportna kolesa, ki morajo biti v dobrem stanju.
Prožnost:	Prožnost skočne površine mora ustrezati standardom opreme UEG za SAS.
Ponjava:	Organizator mora zagotoviti po dve identični ponjavi, za ogrevalno in tekmovalno dvorano, kot je določeno v poglavju 8.2. in glede na specifikacije. Na voljo morata biti vsaj 2 ponjavi različnih prožnosti, med katerimi lahko izbirajo skupine. Ponjavi morata biti jasno označeni z »trda« in »mehka« (ali podobno). Mehka ponjava ima 36 jeklenih vzmeti, trda jih ima 40. Na vsaki lokaciji (ogrevalna in tekmovalna dvorana) morata biti dve ponjavi, po ena vsake trdote. Ponjave morajo imeti hitro nastavljivo zadnjo višino. Trenerji morajo poskrbeti za izbiro pravilne višine in uporabo primernejše ponjave za svojo skupino.
Lastne ponjave:	Skupinam ni dovoljeno pripeljati lastnih ponjav. Če skupina potrebuje svojo ponjavo, mora poslati prošnjo na TK SAS UEG vsaj 3 mesece pred tekmovanjem. Prošnji se ugodi le v izjemnih okoliščinah in je predmet varnostnega pregleda UEG, ki ga je treba plačati.

### **8.3.3.2. Miza za preskok**

Tip:	Miza za preskok mora slediti zadnjim UEG standardom za opremo za SAS preskok.
Višina:	<p>Članske skupine: ženske, moške in mešane skupine lahko uporabijo preskok na nastavljivi višini med 150 in 165 cm.</p> <p>Mladinske skupine: skupine deklic, dečkov in mešane skupine lahko uporabijo mizo za preskok na nastavljivi višini med 145 in 165 cm.</p> <p>Višina se meri od tal do središčnega dela mize. Standardi so bili ustrezno posodobljeni po zgledu standardov za športno gimnastiko.</p> <p>Miza mora imeti hitro in enostavno možnost nastavitve višine v 5-centimetrskih korakih z označenimi višinami nastavitve.</p>



- Zgornji del:** Vrh mize mora biti v skladu z standardi opreme UEG za SAS.
- Konstrukcija:** Del, ki podpira zgornji del mize, mora biti samostojec z označeno višinsko lestvico. Imeti mora transportna kolesa. Zaradi varnosti mora slediti standardom opreme UEG za SAS.
- Stabilnost:** V skladu z zagotavljanjem varne uporabe mora biti preskok vedno v stanju, ko lahko prestande teste stabilnosti standardov opreme UEG.
- Varnost:** Noga in zgradba pod mizo morata imeti varnostno blazino na sprednjem, zadnjem in stranskih delih.

#### **8.3.3.3. Doskočišče**

Kjer je mogoče, mora biti doskočišče posebej sestavljeno iz dveh delov: za preskok in za ponjavo. Biti mora najmanj 7 m dolgo in 7 m široko.

Narejeno mora biti iz posebej izdelanega pristajalnega območja iz enega kosa ali iz več standardnih blazin, primerne velikosti in zgradbe ter višine 35 cm (+/- 2 cm). Oblikovano mora biti za varen sprejem in absorbcijo sil ob doskokih (glej standarde).

Doskočišče vključuje območje doskokov 2 x 4 m (+/- 5 cm) in območje varnosti ter dodatno varnostno blazino.

Če je doskočišče sestavljeno iz več standardnih blazin, morajo biti povezane skupaj z najmanj 10 cm trakom velcro, ki mora zagotavljati statičnost in se ne sme premikati ob gibanju tekmovalcev.

Območje doskočišča mora biti označeno s kontrastno barvo z možnostjo pritrditve pomožne varnostne blazine s trakom velcro na sprednjem robu.

Spodnji del blazin doskočišča mora biti nedrseč in se ne sme premikati med uporabo.

#### **8.3.3.4. Težave s prostorom**

V manj ugodnih okoliščinah, kjer je možno le eno zaletišče za ponjavo, je lahko doskočišče za ponjavo v velikosti 7 x 4 m. V tem primeru se miza za preskok med tekmovanjem premika. To bo sporočeno s podrobnostmi in informacijami o opremi.

### **8.3.3.5. Dodatna varnostna blazina**

To je poljubna blazina velikosti 2 x 4 m in debeline 10 cm z možnostjo pritrditve na začetek in konec območja doskokov s trakom velcro (10-15 cm).

### **8.3.3.6. Zaletišča**

Zaletišča morajo biti 25 m +/-5 cm dolga in 1m +/- 5 cm široka, dolžina je omejena. Tekalni blazini morata biti debeline 25 mm.

Tekalni blazini morata pokriti biti z nedrsečim materialom in pritrjeni tako, da se ne premikata ali drsita pri nenadnih gibanjih tekmovalcev.

30-metrski merilni trak mora biti pritrjen na tla med dvema zaletiščema. Meri razdaljo od začetka doskočišča. Z zaletišča mora biti vsak meter dobro viden.

Osebne oznake na tleh niso dovoljene.

