

FÉDÉRATION INTERNATIONALE DE GYMNASTIQUE



FONDÉE EN 1881

PRAVILNIK 2017–2020

Prevod angleške različice januar 2017



Ritmična gimnastika

Prevod: Katarina Drenik, Mojca Rode

Jezikovni pregled: Neža Sluga

Strokovni pregled: Špela Dragaš, Viktorija Rus

Uradno besedilo je angleška različica *2017 – 2020 Code of Points*

VSEBINA

SPLOŠNO	4
1. TEKMOVANJA IN PROGRAMI	4
2. SODNIŠKE KOMISIJE	6
3. TEKMOVALNI PROSTOR (sestave posameznic in skupin).....	9
4. REKVIZITI (sestave posameznic in skupin)	9
5. OBLAČILA TEKMOVALK (posameznice in skupine).....	11
6. DISCIPLINA	12
7. ODBITKI, KI JIH DOSODI SODNICA KOORDINATORKA ZA SESTAVE POSAMEZNIK IN SKUPIN	13
SESTAVE POSAMEZNIK – TEŽAVNOST (D).....	14
1. PREGLED TEŽAVNOSTI.....	14
2. TEŽINE S TELESOM (BD)	14
3. TEMELJNE IN NETEMELJNE TEHNIČNE SKUPINE Z REKVIZITI.....	16
4. KOMBINACIJA PLESNIH KORAKOV (S)	24
5. DINAMIČNI ELEMENTI Z ROTACIJO (R)	25
6. TEŽINE Z REKVIZITOM (AD)	28
7. OCENA TEŽAVNOSTI (D):.....	31
8. SKOKI	32
9. RAVNOTEŽJA	38
10. ROTACIJE	46
SESTAVE POSAMEZNIK – IZVEDBA (E).....	52
1. VREDNOTENJE IZVEDBE	52
2. OCENA ZA IZVEDBO (E): 10,00 točk	52
3. KOMISIJA E	52
4. ARTISTIČNA KOMPONENTA	53
5. ARTISTIČNE NAPAKE.....	55
6. TEHNIČNE NAPAKE.....	57
SKUPINSKE SESTAVE – SPLOŠNO.....	60
1. ŠTEVILO TEKMOVALK	60
2. PRIHOD.....	60
SKUPINSKE SESTAVE – TEŽAVNOST (D).....	60
1. PREGLED TEŽAVNOSTI.....	60
2. TEŽINA Z IN BREZ MENJAVE: BD in ED	61
3. TEMELJNE IN NETEMELJNE TEHNIČNE SKUPINE Z REKVIZITOM	63
4. KOMBINACIJA PLESNIH KORAKOV	64
5. DINAMIČNI ELEMENTI Z ROTACIJO	65
6. SODELOVANJA (C)	66
7. OCENA TEŽAVNOSTI (D):.....	68
SKUPINSKE SESTAVE – IZVEDBA (E).....	69
1. VREDNOTENJE IZVEDBE	69
2. OCENA ZA IZVEDBO (E): 10,00 točk	69

3.	KOMISIJA E	69
4.	ARTISTIČNA KOMPONENTA	70
5.	ARTISTIČNE NAPAKE.....	72
6.	TEHNIČNE NAPAKE.....	74
	PRILOGA	77
1.	Program rekvizitov: članice, mladinke	78
2.	Tehnični program za sestave mladink posameznic.....	80
3.	Tehnični program za skupinske sestave mladink.....	81

SPLOŠNO

Merila, ki veljajo za sestave posameznic in skupin

1. TEKMOVANJA IN PROGRAMI

1.1 PROGRAM NA URADNIH PRVENSTVIH IN TEKMOVANJIH V RITMIČNI GIMNASTIKI

V programu ritmične gimnastike sta **dve obliki tekmovanj**: tekmovanja **posameznic** in tekmovanja **skupinskih sestav**.

Tekmovanja posameznic:

- | | |
|--------------------------------------|----------------|
| ➤ Kvalifikacije z razvrstitvijo ekip | Tekmovanje I |
| ➤ Mnogoboj – 4 rekviziti | Tekmovanje II |
| ➤ Finale po rekvizitih – 4 rekviziti | Tekmovanje III |

Tekmovanja skupinskih sestav:

- | | |
|---|----------------|
| ➤ Splošno tekmovanje in kvalifikacije – 2 sestavi (5 / 3+2) | Tekmovanje I |
| ➤ Finale (5 / 3+2) | Tekmovanje III |

Program rekvizitov FIG za tekoče leto določa rekvizit za vsako sestavo (glej prilogo).

Za več podrobnosti glede uradnih tekmovanj FIG glej *Tehnične predpise* (poglavji 1 in 3).

1.2 PROGRAM ZA POSAMEZNICE

- 1.2.1 Program za članice in mladinke običajno sestavljajo **4 sestave** (glej *Program rekvizitov za članice in mladinke FIG* v prilogi)

Kolebnica (razen posameznice v kategoriji članic)
Obroč
Žoga
Kiji
Trak

- 1.2.2 Dolžina vsake sestave je od **1'15" do 1'30"**.

1.3 PROGRAM ZA SKUPINE

- 1.3.1 Splošen program za skupine članic je sestavljen iz **2 sestav** (glej *Program rekvizitov za skupine članic FIG* v prilogi):

Skupinska sestava z enim tipom rekvizita (5)
Skupinska sestava z dvema tipoma rekvizita (3 + 2)

- 1.3.2 Program za skupine mladink je običajno sestavljen iz **2 sestav**, vsaka z enim tipom rekvizita (glej *Program rekvizitov za skupine mladink FIG* v prilogi).

- 1.3.3 Dolžina vsake skupinske sestave pri mladinkah in članicah je od **2'15" do 2'30"**.

1.4 MERJENJE ČASA

Štoparica začne meriti čas takoj, ko se tekmovalka ali prva tekmovalka v skupini začne premikati (kratak glasbeni uvod, ki ni daljši od **4 sekund** brez gibanja je dovoljen) in se ustavi takoj, ko je tekmovalka ali zadnja tekmovalka v skupini **popolnoma negibna**.

- **Odbitek sodnice koordinatorke: 0,05 točke** za vsako dodatno ali manjkajočo sekundo.
- **Odbitek sodnice koordinatorke: 0,30 točke** za glasbeni uvod brez gibanja, ki je daljši od 4 sekund.

1.5 GLASBA

1.5.1 Pred začetkom glasbe je dovoljen kratak zvočni signal.

1.5.2 Vse sestave morajo biti **v celoti izvedene z glasbeno spremljavo**. Dovoljene so krajše, namerne prekinitve, če so v skladu s kompozicijo.

1.5.3 Glasba mora biti enotna in popolna (dovoljena je modifikacija obstoječega glasbenega aranžmaja). Nepovezano nizanje različnih fragmentov glasbe ni dovoljeno.

1.5.4 Glasba, ki ni tipična za karakter ritmične gimnastike, je prepovedana (npr.: zvok siren, avtomobilskega motorja ipd.)

- **Odbitek sodnice koordinatorke: 0,50 točke** za glasbo, ki ne ustreza zahtevam.

1.5.5 Glasba je lahko inštrumentalna (en ali več inštrumentov), **vključno z vokalom brez besedila**. Vsi inštrumenti so dovoljeni, če izražajo glasbo z značilnostmi, ki so potrebne za spremljavo sestave ritmične gimnastike: **struktura je jasna in dobro definirana**.

1.5.6 Glasbena spremljava z vokalom z besedilom je lahko uporabljena za eno skupinsko sestavo in dve individualni sestavi **upoštevajoč etiko**.

Vsaka nacionalna federacija mora na obrazcu *Music Release Form* označiti, katera(e) sestava(e) uporablja(jo) glasbeno spremljavo z vokalom z besedilom. Obrazec se odda pri vseh registracijah v online sistemu FIG. **Tehnični delegat(i) bo(do) pregledal(i) obrazce *Music Release Form***.

- **Odbitek sodnice koordinatorke(D1): 1,00 točka** za vsako sestavo preko dovoljene meje.

1.5.7. Tekmovalka/skupina lahko sestavo ponovi samo v primeru višje sile, napake organizatorja. Ponovitev odobri vrhovna žirija (primer: izpad elektrike, napaka pri ozvočenju ipd.).

1.5.7.1. Če je predvajana napačna glasba, je odgovornost tekmovalke/skupine, da **prekine izvajanje sestave takoj, ko ugotovi, da je glasba napačna**; tekmovalka/skupina bo zapustila tekmovalni prostor in ponovno prišla nazaj ter začela z izvajanjem sestave na pravo glasbo, potem ko jo ponovno pokličejo na tekmovalni prostor.

1.5.7.2. Pritožba po tem, ko je sestava izvedena do konca, ne bo sprejeta.

1.5.8 Vsaka glasba mora biti posneta na svojem CD-ju visoke kakovosti ali naložena na internet glede na *Smernice in delovni načrt uradnih prvenstev in tekmovanj FIG*. Če lokalni organizacijski komite zahteva, da je glasba naložena, **imajo sodelujoče države vseeno pravico na tekmovanju uporabljati CD**. Naslednje informacije morajo biti zabeležene na vsakem CD-ju:

- Ime tekmovalke
- Država (3 velike črke, ki jih uporablja FIG za oznako države)
- Simbol pripomočka
- Ime(na) skladatelja(ev) glasbe
- Dolžina glasbe

2. SODNIŠKE KOMISIJE

2.1 SESTAVA SODNIŠKE KOMISIJE – uradna prvenstva in druga tekmovanja

2.1.1. Vrhovna žirija

(glej *Tehnične predpise*, poglavji 1 in 3)

2.1.2. Sodniške komisije za posameznice in skupine

Na uradnih tekmovanjih FIG, svetovnih prvenstvih in olimpijskih igrah je vsaka sodniška komisija (za posameznice in skupine) sestavljena iz 2 skupin sodnic: komisija **D (težavnost)** in komisija **E (izvedba)**.

Sodnice za tehnično vrednost in izvedbo izžreba tehnični komite FIG v skladu z veljavnimi *Tehničnimi predpisi FIG* in *Sodniškimi pravilniki*.

Referenčni sodnici za uradna prvenstva FIG: izvedba (tehnične napake): 2 sodnici bosta sedeli ločeno in neodvisno ocenili tehnične napake in ločeno vnesli odbitke.

2.1.2.1. Sestava komisij

Komisija za težavnost (D) za posameznice in skupine: 4 sodnice, razdeljene v 2 podskupini

- Prva podskupina (D) – 2 sodnici (D1 in D2)
- Druga podskupina (D) – 2 sodnici (D3 in D4)

Komisija za izvedbo (E) za posameznice in skupine: 6 sodnic, razdeljenih v 2 podskupini

- Prva podskupina (E) – 2 sodnici (E1, E2): ocenita artistične napake
- Druga podskupina (E) – 4 sodnice (E3, E4, E5, E6): ocenijo tehnične napake

Spremembe sodniških komisij so možne za druga mednarodna tekmovanja in za nacionalna ter lokalna tekmovanja (4 sodnice za tehnično vrednost in 4 za izvedbo).

2.1.2.2. Naloge komisije D

a) **Prva podskupina sodniške komisije D (D1 in D2)** s simboli zabeleži vsebino sestave:

- **Za posameznice**: oceni število in tehnično vrednost **težin s telesom (Body Difficulties, BD)**, število in vrednost **kombinacij plesnih korakov (S)** in število **specifičnih temeljnih tehničnih elementov z rekvizitom**.
- **Za skupine**: oceni število in tehnično vrednost **težin s telesom (BD)**, **menjav(ED)**, število in vrednost **kombinacij plesnih korakov (S)**.

Sodnici D1 in D2 ocenita celotno sestavo neodvisno in nato skupaj določita delno oceno D (ena sama skupna ocena). Sodnici D1 in D2 vneseta delno oceno D v računalnik.

b) **Druga podskupina sodniške komisije D (D3 in D4)** s simboli zabeleži vsebino sestave:

- **Za posameznice**: oceni število in tehnično vrednost **dinamičnih elementov z rotacijo (R)** in **težin z rekvizitom (Apparatus Difficulty, AD)**.
- **Za skupine**: oceni število in tehnično vrednost **dinamičnih elementov z rotacijo (R)** in **elementov sodelovanja (C)**.

Sodnici **D3 in D4** ocenita celotno sestavo neodvisno in nato skupaj določita delno oceno D (ena sama skupna ocena). Sodnici D3 in D4 vneseta delno oceno D v računalnik.

Kratka razprava v vsaki podskupini je dovoljena, če je potrebna; v primeru, da se sodnici ne strinjata, prosita za posvet s tehničnim delegatom/nadzornikom.

c) **Končna ocena D** je seštevek dveh delnih ocen D: največ 10,00 točk.

d) **Sodnica D1 sodniške komisije D je sodnica koordinatorka.** Ta sodnica bo dodala odbitke za napake pri prestopu, trajanju sestave in druge napake, ki so navedene v [tabeli odbitkov sodnice koordinatorka](#).

Vrhovna žirija mora potrditi odbitke, ki jih je dosodila sodnica koordinatorka.

Dolžnosti sodnic sodniške komisije D po tekmovanju (za posameznice in skupine):

- Če je potrebno, sodniške zapise sestav s simboli po koncu tekmovanja odda vrhovni žiriji za rekvizite (*Apparatus Superior Jury*).
- Na zahtevo vrhovne sodnice odda popoln seznam nejasnosti in vprašljivih odločitev s številko, imenom tekmovalke, državo in rekvizitom.

2.1.2.3. **Naloge komisije E (za posameznice in skupine):** sodnice komisije E morajo oceniti napake in pravilno dodeliti ustrezne odbitke.

a) **Prva podskupina sodniške komisije E – 2 sodnici (E1 in E2)** oceni artistično komponento neodvisno in nato skupaj določi odbitke artistične vrednosti (ena sama skupna ocena). Razprava v podskupini je dovoljena, če je potrebna; v primeru, da se sodnici ne strinjata, prosita za posvet s tehničnim delegatom/nadzornikom.

b) **Druga podskupina sodniške komisije E – 4 sodnice (E3, E4, E5, E6)** oceni tehnične napake z odštevanjem (povprečje srednjih dveh ocen, neodvisno in brez posvetovanja z drugimi sodnicami).

c) Artistični in tehnični odbitki so vnešeni ločeno za končno oceno izvedbe. Odbitki za izvedbo so seštevek delnih odbitkov dveh podskupin.

d) **Končna ocena za izvedbo:** seštevek arističnih in tehničnih odbitkov se odšteje od 10,00 točk.

2.1.3. **Naloge sodnice za čas, linijskih sodnic in sekretarjev (za posameznice in skupine)**

Sodnice za čas in linijske sodnice se izžreba izmed sodnic *Brevet*; njihova naloga mora biti zabeležena v sodniški knjižici:

Sodnica za čas (1 ali 2) mora:

- Nadzirati merjenje časa trajanja sestave (glej 1.2, 1.3).
- Podpisati in oddati ustrezen zapis kakršnegakoli odstopanja in ga posredovati sodnici koordinatorki (**D1**).
- Nadzirati odstopanja od določenega časa in zabeležiti točen čas čez ali pod določeno mejo, če to ni vodeno računalniško.

Linijski sodnici (2) morata:

- Ugotoviti **prestop meje tekmovalnega prostora** z rekvizitom ali enim ali obema stopaloma ali katerikoli drugim delom telesa ali izgubo rekvizita izven tekmovalnega prostora (glej 3 in 4).
- Dvigniti zastavo, ko rekvizit ali del telesa prestopi mejo.
- Dvigniti zastavo, če posameznica ali tekmovalka v skupini zamenja tekmovalni prostor ali zapusti tekmovalni prostor med sestavo.
- Podpisati in oddati ustrezen zapis sodnici koordinatorki (**D1**).

Linijski sodnici morata sedeti na nasprotnih kotih in sta zadolženi za **2 liniji in kot na svoji desni strani**.

Naloge sekretarjev

Sekretarji morajo poznati pravilnik in delo z računalnikom; običajno jih določi organizacijski komite. Pod nadzorom vrhovne sodnice so zadolženi za točnost vseh vnosov v računalnike, upoštevanje pravilnega vrstnega reda ekip in tekmovalk, upravljanje z zeleno in rdečo lučjo, pravičen prikaz končne ocene.

2.1.4. Za druge podrobnosti v zvezi s komisijami, njihovo strukturo in zadolžitvami, glej *Tehnične predpise*, poglavje 1, reg. 7 in Sodniška pravila.

2.2 IZRAČUN KONČNE OCENE

Pravila, ki urejajo določitev končne ocene so enaka za vse dele tekmovanj (kvalifikacije posameznic z razvrstitvijo ekip, mnogoboj, finale po rekvizitih, splošno tekmovanje za skupine, finale za skupine).

Končna ocena: 20,00 točk

Seštevek: ocene **D** do največ 10,00 točk + ocene **E** do največ 10,00 točk

Izračun končne ocene pri mladinkah (posameznice in skupine): glej prilogo.

2.3 PRITOŽBE O OCENI (glej Tehnične predpise, poglavje 1)

2.4 MEDNARODNI TURNIRJI

2.4.1. Vsaki sodniški komisiji pomaga **sodnica koordinatorica** (glej 2.1.2.2).

2.4.2. Turnir **s 50 % sodnicami, ki predstavljajo državo organizatorko**, se ne bo štel za vrednotenje sodnic (mora biti več gostujočih sodnic).

2.4.3. Sestava sodnic: **4 sodnice za tehnično vrednost in najmanj 4 sodnice za izvedbo**.

2.5 SODNIŠKI SESTANEK

- Pred vsakim uradnim prvenstvom FIG tehnični komite organizira sestanek, na katerem sodelujoče sodnice obvesti o organizaciji sodnic.
- Pred drugimi prvenstvi ali turnirji tehnični komite organizira podoben sestanek.
- Vse sodnice se morajo udeležiti sodniškega sestanka, celotnega tekmovanja in podelitve nagrad na koncu tekmovanja.

Za več podrobnosti glede sodnic in sojenja tekmovanj glej *Tehnične predpise* (Poglavje 1, reg. 7, poglavje 3, Splošna sodniška pravila in Specifična sodniška pravila).

3. TEKMOVALNI PROSTOR (sestave posameznic in skupin)

3.1. Obvezen je tekmovalni prostor velikosti 13 m x 13 m (**zunanj rob črte**). Površina mora biti v skladu s standardi FIG (glej *Tehnične predpise*, Poglavje 1).

3.2. Za **prestop črte tekmovalnega prostora** z rekvizitom, eno ali dvema stopaloma ali s katerimkoli delom telesa, ki se dotakne tal izven tekmovalnega prostora, ali če rekvizit zapusti tekmovalni prostor in se sam vrne, sledi odbitek.

- **Odbitek sodnice koordinatorke: 0,30 točke** vsakič za posameznico ali za vsako tekmovalko v skupini ali za rekvizit.
- **Ni odbitka:**
 - če rekvizit zapusti tekmovalni prostor **po koncu izvajanja sestave in na koncu glasbe**,
 - za izgubo rekvizita na koncu **zadnjega giba v sestavi**,
 - če gre rekvizit čez mejo tekmovalnega prostora, **ne da bi se dotaknil tal**,
 - če se rekvizit in/ali tekmovalka dotakne črte.

3.3. Vsaka sestava mora biti v celoti izvedena na uradnem tekmovalnem prostoru; če tekmovalka zaključi sestavo izven tekmovalnega prostora, sledi odbitek, kot je navedeno v 3.2.

4. REKVIZITI (sestave posameznic in skupin)

4.1 NORME – PREVERJANJE

4.1.1. Vsak rekvizit, ki ga uporabljajo posameznica ali tekmovalke v skupini, mora imeti **logo proizvajalca in logo »FIG approved«** na mestih, določenih za vsak rekvizit (kolebnica, obroč, žoga, kiji, trak).

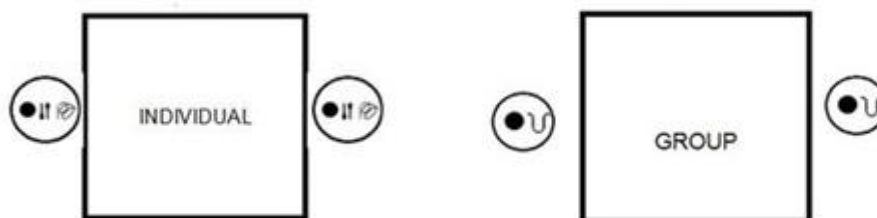
4.1.2. Norme in značilnosti za vsak rekvizit so navedene v *Norme za rekvizite FIG (FIG Apparatus Norms)*.

- 4.1.3. Rekviziti, ki jih uporabljajo tekmovalke v skupini, **morajo biti enaki** (teža, mere in oblika); **samo barva je lahko različna**.
- 4.1.4. Na zahtevo vrhovne žirije je vsak rekvizit lahko preverjen pred prihodom tekmovalke v tekmovalno dvorano ali po koncu izvajanja sestave.
- 4.1.5. Za uporabo rekvizita, ki ni v skladu z zahtevami:
- **odbitek sodnice koordinatorke: 0,50 točke.**

4.2 POSTAVITEV REKVIZITOV OKOLI TEKMOVALNEGA PROSTORA – NADOMESTNI REKVIZITI

- 4.2.1. Dovoljena je postavitve nadomestnih rekvizitov okoli tekmovalnega prostora (v skladu s programom rekvizitov za posameznice in skupine vsako leto).
- 4.2.2. Organizacijski odbor mora postaviti set enakih rekvizitov (popoln set rekvizitov, ki jih uporabljajo posameznice ali skupine na tekmovalnem prostoru) **ob dveh linijah tekmovalnega prostora** (ne pri točkah vstopa in izstopa), ki jih lahko uporabljajo katerekoli tekmovalke. Nadomestne kolebnice **morajo biti dolge najmanj 2m**.