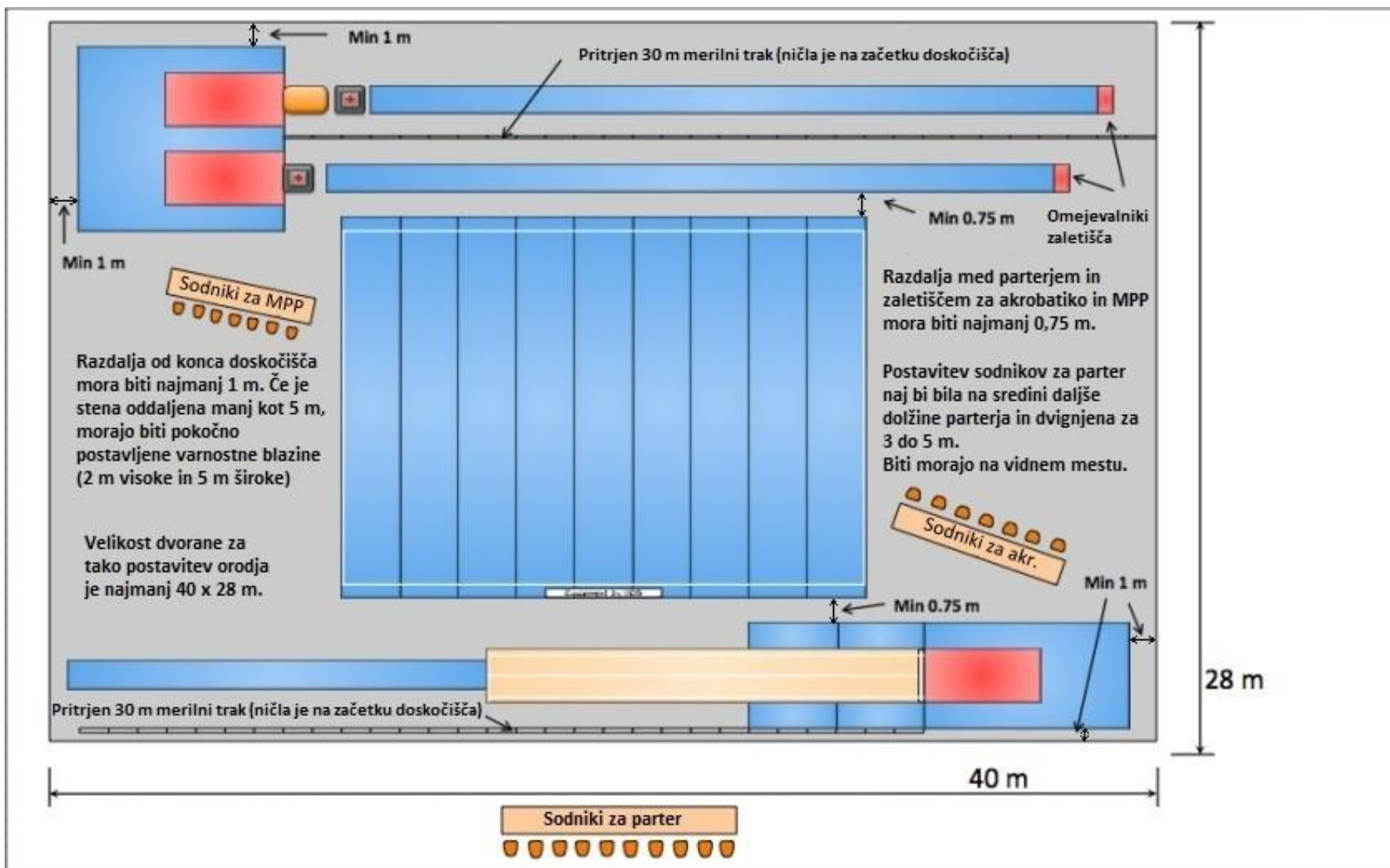
## **8.4. PREVERJANJE OPREME**

Predstavniki TK SAS mora pred začetkom tekmovanja preveriti opremo in potrditi njeno uporabo z zagotavljanjem varnosti in tehničnih priporočil, ki so v skladu z navodili. To vključuje pojave, ki se uporabljajo na tekmovanjih.

### **Dodatki 8A:**

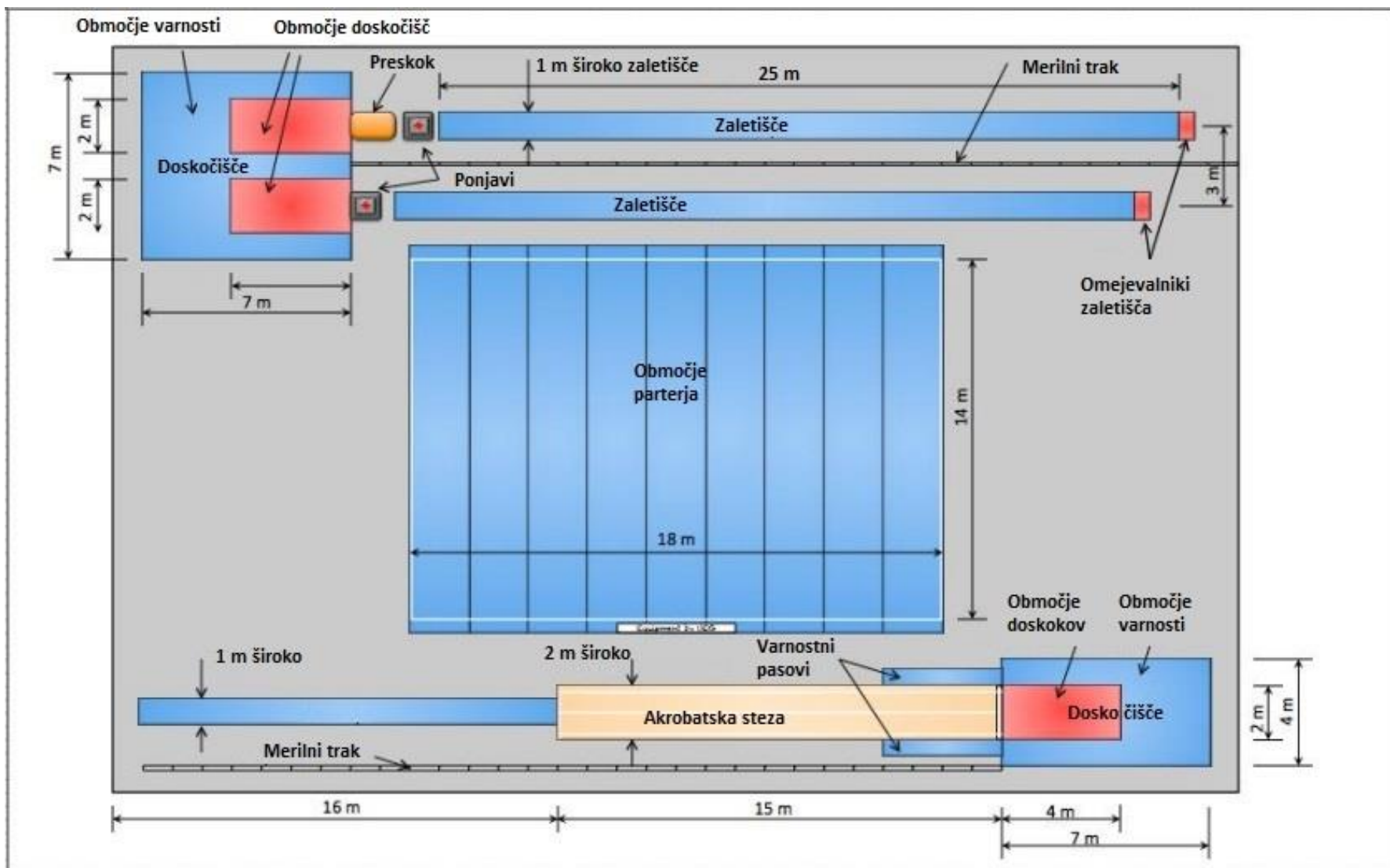
- Dodatek 8A1: postavitve tekmovalne dvorane.
- Dodatek 8A2: Dimenzije tekmovalne opreme.
- Dodatek 8A3: Podrobnosti za pojave in mizo za preskok.

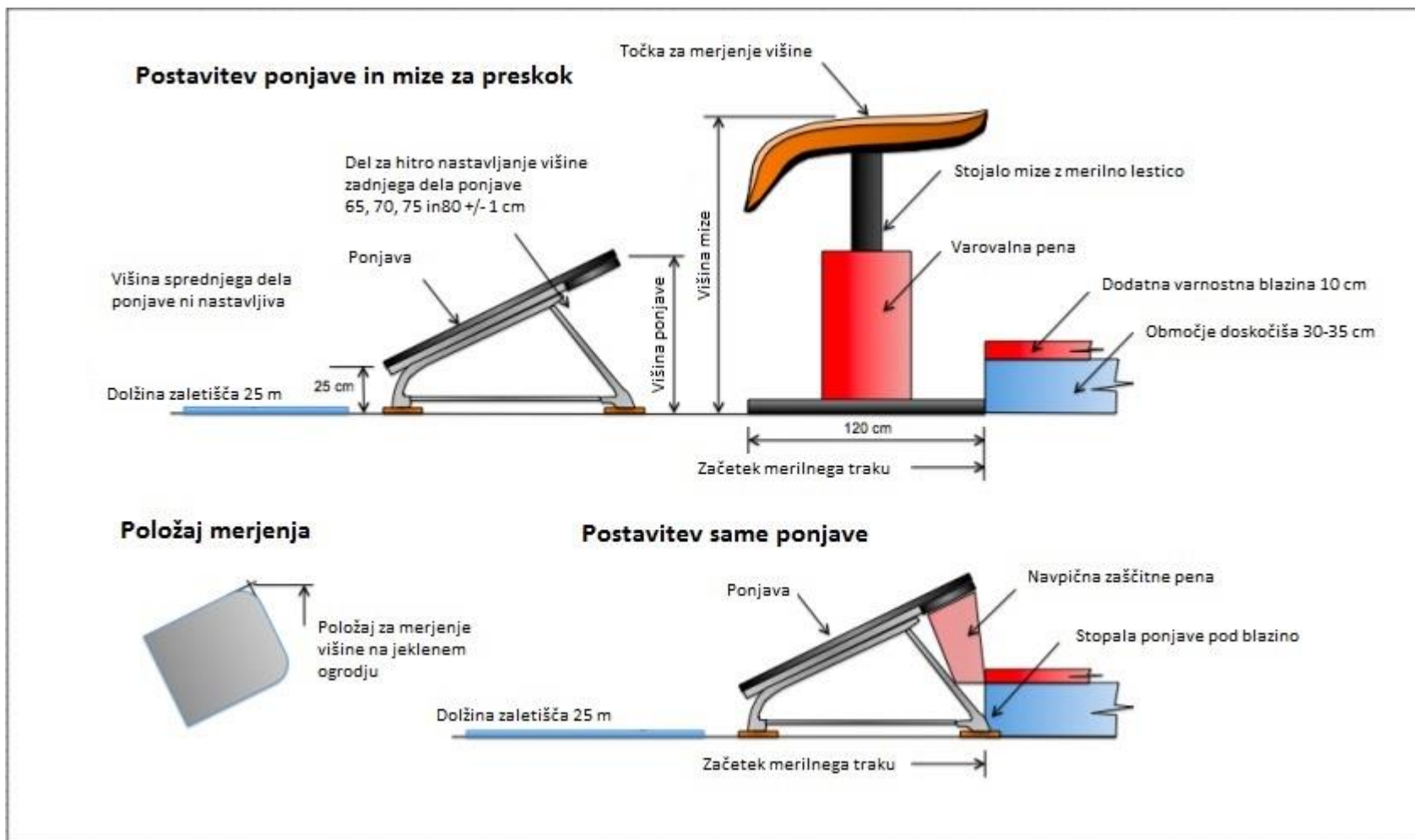
Oprema UEG za SAS – Dodatek A1: postavitve tekmovalne dvorane





Oprema UEG za SAS – Dodatek A2: Dimenzije tekmovalne opreme





## 9 STANDARDI ZA OPREMO UEG

### 9.1. UVOD

Razlogi za določitev standardov:

- pomagati pri standardizaciji opreme,
- izboljšati varnost tekmovalcev,
- standardizirati opremo za zagotavljanje enakih možnosti za vse skupine.