Primer:



- 4.2.3. Tekmovalka lahko uporabi samo nadomestni rekvizit, ki je bil **pripravljen pred pričetkom** izvajanja sestave.
- **Odbitek sodnice koordinatorke: 0,50 točke** za uporabo rekvizita, ki ni bil predhodno pripravljen.
- 4.2.4. Tekmovalka lahko uporabi **vse nadomestne rekvizite**, ki so pripravljeni ob tekmovalnem prostoru z vsemi pripadajočimi odbitki (primer: organizacijski odbor je pripravil dva obroča, kot je prikazano na sliki zgoraj: tekmovalka lahko v eni sestavi uporabi oba obroča, če je potrebno).
- 4.2.5. Če tekmovalka pred pričetkom izvajanja svoje sestave ugotovi, da je njen rekvizit **neuporaben** (primer: vozli v traku), lahko vzame nadomestni rekvizit.
- **Odbitek sodnice koordinatorke: 0,50 točke** za predolgo pripravo na začetek sestave, če to povzroči zamujanje s tekmovanjem.
- 4.2.6. Če rekvizit pade in **zapusti tekmovalni prostor ali je neuporaben** (velik voz), je dovoljena uporaba nadomestnega rekvizita (dva primera z enakima dvema odbitkoma).
- **Odbitek sodnice za izvedbo (E): 0,70 točke** za izgubo rekvizita izven tekmovalnega prostora (ne glede na razdaljo) oz. neuporaben rekvizit, **ki ga tekmovalka odstrani s prostora**.
 - **Odbitek sodnice koordinatorke: 0,30 točke** za rekvizit, ki je zapustil tekmovalni prostor.
- 4.2.7. Če rekvizit pade ter zapusti tekmovalni prostor in ga tekmovalki vrne **kdorkoli**:
- **odbitek sodnice koordinatorke: 0,50 točke** za nedovoljeno vračanje rekvizita (**ter -0,30 linijska sodnica in -0,70 sodnice E3 – E6**).

4.2.8. Če rekvizit pade, vendar **ne zapusti** tekmovalnega prostora, uporaba nadomestnega rekvizita ni dovoljena.

- **Odbitek sodnice za izvedbo (E): 0,70 točke** za izgubo rekvizita.
- **Odbitek sodnice koordinatorke: 0,50 točke** za uporabo nadomestnega rekvizita.

4.3 ZLOMLJEN ALI NEUPORABEN REKVIZIT ALI REKVIZIT, ZATAKNJEN V KONSTRUKCIJI STROPA

4.3.1. Če se **rekvizit zlomi** med sestavo ali **se zatakne v konstrukcijo stropa**, tekmovalka ali skupina **ne bo mogla** ponovno začeti z izvajanjem sestave.

4.3.2. Tekmovalka ali skupina ne bo dobila odbitka za zlomljen rekvizit ali za rekvizit, zataknjen v konstrukcijo stropa, ampak bo dobila odbitke za posledice tehničnih napak.

4.3.3. V takem primeru lahko tekmovalka ali skupina:

- preneha izvajati sestavo,
- odstrani zlomljen/neuporaben rekvizit s tekmovalnega prostora (**ni odbitka 0,30**) in nadaljuje sestavo z nadomestnim rekvizitom (**samo odbitek -0,70 sodnic E3 – E6**).

4.3.4. **Nobena tekmovalka ali skupina ne sme nadaljevati s sestavo z zlomljenim rekvizitom.**

- Če tekmovalka ali skupina preneha izvajati sestavo, sestava ne bo ocenjena.
- Če tekmovalka ali skupina nadaljuje z izvajanjem sestave z zlomljenim rekvizitom, sestava ne bo ocenjena.

4.3.5. Če se rekvizit **zlomi na koncu sestave** (zadnji gib) in tekmovalka ali skupina konča sestavo z zlomljenim rekvizitom ali brez rekvizita, je odbitek enak kot pri »izgubi rekvizita (brez stika) na koncu sestave«.

- **Odbitek sodnice za izvedbo (E): 0,70 točke.**

5. OBLAČILA TEKMOVALK (posameznice in skupine)

5.1 ZAHTEVE ZA GIMNASTIČNE DRESE

- Pravilen gimnastični dres mora biti iz netransparentnega materiala; dresi, ki imajo dele v čipki, morajo biti podloženi (trup).
- Vratni izrez spredaj in zadaj na dresu ne smeta biti globlja od polovice prsnice oziroma spodnje linije lopatic.
- Dresi so lahko z rokavi ali brez, plesni dresi z ozkimi naramnicami niso dovoljeni.
- Izrez dresa na vrhu nog ne sme biti višje od pregiba v koraku; oblačila, nošena pod dresom, ne smejo biti vidna.
- Dres mora biti oprijet, da lahko sodnice ovrednotijo pravilen položaj vsakega dela telesa; okrasne aplikacije ali detajli so dovoljeni, če ne ogrožajo varnosti tekmovalke.
- Dresi tekmovalk v skupini morajo biti enaki (iz enakega materiala, sloga, oblikovanja in barve); če je dres iz vzorčastega materiala, so dovoljene manjše razlike zaradi reza.

5.1.1 Dovoljeno je nositi:

- Dolge hlačne nogavice čez ali pod dresom.
- Dolg enodelni dres (*unitard*), če je oprijet.
- Dolžina in barva(e) materiala na nogah morata biti enaki na obeh nogah, samo stil (izrez ali okras) je lahko drugačen.
- Krilo, ki ni daljše od dna medenice, čez dres, hlačne nogavice ali enodelen dres.
- Stil krila (rez ali okras) je izbran po želji, vendar mora krilo vedno pasti nazaj na boke tekmovalke.
- Tekmovalke lahko izvajajo svoje sestave bose ali v gimnastičnih copatih.
- Frizura mora biti lepa in urejena in ličila jasna in svetla.

5.1.2 Ni dovoljeno nositi nakita ali piercingov, ki bi ogrozili varnost tekmovalke.

5.1.3. Vsak dres mora biti preverjen, preden tekmovalka vstopi v tekmovalno dvorano.

Če dres posameznice ali tekmovalke v skupini ni v skladu z zahtevami, sledi odbitek sodnice koordinatorke.

- **Odbitek sodnice koordinatorke: 0,30 točke** za posameznico ali enkrat za skupino.

5.1.4. Odsotnost emblema odbija sodnica koordinatorka.

- **Odbitek sodnice koordinatorke: 0,30 točke**, če emblem ali oglaševanje nista v skladu z uradnimi normativi.

5.1.5. Povoji ali opornice ne smejo biti barvne; biti morajo kožne barve.

- **Odbitek sodnice koordinatorke: 0,30 točke** za neupoštevanje tega pravila.

6. DISCIPLINA

6.1 DISCIPLINA TEKMOVALK

6.1.1 Posameznice ali skupine morajo priti na tekmovalni prostor šele potem, ko jih pokličejo po mikrofonu, ko jih pokliče sodnica koordinatorka ali ko gori zelena luč.

- **Odbitek sodnice koordinatorke: 0,50 točke** za prezgoden prihod (pred klicem) ali pozen prihod (**30 sekund po klicu**) tekmovalke ali skupine.

6.1.2. V tekmovalni dvorani se ni dovoljeno ogrevati.

- **Odbitek sodnice koordinatorke: 0,50 točke** za neupoštevanje tega pravila.

6.1.3. Napačna izbira rekvizita glede na štartno listo; sestava bo ocenjena na koncu sklopa. Tekmovalka bo dobila odbitek.

- **Odbitek sodnice koordinatorke: 0,50 točke.**

6.1.4. Med skupinsko sestavo tekmovalke ne smejo verbalno komunicirati med sabo.

- **Odbitek sodnice koordinatorke: 0,50 točke** za neupoštevanje tega pravila.

6.1.5. Posameznice in skupine morajo priti na tekmovalni prostor s hitrimi koraki brez glasbene spremljave in takoj zavzeti začetni položaj.

- **Odbitek sodnice koordinatorke: 0,50 točke** za neupoštevanje tega pravila.

6.2 DISCIPLINA TRENERJEV

6.2.1. Med izvajanjem sestave trener tekmovalke ali skupine (ali katerikoli drug član delegacije) ne sme na noben način komunicirati s svojimi posameznicami, tekmovalkami v skupini, predvajalcem glasbe ali sodnicami.

- **Odbitek sodnice koordinatorke: 0,50 točke.**

7. ODBITKI, KI JIH DOSODI SODNICA KOORDINATORKA ZA SESTAVE POSAMEZNIC IN SKUPIN

Seštevek teh odbitkov se odšteje od končne ocene.

1	Vsaka dodatna ali manjkajoča sekunda glasbe	0,05
2	Glasbeni uvod brez premikanja, ki je daljši od 4 sekund	0,30
3	Glasba, ki ni v skladu z zahtevami	0,50
4	Več kot 2 individualni sestavi/1 skupinska sestava z glasbo z besedilom	1,00
5	Vsak prestop z rekvizitom ali z eno ali dvema stopaloma ali katerimkoli delom telesa, ki se dotakne tal izven tekmovalnega prostora ali za rekvizit, ki zapusti tekmovalni prostor in se sam vrne nazaj	0,30
6	Uporaba rekvizita, ki ni v skladu z zahtevami (posameznice in skupine)	0,50
7	Uporaba rekvizita, ki ni bil predhodno nastavljen	0,50
8	Za predolgo pripravo na začetek sestave, če to povzroči zamujanje s tekmovanjem	0,50
9	Za nedovoljeno vračanje rekvizita	0,50
10	Nedovoljena uporaba nadomestnega rekvizita (prvotni rekvizit je še vedno na tekmovalnem prostoru)	0,50
11	Olačila posameznice ali skupine niso v skladu z zahtevami (enkrat za skupino)	0,30
12	Za emblem ali oglaševanje, ki nista v skladu z uradnimi normativi	0,30
13	Povoji ali opornice, ki niso v skladu z zahtevami	0,30
14	Prezgoden ali prepozen prihod tekmovalk(e) na tekmovalni prostor	0,50
15	Tekmovalka(e) se ogreva(jo) v tekmovalni dvorani	0,50
16	Tekmovalke v skupinski sestavi verbalno komunicirajo med sabo	0,50
17	Vstop skupine na tekmovalni prostor ni v skladu z zahtevami	0,50
18	Trener komunicira s tekmovalko(ami), predvajalcem glasbe ali sodnicami med izvajanjem sestave	0,50
19	Napačna izbira rekvizita glede na štartno listo	0,50
20	Tekmovalka v skupinski sestavi odide med izvajanjem sestave	0,30
21	Vključitev rezervne tekmovalke, če ena izmed tekmovalk zapusti skupino iz dovoljenih razlogov	0,50

SESTAVE POSAMEZNIC – TEŽAVNOST (D)

1. PREGLED TEŽAVNOSTI

- 1.1. Tekmovalka lahko v sestavo vključi samo elemente, ki jih **lahko izvede varno in z visoko stopnjo estetskega in tehničnega znanja**.
- 1.2. Element, ki ga **sodniška komisija D ne prepozna, ne bo ovrednoten**.
- 1.3. Zelo slabo izvedenih elementov komisija D ne bo upoštevala in komisija E bo dosodila odbitke.
- 1.4. Obstajajo štiri **komponente težavnosti: težine s telesom (BD), kombinacije plesnih korakov (S), dinamični elementi z rotacijo (R) in težine z rekvizitom (AD)**.
- 1.5. Vrstni red izvajanja težin **ni določen**; vendar morajo biti **razporejene logično in tekoče**, z vmesnimi gibi in elementi, ki ustvarijo kompozicijo z idejo, ki je več kot samo serija ali seznam težin.
- 1.6. Sodnice za težavnost prepoznajo in zapišejo težine po vrstnem redu izvajanja.
 - **Sodnici D1 in D2:** ocenita število in vrednost **BD**, število in vrednost **S** in število temeljnih elementov z rekvizitom ter jih zapišeta s simboli.
 - **Sodnici D3 in D4:** ocenita število in vrednost **R** in število in vrednost **AD** ter jih zapišeta s simboli.
- 1.7. Ocena težavnosti je največ 10,00.
- 1.8. **Zahteve za težavnost**

Komponente težavnosti, povezane s tehničnimi elementi z rekviziti	Težina s telesom	Kombinacija plesnih korakov	Dinamični elementi z rotacijo	Težina z rekvizitom
Simbol	BD Najmanj 3; največ 9	S Najmanj 1	R Najmanj 1	AD Najmanj 1
Skupine težin s telesom	Skoki – min. 1 Ravnatežja – min. 1 Rotacije – min.1			

2. TEŽINE S TELESOM (BD)

2.1. Definicija

- 2.1.1. **BD** so elementi iz tabel težin v pravilniku ($\wedge$, T , $\circ$).
 - V primeru, da sta opis težine s telesom v besedilu in skica v tabeli težin s telesom različna, prevlada besedilo.
 - Po vsakem svetovnem prvenstvu je v tabele možno dodati odobrene nove težine s telesom .
- 2.1.2. Skupine težin s telesom:
 - Skoki $\wedge$
 - Ravnatežja T
 - Rotacije $\circ$

2.1.3. **Ni mogoče izvajati več kot 9 BD z vrednostjo nad 0,10; upošteva se 9 pravilno izvedenih z najvišjo vrednostjo.**

2.1.4. Vsaka **BD** se upošteva samo enkrat; **če tekmovalka BD ponovi**, težina ni veljavna (**ni odbitka**).

2.1.5. Možno je izvajati skoke ali piruete v seriji.

Serija: ponovitev 2 ali več enakih skokov ali piruet; **vsak** skok ali pirueta v seriji se šteje za 1 težino (skok ali pirueta). **Serije so veljavne BD, izvedene ena za drugo; serija se ne upošteva, če je vmesna BD neveljavna.**

2.1.6. Nove težine s telesom

- Trenerje spodbujamo k temu, da prijavijo nove težine s telesom, ki še niso bile izvajane in/ali še niso navedene v tabelah težin.
- Nove težine s telesom se prijavijo tehničnemu komiteju FIG za ritmično gimnastiko z elektronsko ali navadno pošto kadarkoli v letu.
- Nove **BD** morajo biti predstavljene najkasneje 2 meseca pred uradnim tekmovanjem FIG.
- K zahtevi za vrednotenje elementa mora biti priložen opis v angleščini in francoščini s skicami elementa in DVD-jem ali e-povezavo.
- Nova **BD** mora biti izvedena med uradnim treningom pred tekmovanjem, da lahko tehnični komite določi začasno vrednost novi težini s telesom.
- Da se prizna kot nova **BD** v pravilniku, mora biti element prvič uspešno izveden brez napake na uradnem tekmovanju FIG
 - svetovno prvenstvo/
 - olimpijske igre/
 - mladinske olimpijske igre.
- Odločitev bo nato kakor hitro bo mogoče v pisni obliki posredovana zadevni federaciji in sodnicam na sodniškem seminarju ali sodniškem sestanku pred zadevnim tekmovanjem.

2.2. **Zahteve: BD so veljavne, kadar so izvedene:**

2.2.1. V skladu s tehničnimi zahtevami, navedenimi v tabeli težin.

2.2.2. **Z najmanj 1 temeljnim tehničnim elementom z rekvizitom, značilnim za vsak rekvizit in/ali netemeljnim tehničnim elementom z rekvizitom.**

- **Opomba:** Če je isti tehnični element z rekvizitom med različnimi **BD** ponovljen, težina ni veljavna (**ni odbitka**).
- **Opomba:** Med piruetami *fouetté* ali premahi (*tour plongé*): **po en različen temeljni tehnični element ali netemeljni tehnični element z rekvizitom je zahtevan na vsaka dva *fouettéja/premaha*.**

2.2.3. Brez ene ali več od naslednjih večjih tehničnih napak:

- večja sprememba osnovnih lastnosti, značilnih za vsako skupino težin s telesom;
- večja tehnična napaka z rekvizitom (tehnična napaka za 0,30 ali več).

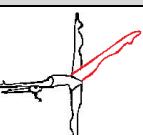
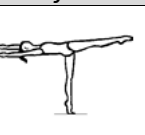
Pojasnila	
BD je v povezavi z metom rekvizita ali kotaljenjem rekvizita po tleh.	Če tekmovalka rekvizit vrže ali zakotali po tleh na začetku, med ali proti koncu izvajanja težine.
BD je v povezavi z ujemom rekvizita.	Če tekmovalka rekvizit ujame na začetku, med ali proti koncu izvajanja težine.
Opomba v zvezi s serijo skokov:	Dovoljeno je izvesti met rekvizita v času prvega skoka in ujem rekvizita v času tretjega skoka. Drugi skok, ki je izveden pod metom rekvizita (brez tehničnega rokovanja z rekvizitom), se upošteva kot težina s telesom.

2.2.4. Ponovitev enake oblike ni veljavna, razen pri serijah (2.1.5).

Pojasnila	
Enake oblike	Elementi se smatrajo za <u>enake</u> , če so navedeni v isti celici v tabeli težin v pravilniku.
Različne oblike	Elementi se smatrajo za <u>različne</u> , če so navedeni v različnih celicah v tabeli težin v pravilniku, vključno z elementi iste skupine, ki so v ločenih celicah.
Opomba	Možno je izvesti valovita gibanja ali polakrobatske elemente v povezavi s težino s telesom z namenom poudarka izraza s telesom in amplitude gibanja; valovita gibanja/ polakrobatski elementi ne zvečajo vrednosti težine s telesom.

2.3. Vrednotenje BD:

2.3.1. Določa izvedena oblika ne glede na nameravano obliko.

Pojasnila/primeri		
Nameravana	Izvedena	Veljavna
		
Nameravana	Izvedena	Veljavna
		

2.3.2. Če je **BD** izvedena z večjo amplitudo, kot je navedeno v tabeli težin, se vrednost **BD** ne spremeni.

3. TEMELJNE IN NETEMELJNE TEHNIČNE SKUPINE Z REKVIZITI

3.1. Definicije

3.1.1. Vsak rekvizit (, , , , ) ima **4 temeljne tehnične skupine z rekvizitom**. Vsaka skupina je navedena v svoji celici v tabeli 3.3.

3.1.2. Vsak rekvizit (, , , , ) ima netemeljne tehnične skupine z rekvizitom. Vsaka skupina je navedena v svoji celici v tabeli 3.4.

3.1.3. Temeljne tehnične skupine z rekviziti so lahko izvedene med težinami s telesom, kombinacijami plesnih korakov, kriteriji dinamičnih elementov z rotacijo, težinami z rekviziti ali med povezovalnimi elementi.

Opomba: en tehnični element z rekvizitom lahko naredi veljavno samo eno BD, tudi če ima dve fazi (npr. *échappé* + ujem).

3.2. Zahteve

3.2.1. **Najmanj 1 element iz vsake temeljne tehnične skupine z rekvizitom v vsaki sestavi.**

3.2.2. Tehnični elementi z rekviziti **niso omejeni, vendar jih tekmovalke ne smejo izvajati na enak način med BD razen med serijo skokov in rotacij.**

Pojasnila	
Različni elementi z rekvizitom so izvedeni:	V različnih ravninah
	V različnih smereh
	Na različnih ravneh
	Z različno amplitudo
	Na različnih delih telesa
Opomba: enaka elementa z rekvizitom, izvedena pri dveh različnih težinah s telesom, se ne smatrata za »različna« elementa z rekvizitom.	

3.2.3. Enaki elementi z rekviziti med **BD** ne bodo veljavni (glej 2.2.1), razen v primeru serij: **možno je ponoviti enako rokovanje z rekvizitom med serijo skokov in med pirueto.**

3.3. Zbirne tabele temeljnih in netemeljnih tehničnih skupin, značilnih za vsak rekvizit

3.3.1. Kolebnica

Temeljne tehnične skupine rokovanja z rekvizitom	Netemeljne tehnične skupine rokovanja z rekvizitom
 Prehod skozi kolebnico s celim telesom ali delom telesa (2 večja dela telesa) skozi odprto kolebnico ali prepognjeno na 2 dela ali več, z vrtenjem naprej, nazaj ali v stran; prav tako z dvojnimi vrtenjem kolebnice.	 - Vrtenje (najmanj 1) kolebnice, prepognjene na 2 dela (v eni ali obeh dlaneh) Vrtenja (najmanj 3) kolebnice, prepognjene na 3 ali 4 dele - Prosta vrtenja (najmanj 1) okoli dela telesa - Vrtenje (najmanj 1) iztegnjene, odprte kolebnice, ki jo tekmovalka drži za sredino ali konec - Mlini (odprta kolebnica, ki jo tekmovalka drži na sredini, prepognjena na dva dela ali več). Glej kije 3.3.4
 Prehod skozi kolebnico s skoki/poskoki Serija (najmanj 3): z vrtenjem kolebnice naprej, nazaj ali v stran. Dvojno vrtenje kolebnice ali prepognjene kolebnice (najmanj 1 poskok).	
 Ujem kolebnice, po en konec v vsako dlan (mali, srednji, veliki met).	 - Ovijanje ali odvijanje okoli dela telesa Spirale s kolebnico, prepognjeno na dva dela
 - Izpust in ujem enega konca kolebnice z ali brez vrtenja (primer: <i>échappé</i>) - Vrtenje prostega konca kolebnice (primer: spirale)	

Pojasnila	
Opomba: tekmovalka lahko kolebnico drži odprto, prepognjeno 2-, 3- ali 4-krat (v eni ali obeh dlaneh), vendar je osnovna tehnika držanje neprepognjene kolebnice za konce z obema dlanema med skoki in poskoki, ki morajo biti izvedeni v vseh smereh: naprej, nazaj, z obračanjem ipd.	
Elementi, kot so ovijanje, odbijanje in mlini ter gibanja s prepognjeno ali zavezano kolebnico, niso značilni za ta rekvizit, zato v sestavi ne smejo prevladovati.	
Opomba: 	- Najmanj dva velika dela telesa (primer: glava + trup; roke + trup; trup + noge itd.) morata preiti skozi. - Prehod je lahko: celo telo gre notri in ven ali telo gre notri brez prehoda ven ali obratno.
Opomba: <i>échappé</i> je gibanje z 2 dejanjema	Izpust enega konca kolebnice Ujem tega konca kolebnice z dlanjo ali drugim delom telesa po polovičnem vrtenju kolebnice - BD je veljavna, če je ali izpust ali ujem (ne oboje) izveden v času izvajanja BD.
Opomba: različne variacije pri spiralah: 	- Izpust kot pri <i>échappéju</i>, ki mu sledi več (2 ali več) spiralnih vrtenj enega konca kolebnice in ujem tega konca z dlanjo ali drugim delom telesa. - Tekmovalka drži odprto in iztegnjeno kolebnico na enem koncu, iz predhodnega gibanja (gibanje odprte kolebnice, ujem, s tal ipd.), in preide v spiralno vrtenje (2 ali več) enega dela kolebnice, ujem z dlanjo ali drugim delom telesa. - BD je veljavna, če so bodisi izpust ali ujem ali večkratna spiralna vrtenja (2 ali več) izvedeni v času izvajanja BD.
Opomba: ovijanje 	Med izvajanjem BD se je možno »oviti« ali »odviti«; ti dve rokovanji se smatrata kot različni.