Navodila opremo so bila določena z namenom, da bi zagotovili standarde za opremo, ki omogoča organiziran in varen šport. Za to so ključnega pomena standardne specifikacije. Navodila in standardi UEG za opremo predstavljajo minimum za mednarodna tekmovanja.

Predstavljeni standardi postavljajo minimalne zahteve/priporočila za gimnastična orodja, ki se uporabljajo za evropska tekmovanja UEG SAS.

Gre za prvi poskus postavitve standardov za vso opremo za SAS, ki je vezan na trenutna testiranja podobne opreme UEG. Standardi bodo v splošnem enaki, kjer je oprema podobna. Ponjave so edino orodje, kjer je v primerjavi z opremo FIG bistveno razlikujejo od orodij za športno gimnastiko. V tem primeru smo se odločili za dve najboljši možnosti ponjav, ki jih je trenutno mogoče dobiti na tržišču in so odobreni kot standardizirana odobrena oprema. Obe primerni ponjavi imata zelo podobne lastnosti in učinek. Pri testih, ki smo jih lahko izvedli, razlika naj ne bi bila opazna. Namen za meritev učinkovitosti ponjav je razviti enostavne teste in zagotoviti kriterij za izdelavo in proizvodnjo ponjav.

Organizacijski komite tekmovanj UEG SAS mora zagotoviti vsa potrebna orodja, ki so v skladu z trenutno veljavnimi navodili in standardi za tekmovalno opremo UEG za SAS,.

Pred prvenstvom predstavniki TK SAS pri dobavitelju preverijo opremo in orodja.

### 9.2. POTREBNA OPREMA PO ORODJIH

Zagotovljena mora biti naslednja oprema:

1. Parter: Tekmovalni parter

#### **Akrobatika:**

1. Akrobatsko zaletišče
2. Akrobatska steza
3. Doskočišče
4. Dodatna varnostna blazina

#### **MPP:**

1. Zaletišče
2. Set ponjav
3. Miza za preskok
4. Doskočišče
5. Dodatna varnostna blazina

### **9.3. STANDARDI OPREME UEG**

#### ***Tekmovalni parter***

Parter mora biti 35 mm debel in mora ustrezati navodilom FIG (športne gimnastike) za opremo glede trdote in debeline.

#### ***Akrobatsko zaletišče***

Akrobatsko zaletišče mora biti iz gostih in težkih pen, dolgih najmanj 1 m, ki so v isti višini združene z akrobatsko stezo. Zagotavljati mora neoviran zalet po nederseči podlagi in ne sme drseti po prostoru.

#### ***Akrobatska steza***

Akrobatska steza mora izpolnjevati zahteve izdelave in testiranja po FIG za akrobatsko stezo, vendar z dimenzijami, določenimi po Navodilih za opremo UEG SAS.

#### ***Doskočišče za akrobatiko***

Blazine, ki tvorijo doskočišče, morajo slediti zahtevam izdelave in testiranja po FIG navodilih za doskočišče ob moškem drogu – 30 cm debele doskočne blazine.

#### ***Dodatna varnostna blazina pri akrobatiki***

Dodatna blazina, ki je na voljo za doskočišče, mora slediti zahtevam izdelave in testiranja po navodilih FIG za doskočišče ob drogu v moški športni gimnastiki.

#### ***Zaletišče za MPP***

Zaletišče za MPP sestavljata dve 25 m dolgi in 25 mm debeli tekalni blazini, pokriti s preprogo. Ena je namenjena skokom z MPP brez mize za preskok, druga skokom z MPP prek mize za preskok. Tekalna preproga mora biti v enem kosu in ne sme drseti ali se premikati med tekom.

#### ***Set ponjav***

Ponjave za SAS morajo slediti zahtevam izdelave in testiranja po navodilih FIG za dvojno prožno ponjavo. Ujemati se mora z odbojnimi lastnostmi dveh s testiranjem določenih proizvajalcev za tekmovanja – MD Sports in PE Redskaber. Bodoči tekmovalni kriteriji bodo raziskani za nadgradnjo teh standardov.

#### ***Miza za preskok***

SAS miza za preskok mora slediti zahtevam izdelave in testiranja po FIG navodilih za mizo za preskok v ženski in moški športni gimnastiki. Imeti mora možnost zvišanja na višino 165 cm in zadostovati kriterijem stabilnosti.

Doskočišče za MPP in dodatna varnostna blazina sta enaka kot za akrobatiko.

## **9.4. ODOBRENA OPREMA**

Trenutno je za vsa orodja, razen za MPP odobrena oprema naslednjih proizvajalcev:

- MD Sports,
- PE Redskaber,
- Linden Equipment for Gymnastics (LEG),
- Spieth,
- Gymnova,
- Janssen-Fritsen.

Za MPP sta odobrena proizvajalca:

- MD Sports: 40 spring MD Super-Elite in 36 spring Super-Elite in
- PE Redskaber: 40 spring Dorado in 36 spring Dorado.

## 10 VRSTE TEKMOVANJ

Tekmovanja SAS potekajo na mednarodnih in državnih ravneh. Za največje mednarodno tekmovanje šteje evropsko prvenstvo, ki je organizirano vsako drugo leto od leta 1996 naprej. Danes potekajo tekmovanja tudi izven Evrope: v Združenih državah Amerike, Avstraliji in Južni Afriki, zanimanje za začetek SAS pa kaže tudi vse več ostalih držav. Velika mednarodna tekmovanja so tudi v okviru evropskega pokala SAS. Cilj teh tekmovanj je omogočiti tekmovalcem, ki dopolnijo 8. leto starosti, da pridobijo novo izkušnjo na mednarodnem SAS tekmovanju, kjer sodelujejo s svojim društvom. Gre za kar nekaj tekmovanj po Evropi. Skupine se lahko udeležijo toliko tekmovanj, kolikor želijo. Uporabljajo uradni tekmovalni pravilnik UEG z nekaterimi spremembami, ki so navedene v razpisu tekmovanja. Tekmuje se v treh starostnih kategorijah: mlajši, mladinski in članski kategoriji. Letos bodo ta tekmovanja organizirana v Ostravi na Češkem, Edinburgu na Škotskem, Cesenaticu v Italiji, Bracknellu v Angliji, Kingersheimu v Franciji in v Las Palmasu v Španiji (Sjöstrand, osebna komunikacija, april 2014).

Z že precej daljšo tradicijo poteka vsako leto nordijsko prvenstvo SAS, ki se ga udeležujejo nordijske države (Danska, Finska, Islandija, Norveška in Švedska). Vsako leto v novembru poteka tekmovanje za člansko kategorijo, vsako drugo leto v aprilu pa tudi za mladinsko kategorijo. Uporablja se uradni tekmovalni pravilnik UEG z dvema spremembama:

- Pri skokih z MPP sta dovoljeni ločeni doskočišči oziroma je lahko doskočišče iz dveh delov. En del je za skoke brez mize za preskok, drugi del pa za skoke z njo (po uradnem tekmovalnem pravilniku UEG za SAS mora biti območje dveh doskočišč vključeno v območje varnosti, ki je iz enega dela – glej Navodila za opremo UEG za SAS, Dodatek A2: Dimenzije tekmovalne opreme).
- Kakršnekoli pritožbe na ocene niso možne (Sjöstrand, osebna komunikacija, april 2014).

Letos je bilo v Münchnu v Nemčiji organizirano 1. Srednjeevropsko prvenstvo SAS, ki so se ga v največji meri udeležila društva iz Nemčije, pridružili pa so se tudi tekmovalci in tekmovalke društev iz Avstrije, Češke, Danske, Francije in Rusije. Osnova za organizacijo tekmovanja je bilo nordijsko prvenstvo v SAS, ki poteka že od leta 1986 (1. Central European TeamGym Competition und Vault-and-Floor Trophy, 2014). Tekmovanje je potekalo v dveh skupinah, in sicer v eni skupini po prilagojenih pravilih tekmovanja, v drugi skupini pa po uradnem tekmovalnem pravilniku UEG (Central European TeamGym Competition, 2014).

Po celi Evropi oziroma v državah in mestih, kjer so aktivna društva na področju SAS, se organizirajo odprta prvenstva, tako mednarodna kot nacionalna. Pravilniki točkovanja so odvisni od organizatorja, v veliki večini pa gre za prilagojene pravilnike glede na uradni tekmovalni pravilnik UEG (Sjöstrand, osebna komunikacija, april 2014).

Znotraj posameznih držav so sistemi tekmovanj različni. Na primer Anglija uporablja uradni tekmovalni pravilnik UEG z »Angleškimi pravili« kot prilagoditev za nižje stopnje. Imajo 6 stopenj tekmovanj, kjer 1. stopnja tekmuje po uradnem tekmovalnem pravilniku UEG, vendar z eno modifikacijo – trojni salti so v Angliji prepovedani (Tranckle, osebna komunikacija, april 2014).

Danska ima več različnih pravilnikov. Posebna tekmovalna pravilnika sta za najmlajše in za zadnji dve leti osnovne šole, prilagojen je tudi uradni tekmovalni pravilnik UEG za mladinsko in člansko kategorijo (Fisker, osebna komunikacija, 2014). V različnih nivojih organizirajo različne vrste tekmovanj in kategorijah, in sicer pokalna, regionalna in državna tekmovanja. Tekmovanja SAS predstavljajo kar 60 odstotkov vseh gimnastičnih tekmovanj, na katerih sodeluje 99 društev s skupaj 456 ekipami. (Sjöstrand, osebna komunikacija, november 2013).

Na Švedskem tekmovalci tekmujejo po dveh pravilnikih. Za mlajše stopnje je pravilnik prilagojen in težavnost izvedbe ne šteje v oceno, za višje stopnje pa uporabljajo uradni tekmovalni pravilnik UEG (Sjöstrand, osebna komunikacija, april 2014).

SAS se postopoma uspešno širi po svetu. Amerika ima tekmovalni pravilnik izjemno podoben uradnemu tekmovalnemu pravilniku UEG. Športna panoga SAS je s tekmovanji dosegla že skoraj vse kontinente. Cilj TK SAS UEG je, da bi SAS postal del FIG, kar bi omogočilo tudi organizacijo svetovnega prvenstva (Sjöstrand, osebna komunikacija, april 2014).

## 11 SAS V SLOVENIJI

Pionir SAS v Sloveniji je Savo Gorečan. UEG je leta 1994 v Hamburgu in leta 1995 v Atenah organizirala poskusna mednarodna tekmovanja, katerih se je pod Gorečanovim vodstvom udeležila tudi mešana skupina združenih moči Športnega društva Moste (Andraž Bricelj, Marko Flisar, Jaka Kolenc, Peter Piškur, Tomaž Režek in Matjaž Zobec) in Športnega društva GIB Šiška (Maja Ambrožič, Katarina Golja, Danijela Kovačević, Živa Mrazič, Jasmina Šabič, Darja Šubic, Zerina Zenkič in Jelena Zorič). Na tekmovanju v Hamburgu je skupina osvojila odlično 4. mesto (Vajngerl, Gorečan in Raguž, 2004).