3.3.2. Obroč

Temeljne tehnične skupine rokovanja z rekvizitom	Netemeljne tehnične skupine rokovanja z rekvizitom
 Prehod skozi obroč s celim telesom ali delom telesa (2 velika dela)	 Vrtenje (najmanj 1) okoli osi, na tleh
 Kotaljenje obroča preko najmanj 2 večjih delov telesa	
 Vrtenje (najmanj 1) obroča okoli dlani - Prosto vrtenje (najmanj 1) obroča okoli dela telesa.	 Kotaljenje obroča po tleh
 Vrtenje obroča okoli njegove osi: - Eno prosto rotenje med prsti - Eno prosto vrtenje na delu telesa	

Pojasnila	
Tehnična rokovanja z obročem (z metom ali brez) morajo biti izvedena v različnih ravninah, smereh in oseh.	
Opomba: 	- Najmanj dva velika dela telesa (primer: glava + trup; roke + trup; trup + noge itd.) morata preiti skozi. - Prehod je lahko: celo telo gre notri in ven ali telo gre notri brez prehoda ven ali obratno.

3.3.3. Žoga

Temeljne tehnične skupine rokovanja z rekvizitom	Netemeljne tehnične skupine rokovanja z rekvizitom
 Odboji: Serija (najmanj 3) majhnih odbojev (pod višino kolena) En visok odboj (višina kolena in višje) - Viden odboj od dela telesa	 <i>Flip-over</i> gibanje žoge okoli dlani - Vrtenje dlani okoli žoge - Serija (najmanj 3) malih kotaljenj s pomočjo - Prosto(a) vrtenje(a) žoge na delu telesa
 Kotaljenje žoge po najmanj 2 velikih delih telesa	
 Osmice z žogo s krožnim gibanjem rok	 - Kotaljenje žoge po tleh - Kotaljenje telesa po žogi na tleh
 Ujem žoge v eno dlan	

Pojasnila	
Rokovanje z žogo, pri katerem tekmovalka žogo drži z dvema dlanema, ni značilno za ta rekvizit; zato v sestavi ne sme prevladovati.	
Izvedba vseh tehničnih skupin rokovanja z žogo v eni dlani je pravilna, kadar so prsti združeni na naraven način in se žoga ne dotika podlahti.	
Opomba: 	• Odboj ali ujem po odboju mora biti izveden med BD.
Opomba: 	• Mora biti po srednjem ali visokem metu (<u>ne</u> po majhnem metu ali potisku).
Opomba: 	• Ta kotaljenja so lahko majhna, srednja ali velika .

3.3.4. Kiji

Temeljne tehnične skupine rokovanja z rekvizitom	Netemeljne tehnične skupine rokovanja z rekvizitom
 Mlini: vsaj 4 mali krogi s kiji s časovnim zamikom in vsakokratnim izmenjavanjem prekržanih in neprekržanih zapestij/dlani	 Serija (najmanj 3) malih krogov z enim kijem
 Asimetrično gibanje dveh kijev	 - Prosto vrtenje 1 ali 2 kijev na delu telesa - Trki (najmanj 1) Mali krogi obeh kijev, ki ju tekmovalka drži v eni dlani (najmanj 1)
 Mali meti obeh kijev sočasno ali izmenično, s polno rotacijo in ujemom	
 Mali krogi z obema kijema , sočasno ali izmenično, en kij v vsaki dlani (najmanj 1)	 Kotaljenje 1 ali 2 kijev po delu telesa ali po tleh

Pojasnila	
Tipična tehnična značilnost je rokovanje z obema kijema hkrati: tovrstno tehnično rokovanje mora v sestavi prevladovati; katerikoli drugi načini držanja kijev, na primer za vrat kija, za veliko glavo ali držanje obeh kijev skupaj, v sestavi ne sme prevladovati.	
Trki, kotaljenje, obračanje, odboji ali drsenje prav tako v sestavi ne smejo prevladovati.	
Opomba: 	- Mora biti izvedeno z različnim gibanjem vsakega kija: različni morata biti oblika ali amplituda in ravnina ali smer. Mala vrtenja s časovnim zamikom ali izvedena v različnih smereh se ne smatrajo za asimetrična gibanja, saj imajo enako obliko in amplitudo.

3.3.5. Trak

Temeljne tehnične skupine rokovanja z rekvizitom	Netemeljne tehnične skupine rokovanja z rekvizitom
 Prehod skozi ali nad risbo traku	 - Vrtenje palice okoli dlani - Zavijanja (odvijanje) - Gibanje traku okoli dela telesa, ki se oblikuje, ko tekmovalka drži palico z različnimi deli telesa (dlan, vrat, koleno, komolec) med gibanjem s telesom ali težinami z rotacijo (ne pri težinah s počasnim obratom – »slow turn/tour lent«)
 Spirale (4–5 zank), strnjene in enako velike, v zraku ali na tleh	
 Kače (4–5 valov), strnjene in enako velike, v zraku ali na tleh	 Kotaljenje palice po delu telesa
 Echappé: obrat palice v času leta, nizke ali srednje višine	 »Bumerang«: izpust traku (tekmovalka drži konec traku) po zraku ali po tleh in ujem

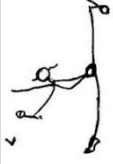
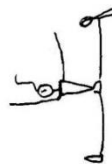
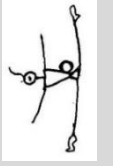
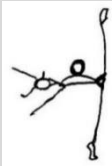
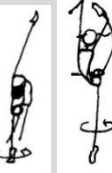
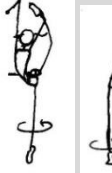
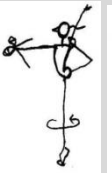
Pojasnila	
Vsi elementi, ki niso značilni za tehniko s trakom (zavijanje, odvijanje, drsenje palice, potiski), v sestavi ne smejo prevladovati.	
Opomba: 	- Met palice v zrak/po tleh, tekmovalka drži konec traku z dlanjo (dlanmi) ali drugim delom telesa, poteg nazaj z ali brez odboja palice od tal (pri bumerangu v zraku) in ujem. - BD je veljavna, če je bodisi met bodisi ujem (ne oboje) izveden v času izvajanja BD. - Za AD: bumerang se smatra za mali met, zato je vrednost AD z ujemom bumeranga 0,30 (ne 0,40). - BD z <i>échappé</i>: BD je veljavna, če je met ali ujem izveden tekom izvajanja BD.

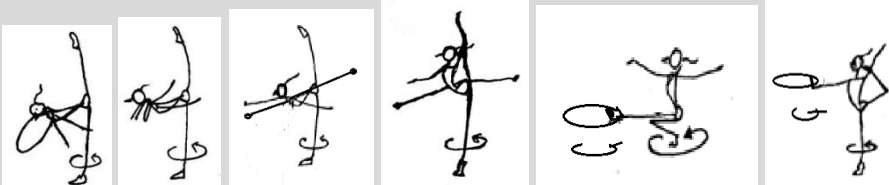
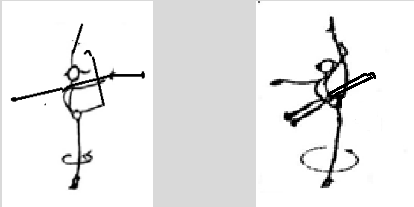
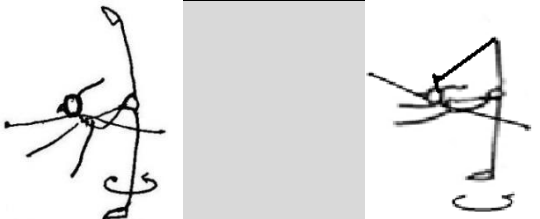
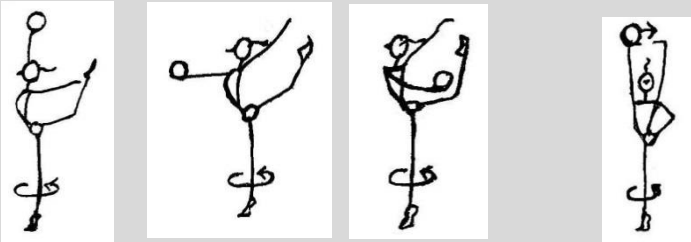
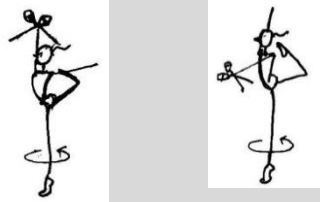
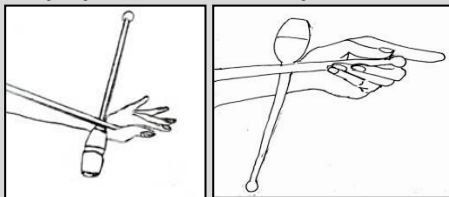
3.4. Zbirne tabele netemeljnih tehničnih skupin z rekviziti, ki veljajo za VSE REKVIZITE

	Rokovanje z rekvizitom (rekvizit v gibanju): • Veliki krogi z roko, ki drži rekvizit • Osmica (ne pri žogi) • Odboji (ne pri žogi) rekvizita od različnih delov telesa ali od tal • Potisk rekvizita z različnimi deli telesa • Drsenje rekvizita po kateremkoli delu telesa • Prenos rekvizita okoli kateregakoli dela telesa ali pod nogo(ami) • Prehod čez rekvizit s celim telesom ali delom telesa
	Nestabilno ravnotežje rekvizita na delu telesa
	Nizki meti / ujemi
	Visoki ali srednji meti (obeh kijev )
	Ujem rekvizita (obeh kijev )

Pojasnila	
Opomba: 	Odboj ali potisk rekvizita z različnih delov telesa. Izpust ali ujem (<u>ne</u> izpust + ujem) mora biti izveden v času izvajanja BD, da se upošteva.

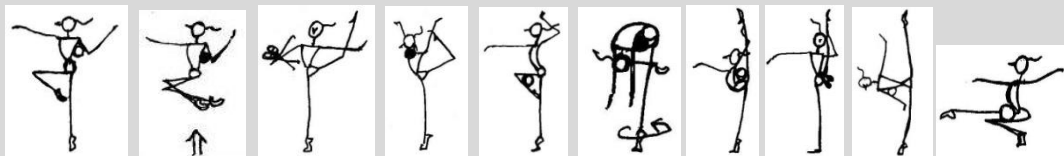
Pojasnila	
Opomba: kiji	Če tekmovalka en kij drži v nestabilnem položaju in z drugim izvaja tehnično gibanje, se to upošteva kot »nestabilno ravnotežje«.

	Držanje rekvizita brez pomoči dlani: 1) na majhni površini dela telesa • izjema: odprta dlan se smatra za majhno površino samo med pirueto, rotacijo v položaju penché in premahom 2) s tveganjem za izgubo rekvizita z ali brez rotacije telesa
1) Primeri	    
2) Primeri	   
	Rekvizit je med rotacijo s telesom stisnjen v težavnem položaju (odnos med telesom in rekvizitom je težaven) s tveganjem izgube rekvizita.
	         

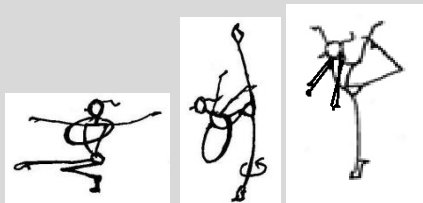
	Rekvizit med rotacijo s telesom »visi« v težavnem položaju (odnos med telesom in rekvizitom je težaven) s tveganjem izgube rekvizita.
	
Opombe:	Enaki in različni položaji nestabilnega ravnotežja
	Če je kolebnica odprta ali zložena v delno uravnoteženem položaju za hrbtom ali visi na delu telesa med BD z rotacijo, se to smatra za različna položaja nestabilnega ravnotežja.
Različen 	
Enak	
	Različni nestabilni položaji žoge , ki jo tekmovalka drži v odprti dlani med težino z rotacijo: roka mora biti vidno naprej, vstran, navpično itd. ali pa mora biti vidna menjava nestabilnega položaja iz ene dlani v drugo v času rotacije.
Različen 	 Vidna menjava iz ene dlani v drugo.
Enak	Držanje žoge v predročenju z levo dlanjo in nato v predročenju z desno dlanjo v času izvajanja težine z rotacijo se smatra kot enak položaj .
	Različni nestabilni položaji enega kija, ki ga tekmovalka drži s pomočjo drugega na notranji/zunanji strani dlani med izvajanjem težine z rotacijo: potrebno je zamenjati položaj roke (gor, dol, vstran itd.).
Različen 	
Enak 	Kij, ki ga tekmovalka drži v nestabilnem položaju na notranji ali zunanji strani dlani med izvajanjem težine z rotacijo se smatra kot enak položaj .
	



- Neveljavni položaji nestabilnega ravnotežja: rekvizit ne sme biti stisnjen
 - z rokami/dlanmi
 - če je stisnjen brez tveganja izgube, se ne smatra kot položaj nestabilnega ravnotežja



- »Viseč« položaj rekvizita na velikem delu telesa brez tveganja izgube se ne smatra kot element nestabilnega ravnotežja.



Pojasnila

Opomba: →

- **Nizki met** mora biti blizu telesa
- Met ali ujem mora biti izveden v času BD

Pojasnila

Opomba:

- Srednji met – ena do dve višini tekmovalke.
- Visoki met – več kot dve višini tekmovalke.

3.5. Statičen rekvizit

3.5.1. Rekvizit mora biti v gibanju ali v nestabilnem položaju, tekmovalka ga ne sme samo držati ali stiskati dlje časa.

3.5.2. Statičen rekvizit je rekvizit, ki ga tekmovalka drži/stiska:

- »**Rekvizit drži**« pomeni, da rekvizit drži trdno z eno ali dvema dlanema in/ali z enim ali več deli telesa (ne v nestabilnem položaju).
- Rekvizit drži »**dlje časa**« pomeni drži **več kot 4 sekunde**.

4. KOMBINACIJA PLESNIH KORAKOV (S)

4.1. **Zahteve: vsaka S mora biti izvedena:**

4.1.1. Z najmanj 1 temeljnim tehničnim elementom z rekvizitom.

4.1.2. Z najmanj **1 tehničnim elementom z rekvizitom** (temeljnim ali netemeljnim, glej 3.3; 3.4) z **nedominantno roko** (uporaba obeh rok pri rokovanju z rekvizitom). Zahteva ne velja za kolebnico in kije.

4.1.3. Traja **najmanj 8 sekund** od prvega plesnega giba; vsi koraki morajo biti jasni in vidni ves čas izvajanja.

4.1.4. V skladu s **tempom, ritmom, značajem glasbe in poudarki**.

4.1.5. Z najmanj **2 različnima vrstama gibanja**: modalnost, ritem, smer ali raven.

4.1.6. **S premikanjem po prostoru del** plesnih korakov ali **ves čas** plesnih korakov.

4.2. Med S je možno izvajati:

- **BD** z vrednostjo največ 0,10 točke (primer: skok *cabriole*, ravnotežje *passé* ipd.).
- **AD**, če ne prekine kontinuitete plesa.

Upoštevajo se v 8 sekund.

- **Meti (nizki, srednji, visoki)**, če podpirajo idejo plesa ali pomagajo izboljšati amplitudo in raznolikost gibanja

4.3. **Ni možno** izvajati:

- **R** med **S**
- **S** v celoti **na tleh**

Pojasnila
Smernice za ustvarjanje kombinacij plesnih korakov
Neprekinjeni, povezani plesni koraki, in sicer: • kakršnikoli klasični plesni koraki, • kakršnikoli plesni koraki dvoranskih plesov, • kakršnikoli plesni koraki folklornih plesov, • kakršnikoli plesni koraki modernih plesov.
Logično in tekoče povezani brez nepotrebnih postankov ali s predolgo pripravo na gibanje.
Raznolikost v ravneh, smereh, hitrosti in modalnostih gibanja (vključno z možnostjo prehoda na tla) in <u>ne</u> preprosto premikanje po prostoru (kot na primer hoja, korakanje, tek) z rokovanjem z rekvizitom.
Ustvarjeni z različnimi ritmičnimi vzorci z rekvizitom v gibanju tekom celotne kombinacije (ravni, smeri, ravni in osi).
Delno ali v celoti s premikanjem po prostoru.

4.4. Kombinacije plesnih korakov **ne bodo veljavne** v naslednjih primerih:

- Manj kot 8 sekund plesa;
- **Večja sprememba** osnovne tehnike rokovanja z rekvizitom (napake za odbitek 0.30 ali več sodnic za izvedbo);
- **Ni povezave** med ritmom in značajem glasbe ter gibanjem telesa in rekvizita;
- Brez najmanj **2 različnih vrst gibanja**: modalnost, ritem, smer ali raven v vsaki kombinaciji plesnih korakov;
- Manjka najmanj **1 temeljni** tehnični element z rekvizitom;
- Manjka najmanj 1 tehnični element z rekvizitom z **nedominantno roko**;
- Celotna kombinacija je izvedena **na tleh**;
- Celotna kombinacija je izvedena **brez premikanja po prostoru**.

4.5. **Vrednost**: 0,30 za vsako S.

5. DINAMIČNI ELEMENTI Z ROTACIJO (R)

5.1. Zahteve:

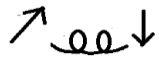
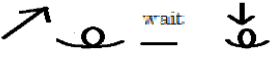
5.1.1. Osnovne zahteve za R:

Simbol	Osnovna vrednost	Dejanje	Opis osnove
R	0,20	Met rekvizita	Visoki ali srednji met
		Najmanj 2 osnovni rotaciji telesa	2 osnovni dokončani rotaciji s telesom, izvedeni: • 360° vsaka rotacija • brez prekinitve • okoli katerekoli osi • z ali brez prehoda na tla • z ali brez spremembe osi rotacije telesa Prva osnovna rotacija je lahko izvedena v času meta ali pod letom rekvizita.
		Ujem rekvizita (kakršenkoli, razen padca)	Ujem na koncu osnovnih rotacij ali v skladu s kriteriji

5.1.2. Osnovna vrednost R se lahko poveča z uporabo dodatnih kriterijev. Dodatni kriteriji so lahko izvedeni med metom rekvizita, med rotacijo telesa pod letom in med ujemom rekvizita.

5.1.3. Vrednost R določa število rotacij in izvedenih kriterijev: če je zadnja rotacija izvedena po ujemu, se ta rotacija in pripadajoči kriteriji ne upoštevajo (rotacija ni veljavna, prav tako ni točk za spremembo osi in ravni, tekmovalka pa prejme točke za kriterije pri ujemu).

5.1.4. Vsi R morajo biti različni (elementi rotacije morajo biti različni) ne glede na število rotacij.

Pojasnila: ujem po koncu rotacij	Veljavno
	Da (R)
	Ne (prekinitve med 2 osnovnima rotacijama)
 Ujem po koncu glasbe	Ne

5.1.5. Vsaka rotacija (polakrobatski element, *chaîné* ipd.) je lahko izvedena samostojno ali v seriji največ enkrat. Ponavljanje katerekoli rotacije (samostojno ali v seriji) v drugem R se ne upošteva

5.2. Zbirna tabela dodatnih kriterijev za R

Med letom rekvizita			
Simbol	Dodatni kriteriji za R + 0,10 vsakič		
R ₃ , R ₄ itd.	Vsaka dodatna rotacija telesa okoli katerekoli osi med letom rekvizita		
	Sprememba osi rotacije telesa in/ali sprememba ravni med rotacijama (dodatek se dodeli tako za spremembo osi kot tudi za spremembo ravni, vendar samo enkrat v vsakem R)		

Med metom rekvizita		Med ujemom rekvizita	
Simbol	Splošni kriteriji za vse rekvizite + 0,10 vsakič		
	Izven vidnega polja	Izven vidnega polja	
	Brez pomoči rok	Brez pomoči rok	
		Ujem v času rotacije	
	Pod nogo/nogami	Pod nogo/nogami	

Simbol	Posebni kriteriji za mete +0,10 vsakič	Simbol	Posebni kriteriji za ujeme +0,10 vsakič
	Prehod skozi rekvizit v času meta ( , )		Prehod skozi rekvizit med ujemom ( , )
	Met po odbojih od tal/met po kotaljenju po tleh		Direkten ponovni met/odboj brez postanka – vsi rekviziti
	Met odprte in iztegnjene kolebnice (tekmovalka jo drži za en konec ali na sredini)		Ujem za konce kolebnice po en v vsako dlan (in noben drug del telesa ni vključen)
	Met ( , ) z rotacijo okoli osi rekvizita		Direkten ujem v kotaljenje po telesu (lahko se kombinira z drugimi kriteriji:  , )
	Met 2 kijev (): sočasen, asimetričen, kaskaden (dvojni ali trojni)		Ujem žoge () v eno dlan
	Poševni met 		Direktni ujem  v vrtenje
			Mešan ujem  

Kiji (

- **Asimetrični meti** so lahko izvedeni z eno ali dvema rokama hkrati. Gibanje kijev med letom mora biti različnih oblik ali amplitud (en met višje od drugega) ali v različnih ravninah ali smereh.
- **Kaskadni meti (dvojni ali trojni).** V delu kaskadnega meta morata biti oba kija v zraku.

***Opomba: Direktni ponovni met/ponovni odboj brez postanka () – vsi rekviziti**

- Ponovni met/ponovni odboj je glavni del R (del začetnega meta za R); v tem primeru je nujno ujeti ponovni met/ponovni odboj, da je R veljaven.
- Kriteriji, izvedeni med ponovnim metom/odbojem so veljavni.
- Kriteriji med ujemom rekvizita po ponovnem metu/odboju niso ocenjeni, ker v večini primerov višina ponovnega meta/odboja ni enaka kot višina prvotnega meta.
- Število korakov do ujema ni več pomembno za vrednost R (ni omejitev), prav tako ne napake s telesom (R je veljaven tudi z ujemom z oporo ali padcem tekmovalke).

$$R_2 \downarrow \otimes = 0,40$$

Met in dve rotaciji (0,20), ujem med drugo rotacijo (0,10) izven vidnega polja (0,10)

$$\neq R_3 \downarrow = 0,50$$

Met brez pomoči rok (0,10) in tri rotacije (0,20 osnova + 0,10 dodatna rotacija), ujem žoge v eno dlan (0,10).

5.3. Izbira gibanj s telesom v R

5.3.1. Lahko so uporabljene sledeče težine s telesom:

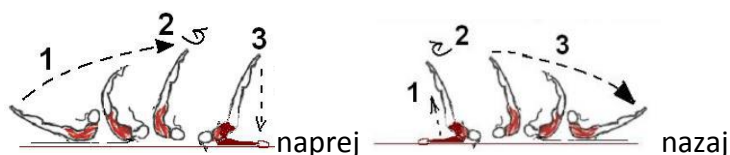
- **Z rotacijo z vrednostjo 0,10** med metom, kot rotacije ali med ujemom.
Primer: enojni premah naprej je lahko uporabljen kot element rotacije okoli horizontalne osi.
Če tekmovalka izvede 2 ali 3 zaporedne premahe med R, jih mora izvesti z 1 vmesnim korakom med vsako rotacijo;
- **Z rotacijo z vrednostjo več kot 0,10** (primer: skoki in rotacije za 180° in več med metom **in/ali ujemom**): te rotacije se štejejo v število rotacij za **R** in kot **BD**;
- **Z BD** med metom, če se 2 osnovni rotaciji začneta takoj po **BD** brez vmesnih korakov;
- **Z BD** med ujemom, če je to izvedeno v skladu z definicijo **R** (5.1).

Opomba: serija 2–3 skokov z rotacijo z metom med prvim skokom in ujemom med drugim ali tretjim skokom se ne smatra za **R**.

5.4. Polakrobatski elementi

5.4.1. Samo naslednje skupine polakrobatskih elementov so dovoljene:

- **prevale naprej ali nazaj**, brez zadržanega položaja in brez leta (nepravilna tehnika: odbitek sodnice za izvedbo),
- **premeti naprej, nazaj, kolesa**, brez zadržanega položaja in brez leta (nepravilna tehnika: odbitek sodnice za izvedbo),
- **»povaljka/flip-flop«**: premet na tleh na enem ramenu, pri katerem tekmovalka preide čez vertikalo z iztegnjenim telesom,



- **»potaplajoči se skok (Dive Split Leap)«**: skok s trupom, nagnjenim naprej, ki mu sledi en preval, je veljaven za **R**.

Lahko je izveden pri **R** ali **AD**.

Za ta skok med **R** je možno uporabiti kriterij »sprememba ravni« $\neq$.

Primer: »Potaplajoči se skok«, ki mu takoj sledita 2 prevala = R3 (**R** s 3 rotacijami in Z; **število prevalov je število R**).

5.4.2. Premeti in kolesa se smatrajo za **različne**, če so izvedeni:

- naprej, nazaj ali vstran;
- z oporo na eno ali dve roki;
- na podlahteh, na prsnem košu ali na hrbtu;
- z ali brez menjave nog;
- iz različnih začetnih položajev: na tleh ali stoje.

- 5.4.3. Naslednji elementi so dovoljeni, ampak se ne smatrajo kot polakrobatski elementi:
- Hrbtna opora na ramenih (sveča);
 - špage naprej ali vstran, brez postanka v položaju;
 - opora na eni ali dveh dlaneh ali na podlahteh brez drugega stika s tlemi; brez premeta/kolesa in brez postanka v vertikalnem položaju.
- 5.4.4. Vse skupine dovoljenih polakrobatskih elementov in elementov, ki se ne smatrajo za akrobatske, so lahko vključene v sestavo pod pogojem, da so ti elementi izvedeni tekoče brez ustavljanja v položaju, razen za kratek čas, da lahko tekmovalka ujame rekvizit med elementom.
- 5.4.5. **Isti polakrobatski element je lahko uporabljen enkrat v R in enkrat v AD.**

6. TEŽINE Z REKVIZITOM (AD)

6.1. Definicija:

- **Tehnično posebej zahtevna sinhronizacija med rekvizitom in telesom**, ki jo sestavljajo najmanj 1 baza in 2 kriterija ali 2 bazi in 1 kriterij ali
- **Zanimiva ali inovativna uporaba rekvizita** (ki se običajno ne izvaja kot standardno gibanje z rekvizitom v RG), ki jo sestavljajo najmanj 1 baza in 2 kriterija ali 2 bazi in 1 kriterij.

6.1.1. Lahko so izvedene:

- samostojno,
- med izvajanjem **BD**: osnova AD naredi BD veljavno,
- med **S**,
- **ujem ponovnega meta pri R je lahko AD (edina možnost za »združevanje« R in AD).**

6.1.2. Vsaka **AD** mora biti drugačna.

6.2. Zahteve

6.2.1. Vsaka sestava članice posameznice **mora vsebovati vsaj 1 AD.**

6.2.2. Elementi **AD** bodo veljavni, kadar zadostijo določenim zahtevam za osnovo in kriterije.

6.2.3. **AD** niso veljavne v primeru:

- če baza ali kriteriji niso izvedeni v skladu z definicijo;
- popolne izgube ravnotežja s padcem (pri vseh ostalih napakah s telesom je AD še vedno veljavna);
- večjega odstopanja od osnovne tehnike z rekvizitom (tehnična napaka za 0,30 ali več).

6.3. Vrednost:

6.3.1. Vsaka baza je temeljni ali netemeljni tehnični element z rekvizitom (3.3, 3.4) in ima vrednost 0,00. Baza in kriteriji morajo biti izvedeni glede na definicije, navedene v tehničnih pojasnilih (zanimiv primer osnove: ujem po ponovnem odboju od tal; osnova je ponovni odboj, ne ujem).

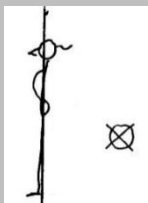
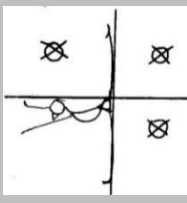
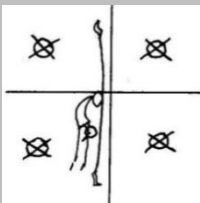
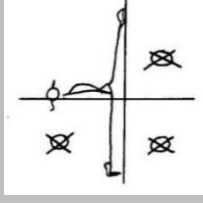
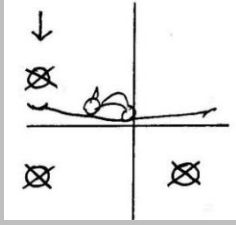
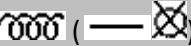
6.3.2. Osnova, usklajena z najmanj 2 kriterijema, navedenima spodaj (6.4), ima vrednost **0,30 ali 0,40.**

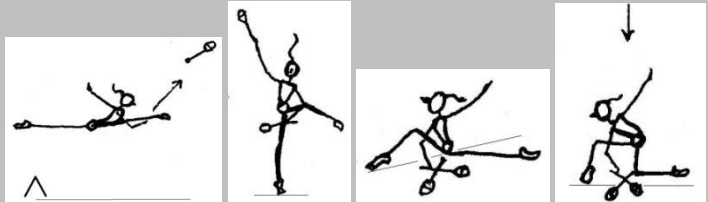
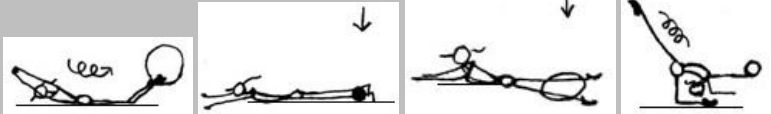
Opis osnove	Vrednost
Brez meta	0,30
V času meta rekvizita	0,30
V času ujema rekvizita po srednjem/visokem metu	0,40

6.4. Kriteriji:

Symbol	Kriteriji
	Brez pomoči rok
	Izven vidnega polja
	Z rotacijo 180° ali več
BD	Težina: skok, ravnotežje ali rotacija
	Kolebnica ali obroč se vrti nazaj (odprta ali zložena) Kolebnica: prekrížane roke med skoki ali poskoki
	Pod nogo/nogama
	Predajanje brez pomoči rok med vsaj dvema različnima deloma telesa
	Izvedeno v seriji brez prekinitve
	Dvojna rotacija rekvizita (ali več) med skoki ali poskoki
	Položaj na tleh (velja tudi za oporo na kolenu)
	Prehod skozi rekvizit v času meta ali ujema
	Met po odbojih od tal Met po kotaljenju po tleh Direkten ponovni met/ponovni odboj
	Met odprte in iztegnjene (tekmovalka jo drži za en konec ali na sredini)
	Met z rotacijo rekvizita okoli njegove osi (obroč, kiji)
	Met dveh kijev (II): sočasni, asimetrični, kaskadni (dvojni ali trojni)
	Ujem za konce kolebnice, po en v vsako dlan
	Nizki/srednji asimetrični met dveh kijev
	Direkten ujem v kotaljenje po telesu
	Ujem žoge (●) v eno dlan
	Direkten ujem (○) v vrtenje
	Mešan ujem (U II)

6.4.1. Pojasnila in primeri

Symbol	Kriteriji
	Brez pomoči rok Rekvizit mora imeti samostojno tehnično gibanje, ki se lahko sproži: - z impulzom drugega dela telesa, - z začetnim impulzom s pomočjo dlani, vendar se mora po tem rekvizit popolnoma samostojno gibati brez pomoči rok.
	Izven vidnega polja: primeri      (skok)
	Z elementom z rotacijo (180° ali več) okoli vertikalne, horizontalne ali sagitalne osi telesa. Primeri: pirueta, <i>chaîné</i> , premet, premah itd.
BD	Težina: skok, ravnotežje ali rotacija. Primer: Veliko kotaljenje žoge po hrbtu med skokom visoko daleč  (— ) Ujem obroča v kotaljenje po hrbtu med ravnotežjem  (F ) ali  (F )

	Met, ujem ali rokovanje z rekvizitom v težavnem odnosu med telesom in rekvizitom, izvedeno pod nogo/nogami. Primeri:  Primeri (nadaljevanje): vrtenje žoge na vrhu prsta pod nogo ali mlini s kiji pod nogo med rotacijo telesa ipd.
	Izvedeno v seriji brez prekinitve: Serijo sestavlja zaporedje 2 ali 3 različnih elementov z rekvizitom iz iste tehnične skupine, vsi morajo biti izvedeni s spremembo ravnine, smeri, ravni, višine, ritma ali samo s spremembo odnosa med telesom in rekvizitom. Primer: 2–3 velika kotaljenja po telesu, 2–3 različni nizki meti z dvema kijema ipd.
	Met, ujem, velika kotaljenja rekvizita po telesu ali v težavnem odnosu med telesom in rekvizitom s tveganjem izgube v položaju na tleh (veljavno tudi pri opori na kolenu). Primeri: 

6.5. Novi originalni elementi z rekvizitom:

- Trenerje spodbujamo k temu, da prijavijo nove originalne elemente težin z rekvizitom, ki še niso bili izvedeni. Originalni elementi imajo najvišjo vrednost med elementi **AD – 0,50**.
- Vsi originalni elementi z rekvizitom morajo biti prijavljeni tehničnemu komiteju FIG za ritmično gimnastiko.
- Zadevna nacionalna federacija mora FIG oddati video originalnih elementov z rekvizitom (posnetek samega elementa in posnetek celotne sestave, v kateri je prisoten ta element med tekmovanjem) in opis v dveh jezikih (angleškem in francoskem) z risbami elementa.
- Odobrena originalnost bo veljavna za rekvizit in zadevno tekmovalko, za katera je bila prijavljena, za čas trajanja olimpijskega cikla; katerakoli tekmovalka lahko izvaja isti element brez vrednosti za originalnost.
- Pri skupinskih sestavah: odobren originalni element z rekvizitom pri sodelovanju: če je originalni element izveden z manjšo izvedbeno napako, je vrednost sodelovanja veljavna, dodatek za originalnost pa ne.

7. OCENA TEŽAVNOSTI (D): Sodnice **D** ocenijo težine, sestavijo delno oceno in odštejejo morebitne odbitke, kot sledi:

7.1 Podskupina (D1 in D2)

Težina	Minimum/maksimum	Odbitek 0,30
Težine s telesom po vrstnem redu izvajanja	Najmanj 3 Največ 9	Manj kot 1 težina iz vsake skupine ($\wedge$, $\top$, $\circ$): odbitek za vsako manjkajočo težino Izvedene manj kot 3 težine Izvedenih več kot 9 težin z vrednostjo več kot 0,10
Če se BD ponovi ali če tekmovalka med BD izvede enak tehnični element z rekvizitom, se ponovljena BD ne upošteva (ni odbitka).		
Ravnotežje s počasnim obratom (slow turn/tour lent)	Največ 1	Za več kot 1
Kombinacija plesnih korakov	Najmanj 1	Za manjkajočo 1
Temeljni tehnični elementi z rekvizitom	Najmanj 1 iz vsake skupine	Za vsak manjkajoč element

7.2 Podskupina 2 (D3 in D4)

Težina	Minimum/Maksimum	Odbitek 0,30
Dinamični elementi z rotacijo	Najmanj 1	Za manjkajoč 1 element
Težine z rekvizitom	Najmanj 1	Za manjkajoč 1 element

8. SKOKI

8.1 Splošno

8.1.1. Vse težine skokov morajo imeti **naslednje osnovne značilnosti**:

- **Definirana in zadržana oblika** med letom
- **Višina** skoka dovolj visoka, da je vidna oblika

8.1.2. Skok **brez zadostne višine, pri katerem ni vidna zadržana in dobro definirana oblika**, ne bo veljaven kot teža. Sledi odbitek pri izvedbi.

8.1.3. Skoki, ki ne bodo usklajeni **z najmanj 1** temeljnim tehničnim elementom, značilnim za vsak rekvizit in/ali elementom iz netemeljne tehnične skupine z rekvizitom, ne bo veljaven kot teža iz skupine skokov.

8.1.4. **Ponavljanje skokov** z enako obliko ni veljavno, razen v primeru serij (8.1.5) in v primeru enakega skoka z in brez rotacije (različni obliki).

Enaka oblika: odziv z ene ali dveh nog (razen če je drugače označeno v tabeli), število rotacij med letom.

8.1.5. Serija skokov je sestavljena iz 2 ali več **zaporednih enakih skokov**, izvedenih z ali brez vmesnega koraka (odvisno od tipa skoka). Vsak skok v seriji se šteje kot **ena teža** (glej tabelo 8.2).

8.1.6. »**Potaplajoči se skok**« – skok visoko-daleč s trupom, nagnjenim naprej, ki se konča v preval – se ne smatra za težino skok visoko-daleč, temveč kot polakrobatski element.

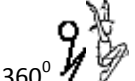
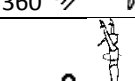
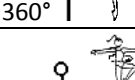
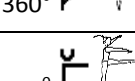
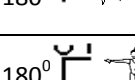
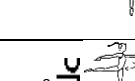
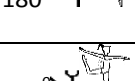
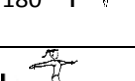
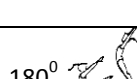
8.1.7. V vseh **težinah skokov z zanoženjem** mora biti stopalo ali drug del noge blizu glave (zaprt položaj prstana, dotik ni nujen).

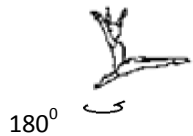
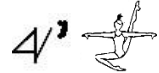
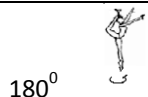
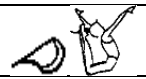
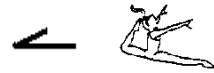
8.1.8. V vseh **težinah skokov z zaklonom trupa** mora biti glava blizu enega izmed delov noge (dotik ni nujen).

8.1.9. Rotacija celotnega telesa **med letom** se oceni od trenutka, ko odzivna(i) noga(i) zapusti(ta) tla in preden se stopalo(i) dotakne(ta) tal.

8.1.10. **Skoki, sestavljeni iz več kot enega glavnega giba** (na primer: jelenček z zanoženjem), z odzivom z ene ali obeh nog, morajo biti izvedeni na tak način, da med letom ustvarijo eno, jasno vidno sliko zadržane in dobro definirane oblike, ne pa 2 različni sliki in obliki.

8.2 Tabela težin skokov (^)

Tipi skokov	Vrednost					
	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60
1. Skok skrčeno	360° 					
2. Mačji skok	360° 					
3. Vertikalni skok z iztegnjenimi nogami	360° 					
4. Skok <i>passé</i> (prosta noga je pokrčena, naprej ali vstran)	360° 					
5. Skok s prosto nogo v prednoženju v vodoravni legi	180° 					
6. Skok s prosto nogo v odnoženju v vodoravni legi	180° 					
7. Skok s prosto nogo v zanoženju v vodoravni legi (<i>arabesque</i>)	180° 					
8. Skok s prosto nogo v vodoravni legi z položaju <i>attitude</i>	180° 					
9. <i>Cabriole</i> naprej		180° 				
10. <i>Cabriole</i> vstran						
11. <i>Cabriole</i> nazaj ali z obratom (180° ali več)		180° 				
12. Skok v loku ali z obratom (180° ali več)		180° 				

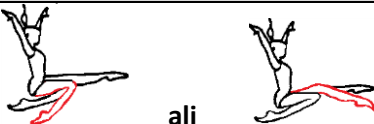
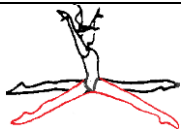
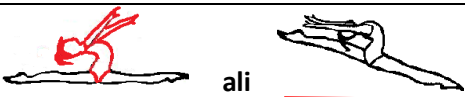
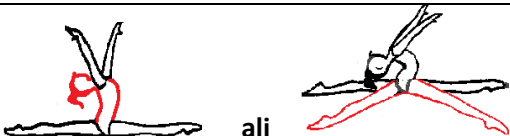
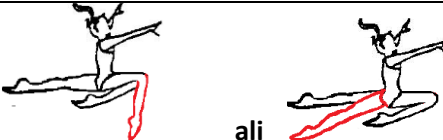
	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60
13. »Škarjice« s striženjem z nogami spredaj v vodoravni legi ali nad njo (odrivna noga gre visoko, celo stopalo višje od glave) ali s striženjem z nogami zadaj v vodoravni legi ali z visokim zanoženjem		 (celo stopalo višje od glave)				
14. Skok sonožno, prednožno ali sonožno raznožno						
15. Kozaški skok, iztegnjena noga v prednoženju v vodoravni legi ali z obratom (180° ali več) ali z obratom in predklonom		 180°	 180°			
16. Kozaški skok, iztegnjena noga v visokem prednoženju, stopalo višje od glave, ali z obratom (180° ali več)			 180°			
17. Kozaški skok, iztegnjena noga v odnoženju, celo stopalo višje od glave, z oporo (Žukova) ali brez in/ali z obratom (180° ali več)		 180°	 180°  180° (Zk)			
18. Prstan z eno nogo, odziv z 1 ali 2 nog, ali z obratom (180° ali več)		 180°				
19. Prstan z obema nogama						
20. Skok visoko daleč ali z zanoženjem ali z zaklonom trupa ali z odzivom in pristankom na isto nogo (Zaripova)				  (Zr)		

	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60
21. Skok visoko daleč s sonožnim odzivom ali z zanoženjem ali z zaklonom trupa						
22. Dva skoka visoko daleč ali več z menjavo odzivne noge					 2 — Ena težina 3 — Ena težina (0,70)	
23. Skok visoko daleč z obratom trupa				180°	180°	180°
24. Strižni skok visoko daleč (striženje z iztegnjenimi nogami)						
25. Strižni skok visoko daleč (striženje s pokrčeno nogo)						
26. Skok vstran, odziv z ene noge						
27. Skok vstran, sonožni odziv						
28. Strižni skok vstran (striženje s pokrčeno nogo, striženje z iztegnjenimi nogami)						
29. Jelenček, eno- ali sonožni odziv, z zanoženjem ali z obratom ali z zaklonom trupa		 180°	 180°			
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60

30. Strižni jelenček (striženje s pokrčeno nogo)						
31. Skok fouetté (doskok na odskočno nogo) ali z zanoženjem z eno ali obema nogama						
32. Fouetté skok visoko daleč (do »špage«), z zanoženjem ali z zaklonom trupa						
33. Fouetté jelenček z zanoženjem ali zaklonom trupa						
34. Skok revoltade: prehod iztegnjene noge čez drugo						
35. Skok entrelacé						
36. Skok entrelacé do »špage«						
37. Jelenček z obratom (jeté en tournant)						
38. Skok visoko daleč z obratom (jeté en tournant)						
39. Strižni skok visoko daleč z obratom (jeté en tournant)						
40. Metuljček (prosta noga preide skozi položaj blizu vodoravnega, odzivna pa skozi vodoravnega; med letom je trup blizu vodoravnega položaja ali nižje)						

8.3 Tehnične smernice

Naslednji primeri težin skokov so mišljeni kot smernice za še veljavna oziroma neveljavna odstopanja v obliki.