**Slika 2 z leve: Peter Piškur, Katarina Golja, Darja Šubic, Jasmina Šabič, Zerina Zenkič, Živa Mrazič, Matjaž Zobec, Danijela Kovačević, Marko Flisar, Maja Ambrožič, Andraž Bricelj, Tomaž Režek, Jelena Zorič, Jaka Kolenc in Savo Gorečan (Gorečan, osebna komunikacija, oktober 2013)**

Na tekmovanju v Atenah leta 1995, ki je bilo zadnje poskusno tekmovanje pred prvim uradnim evropskim prvenstvom v tem športu, se je slovenska skupina uspešno uvrstila na 3. mesto. Evropsko prvenstvo od leta 1996 naprej poteka na vsaki dve leti (Vajngerl, Gorečan in Raguž, 2004).





**Slika 3: Skupinska slika ob osvojitvi bronaste medalje v Atenah.**

**Stojijo (z leve): Toni Bolkovič, Marko Flisar, Peter Piškur, Tomaž Režek, Jaka Kralj, Andraž Bricelj, Samo Kalar, Matjaž Zobec, Savo Gorečan**

**Čepijo (z leve): Nadja Bolkovič, Petra in Saša Deželak, Katarina Bolkovič, Urša Luzar, Vesna Stare (Gorečan, osebna komunikacija, oktober 2013)**

Po osvojitvi bronaste medalje v Atenah se je leta 1998 mešana skupina društev ponovno udeležila tekmovanja »Euroteam« v okviru Deutsches Turnfest-a v Münchnu. Zasedla je 2. mesto, kar je bil najboljši dosežek za Slovenijo na tovrstnih tekmovanjih. Kasneje tega leta so želeli skupaj z GZS in UEG v Ljubljani organizirati pripravljalni Euroteam tabor, vendar je bil odpovedan (Vajngerl, Gorečan in Raguž, 2004).

Strokovni odbor športa mladih in rekreacije Športnega društva Moste je leta 2002 odločil, da bo v Eisenstadt, v Avstrijo odpotovala ekipa dečkov. Ekipo so sestavljali: Jaka Anžur, Sandi Galijot, Domen Kocuvan, Jan Ogrin, Gregor Petek, Gašper Rugelj, Anže Tanc, Matej in Tadej Trtnik, Gregor Vider in Andraž Zapotnik, spremljala pa sta jih trenerja Andraž Bricelj in Savo Gorečan. V svoji starostni kategoriji so osvojili so odlično 1. mesto (Vajngerl, Gorečan in Raguž, 2004).

Po odličnem rezultatu v Eisenstadtu je ekipa novembra naslednje leto (2003) sodelovala še na enem tekmovanju v tem programu, v Gradcu. Skupno so zasedli 2. mesto (Vajngerl, Gorečan in Raguž, 2004).

Leta 2006 je bilo v okviru pokala športne kartice tekmovanje prvič izvedeno tudi pri nas, vendar samo na dveh orodjih – akrobatiki in skokih z male prožne ponjave. Ker je UEG pripravila tekmovalni program samo za starejše od 16 let, je bila slovenska različica pravilnika prilagojena znanju in sposobnostim tekmovalcev in tekmovalk ter razmeram, ki bile takrat in so še vedno v C programu gimnastike. Tako

tekmovalci in tekmovalke nastopajo v dveh starostih kategorijah – v mlajši kategoriji do 14 leta starosti in starejši kategoriji pa od 12. leta starosti naprej. V vsaki kategoriji lahko društva nastopajo z moško, žensko ali mešano skupino (Gorečan, osebna komunikacija, oktober 2013). Prilagojen tekmovalni pravilnik »TeamGym Slovenija« je takrat napisal Savo Gorečan in je še vedno veljaven.

Od takrat naprej so tekmovanja SAS v Sloveniji postavljena na stranski tir. Športno društvo Sokol Bežigrad enkrat letno (v juniju) organizira tekmovanje, na katerem je udeležba klubov slaba. Leta 2013 so se ga udeležili le tekmovalci Športnega društva Partizan Renče in Športnega društva Sokol Bežigrad, do leta 2010 so se ga udeleževali tudi tekmovalci in tekmovalke Športnega društva Moste.

## 12 ZAKLJUČEK IN SKLEP

SAS sestavljajo akrobatske in ritmične prvine, ki so koreografsko povezane v sestavo. Za učenje teh prvin obstaja na slovenskih tleh že kar nekaj literature, povezane s to temo. Glavna obstoječa literatura za MPP je knjiga z naslovom »Skoki z male prožne ponjave« avtorjev Bricelj, Gorečan, Bolkovič in Čuk, kot dodatno literaturo imamo na voljo še Bregarjevo izdajo z naslovom »Skoki z male prožne ponjave: priročnik za športne pedagoge v osnovnih in srednjih šolah za uporabo pri rednem pouku in interesnih dejavnostih« in še nekatera druga dela. Za področje akrobatike lahko uporabimo knjigo Bolkoviča in Kristana z naslovom Akrobatika. Z omenjeno literaturo si lahko pomagamo tudi pri parterni sestavi, na voljo pa imamo tudi knjige s področja plesa in ritmične gimnastike.

Bolkovič in Kristan (2002) navajata, da je za akrobatiko, kar pomeni tudi za SAS, značilna velika raznolikost gibanj, kjer se dinamične in statične prvine med seboj povezujejo in položaj telesa v prostoru pogosto spreminja. S svojimi številnimi in raznovrstnimi prvinami SAS zelo pozitivno vpliva na razvoj splošne koordinacije gibanja. Za uspešno izvedbo posameznih prvin je potrebna mišična aktivnost z določeno intenzivnostjo v točno določenem času in prostoru. Akrobatske prvine v celoti razvijajo sposobnost gibanja v prostoru in obvladanje telesa v brez podporni fazi, prav tako pa se razvijajo vse oblike moči, pri čemer sta v ospredju eksplozivna moč ter gibljivost.

Podobno, kot se je skozi desetletja razvijal pravilnik ocenjevanja za športno gimnastiko, lahko pričakujemo faze razvoja tudi za SAS, saj gre za dokaj mlado športno panogo. Prevod pravilnika za ocenjevanje omogoča spremljavo razvoja rasti te športne panoge in razvijanje skupaj z njo.