Tip skoka	Veljaven	Ni veljaven: nepravilna oblika
Kozaški skok 	 ali	
Skok visoko daleč (zahtevano 180°) 		
Skok visoko daleč z zanoženjem 	 ali	
Zanoženje z obema nogama 		
Skok visoko daleč z zaklonom trupa 	 ali	 ali veljaven kot visoko daleč
Jelenček 		 ali

9. RAVNOTEŽJA

9.1 Splošno

9.1.1. Obstajajo 3 tipi težin ravnotežja

- A. Ravnotežja **na stopalu**: na vzponu ali celem stopalu
- B. Ravnotežja na **drugih delih telesa**
- C. **Dinamična** ravnotežja

9.1.2. Osnovne značilnosti:

A. Ravnotežja na stopalu

- a. Izvedena na **polprstih (vzpon) ali na celem stopalu**
- b. **Definirana in jasno zadržana oblika, s postankom v položaju**

B. Ravnotežja na drugih delih telesa

- a. Izvedena na **različnih delih** telesa
- b. **Definirana in jasno zadržana oblika, s postankom v položaju**

C. Dinamična ravnotežja

- a. Izvedena z neprekinjenim gibanjem **iz ene oblike v drugo**
- b. Definirana in jasno zadržana oblika

9.1.3. Vse težine ravnotežij morajo biti izvedene z **1 temeljnim ali netemeljnim tehničnim elementom z rekvizitom**. Ravnotežja, ki niso usklajena z **najmanj 1** temeljnim tehničnim elementom, značilnim za rekvizit in/ali elementom iz netemeljne tehnične skupine z rekvizitom, **ne bodo veljavna** kot težina.

9.1.4. Tehnični elementi z rekvizitom (temeljni ali netemeljni) se morajo upoštevati **od trenutka, ko tekmovalka zadrži obliko ravnotežja, do trenutka, ko se položaj začne spreminjati, ali v katerikoli fazi med razvojem dinamičnega ravnotežja**.

9.1.5. Stojna noga, **iztegnjena ali pokrčena**, ne spremeni vrednosti težine ravnotežja.

9.1.6. V vseh **težinah ravnotežja z zanoženjem** mora biti stopalo ali drug del noge blizu glave (zaprt položaj prstana, dotik ni nujen).

9.1.7. V vseh **težinah ravnotežja z zaklonom trupa** mora biti glava blizu enega izmed delov noge (dotik ni nujen).

9.1.8. V sestavi lahko tekmovalka izvede **samo eno težino s počasnim obratom (slow turn/tour lent) za 180° ali več, na vzponu ali na celem stopalu**. Vrednost: **0,10 točke** za celo stopalo / **0,20 točke** za vzpon + vrednost težine.

9.1.9. **Težino s počasnim obratom (slow turn/tour lent)** mora biti izvedena potem, ko je osnoven položaj težine fiksiran, in **z ne več kot ¼ rotacije pri vsakem odzivu**. Rotacija, ki je posledica enega samega odziva, izniči vrednost težine s počasnim obratom (slow turn/tour lent) se ne smatra kot rotacija

telesa). Med težinami s počasnim obratom telo ne sme »poskakovati« (gibanje trupa in ramen gor in dol). Ta nepravilna tehnika izniči vrednosti težine s počasnim obratom (+ izvedbena napaka).

9.1.10. Težino s počasnim obratom (slow turn/tour lent) ni dovoljeno izvajati **na kolenu, na rokah ali v kozaškem položaju**.

9.1.11. Ponovitve ravnotežij z enako obliko, s počasnim obratom ali brez, niso veljavne.

9.1.12. **Ravnotežje *fouetté* je ena težina ravnotežja, ki jo sestavljajo najmanj 3 enake ali različne oblike** izvedene na vzponu, z oporo na peti med vsako obliko, z ali brez pomoči rok, z najmanj 1 obratom za 90^0 ali 180^0 . Vsaka oblika ravnotežja mora biti prikazana z jasnim poudarkom (jasen položaj). 1 temeljni ali netemeljni tehnični element z rekvizitom mora biti izveden **v katerikoli fazi te težine**.

9.1.13. **Možno je ponoviti enako obliko znotraj enega ravnotežja *fouetté*, ni pa možno ponoviti katerekoli od teh oblik samostojno ali v drugem ravnotežju *fouetté*.**

9.1.14. Ravnotežja na stopalu so lahko izvedena na **vzponu ali na celem stopalu**. Pri izvedbi na celem stopalu se vrednost zmanjša za 0,10 in ob simbolu se zapiše puščico ($\downarrow$).

Primeri: na vzponu:  = 0,30

na celem stopalu: $\downarrow$  = 0,20

9.1.15. **Ravnotežja na drugih delih telesa ali dinamična ravnotežja so lahko izvedena na vzponu ali celem stopalu brez spremembe vrednosti simbola** (BD v vrsticah 23 in 24: celo stopalo ali vzpon; ravnotežja *fouetté* v vrstici 21 morajo biti izvedena na vzponu (9.1.12.)).

9.1.16. **Ravnotežje s spremembo ravni tekmovalke** (stojna noga se postopoma krči ali/in vrača v iztegnjen položaj):

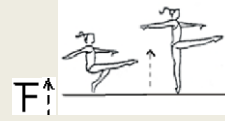
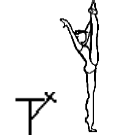
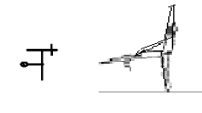
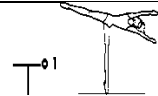
- Prva oblika določa osnovno vrednost.
- Pomembno je ohraniti vertikalni položaj trupa in horizontalni položaj proste noge.
- Prehod iz ene oblike – »stojna noga iztegnjena« v drugo obliko – »stojna noga pokrčena« (ali/in obratno) mora biti počasen in očitno postopen in tekmovalka mora medtem ohranjati položaj na vzponu.
- Teh načel ni možno uporabiti pri nobeni drugi obliki razen tistih, ki so v tabeli ravnotežij prikazane pod točko 4.
- Na desni strani simbola je treba dodati puščico (puščici), ki ponazarja(ta) smer spremembe ravni tekmovalke:

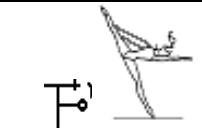
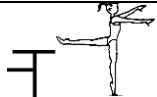
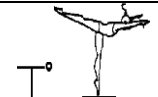
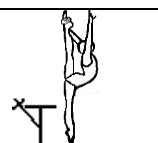
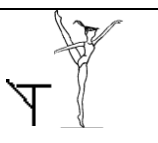
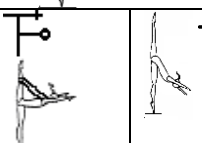
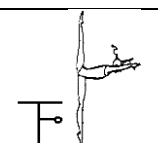
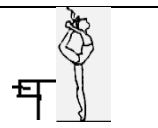
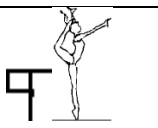
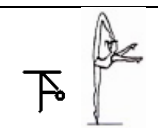
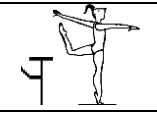
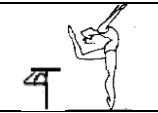
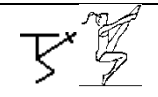
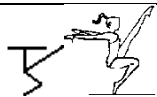
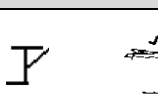
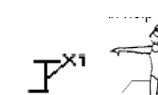
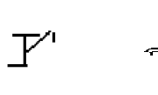
$\downarrow$ stojna noga se postopoma krči;

$\uparrow$ stojna noga se postopoma izteguje;

 stojna noga se postopoma krči in vrača v iztegnjen položaj ali obratno.

9.2 Tabela težin ravnotežij

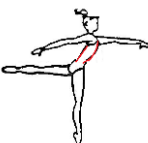
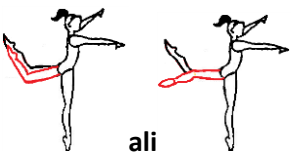
Tipi ravnotežij	Vrednost				
	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50
Ravnotežja na stopalu					
1. Prosta noga v zanoženju, pod vodoravno lego, z zaklonom trupa					
2. Ravnotežje <i>passé</i> v prednoženju ali odnoženju (vodoravna lega) ali z zaklonom zgornjega dela trupa	 				
3. Ravnotežje z nogo v prednoženju (iztegnjena ali pokrčena) ali s trupom nazaj v vodoravni legi (razovka nazaj)					
					
4. S spremembo ravni tekmovalke, stojna noga se postopoma krči ali/in vrača v iztegnjen položaj					
					
5. Visoko prednoženje z ali brez pomoči roke ali s trupom v vodoravni legi ali nižje				 	 
6. Odnoženje ali odnoženje s trupom vstran v vodoravni legi (razovka vstran)					

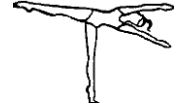
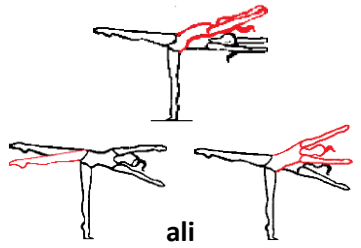
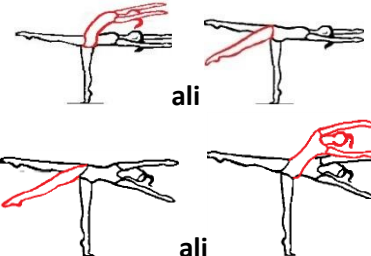
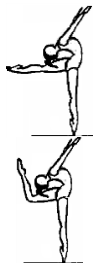
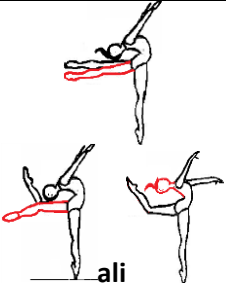
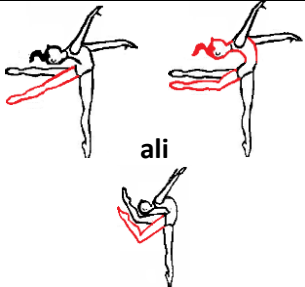
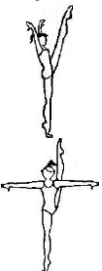
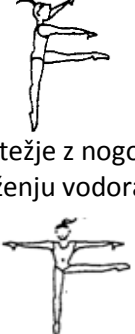
	0,10	0,20	0,30	0,40		0,50
7. Visoko odnoženje z ali brez pomoči rok ali s trupom vstran v vodoravni legi						
8. Zanoženje (<i>arabesque</i>): prosta noga je v vodoravni legi ali s trupom naprej (razovka) ali z zaklonom; visoko zanoženje s pomočjo ali brez						
						
9. Zanoženje s pomočjo ali brez ali z zanoženjem do »špage« s trupom v vodoravni legi						
10. <i>Attitude</i> ali <i>attitude</i> z zaklonom (do prstana)						
11. Kozaško ravnotežje, prosta noga v vodoravni legi v katerokoli smer						
12. Visoko kozaško ravnotežje naprej ali vstran (stopalo višje od glave) s pomočjo ali brez						
Ravnotežja na drugih delih telesa						
13. Prosta noga v visokem prednoženju (stopalo višje od glave) s pomočjo ali brez						
14. Prosta noga v visokem odnoženju (stopalo višje od glave) s pomočjo ali brez						
15. Prosta noga v visokem zanoženju (stopalo višje od glave) s pomočjo ali brez						

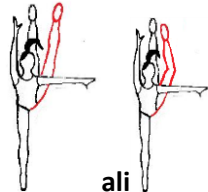
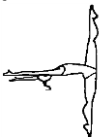
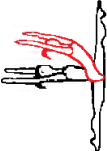
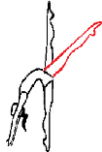
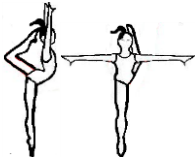
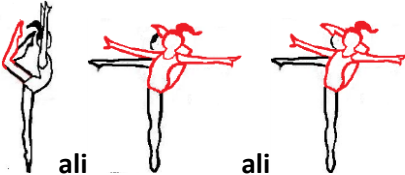
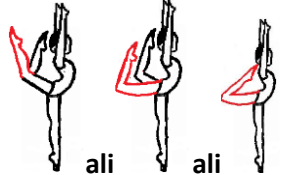
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50
16. Zanoženje s pomočjo ali brez					
17. Ravnotežje z oporo na trebuhu (zaklon na trebuhu)					
18. Ravnotežje z oporo na prsnem košu, s pomočjo (Kabajeva) ali brez	Kb				
Dinamična ravnotežja					
19. Prehod z opore na trebuhu v oporo na prsnem košu					
20. Dinamična ravnotežja z valovitim gibanjem vsega telesa v vse smeri (naprej, vstran, nazaj) iz položaja stoje ali s preходом na tla ali s tal					
21. <i>Fouetté</i> : noga vodoravno pri min. 2 oblikah ali noga nad vodoravno lego pri min. 2 oblikah			Noga v vodoravni legi pri najmanj 2 oblikah + najmanj 1 obrat		Noga nad vodoravno lego pri najmanj 2 oblikah + najmanj 1 obrat
22. Dinamična ravnotežja z oporo na komolcih z ali brez gibanja z nogami (smatra se za isto težino)					
23. Dinamično ravnotežje z 2 ali 3 oblikami (Utjaševa), tudi z obratom			Na vzponu ali celem stopalu	ali obratno (0,50)	(0,60)
24. Visoko prednoženje s pomočjo, prosta noga preide v visoko zanoženje s pomočjo (Gizikova) ali visoko prednoženje s pomočjo, polovičen obrat trupa do položaja visokega zanoženja s pomočjo (Kapranova)				ali obratno ali obratno	

9.3 Tehnične smernice

Naslednji primeri težin ravnotežja so mišljeni kot smernice za še veljavna oziroma neveljavna odstopanja v obliki.

Tip ravnotežja	Veljavno	Ni veljavno: nepravilna oblika
Prosta noga v prednoženju ali odnoženju v vodoravni legi (zahtevano 90°) 		
Prosta noga v zanoženju v vodoravni legi (<i>arabesque</i>) 		
<i>Attitude</i> 	ali 	

Prosta noga v prednoženju vodoravno, trup nazaj v vodoravni legi  Prosta noga v odnoženju vodoravno, trup vstran v vodoravni legi 	 ali	 ali
Arabesque s trupom naprej vodoravno (razovka) 	 ali	 ali
Arabesque/attitude z zaklonom trupa 	 ali	 ali
Visoko ravnotežje z prednoženjem/odnoženjem brez pomoči 		 (veljavno kot ravnotežje z nogo v prednoženju oz. odnoženju vodoravno)

Visoko ravnotežje z zanoženjem brez pomoči 	(nekoliko nesimetričen položaj)  ali	(veljavno kot ravnotežje v zanoženju vodoravno) 
Visoko ravnotežje z nogo v visokem prednoženju brez pomoči s trupom nazaj v vodoravni legi 	 ali	
Visoko ravnotežje z odnoženjem brez pomoči s trupom vstran vodoravno 	(nekoliko asimetričen položaj) 	 ali
Visoko prednoženje z zaklonom trupa pod horizontalo 		
Zanoženje brez pomoči 	 ali ali (nekoliko asimetričen položaj)	 ali ali

10. ROTACIJE

10.1 Splošno

10.1.1. Obstajata 2 tipa rotacij:

- A. Rotacije **na stopalu: na vzponu (*relevé*; pirueta) ali celem stopalu**
- B. Rotacije na **drugih delih telesa**

Vse težine rotacij morajo imeti **naslednje osnovne značilnosti**:

- Osnovna rotacija najmanj 360° (razen pri težinah z rotacijo št. 6, 9, in 17, kjer je osnovna rotacija 180°).
- Imajo **zadržano in jasno definirano obliko**, med rotacijo, do konca.

Opomba: jasno definirana oblika pomeni, da je pravilna oblika, ki jo zavzame tekmovalka, zadržana med minimalno osnovno rotacijo; pri manjših odstopanjih od oblike sledijo odbitki pri izvedbi. Če oblika ni razpoznavna ali sploh ni zadržana, se težina ne upošteva.

10.1.2. Rotacija bo ovrednotena glede na število izvedenih obratov. **V primeru prekinitve (poskok) bo veljavna samo vrednost rotacij, izvedenih pred prekinitvijo.**

10.1.3. Da je rotacija veljavna, mora biti usklajena z **najmanj 1** temeljnim tehničnim elementom z rekvizitom, značilnim za vsak rekvizit in/ali z elementom iz skupine netemeljnih tehničnih elementov z rekvizitom, in sicer v kateremkoli delu rotacije.

10.1.4. V **seriji enakih piruet (2 ali več)**, ki so izvedene ena za drugo brez prekinitve in samo z oporo na peto, se **vsaka pirueta v seriji šteje kot ena težina**, razen pri kombinaciji enakih piruet *fouetté*, ki se šteje kot ena težina.

10.1.5. Različne piruete so piruete z različno obliko, ne glede na število obratov (velja tudi pri piruetah *fouetté*).

10.1.6. Stojna noga, **iztegnjena ali pokrčena**, ne spremeni vrednosti težine.

10.1.7. Piruete s spremembo oblike

- Štejejo kot **1 težina**
- Vsaka oblika, ki je vključena v pirueto, mora imeti **najmanj eno osnovno rotacijo**.
- **Prehod iz ene oblike v drugo** mora biti izveden **brez opore na peto** in kar se da neposredno.
- Z najmanj 1 temeljnim tehničnim elementom, značilnim za vsak rekvizit in/ali elementom iz skupine **netemeljnih** tehničnih rokovanj z rekvizitom **med vsakim sestavnim delom piruete**.
- Če je prva oblika v pirueti zadržana manj kot eno osnovno rotacijo ali ji iz drugega razloga ne pripadajo točke, je celoten element vreden 0,00 točk.

10.1.8. *Fouetté*

- Šteje kot **1 težina**;
- **2 ali več enakih ali različnih oblik**, povezanih z oporo na peto;

- izvedene so lahko različne oblike:
 - a) samostojno
 - b) kombinirano (zaporedno ali **izmenično**) znotraj iste piruete *fouetté*, vendar nobena od teh oblik ne sme biti ponovno uporabljena v drugi pirueti *fouetté*;
- na **vsaka dva obrata *fouetté*** mora tekmovalka izvesti **en različen** temeljni tehnični element ali netemeljni tehnični element z rekvizitom.

10.1.9. Premah

- Na **vsaka dva premaha** mora tekmovalka izvesti en različen temeljni tehnični element ali netemeljni tehnični element z rekvizitom.
- Pri povezavi več premahov z ali brez opore na peto: vedno +0,10 točke za dodatno rotacijo.

10.1.10. Piruete s spremembo ravni tekmovalke (stojna noga se postopoma krči ali/in vrača v iztegnjen položaj):

- Prva oblika določa osnovno vrednost.
- Pomembno je ohraniti vertikalni položaj trupa in horizontalni položaj proste noge.
- Prehod iz ene oblike – stojna noga iztegnjena – v drugo obliko – stojna noga pokrčena – (ali/in obratno) mora biti počasen in očitno postopen. Tekmovalka mora medtem ohranjati položaj na vzponu.
- Na desni strani simbola je treba dodati puščico (puščici), ki ponazarja(ta) smer spremembe ravni tekmovalke:

↓ stojna noga se postopoma krči; + 0,10

↑ stojna noga se postopoma izteguje; +0,10

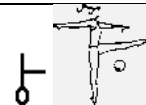
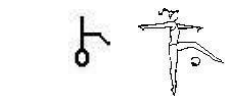
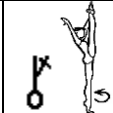
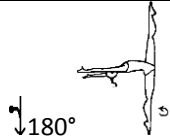
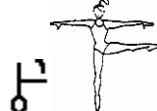
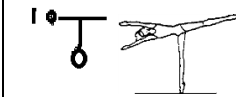
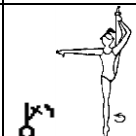
↕ stojna noga se postopoma krči in vrača v iztegnjen položaj ali obratno + 0,20.

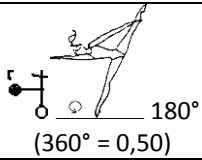
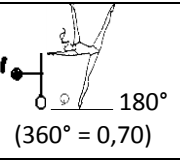
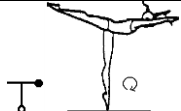
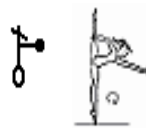
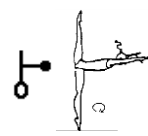
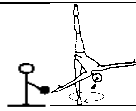
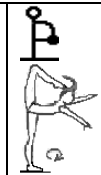
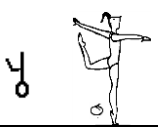
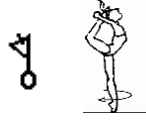
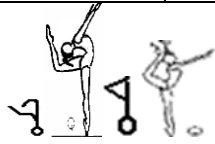
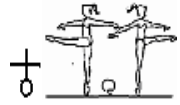
10.2 Kriteriji za razvoj vrednosti rotacij

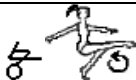
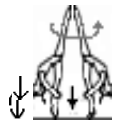
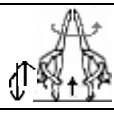
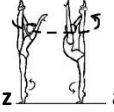
10.2.1. Za dodatne obrate **pri piruetah z osnovo 0,10** ali na **celem stopalu** ali na drugem **delu telesa: +0,10 za vsak dodaten obrat več kot osnovni obrat za 360°**.