SAS je skupinski šport, ki sledi trendom in globalnemu razvoju. Delovanje skupine, način njene aktivnosti in nastop temelji na tem, da vsi člani skupine delujejo kot celota. Vsak posameznik je pomemben in nastop vsakega člana ekipe šteje v oceno. Gre za razvijanje sposobnosti dela v skupini ter prilagajanje in usklajevanje znanja vsakega posameznika. Za uspešnost skupine je pomembna medsebojna povezanost in solidarnost vseh članov, kakor tudi njihov lastni prispevek pri doseganju skupnega cilja. Način delovanja skupine v tej športni panogi sledi svetovnemu trendu spodbujanja timskega sodelovanja. Na podlagi vseh omenjenih pozitivnih lastnosti ocenjujemo, da ima šport veliko perspektivo za razvoj tudi pri nas.

SAS kot športna panoga bi dopolnjevala že znane smeri in panoge znotraj gimnastične družine. Gre za dopolnilno panogo v gimnastiki in ne tekmeča obstoječim panogam, saj pomeni odlično priložnost za telovadce in telovadke, da ostanejo v gimnastiki in izkoristijo svoje znanje za nekaj novega. Diplomsko delo predstavlja posodobitev pravil in razlage o športni panogi SAS v slovenskem jeziku. Pomeni dopolnitev razpoložljive literature, ki omogoča nadaljnji razvoj panoge. Slovenija ima dobre trenerje in strokovnjake za akrobatiko na področju športne gimnastike, ter strokovnjake z izjemnim plesnim in koreografskim znanjem na področju ritmične gimnastike in vseh vrst plesa. Z združevanjem moči in znanj bi lahko s skupinami telovadcev in telovadk dosegli dobre rezultate na mednarodnih tekmovanjih SAS.

## 13 VIRI

1. *Central European TeamGym Competition und Vault-and-Floor Trophy*. (2014). Bayerischer Turnverband. Pridobljeno iz [http://www.turnverband-bayern.de/fileadmin/user\\_upload/temp/bilder/Verband/Ausschreibungen/BSWS Wettbewerbe/TeamGym/Ausschreibung\\_Muenchen\\_2014.pdf](http://www.turnverband-bayern.de/fileadmin/user_upload/temp/bilder/Verband/Ausschreibungen/BSWS_Wettbewerbe/TeamGym/Ausschreibung_Muenchen_2014.pdf).

Arkaev, L. I. in Suchilin, N. G. (2004). *How to Create Champions. The theory and Methodology of Training Top-Class Gymnasts*. Oxford: Meyer&Meyer Sport, UK.

Bolkovič, T., Kristan, S. (2002). *Akrobatika*. Ljubljana, Fakulteta za šport.

*Central European TeamGym Competition*. (2014). Gymmedia. Pridobljeno iz <http://www.gymmedia.com/TeamGym/2014/CentralEuropean-TeamGym-comp1.pdf> .

Harringe, M. L. (2007). *Swedish TeamGym – injury incidence, mechanism, diagnosis and postural control*. Stockholm: Karolinska Institutet.

Mattola, S. in Sundin, N. O. (1995). *Nordiska Trupptävlingar. V O. Kihlmark (ur.), 75 år Nordens Gymnastikförbund* (str. 32-34) Stockholm: Nordens Gymnastikförbund.

*TeamGym European Championship 2012*. (20.10.2012). UEG. Pridobljeno iz [http://www.ueg.org/files/page/editor/files/Full%20results\\_Teamgym%20ECh%202012%281%29.pdf](http://www.ueg.org/files/page/editor/files/Full%20results_Teamgym%20ECh%202012%281%29.pdf).

*Technical Regulations 2013*. (2013). Federation internationale de Gymnastique. Pridobljeno iz [http://voimistelu-fi-bin.directo.fi/@Bin/813112a5f972adb2c0ad184494fedc84/1398628313/application/pdf/5114700/03\\_Technical\\_Regulations\\_2013\\_%28English%29%5b1%5d.pdf](http://voimistelu-fi-bin.directo.fi/@Bin/813112a5f972adb2c0ad184494fedc84/1398628313/application/pdf/5114700/03_Technical_Regulations_2013_%28English%29%5b1%5d.pdf)

*World Gymnaestrada Kicks Off In Lausanne, Switzerland*. (7.11.2011). Usa Gymnastics. Pridobljeno iz <http://usagym.org/pages/post.html?PostID=8089&prog>

Vajngerl, B., Gorečan, S. in Raguž R. (2004). *Športno društvo Moste: 1954-2004*. Ljubljana: Športno društvo Moste, 2004

*World Gymnaestrada*. (2014). Wikipedia, the free encyclopedia. Pridobljeno iz [http://en.wikipedia.org/wiki/World\\_Gymnaestrada](http://en.wikipedia.org/wiki/World_Gymnaestrada)

## **14 PRILOGE**

1. Ocenjevalni obrazec UEG za sestavo na parterju
2. Ocenjevalni obrazec UEG za akrobatiko
3. Ocenjevalni obrazec UEG za skoke z MPP

# Priloga 1 - Ocenjevalni obrazec za parter

Men  Women  Mixed

Junior  Senior



Team: .....