10.2.2. Za dodatne obrate na **vzponu: +0,20 za vsak dodaten obrat več kot osnovni obrat za 360°** (osnova 180° pri št. 6, 9, 17).

10.3 Tabela težin rotacij (♫)

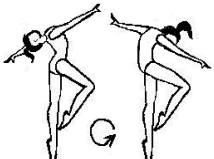
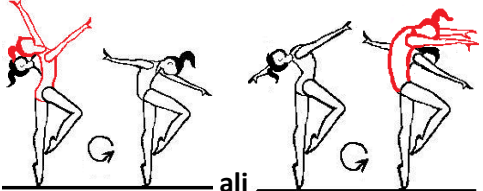
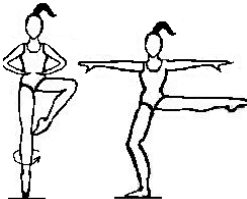
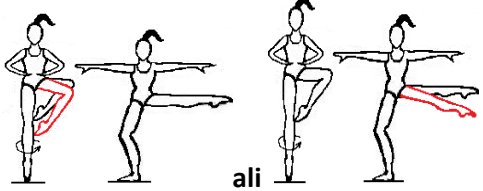
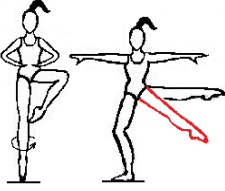
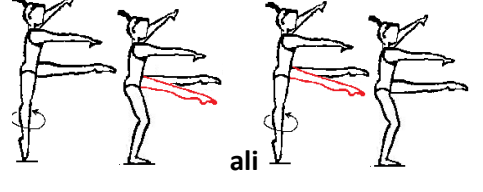
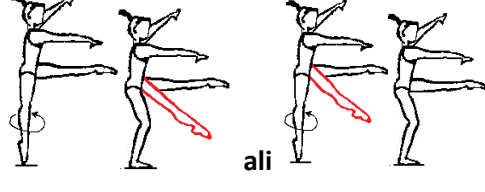
Tipi rotacij	Vrednost				
	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50
	Rotacije na stopalu				
1. Prosta noga naprej, predklon trupa					
2. Prosta noga nazaj, zaklon trupa					
3. <i>Passé</i> naprej ali vstran ali z zaklonom zgornjega dela trupa	 				
4. Spiralni obrat (<i>tonneau</i>), delno valovito gibanje na 1 nogi					
5. Z nogo v prednoženju v vodoravni legi (iztegnjena ali pokrčena)					
					
6. Visoko prednoženje s pomočjo ali brez ali s trupom v vodoravni legi					
7. Odnnoženje, prosta noga v vodoravni legi ali s trupom v vodoravni legi					
8. Visoko odnoženje s pomočjo ali brez					

Tipi rotacij	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50
9. Visoko odnoženje s pomočjo ali brez, trup v vodoravnem položaju					
10. <i>Arabesque</i> : prosta noga v vodoravni legi ali s trupom v vodoravni legi ali z zaklonom					
11. Visoko zanoženje s pomočjo ali brez					
12. Visoko zanoženje s pomočjo ali brez, trup v vodoravni legi ali prstan					 
13. <i>Penché</i> : trup v vodoravni legi ali nižje, noga v visokem zanoženju ali prstan, rotacija na celem stopalu				 	
14. <i>Attitude</i> ali z zanoženjem s pomočjo ali z zaklonom trupa					
15. <i>Fouetté: passé</i> ali z iztegnjeno nogo v odnoženju v vodoravni legi, nato v prednoženju, odnoženju, <i>arabesque</i> ali <i>attitude</i>	 				

Tipi rotacij	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50
16. Kozaški obrat					
17. Visoko prednoženje z zaklonom trupa pod vodoravno lego iz stojnega položaja ali položaja na tleh					 180° (360° = 0,70)  180° (360° = 0,70)
18. Visoko prednoženje s pomočjo s premikom noge v visoko zanoženje (Gizikova)				 Gz ali obratno	
19. Premah: trup nagnjen naprej/vstran ali nazaj					
Rotacije na drugih delih telesa					
20. Rotacija na trebuhu, noge blizu položaja prstana ali noge v »špagi« brez pomoči rok (Kanajeva) ali rotacija na hrbtu (Ralenkova)	RI 		Kn 		
21. Rotacija v položaju »špage« s pomočjo roke, brez postanka, držana noga v prednoženju ali zanoženju					

10.4 Tehnične smernice

Naslednji primeri težin z rotacijo so mišljeni kot smernice za še veljavna oziroma neveljavna odstopanja od oblike.

Tipi rotacij	Veljavno	NI VELJAVNO: nepravilna oblika
Spiralni obrat (<i>tonneau</i>) z zategom trupa na eni nogi 	 ali	
Visoko zanoženje, trup naprej v vodoravni legi 		
Fouetté passé 	 ali	
Fouetté z ного v vodoravni legi 	 ali	 ali
Rotacija na trebuhu, noge blizu položaja prstana 	 ali	

SESTAVE POSAMEZNIC – IZVEDBA (E)

1. VREDNOTENJE IZVEDBE

- 1.1. Komisija za izvedbo zahteva, da so elementi izvedeni **estetsko in tehnično dovršeno**.
- 1.2. Tekmovalka lahko v svojo sestavo vključi **samo elemente, ki jih lahko izvede varno in z visoko stopnjo umetniškega in tehničnega mojstrstva**. Za vsa odstopanja od tega pričakovanja bo komisija za izvedbo dodelila odbitke.
- 1.3. **Komisija E se ne ukvarja s težavnostjo sestave. Komisija je dolžna enotno odbijati za vsako napako enakega obsega ne glede na težavnost elementa ali povezave.**
- 1.4. Sodnice komisije E (in komisije D) morajo ostati seznanjene s sodobno ritmično gimnastiko, morajo vedno vedeti, kakšno je pri posameznem elementu trenutno pričakovanje glede izvedbe, in vedeti, kako se standardi spreminjajo, ko se šport razvija. S tem v zvezi morajo tudi vedeti, kaj je možno, kaj je smiselno pričakovati, kaj je izjema in kaj je posebno.
- 1.5. Vsa odstopanja od pravilne izvedbe se smatrajo za **artistične ali tehnične napake** in jih morajo sodnice ustrezno ovrednotiti. Velikost odbitka za **majhne, srednje ali velike napake** določa stopnja odstopanja od pravilne izvedbe. Naslednji odbitki se dodelijo za vsa vidna artistična in tehnična odstopanja od pričakovane izvedbe. Ti odbitki morajo biti dodeljeni ne glede na težavnost elementa ali sestave.
 - **Majhna napaka 0,10:** kakršnokoli manjše ali rahlo odstopanje od popolne artistične ali tehnične izvedbe.
 - **Srednja napaka 0,20–0,30:** kakršnokoli izrazito ali pomembno odstopanje od popolne artistične ali tehnične izvedbe.
 - **Velika napaka 0,50+:** kakršnokoli veliko ali resno odstopanje od popolne artistične ali tehnične izvedbe.

2. OCENA ZA IZVEDBO (E): 10,00 točk

Ocena za izvedbo vsebuje odbitke za:

- Artistične napake,
- tehnične napake.

3. KOMISIJA E

6 sodnic za izvedbo je razdeljenih v 2 podskupini.

- Prva podskupina E – 2 sodnici ocenita artistične napake sestave.
- Druga podskupina E – 4 sodnice ocenijo tehnične napake.

Končna ocena za izvedbo se izračuna tako, da se odbitki za artistične in tehnične napake seštejejo in nato odštejejo od 10,00 točk.

4. ARTISTIČNA KOMPONENTA

4.1 ENOTNOST SESTAVE

4.1.1 Vodilna ideja: značaj

- Sestava mora biti pripravljena tako, da ustvari **enotno umetniško sliko ali vodilno idejo**, ki se izraža skozi gibanje telesa in rekvizita, od začetka do konca sestave.
- Značaj glasbe mora biti izbran glede na starost, tehnično znanje tekmovalke in v skladu z etičnimi načeli.**
- Glasba mora biti v skladu s sestavo in tekmovalko.
- Različni deli glasbe morajo biti **skladno združeni**, tudi če so v glasbi spremembe v značaju ali hitrosti.

4.1.2 Povezave

- Sestava mora vsebovati tehnične, estetske in povezovalne elemente, pri čemer eno gibanje logično in tekoče preide v naslednjega brez nepotrebnega ustavljanja ali daljših pripravljalnih gibov.
- Uporaba različnih ravni in smeri gibanja s telesom in smeri in ravnin gibanja rekvizita, ki morajo biti povezane skupaj z jasnim namenom.
- Za povezave med gibi, ki prekinejo enotnost sestave, tekmovalka vsakič prejme odbitek:**
 - Prehodi med gibanji, ki niso logični, so nenadni ali nepotrebno dolgi**
 - Daljši pripravljalni gibi pred težinami s telesom**
 - Nepotrebni postanki med gibanjem**
- Sestava ne sme biti serija nepovezanih težin s telesom ali elementov z rekvizitom. Deli sestave ali celotna sestava, ki je serija nepovezanih elementov in torej ni enotna, se kaznuje z odbitkom.
- Na začetku in na koncu sestave mora biti tekmovalka v stiku z rekvizitom. Položaj tekmovalke na začetku sestave mora biti upravičen in logično izhodišče za prvo gibanje z rekvizitom.
Opomba – navodilo za sojenje: tehnične napake običajno ne vplivajo na enotnost, velikokrat pa povzročijo izgubo ritma.

4.2 GLASBA IN GIB

4.2.1 Ritem

- Tako gibanja s telesom kot z rekvizitom morajo biti **natančno povezana z glasbenimi poudarki in frazami**; tako gibanja s telesom kot rekvizitom naj poudarijo tempo/ritem glasbe.
- Za vsako gibanje, ki je izvedeno ločeno od poudarkov ali ni povezano s tempom glasbe, tekmovalka prejme odbitek.

Pojasnila
Namen glasbe in giba: - ustvariti raznolikost gibanja, izogniti se enoličnosti in ponavljanju; - uporaba glasbe na različne načine, tudi kadar se tempo in ritem ne menjata.
Trenerje in sodnice vzpodbujamo, da preučijo in razumejo osnovno glasbeno strukturo in ritmične vzorce, ki vodijo ustvarjanje in ocenjevanje gibanja v skladu z glasbo.
Naslednji koncepti so pomembni za razumevanje, kako gibanje uskladiti z glasbenimi/ritmičnimi strukturami in kako umestiti določene gibe glede na poudarke ali ritem, da ustvarimo posebne umetniške učinke: - Glasbena fraza: melodičen del, zaporedje not, ki tvorijo značilno sekvenco - Melodija: ritmično organizirano zaporedje posameznih not, ki so med seboj povezane tako, da ustvarijo določeno frazo ali idejo - Osnovni ritem

• Tempo
Možnosti/primeri različnih ritmičnih vzorcev: • Sinkopa: začasna prestavitev običajnega metričnega poudarka v glasbi, ki ga običajno povzroči poudarjanje šibkega takta (namenoma uporabljen šibek takt). Primer: tekmovalka začne z ravnotežjem na šibek takt v vrstici in uporabi močan takt za stojo v ravnotežju, ne da bi s telesom označila poudarek, s čimer ustvari poseben učinek. • Kontratempo • Triole

4.2.2 Dinamične spremembe

- a) **Energija, moč, hitrost in intenzivnost gibanja** morajo biti v skladu z dinamičnimi premiki in spremembami v hitrosti ritma.
- b) Glede na spremembe v glasbi tekmovalka prikaže spremembe v dinamiki s kontrasti v energiji, moči, hitrosti in intenzivnosti tako gibanja telesa kot rekvizita.
- c) **Sestava, v kateri so energija, moč, hitrost in intenzivnost enolične (brez kakršnihkoli kontrastov ali sprememb), ni dinamična in se kaznuje z odbitkom.**

4.3 IZRAZ S TELESOM

- a) Povezava **moči, lepote in elegantnosti gibanja**
- b) Zadostno sodelovanje delov telesa (**glava, rame, trup, dlani, roke, noge itd.**), da ustvarijo prožna gibanja, ki izražajo značaj, sporočajo občutek, poudarjajo, ustvarijo prefinjenost in amplitudo.
- c) **Odsekano, togo ali slabo razvito gibanje s telesom** se kaznuje z odbitki glede na to, koliko v sestavi prevladuje.

Opomba: obraz se smatra za del telesa.

4.4 RAZNOLIKOST

- a) **Smeri in trajektorije** (naprej, nazaj, v loku ipd.): ustvariti različne vzorce, da tekmovalka uporabi ves tekmovalni prostor na raznolik in popoln način.
- b) **Ravni in načini premikanja**: tekmovalka v letu, stoječ, na tleh, v teku, s poskoki, s koraki itd.
- c) **Elementi z rekviziti**: elementi z rekviziti morajo biti izvedeni na različnih ravneh, v različnih smereh, na različnih delih telesa, z različnimi tehnikami itd. Kadar se elementi z rekvizitom ponavljajo ali so izvedeni v isti ravni brez kakršnihkoli sprememb, se to pomanjkanje raznolikosti kaznuje z odbitkom.
- d) **Dekoratívni elementi z rekviziti**: možno je izvesti izvirne, estetske in različne koreografske elemente med kombinacijami plesnih korakov in povezovalnimi elementi, če so ti elementi zelo kratki in ne povzročijo postanka v neprekinjenosti gibanja z rekvizitom.
 - **Največ 3-krat** v vsaki sestavi in **ne več kot 4 sekunde**.

5. ARTISTIČNE NAPAKE	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70	0.80	0.90	1.00
VODILNA IDEJA / KARAKTER Slog in značaj gibanja , ki odraža značaj glasbe; ta značaj oblikuje vodilno idejo , ki se razvija od začetka preko sredine do konca sestave.	Značaj ali ideja je prisotna in razvita z majhnimi netočnostmi kot posledica majhne napake		Značaj ali ideja je prisotna , a ne v celoti razvita skozi celotno sestavo		V sestavi ni definiranega značaja ali ideje					
POVEZAVE Logični in tekoči prehodi iz enega gibanja v drugo	Posamezne prekinitev logičnih povezav Vsakič, do 1,00									Celotna sestava je serija nepovezanih elementov
			Odsotnost stika z rekvizitom na začetku in koncu sestave (kompozicijska napaka) Neupravičena začetna poza							
RITEM Harmonija med gibanjem in: glasbenimi poudarki frazami tempom	Izolirane prekinitev v ritmu Vsakič, do 1,00									Celotna sestava ni povezana z ritmom glasbe (glasba je ozadje)
					Odsotnost harmonije med glasbo in gibanjem na koncu sestave					
DINAMIČNE SPREMEMBE Energija, moč, hitrost in intenzivnost gibanja je v skladu z dinamičnimi spremembami v glasbi		Gibanja tekmovalke niso v skladu z dinamičnimi spremembami v glasbi ALI								

		Glasba je monotona brez dinamičnih sprememb								
IZRAZ S TELESOM	Posamezni trenutki, kjer vsi deli niso v celoti vključeni	Deli telesa ne sodelujejo dovolj	Odsekani, grobi gibi v celotni sestavi (slabo razvito gibanje)							
RAZNOLIKOST Smeri	Pomanjkanje raznolikosti v uporabi smeri in trajektorij									
	Gibanja, izvedena na istem mestu daljši čas									
	Tekmovalka ni uporabila celotnega prostora									
Ravni in premikanje po prostoru	Pomanjkanje raznolikosti v uporabi ravni in načinov premikanja									
ELEMENTI Z REKVIZITOM	Pomanjkanje raznolikosti v uporabi ravnin, smeri, tipov dela z rekvizitom									
DEKORATIVNI ELEMENTI Z REKVIZITI			Dekoratívni elementi, ki niso v skladu z zahtevami: več kot 3 elementi ali dlje kot 4 sekunde							

6. TEHNIČNE NAPAKE: odbitek se dosodi za vsak element z napako , razen za skupne odbitke			
Odbitek	0,10	0,30	0,50 ali več
Gibanje s telesom			
SPLOŠNO	Nedokončano gibanje ali pomanjkanje amplitude v obliki skokov, ravnotežij in rotacij		
	Premik brez meta: popravljanje položaja telesa na tleh		
Osnovna tehnika	Nepravilna drža dela telesa v času gibanja (vsakič, do 1,00), vključno z asimetrično držo ramen v času elementa s telesom		
	Izguba ravnotežja: Dodaten gib brez premikanja v prostoru	Izguba ravnotežja: Dodaten gib s premikom	Izguba ravnotežja z oporo na eno ali obe roki ali na rekvizit 0,50
		Statična tekmovalka *	Popolna izguba ravnotežja s padcem: 0,70
Skoki	• Težak doskok • Nepravilen pristanek: (primer: vidno zaklonjen trup v času končne faze doskoka)		
Ravnotežja	Oblika ni fiksirana in zadržana		
Rotacije	Oblika ni fiksirana in zadržana		
	• Opora na peto v času rotacije, ki se izvaja na vzponu • Poskok/i • Premikanje/zdrsavanje med rotacijo	Os telesa ni vertikalna in zaključek z korakom	
Polakrobatski elementi	• Težak pristanek • Nedovoljena tehnika		
Rekvizit			
Izguba rekvizita (za izgubo 2 kijev v sosledju sodnica dodeli odbitek enkrat, glede na število korakov do bolj oddaljenega kija)		Izguba in pobiranje brez premika	Izguba in pobiranje po 1 – 2 korakih
			• Izguba in pobiranje po 3 ali več korakih: 0,70 • Izguba izven tekmovalnega prostora (ne glede na razdaljo): 0,70
			Izguba rekvizita, ki ne zapusti tekmovalnega prostora in uporaba nadomestnega rekvizita: 0,70
			Izguba rekvizita (brez stika) na koncu sestave: 0,70

**Statična tekmovalka: tekmovalka ne sme biti statična (negibna), če ni v stiku z rekvizitom (npr. meti, kotaljenje rekvizita po tleh ipd.*

Odbitek	0,10	0,30	0,50 ali več
Tehnika	Netočna trajektorija in ujem v letu po 1 koraku	• Netočna trajektorija in ujem v letu po 2 ali več korakih • Chassé koraki v R	
	Netočen ujem z nenamernim stikom s telesom	Statičen rekvizit **	
Kolebnica			
Osnovna tehnika	Netočno rokovanje: amplituda, oblika, ravnina ali če tekmovalka kolebnice ne drži za konca (vsakič, do 1,00)		
	Izguba enega konca kolebnice s krajšo prekinitvijo sestave		
	Stopalo se zatakne v kolebnico med skoki ali poskoki	Nenamerno ovijanje okoli (dela) telesa s prekinitvijo sestave	
	Vozel na kolebnici brez prekinitve sestave	Vozel na kolebnici s prekinitvijo sestave	
Obroč			
Osnovna tehnika	Netočno rokovanje: odstopanje od ravnine, vibracije, nepravilno vrtenje okoli vertikalne osi (vsakič, do 1,00)		
	Ujem z dotikom s podlaktjo	Ujem z dotikom z nadlaktjo	
	• Nenamerno, nepopolno kotaljenje po telesu • Nepravilno kotaljenje s poskakovanjem		
	Zdrs na roko med vrtenjem		
	Stopalo se zatakne v obroč med prehodom skozenj		
Žoga			
Osnovna tehnika	Nepravilno rokovanje: tekmovalka žogo drži z oporo na podlaket (jo stiska) (vsakič, do 1,00)		
	• Nenamerno, nepopolno kotaljenje po telesu • Nepravilno kotaljenje z poskakovanjem		
	Ujem s pomočjo druge dlani (izjema: ujemi izven vidnega polja)		
Kiji			
Osnovna tehnika	Nepravilno rokovanje: nepravilno gibanje, prevelik razmak rok v času mlinov, itd., vsakič do 1,00)		
	Nesinhrona rotacija kijev v času metov in ujemov		
	Pomanjkanje natančnosti pri ravninah kijev pri asimetričnih gibanjih		

Odbitek	0,10	0,30	0,50 ali več
Trak			
Osnovna tehnika	Spremenjen vzorec risbe traku (kače, spirale niso strnjene, niso enake višine, amplitude, itd.) (vsakič do 1,00)		
	Nepravilno rokovanje: nenatančni prehodi/predaje, nenamerno držanje palice za sredino, nepravilno povezovanje med risbami, tlesk traku (vsakič, do 1,00)	Nenamerno ovijanje okoli (dela) telesa s prekinitvijo v sestavi	
	Vozel brez prekinitve sestave	Vozel s prekinitvijo sestave	
	Konec traku nenamerno ostaja na tleh med izvajanjem risbe, metov, <i>échappéjev</i> itd.		

**** Statičen rekvizit: glej težavnost 3.5**

SKUPINSKE SESTAVE – SPLOŠNO

1. ŠTEVILO TEKMOVALK

- 1.1. Vsako skupino **sestavlja 6 tekmovalk: 5 jih sodeluje v vsaki sestavi**, šesta tekmovalka pa je lahko prisotna na tekmovalnem območju med izvajanjem sestave (vključi se v primeru nezgode ene izmed njenih sotekmovalk).
- 1.2. Če med sestavo ena tekmovalka **zapusti skupino** z utemeljenim razlogom (odbitek koordinatorke 0,30):
 - Tekmovalko **lahko nadomesti** druga (odbitek sodnice koordinatorke: 0,50).
 - Če se tekmovalke ne nadomesti, se sestava **ne oceni**.

2. PRIHOD

- 2.1. Prihod skupine na tekmovalni prostor mora biti izveden s hitrimi koraki brez glasbene spremljave (odbitek sodnice koordinatorke).

SKUPINSKE SESTAVE – TEŽAVNOST (D)

1. PREGLED TEŽAVNOSTI

- 1.1. Tekmovalka lahko v sestavo vključi samo elemente, ki jih **lahko izvede varno in z visoko stopnjo estetskega in tehničnega znanja**.
- 1.2. Obstaja **5 komponent težavnosti**: težine s telesom (**BD**), težine z menjavo (**ED**), kombinacije plesnih korakov (**S**), dinamični elementi z rotacijo (**R**) in sodelovanja (**C**).
- 1.3. **Komponente težavnosti, ki so specifične za skupinske sestave**:
 - menjave (**ED**): težine z menjavo rekvizitov med tekmovalkami;
 - sodelovanja (**C**): med tekmovalkami in rekviziti.
- 1.4. Vrstni red izvajanja težin **ni določen**, vendar morajo biti **razporejene logično in tekoče**, z vmesnimi gibi in elementi, ki ustvarijo kompozicijo z idejo, ki je več kot samo serija ali seznam težin.
- 1.5. Sodnice za težavnost prepoznajo in zapišejo težine po vrstnem redu izvajanja.
 - **Sodnici D1 in D2**: ocenita število in vrednost **BD**, število in vrednost **ED** in število in vrednost **S** ter jih zapišeta s simboli.
 - **Sodnici D3 in D4**: ocenita število in vrednost **R** in število in vrednost **C** ter jih zapišeta s simboli.
- 1.6. Ocena težavnosti je **največ 10,00 točk**.

1.7. Zahteve za težavnost:

Komponente težavnosti, povezane s tehničnimi elementi z rekviziti	Težina brez menjave: težina s telesom	Težina z menjavo	Kombinacija plesnih korakov	Dinamični elementi z rotacijo	Sodelovanje
Simbol	BD Najmanj 4	ED Najmanj 4	S Najmanj 1	R Največ 1	C Najmanj 4
	Največ 9 (1 po izbiri)				
Skupine težin s telesom	Skoki – min. 1 Ravnatežja – min. 1 Rotacije – min.1				

2. TEŽINA Z IN BREZ MENJAVE: BD in ED

2.1 Definicija BD

2.1.1. Vsi elementi **BD**, ki so navedeni pri sestavah posameznic, **so prav tako veljavni za skupinske sestave** (glej tabele težin 8 – 10 pri sestavah posameznic) ($\wedge$, $\top$, $\circ$).

2.1.2. Skupine težin s telesom:

- Skoki $\wedge$
- Ravnatežja $\top$
- Rotacije $\circ$

2.1.3. Najmanj 1 težina iz vsake skupine težin s telesom mora biti **prisotna in jo mora vseh 5 tekmovalk izvesti sočasno**.

2.1.4. **Ni mogoče izvesti več kot 5 BD z vrednostjo nad 0,10; upošteva se 5 težin z najvišjo vrednostjo.**

2.1.5. Vsaka **BD** se upošteva samo enkrat; če se BD ponovi, težina ni veljavna (**ni odbitka**).

2.1.6. **BD mora izvesti vseh 5 tekmovalk, da je veljavna.** Težine ne bodo veljavne, če jih ne izvede vseh 5 tekmovalk, bodisi zaradi napake v sestavi ali tehnične napake ene ali več tekmovalk.

Pojasnila
Težine so lahko izvedene: • Sočasno ali v zelo hitrem sosledju. • Izvede jih lahko vseh 5 tekmovalk skupaj ali v podskupinah. • Vseh 5 tekmovalk lahko izvaja enake ali različne tipe težin z enakimi ali različnimi vrednostmi. • 1–2 tekmovalki lahko izvedeta eno ali več BD med S ali C z namenom izboljšanja koreografije ali podpiranja vodilne ideje sestave. Težina se ne zapiše in ne oceni.

2.1.7. Najnižja vrednost **BD**, ki jo izvede ena izmed tekmovalk, določa vrednost **BD**.

2.1.8. Vseh 5 tekmovalk ne sme sočasno izvajati 3 ali več različnih težin s telesom. V takem primeru BD ne bo veljavna.

Pojasnila/primeri
Ni dovoljeno: 3 BD izvedene istočasno: • 3 tekmovalke: skok z obratom • 1 tekmovalka: kozaški skok • 1 tekmovalka: valovito gibanje vsega telesa s spiralo (<i>tonneau</i>)

2.1.9. Serija: ponovitev 2 ali več enakih skokov ali piruet; vsak skok ali pirueta v seriji se šteje za 1 težino (skok ali pirueta).

2.1.10. Nove težine s telesom: glej 2.1.6 (Sestave posameznic).

2.1.11. **Zahteve za BD:** (glej Sestave posameznic 2.2).

2.1.12. **Vrednotenje BD:** (glej Sestave posameznic 2.3).

2.2 Definicija ED

2.2.1. Izmenjava rekvizitov, pri kateri vseh 5 tekmovalk sodeluje v dveh dejanjih:

- **Met** svojega rekvizita sotekmovalki
- **Ujem** rekvizita sotekmovalke

Pojasnila
Menjave so lahko izvedene: • sočasno ali v hitrem zaporedju; • tekmovalke stojijo na mestu ali se premikajo; • vseh 5 tekmovalk hkrati ali v podskupinah; • med 1 ali 2 tipoma rekvizitov; • z enako ali različno višino/parabole metov.
Opomba za kolebnico/trak: ED z metom kolebnice ali traku je veljavna samo, če je rekvizit v celoti nekaj časa prosto v zraku (ni v stiku z nobeno tekmovalko).
Opomba za trakove: pri menjavi trakov morajo tekmovalke praviloma rekvizit ujeti na koncu palice. Vendar je dovoljen tudi nameren ujem traku za sam trak v območju 50 cm od točke, kjer se pripne na palico, če je ta ujem utemeljen z naslednjim gibom ali končno pozo.
Opomba za kije: ED je veljavna tako z metom 1 kot 2 kijev.

2.2.2. Samo menjave s srednjim ali visokim metom rekvizita med tekmovalkami so veljavne kot ED.

2.2.3. Vseh 5 tekmovalk lahko izvede menjavo z enako ali različno vrednostjo; ED z najnižjo vrednostjo, ki jo izvede ena od tekmovalk, določa vrednost ED.

2.2.4. Težina s telesom z vrednostjo 0,10 je lahko izvedena med ED (kot kriterij pri vrednosti ED), ampak se ne šteje kot BD. Kot kriterij se šteje samo enkrat: pri metu ali ujemu; če je vrednost BD $\geq 0,20$, ne velja kot kriterij, vendar ni odbitka.

2.2.5. Zahteve:

Da je ED veljavna, jo mora izvesti vseh 5 tekmovalk brez katerekoli od naslednjih večjih tehničnih napak:

- izguba rekvizita, vključno 1 ali 2 kijev (pri izgubi enega konca kolebnice je ED še vedno veljavna);
- izguba ravnotežja z oporo na dlani ali rekvizitu ali s padcem tekmovalke;

c) Trk tekmovalk ali rekvizitov.

2.2.6. Vrednost:

2.2.6.1. Osnovna vrednost meta in ujema vseh 5 tekmovalk: 0,20.

2.2.6.2. Vrednost ED je možno povečati z dodatnimi kriteriji.

2.2.6.3. Dodatni kriteriji (enaki ali različni) so veljavni samo, če jih izvede vseh 5 tekmovalk (skupina dobi točke za najnižjo vrednost kriterijev, izvedenih med metom in enako za ujem).

Pojasnila / Primeri	
Kriteriji: 0,10 za vsakega pri metu in/ali ujemu	
Kriteriji, izvedeni tik pred metom ali tik po ujemu, se ne upoštevajo pri vrednosti menjave	
	Razdalja: 6 metrov med tekmovalkami v času meta in/ali ujema (če je mišljeno kot del koreografije)
	Met in/ali ujem na tleh: tekmovalka mora že biti na tleh in ne v fazi premikanja proti tlam v času meta in/ali ujema (če je mišljeno kot del koreografije)
	En element rotacije v času meta, v času leta, v času ujema menjave (možno vse 3, če so rotacije različne)
	Ponovni met
	Z BD vrednosti 0,10, ki je izvedena ali v času meta ali ujema (če je BD rotacija, dodamo še +0,10)
	Izven vidnega polja
	Brez pomoči rok
	Met dveh kijev (II): sočasen ali asimetričen ali kaskaden (dvojni ali trojni)
	Pod nogo/nogami
	Poševni met obroča
	Prehod skozi rekvizit v času meta/ujema (U, O)
	Met po odbojih od tal/met po kotaljenju po tleh
	Met odprte in iztegnjene kolebnice U (tekmovalka jo drži za en konec ali na sredini)
	Ujem za konce kolebnice, po en v vsako dlan
	Met z rotacijo rekvizita okoli njegove osi, vodoravne osi (obroč, kiji) II O
	Direktni ujem v kotaljenje po telesu
	Ujem žoge (●) v eno dlan ali ujem kija v dlan, ki drži drugi kij II
	Direktni ujem O v vrtenje

3. TEMELJNE IN NETEMELJNE TEHNIČNE SKUPINE Z REKVIZITOM

3.1 Definicija:

3.1.1. Glej Sestave posameznic 3.1.1 in 3.1.2.

3.1.2. Temeljne tehnične skupine z rekvizitom so lahko izvedene med težinami s telesom, kombinacijami plesnih korakov, kriteriji dinamičnih elementov z rotacijo, sodelovanji, menjavami ali povezovalnimi elementi.

3.2 Zahteve:

3.2.1. Temeljni elementi z rekvizitom: vse temeljne tehnične skupine z rekvizitom niso zahtevane pri skupinski sestavi. Izjema: najmanj en temeljni tehnični element z rekvizitom je obvezen pri S. Obvezna je raznolika izbira iz temeljne tehnične skupine in netemeljne tehnične skupine z rekviziti, pomanjkanje raznolikosti se odbija pri artistični komponenti.

3.2.2 Tehnični elementi z rekvizitom niso omejeni, vendar ne smejo biti izvedeni enako med izvajanjem BD, razen v seriji skokov ali piruet.

Pojasnila	
Različni elementi z rekvizitom so izvedeni:	V različnih ravninah
	V različnih smereh
	Na različnih ravneh
	Z različno amplitudo
	Na različnih delih telesa
Opomba: enaka elementa z rekvizitom, izvedena pri dveh različnih težinah s telesom, se ne smatrata za »različna« elementa z rekvizitom. Težina, izvedena s ponovljenim gibanjem rekvizita ne bo veljavna.	

3.3. **Zbirne tabele temeljnih in netemeljnih tehničnih skupin:** glej Sestave posameznic – Težavnost 3.3 in 3.4.

3.4. **Statičen rekvizit:** glej Sestave posameznic – Težavnost 3.5.

3.5. **Dekoratívni elementi z rekvizitom:** glej Sestave posameznic – Izvedba 4.4.

4. KOMBINACIJA PLESNIH KORAKOV

4.1. Glej Sestave posameznic 4.1.1. – 4.1.5., 4.5. (uporaba obeh dlani pri rokovanju z rekvizitom pri skupinskih sestavah ni obvezna).

Pojasnila
Kombinacije plesnih korakov se lahko izvaja: - vseh 5 tekmovalk enako ali različno, - v podskupinah enako ali različno.

4.2. **Med izvajanjem S** je možno naslednje:

- BD z vrednostjo največ 0,10 (na primer: skok *cabriole*, ravnotežje *passé*);
- meti (nizki, srednji, visoki), če podpirajo idejo plesa ali pomagajo zvečati amplitudo in raznolikost gibanja; del plesnih korakov je lahko izveden pod letom rekvizita pod pogojem, da je prisoten vsaj 1 temeljni tehnični element z rekvizitom;
- sodelovanja, ki ne prekinete kontinuitete S.

4.2.1. **Ni možno** izvajati:

- R med S
- S v celoti na tleh

Pojasnila
Smernice za ustvarjanje kombinacij plesnih korakov
Neprekinjeni, povezani plesni koraki, in sicer: - kakršnikoli klasični plesni koraki - kakršnikoli plesni koraki dvoranskih plesov - kakršnikoli plesni koraki folklornih plesov - kakršnikoli plesni koraki modernih plesov
Logično in tekoče povezani brez nepotrebnih postankov ali s predolgo pripravo na gibanje.

Raznolikost v ravneh, smereh, hitrosti in modalnostih gibanja (vključno z možnostjo prehoda na tla) in <u>ne</u> preprosto premikanje po prostoru (kot na primer hoja, korakanje, tek) z rokovanjem z rekvizitom.
Ustvarjeni z različnimi ritmičnimi vzorci z rekvizitom v gibanju tekom celotne kombinacije (ravni, smeri, ravni in osi).
Delno ali v celoti s premikanjem po prostoru.

4.2.2. Kombinacije plesnih korakov **ne bodo veljavne v naslednjih primerih:**

- manj kot 8 sekund plesa;
- **večja sprememba** osnovne tehnike rokovanja z rekvizitom (napake za odbitek 0,30 ali več sodnic za izvedbo);
- **ni povezave** med ritmom in značajem glasbe ter gibanjem telesa in rekvizita;
- brez najmanj **2 različnih sort gibanja**: modalnost, ritem, smer ali raven v vsaki kombinaciji plesnih korakov;
- manjka najmanj **1 temeljni** tehnični element z rekvizitom;
- celotna kombinacija je izvedena **na tleh**.

5. DINAMIČNI ELEMENTI Z ROTACIJO

4.3. Glej Sestave posameznic; vseh 5 tekmovalk mora zadostiti osnovni zahtevi, da je element **veljaven**.

Pojasnilo
R je lahko izveden: • sočasno, • v zaporedju, • v podskupinah.

- 7.1.1. Osnovna vrednost **R** se lahko poveča z uporabo dodatnih kriterijev. Dodatni kriteriji so lahko izvedeni med metom rekvizita, med rotacijo telesa pod letom in med ujemom rekvizita.
- 7.1.2. Vrednost **R** določa število rotacij in izvedenih kriterijev: če je zadnja rotacija izvedena po ujemu, se ta rotacija in pripadajoči kriteriji ne upoštevajo.
- 4.4. Vrednost določa najnižje število izvedenih rotacij in kriterijev, ki jih izvede vseh 5 tekmovalk.
- 4.5. Glej Sestave posameznic (5.1. Zahteve, 5.2. Zbirna tabela dodatnih kriterijev za R, 5.3. Izbira gibanj s telesom v R, 5.4. Polakrobatski elementi).

6. SODELOVANJA (C)

6.1 Definicija:

Skupinsko sestavo definira **skupno delo**, kjer vsaka tekmovalka vstopa v povezavo z enim ali več rekviziti in eno ali več sotekmovalk.

Pojasnilo
Uspešno sodelovanje je odvisno od popolne usklajenosti med tekmovalkami in je lahko izvedeno: • z ali brez direktnega stika, • vseh 5 tekmovalk skupaj ali v podskupinah, • z raznolikostjo v premikih, smereh in postavitvah, • z ali brez rotacije, • z dvigom ene ali več tekmovalk in/ali z oporo na rekvizit ali sotekmovalki.

6.2 Zahteve:

6.2.1. **Vseh 5 tekmovalk mora sodelovati v dejanjih sodelovanja**, tudi če imajo različne vloge, sicer sodelovanje ni veljavno.

6.2.2. **Vseh 5 tekmovalk mora biti povezanih** bodisi neposredno in/ali preko rekvizitov.

6.2.3. **Pri sodelovanjih z rotacijo: tekmovalka mora rekvizit metati sotekmovalki med rotacijo in ne šele potem, ko sotekmovalka rotacijo zaključi.**

6.3 Tabela sodelovanj brez rotacije telesa

Vrednost			Tipi sodelovanja
0,10	0,20	0,30	
C			Brez meta rekvizita: • tekmovalke ali rekviziti prehajajo čez, pod ali skozi glede na gibanje rekvizita ali sotekmovalke; • vsaka tekmovalka mora biti v neke vrste stiku z rekvizitom; • lahko izvajajo rotacijo (vendar le-ta ni povezana z metom in/ali ujemom, sicer se upošteva kot CR/CRR/CRRR).
	CC		Z metom ali večkratnim predajanjem rekvizita: • met: nizki, srednji ali visoki enega ali več rekvizitov, • predaja: podajanje rekvizitov med tekmovalkami z različnimi tehnikami: kotaljenja, kotaljenja po tleh, odboji, • tekmovalke ne izvajajo rotacij.
			Z metom (srednji ali visoki) 2 ali več rekvizitov hkrati Opomba: najmanj 3 kiji ali 1 kij (ali 2) + 1 dodaten rekvizit Z  za tekmovalko, ki sočasno vrže 2 rekvizita ali več
			Ujem po srednjem ali visokem metu 2 ali več rekvizitov hkrati Opomba: najmanj 3 kiji ali 1 kij (ali 2) + 1 dodaten rekvizit Z  za tekmovalko, ki ujame 2 rekvizita ali več

6.4 Tabela sodelovanj z rotacijo telesa

Vrednost				Tipi sodelovanja
0,20	0,30	0,40	0,50	
CR 1 tekmovalka	CR2 2-3 tekmovalke			Srednji/visoki met svojega rekvizita, ki ga izvede ena ali več tekmovalk in takojšen ujem svojega rekvizita ali rekvizita sotekmovalke po: dinamičnem elementu z rotacijo pod letom rekvizita, med katerim ta rekvizit ni v tekmovalkinem vidnem polju. Možno je izvesti dinamični element s pomočjo sotekmovalk(e) (dvig).
	CRR 1 tekmovalka	CRR2 2-3 tekmovalke		Srednji/visoki met svojega rekvizita, ki ga izvede ena ali več tekmovalk in takojšen ujem svojega rekvizita ali rekvizita sotekmovalke po: dinamičnem elementu z rotacijo pod letom rekvizita, med katerim ta rekvizit ni v tekmovalkinem vidnem polju, s preходом nad, pod ali skozi enega ali več rekvizitov in/ali sotekmovalk. Možno je izvesti prehod čez, pod ali skozi s pomočjo ene ali več sotekmovalk in/ali rekvizitov: aktivna opora na sotekmovalko/e ali na rekvizit ali z dvigom s pomočjo ene ali več sotekmovalk in/ali rekvizitov.
			CRRR	Srednji/visoki met svojega rekvizita, ki ga izvede ena ali več tekmovalk in takojšen ujem svojega rekvizita ali rekvizita sotekmovalke po: prehodu skozi sotekmovalkin rekvizit med letom (rekvizita ne drži niti sotekmovalka niti tekmovalka, ki prehaja skozi) z dinamičnim elementom z rotacijo in »izgubo vidnega polja«.
Sodelovanja z rotacijo se lahko združi s sodelovanjem s sočasnim metom  ali sočasnim ujemom . - V tem primeru je vrednost sodelovanja seštevek vrednosti obeh komponent. - Sodelovanj z rotacijo ni možno združevati s C ali CC.				
Dodatni kriteriji za , , CR, CRR, CRRR: ⚡ brez pomoči rok(e): +0,10 ⚡ izven vidnega polja: +0,10 - Veljajo, kadar jih izvede najmanj 1 tekmovalka, ki izvaja glavno dejanje v sodelovanju: rotacijo telesa, med katero rekvizit ni v njenem vidnem polju. Veljavno enkrat v istem sodelovanju: za met in/ali ujem.				

6.5 Sodelovanja so veljavna, če jih izvede vseh 5 tekmovalk brez ene od naslednjih večjih napak:

- vseh 5 tekmovalk ne sodeluje v dejanjih sodelovanja;
- izguba rekvizita, vključno 1 ali 2 kije;
- izguba ravnotežja z oporo na dlani ali rekvizitu ali s padcem tekmovalke;
- trk tekmovalk ali rekvizitov;
- statična tekmovalka/rekvizit (ena ali več tekmovalk je brez rekvizita ali nepremična(ih) več kot 4 sekunde);
- tekmovalka vrže rekvizit sotekmovalki po tem, ko le-ta zaključi z rotacijo (rekvizit mora leteti med rotacijo);
- uporaba prepovedanega elementa;
- z nedovoljenim dekorativnim elementom z rekvizitom.**

Opomba: število korakov do ujema ne spremeni vrednosti sodelovanja, prav tako ne čakanje (do 4 s).