Execution (E-panel) 10.00 points				Composition (C-panel) 4.00 points			
Precision in formations	Amplitude and extension	E-judges' scores:		Time:	RS: clear, travelling, tempo change	C-judges' scores:	
Synchronisation	Balance and contr. exec.	1	2	Music M	Planes <↑→↓	C1	C2
Line violations	Interrupting the program			Formations: * 6	Levels ↑↑↓		
Technique in difficulty ele.	Wrong number of gymn.			*curved <input type="checkbox"/>	Directions < > ^ v		
Uniformity	BONUS	3	4	*L <input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/>	Movements to the music		
Dynamic execution	HJ DED.			Transitions T			
<b>Formations</b>	<b>Code</b>	<b>Symb.</b>	<b>Composition</b>	<b>Execution deductions</b>		<b>Difficulty (D-panel) Open value</b>	
1						<b>Pirouettes</b>	
						Pirouette 1	
						Pirouette 2	
						Total value	
2						<b>Jump/Leap/Hop</b>	
						Jump 1	
						Jump 2	
						Total value	
3						<b>Balance/Power</b>	
						B/P 1	
						B/P 2	
						Total value	
4						<b>Acrobatic elements</b>	
						Acro 1	
						Acro 2	
						Total value	
5						<b>Combination</b>	
						Element 1	
						Element 2	
						Total value	
6						<b>Group Element</b>	
						Element	
						Total value	
7						<b>D-value:</b>	
8						<b>D-judges' scores:</b>	
						D1	D2
						D3	
9						<b>D-panel score:</b>	
						<b>Total Score</b>	

Priloga 2 - Ocenjevalni obrazec za akrobatiko

Men  Women  Mixed  Junior  Senior



Team:.....

<b>Round 1 (Team round)</b>	Gymnast 1: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 2: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 3: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 4: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 5: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 6: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Difficulty Round 1: .....		New diff. Round 1: .....					
	<b>Execution deductions (E-panel)</b>		<b>Composition deductions (C-panel)</b>					
			Last elem. landing    0.1/each					
			Team round            0.2/gymn.					
		<b>Composition (C-panel) - notes</b>						
		Return back						
		Jogging together						
		Add. movements						
		Rotation direction						
		Twists						
<b>Round 2</b>	Gymnast 1: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 2: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 3: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 4: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 5: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 6: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Difficulty Round 2: .....		New diff. Round 2: .....					
	<b>Execution deductions (E-panel)</b>		<b>Composition deductions (C-panel)</b>					
			Last elem. landing    0.1/each					
			Order of series        0.1/gymn.					
		<b>Composition (C-panel) - notes</b>						
		Return back						
		Jogging together						
		Add. movements						
		Rotation direction						
		Twists						
<b>Round 3</b>	Gymnast 1: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 2: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 3: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 4: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 5: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 6: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Difficulty Round 3: .....		New diff. Round 3: .....					
	<b>Execution deductions (E-panel)</b>		<b>Composition deductions (C-panel)</b>					
			Last elem. landing    0.1/each					
			Order of series        0.1/gymn.					
		<b>Composition (C-panel) - notes</b>						
		Rotation direction						
		Twists						
<b>Composition deductions C-panel</b>								
Repetition	0.2/gymnast		Return back	0.2/once		Time (>2:45)	0.3	
Bckw/Fwd	0.2/gymnast		Jogging together	0.2/once		Music	0.3	
Twists	0.2/gymnast		Add. movements	0.2/gymn.				
<b>Difficulty (D-panel) - open</b>		<b>Composition (C-panel) - 2.0</b>			<b>Execution (E-panel) - 10.0</b>			
Round 1		<b>Own score</b>	<b>Own score</b>			Round 1		<b>Own score</b>
Round 2						Round 2		
Round 3						Round 3		
<b>Head Judge deductions</b>		<b>Panel ..... score calculation</b>			<b>Team final score calculation</b>		<b>Team final score</b>	
		1 judge		<b>Final score</b>	D-panel			
		2 judge			E-panel			
		3 judge			C-panel			
		4 judge						

Priloga 3 - Ocenjevlani obrazec za skoke z MPP

Men  Women  Mixed  Junior  Senior



Team:.....

Round 1 (Team round)	Gymnast 1: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 2: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 3: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 4: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 5: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 6: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Difficulty Round 1: .....		New diff. Round 1: .....					
<b>Execution deductions (E-panel)</b>		<b>Composition deductions (C-panel)</b>						
		Team round	0.2/gymn.					
		<b>Composition (C-panel) - notes</b>						
		Vaulting table						
		Return back						
		Jogging together						
		Add. movements						
		Double/Triple salt.						
Twists								
Round 2	Gymnast 1: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 2: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 3: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 4: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 5: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 6: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Difficulty Round 2: .....		New diff. Round 2: .....					
<b>Execution deductions (E-panel)</b>		<b>Composition deductions (C-panel)</b>						
		Order of series	0.1/gymn.					
		<b>Composition (C-panel) - notes</b>						
		Vaulting table						
		Return back						
		Jogging together						
		Add. movements						
		Double/Triple salt.						
Twists								
Round 3	Gymnast 1: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 2: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 3: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 4: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 5: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Gymnast 6: .....	Difficulty: .....	New diff.: .....					
	Difficulty Round 3: .....		New diff. Round 3: .....					
<b>Execution deductions (E-panel)</b>		<b>Composition deductions (C-panel)</b>						
		Order of series	0.1/gymn.					
		<b>Composition (C-panel) - notes</b>						
		Vaulting table						
		Double/Triple salt.						
		Twists						
<b>Composition deductions C-panel</b>								
Repetition	0.2/gymnast		Return back	0.2/once		Time (>2:45)	0.3	
Double/Triple	0.2/gymnast		Jogging together	0.2/once		Music	0.3	
Twists	0.2/gymnast		Add. movements	0.2/gymn.		With/-out vaulting	2.0	
<b>Difficulty (D-panel) - open</b>			<b>Composition (C-panel) - 2.0</b>			<b>Execution (E-panel) - 10.0</b>		
Round 1		<b>Own score</b>	<b>Own score</b>			Round 1		<b>Own score</b>
Round 2						Round 2		
Round 3						Round 3		
<b>Head Judge deductions</b>			<b>Panel ..... score calculation</b>			<b>Team final score calculation</b>		<b>Team final score</b>
			1 judge		<b>Final score</b>			
			2 judge					
			3 judge					
			4 judge					
						D-panel		
						E-panel		
						C-panel		