6.6 Nedovoljeni elementi pri sodelovanju

- Dejanja ali položaji z naslanjanjem na eno ali več sotekmovalk brez stika s tlemi, ki trajajo dlje kot 4 sekunde
- Nošnja ali vlečenje tekmovalke po tleh več kot 2 koraka (**tudi če se vrti na mestu**)
- Hoja – z več kot eno oporo – po eni ali več združenih sotekmovalkah
- »Špage« vstran ali naprej na tleh s postankom v položaju
- Opora na eno ali dve dlani ali na podlaket brez drugega stika s tlemi, brez premeta/kolesa in s postankom v vertikalnem položaju
- Oblikovanje piramid

6.7 Novi originalni elementi z rekvizitom: glej Sestave posameznic 6.5.

7. OCENA TEŽAVNOSTI (D):

Sodnice D ocenijo težine, sestavijo delno oceno in odštejejo morebitne odbitke, kot sledi:

7.1 Podskupina 1 (D1 in D2)

Težina	Minimum/maksimum	Odbitek 0,30
Težine s telesom po vrstnem redu izvajanja	Najmanj 4	Manj kot 1 težina iz vsake skupine ($\wedge$, T, $\circ$): odbitek za vsako manjkajočo težino Izvedene manj kot 4 težine Izvedenih več kot 5 težin z vrednostjo več kot 0,10
Težine z menjavo po vrstnem redu izvajanja	Najmanj 4	Izvedenih manj kot 4 ED
Kombinacija plesnih korakov	Najmanj 1	Za manjkajočo 1

7.2 Podskupina 2 (D3 in D4)

Težina	Minimum/maksimum	Odbitek 0,30
Dinamični elementi z rotacijo	Največ 1	Za več kot 1
Sodelovanja	Najmanj 4	Za manjkajoča najmanj 4

SKUPINSKE SESTAVE – IZVEDBA (E)

1. VREDNOTENJE IZVEDBE

- 1.1. Komisija za izvedbo zahteva, da so elementi izvedeni **estetsko in tehnično dovršeno**.
- 1.2. Tekmovalka lahko v svojo sestavo vključi **samo elemente, ki jih lahko izvede varno in z visoko stopnjo artističnega in tehničnega mojstrstva**. Za vsa odstopanja od tega pričakovanja bo komisija za izvedbo dodelila odbitke.
- 1.3. Komisija E se ne ukvarja s težavnostjo sestave. Komisija je dolžna enotno odbijati za vsako napako enakega obsega ne glede na težavnost elementa ali povezave.
- 1.4. Sodnice komisije E (in komisije D) morajo ostati seznanjene s sodobno ritmično gimnastiko, morajo vedno vedeti, kakšno je trenutno pričakovanje glede izvedbe pri posameznem elementu, in vedeti, kako se standardi spreminjajo, ko se šport razvija. S tem v zvezi morajo tudi vedeti, kaj je možno, kaj je smiselno pričakovati, kaj je izjema in kaj je posebno.
- 1.5. Vsa odstopanja od pravilne izvedbe se smatrajo za **artistične ali tehnične napake** in jih morajo sodnice ustrezno ovrednotiti. Velikost odbitka za **majhne, srednje ali velike napake** določa stopnja odstopanja od pravilne izvedbe. Naslednji odbitki se dodelijo za vsa vidna artistična in tehnična odstopanja od pričakovane izvedbe. Ti odbitki morajo biti dodeljeni ne glede na težavnost elementa ali sestave.
 - **Majhna napaka 0,10**: kakršnokoli manjše ali rahlo odstopanje od popolne artistične ali tehnične izvedbe.
 - **Srednja napaka 0,20–0,30**: kakršnokoli izrazito ali pomembno odstopanje od popolne artistične ali tehnične izvedbe.
 - **Velika napaka 0,50+**: kakršnokoli veliko ali resno odstopanje od popolne artistične ali tehnične izvedbe.

2. OCENA ZA IZVEDBO (E): 10,00 točk

Ocena za izvedbo vsebuje odbitke za:

- Artistične napake,
- tehnične napake.

3. KOMISIJA E

6 sodnic za izvedbo je razdeljenih v 2 podskupini.

- Prva podskupina E – 2 sodnici ocenita artistične napake sestave: 1 skupna ocena.
- Druga podskupina E – 4 sodnice ocenijo tehnične napake: odbitke dodelijo neodvisno (povprečje dveh srednjih ocen).

Odbitki od ocene E bodo seštevek dveh delnih odbitkov od ocene E (artistične in tehnične).

4. ARTISTIČNA KOMPONENTA

4.1 Stik z rekvizitom in tekmovalko

- 4.1.1. **Na začetku ali med sestavo** ena ali več tekmovalk ne sme biti brez rekvizita dlje **kot 4 sekunde**.
- 4.1.2. Če se rekviziti in tekmovalke ne začnejo gibati sočasno, si morajo različni gibi slediti hitro znotraj največ 4 sekund, da se skupina izogne eni ali več statičnim tekmovalkam/rekvizitom.
- 4.1.3. Med sodelovanji **je možno, da ima ena ali več tekmovalk dva ali več rekvizitov in sotekmovalke nobenega**, pod pogojem, da taka situacija traja **4 sekunde ali manj**.
- 4.1.4. Na koncu sestave lahko vsaka tekmovalka drži ali je v stiku z enim ali več rekviziti. V tem primeru je lahko ena ali več tekmovalk brez rekvizita v končni pozi.
- 4.1.5. **Možno je začeti ali končati sestavo z »dvigom« ene ali več tekmovalk z oporo na rekvizit in/ali sotekmovalke; pri začetni pozi morajo tekmovalke preiti z dviga najkasneje 4 sekunde po tem, ko se začne glasba.**

4.2 **Značaj, ritem, dinamične spremembe:** vsa pravila, omenjena v 4.1.1, 4.2.1 in 4.2.2, veljajo tudi pri skupinskih sestavah.

4.3 **Izraz s telesom:** skupinsko delo mora vsebovati enako lepoto, eleganco in intenzivnost gibanja vseh tekmovalk.

4.4 Raznolikost

4.4.1. **Postavitve:** najmanj 6

Pojasnila
Postavitve morajo biti narejene z raznolikostjo v naslednjih vidikih: • postavitve v različnih delih tekmovalnega prostora: sredina, koti, diagonale, linije, • razporeditev položajev znotraj postavitev (tekmovalke so obrnjene naprej, nazaj, ena proti drugi itd.), • oblika: krogi, črte v vseh smereh, trikotniki itd., • amplituda: velikost/globina oblike (široka, zaprta itd.).

4.4.2. **Menjave:** tekmovalke morajo uporabiti različne tipe metov in/ali ujemov.

Pojasnila
• Različne višine metov, vključno z mešanimi višinami, kjer istočasno nekateri rekviziti letijo zelo visoko in nekateri srednje visoko • Različne tehnike metov • Različne tehnike ujemov • Različne kombinacije enakih ali različnih kriterijev

4.4.3. **Sodelovanje:** različni tipi sodelovanj in različni tipi organizacije znotraj vsakega tipa sodelovanja so opisane v Tabeli sodelovanj (glej Težavnost 6.3, 6.4). Pomanjkanje raznolikosti se kaznuje z odbitkom.

4.4.4. Organizacija skupnega dela

- **Značilnost skupinske sestave je sodelovanje vsake tekmovalke v enotnem delu skupine v duhu sodelovanja.**
- Vsaka sestava mora imeti različne tipe organizacije skupnega dela z najmanj 1 od naslednjih tipov skupnega dela:

Pojasnila Smernice za skupno delo	
1.	Sinhronizacija: sočasno izvajanje istega gibanja z enakimi amplitudo, hitrostjo, dinamičnostjo itd.
2.	Izvedba v »zboru«: sočasno izvajanje različnega gibanja (vseh 5 tekmovalk ali v podskupinah) z različno amplitudo, hitrostjo ali smerjo.
3.	Hitro sosledje ali »kanon«: 5 tekmovalk (ali v podskupinah) izvaja gib ena za drugo. Gibanje se začne takoj za tem, ko prejšnja tekmovalka ali podskupina z istim gibanjem konča, ali medtem, ko ga izvaja.
4.	Nasprotje (kontrast): 5 tekmovalk (ali v podskupinah) izvaja gibe v nasprotju glede na hitrost (počasi – hitro) ali intenzivnost (silovito – nežno) ali ravneh (stoječ – na tleh) ali smer ali gibanje (postanek – nadaljevanje).
5.	Izvedba v sodelovanju: vsaka tekmovalka vstopi v povezavo z enim ali več rekviziti in eno ali več sotekmovalk.
Opomba: možno je združiti različne tipe skupnega dela.	

4.4.5. **Smeri in premiki**, ki ustvarijo različne vzorce, s katerimi je uporabljen ves tekmovalni prostor na raznolik in popoln način, tekmovalke v letu, stoječ, na tleh, v teku, s poskoki, s koraki itd.

4.4.6. **Elementi z rekviziti:** elementi z rekviziti morajo biti izvedeni na različnih ravneh, v različnih smereh, na različnih delih telesa, z različnimi tehnikami itd. Kadar se elementi z rekvizitom ponavljajo ali so izvedeni v isti ravnini brez kakršnihkoli sprememb, se to pomanjkanje raznolikosti kaznuje z odbitkom.

4.4.7. **Dekoratívni elementi z rekviziti:** možno je izvesti izvirne, estetske in različne koreografske elemente med kombinacijami plesnih korakov in povezovalnimi elementi, če so ti elementi zelo kratki in ne povzročijo postanka v neprekinjenosti gibanja z rekvizitom. Največ 4-krat znotraj vsake sestave in ne več kot 4 sekunde trajajoči.

5. ARTISTIČNE NAPAKE	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70	0,80	0,90	1,00
STIK S SOTEKMOVALKO/Z REKVIZITOM			Na začetku sestave ali med njo: Ena ali več tekmovalk je brez rekvizita dlje kot 4 sekunde							
			Konec sestave: Nobena od 5 tekmovalk ni v stiku z nobenim rekvizitom							
			Začetek sestave: Ena tekmovalka ostane v dvigu dlje kot 4 sekunde							
VODILNA IDEJA/KARAKTER Slog in značaj gibanja, ki odraža značaj glasbe; ta značaj oblikuje vodilno idejo, ki se razvija od začetka preko sredine do konca sestave.	Značaj ali ideja je prisotna in razvita z majhnimi netočnostimi kot posledica majhne napake		Značaj ali ideja je prisotna, a ne v celoti razvita skozi celotno sestavo		V sestavi ni definiranega značaja ali ideje					
RITEM Harmonija med gibanjem in: glasbenimi poudarki frazami tempom	Izolirane prekinitve v ritmu Vsakič do 1,00				Odsotnost harmonije med glasbo in gibanjem na koncu sestave					Celotna sestava ni povezana z ritmom glasbe (glasba je ozadje)
Pomanjkanje usklajenosti med ritmom posamezne tekmovalke in skupine	Vsako pomanjkanje usklajenosti Vsakič do 1,00									

	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70	0,80	0,90	1,00
DINAMIČNE SPREMEMBE Energija, moč, hitrost in intenzivnost gibanja je v skladu z dinamičnimi spremembami v glasbi	Pomanjkanje usklajenosti med tekmovalkami v intenziteti gibanja	Gibanja tekmovalk niso v skladu z dinamičnimi spremembami v glasbi ALI Glasba je monotona brez dinamičnih sprememb								
IZRAZ S TELESOM		Pomanjkanje izraznosti pri gibanju s telesom pri vseh tekmovalkah								
RAZNOLIKOST										
Postavitve	Sprememba postavitve zaradi tehnične napake	Pomanjkanje usklajenosti v amplitudi	Manj kot 6 postavitvev (enkrat)							
Menjave		En tip oblike prevladuje								
Sodelovanja		Pomanjkanje raznolikosti pri metih Pomanjkanje raznolikosti pri istem tipu sodelovanja (več kot 4 isti tipi sodelovanja ali iste vrste organizacije znotraj vsakega tipa sodelovanj)	Nedovoljeni elementi v sodelovanjih							
Skupno delo		Manjkajoč (en ali več) tip skupnega dela								
Smeri in premiki po prostoru	Pomanjkanje raznolikosti v uporabi smeri in po prostoru									
Elementi z rekviziti	Pomanjkanje raznolikosti v ravninah, smereh in tipih elementov z rekviziti									
DEKORATIVNI ELEMENTI Z REKVIZITI			Dekoratívni elementi, ki niso v skladu z zahtevami							

6. TEHNIČNE NAPAKE			
Odbitek	0,10	0,30	0,50 ali več
Gibanje s telesom			
SPLOŠNO	Nedokončano gibanje ali pomanjkanje amplitude v obliki skokov, ravnotežij in rotacij		
	Premik brez meta: popravljanje položaja telesa na tleh		
Osnovna tehnika	Nepravilna drža dela telesa v času gibanja (vsakič, do 1,00)		
	Izguba ravnotežja: Dodaten gib brez premikanja v prostoru (vsaka tekmovalka)	Izguba ravnotežja: Dodaten gib s premikom (vsaka tekmovalka)	Izguba ravnotežja z oporo na eno ali obe roki ali na rekvizit (vsaka tekmovalka) 0,50 Popolna izguba ravnotežja s padcem (vsaka tekmovalka): 0,70
		Statična tekmovalka * vsakič ne glede na število tekmovalk	
Skoki	• Težak doskok • Nepravilen pristaneč: (primer: vidno zaklonjen trup v času končne faze doskoka)		
Ravnotežja	Oblika ni fiksirana in zadržana		
Rotacije	Oblika ni fiksirana in zadržana		
	• Opora na peto v času rotacije, ki se izvaja na vzponu • Poskok/i Premikanje/zdrsavanje med rotacijo	Os telesa ni vertikalna in zaključek z korakom	
Polakrobatski elementi	• Težak pristaneč • Nedovoljena tehnika		

*Statična tekmovalka: glej Sestave posameznic 6 in Skupinske sestave 4.1.2.

Odbitek	0,10	0,30	0,50 ali več
Rekvizit			
Trk in izguba rekvizita (za izgubo 2 kijev v sosledju sodnica dodeli odbitek enkrat, glede na število korakov do bolj oddaljenega kija) (vsaka tekmovalka)	Trk med tekmovalkami/rekviziti (+ vse posledice)	Izguba in pobiranje brez premika	Izguba in pobiranje po 1–2 korakih - Izguba in pobiranje po 3 ali več korakih: 0,70 - Izguba izven tekmovalnega prostora (ne glede na razdaljo): 0,70
			Izguba rekvizita, ki ne zapusti tekmovalnega prostora in uporaba nadomestnega rekvizita: 0,70
			Izguba rekvizita (brez stika) na koncu sestave: 0,70
Tehnika	Netočna trajektorija in ujem v letu po 1 koraku (vsaka tekmovalka)	Netočna trajektorija in ujem v letu po 2 ali več korakih (vsaka tekmovalka) <i>Chassé</i> koraki v ED, R, C z rotacijo	
	Netočen ujem s pomočjo druge roke (izjema: ujemi žoge izven vidnega polja z obema dlanema) ali s pomočjo telesa (menjave, R, sodelovanja) (vsakič, ne glede na število tekmovalk) Nenameren stik s telesom	Statičen rekvizit** (vsakič, ne glede na število tekmovalk) ali dekorativni elementi, ki niso v skladu z zahtevami Sodelovanja: Ena ali več tekmovalk je vidno negibnih dlje kot 4 sekunde (vsakič, ne glede na število tekmovalk)	
Kolebnica			
Osnovna tehnika	Netočno rokovanje: amplituda, oblika, ravnina ali če tekmovalka kolebnice ne drži za konca (vsakič, do 1,00)		
	Izguba enega konca kolebnice s krajšo prekinitvijo sestave (vsaka tekmovalka)		
	Stopalo se zatakne v kolebnico med skoki ali poskoki (vsaka tekmovalka)	Nenamerno ovijanje okoli (dela) telesa s prekinitvijo sestave (vsaka tekmovalka)	
	Vozel na kolebnici (vsaka tekmovalka)	Vozel na kolebnici s prekinitvijo sestave (vsaka tekmovalka)	

Odbitek	0,10	0,30	0,50 ali več
Obroč			
Osnovna tehnika	Netočno rokovanje: odstopanje od ravnine, vibracije, nepravilno vrtenje okoli vertikalne osi (vsakič do 1,00)		
	Ujem z dotikom s podlaktjo	Ujem z dotikom z nadlaktjo	
	Nenamerno, nepopolno kotaljenje po telesu - Nepravilno kotaljenje s poskakovanjem		
	Zdrs na roko med vrtenjem		
	Stopalo se zatakne v obroč med prehodom skozenj (vsaka tekmovalka)		
Žoga			
Osnovna tehnika	Nepravilno rokovanje: tekmovalka žogo drži z oporo na podlaket (jo stiska) (vsakič, do 1,00)		
	Nenamerno, nepopolno kotaljenje po telesu - Nepravilno kotaljenje z poskakovanjem		
Kiji			
Osnovna tehnika	Nepravilno rokovanje: nepravilno gibanje, prevelik razmak rok v času mlinov, itd., vsakič do 1,00)		
	Nesinhrona rotacija kijev v času metov in ujemov		
	Pomanjkanje natančnosti pri ravninah kijev pri asimetričnih gibanjih		
Trak			
Osnovna tehnika	Spremenjen vzorec risbe traku (kače, spirale niso strnjene, niso enake višine, amplitude, itd.) (vsakič do 1,00)		
	Nepravilno rokovanje: nenatančni prehodi/predaje, nenamerno držanje palice za sredino, nepravilno povezovanje med risbami, tlesk traku (vsakič do 1,00)	Nenamerno ovijanje okoli (dela) telesa s prekinitvijo v sestavi (vsaka tekmovalka)	
	Vozel brez prekinitve sestave (vsaka tekmovalka)	Vozel s prekinitvijo sestave (vsaka tekmovalka)	
	Konec traku nenamerno ostaja na tleh med izvajanjem risbe, metov, <i>échappéjev</i> itd.		

**** Statičen rekvizit: glej Sestave posameznic 3.5, 4.4 in Skupinske sestave 4.1.**

PRILOGA

- Program rekvizitov: članice, mladinke
- Tehnični program za sestave mladink posameznic
- Tehnični program za skupinske sestave mladink

1. Program rekvizitov: članice, mladinke

1.1 PROGRAM ZA ČLANICE

1.1.1 STAROST TEKMOVALK

2017: 2001 in starejše

2018: 2002 in starejše

2019: 2003 in starejše

2020: 2004 in starejše

1.1.2 Posameznice: 4 sestave

2017-2018				
2019-2020				
2021-2022				
2023-2024				

1.1.3 Skupine: 2 sestavi

2017-2018	5 	3  2 
2019-2020	5 	3  2 para 
2021-2022	5 parov 	3  2 
2023-2024	5 	3  2 para 

1.2 PROGRAM ZA MLADINKE

1.2.1 STAROST TEKMOVALK

2017: 2004 – 2003 – 2002

2018: 2005 – 2004 – 2003

2019: 2006 – 2005 – 2004

2020: 2007 – 2006 – 2005

1.2.2 Posameznice: 4 sestave

2017-2018					
2019-2020					
2021-2022					
2023-2024					

1.2.3 Skupine: 2 sestavi

2017-2018	5 	5 parov 
2021-2022	5 	5 
2021-2022	5 	5 
2023-2024	5 parov 	5 

2. Tehnični program za sestave mladink posameznic

1. Ocena težavnosti pri posameznicah je največ 8,00 točk.
2. Zahteve za težavnost:

Komponente težavnosti, povezane s tehničnimi elementi z rekviziti	Težina s telesom	Kombinacija plesnih korakov	Dinamični elementi z rotacijo	Težina z rekvizitom
Simbol	BD Najmanj 3; največ 7	S Najmanj 2	R Najmanj 1	AD Ni min/maks
Skupine težin s telesom	Skoki – min. 1 Ravnotežja – min. 1 Rotacije – min.1			

3. Tehnični komite odsvetuje BD na kolenih pri mladinkah.
4. **Vsa splošna pravila za težavnost članic posameznic so veljavna tudi pri posameznicah mladinkah.**
5. **Tekmovalka mora uporabiti nedominantno roko pri izvajanju temeljnega tehničnega elementa z rekvizitom med 2 BD (žoga in trak).**
6. **Ocena težavnosti (D):** Sodnice D ocenijo težine, sestavijo delno oceno in odštejejo morebitne odbitke, kot sledi:
 - 6.1 Odbitki sodnic D (D1 in D2)

Težina	Minimum/maksimum	Odbitek 0,30
Težine s telesom po vrstnem redu izvajanja	Najmanj 3 Največ 7	Manj kot 1 težina iz vsake skupine ($\wedge$, T , ϕ): odbitek za vsako manjkajočo težino Izvedene manj kot 3 težine Izvedenih več kot 7 težin z vrednostjo več kot 0,10 Manj kot 2 BD z rokovanjem z nedominantno roko
Če se BD ponovi ali če tekmovalka med BD izvede enak tehnični element z rekvizitom, se ponovljena BD ne upošteva (ni odbitka).		
Ravnotežje s počasnim obratom- (slow turn/tuor lent)	Največ 1	Za več kot 1
Kombinacija plesnih korakov	Najmanj 2	Za manj kot 2
Temeljni tehnični elementi z rekvizitom	Najmanj 1 iz vsake skupine	Za vsak manjkajoč element

6.2 Odbitki sodnic D (D3 in D4)

Težina	Minimum/maksimum	Odbitek 0,30
Dinamični elementi z rotacijo	Najmanj 1	Če manjka najmanj 1

3. Tehnični program za skupinske sestave mladink

1. Ocena težavnosti pri skupinah je 8,00 točk.
2. Zahteve za težavnost:

Komponente težavnosti, povezane s tehničnimi elementi z rekviziti	Težina brez menjave: težina s telesom	Težina z menjavo	Kombinacija plesnih korakov	Dinamični elementi z rotacijo	Sodelovanje
Simbol	BD Najmanj 3	ED Najmanj 3	S Najmanj 2	R Največ 1	C Najmanj 4
	Največ 7 (1 po izbiri)				
Skupine težin s telesom	Skoki – min. 1 Ravnotežja – min. 1 Rotacije – min. 1				

3. Tehnični komite odsvetuje BD na kolenih pri mladinkah.
4. Vsa splošna pravila za težavnost skupinskih sestav članic so veljavna tudi pri skupinskih sestavah mladink. Pravilo št. 5 (sestave mladink posameznic) pri skupinskih sestavah ne velja.
5. **Ocena težavnosti (D):** Sodnice **D** ocenijo težine, sestavijo delno oceno in odštejejo morebitne odbitke, kot sledi:
 - 5.1 Odbitki sodnic D (D1 in D2)

Težina	Minimum/maksimum	Odbitek 0,30
Težine s telesom po vrstnem redu izvajanja	Najmanj 3	Manj kot 1 težina iz vsake skupine ($\wedge$, T, ϕ): odbitek za vsako manjkajočo težino Izvedene manj kot 3 težine Izvedene več kot 4 težine
Težine z menjavo po vrstnem redu izvajanja	Najmanj 3	Izvedenih manj kot 3 ED
Kombinacija plesnih korakov	Najmanj 2	Za manj kot 2

5.2 Odbitki sodnic D (D3 in D4)

Težina	Minimum/maksimum	Odbitek 0,30
Dinamični elementi z rotacijo	Največ 1	Za več kot 1
Sodelovanja	Najmanj 4	Za manjkajočih najmanj 4

6. **Izvedba pri posameznikah in skupinah:** vsa splošna pravila za izvedbo, ki veljajo za individualne in skupinske sestave članic, veljajo tudi za individualne in skupinske sestave mladink.