

**TEKMOVALNI PRAVILNIK**

**V AKROBATSKIH SKUPINSKIH SESTAVAH – TEAMGYM**

**ZA MLAJŠE KATEGORIJ**



**GIMNASTIČNA ZVEZA SLOVENIJE**

# KAZALO

<b>2. PRAVILA ZA TEKMOVALCE .....</b>	<b>5</b>
2.1. Pravice ekipe .....	5
2.2. Odgovornosti tekmovalcev.....	5
2.3. Dolžnosti tekmovalcev .....	5
<b>3. PRAVILA ZA TRENERJE.....</b>	<b>4</b>
3.1. Pravice trenerjev.....	4
3.2. Dolžnosti trenerjev.....	4
3.3. Trenerjeva oblačila .....	4
3.4. Pomoč ali preprečitev padca .....	5
<b>4. OCENJEVALNI LIST.....</b>	<b>1</b>
4.1. Ocenjevalni list - Parter .....	1
4.2. Ocenjevalni list - Akrobatska steza .....	1
4.3. Ocenjevalni list - Trampolin.....	2
<b>5. PRAVILA ZA SODNIKE.....</b>	<b>3</b>
5.1. Sestava sodniške komisije .....	3
5.2. Izračun končne ocene na orodju .....	4
<b>6. PARTER.....</b>	<b>2</b>
6.1. Kompozicija .....	2
6.2. Težavnost .....	2
6.4. Povzetek odbitkov v izvedbi.....	3
6.5. Definicija izvedbe in odbitkov.....	2
6.5.1. Dodatni odbitki v izvedbi.....	3
6.6. Koreografske zahteve (2,0 točki).....	2
6.7. TeamGymko 1 (7-10 let).....	3
6.8. TeamGymko 2 (10-13 let).....	6
<b>7. AKROBATIKA .....</b>	<b>9</b>
7.1. Kompozicija (max.vrednost je 2,0 točki).....	9
7.2. Težavnost .....	10
7.3. Izvedba .....	10
7.4. Izvedbeni bonus .....	10
7.4.1. Povzetek odbitkov za izvedbo (E sodniška komisija).....	11

<b>7.5.</b>	<b>TeamGymko 1 (7-10let)</b> .....	<b>12</b>
<b>7.6.</b>	<b>TeamGymko 2 (10-13 let)</b> .....	<b>14</b>
<b>8.</b>	<b>MALA PROŽNA PONJAVA - MPP</b> .....	<b>16</b>
<b>8.1.</b>	<b>Kompozicija (max. vrednost je 2,0 točki)</b> .....	<b>16</b>
<b>8.2.</b>	<b>Težavnost</b> .....	<b>16</b>
<b>8.3.</b>	<b>Izvedba</b> .....	<b>17</b>
<b>8.4.</b>	<b>Izvedbeni bonus</b> .....	<b>17</b>
<b>8.4.1.</b>	<b>Povzetek odbitkov na izvedbo (E sodniška komisija)</b> .....	<b>18</b>
<b>8.5.</b>	<b>TeamGymko 1 (7-10 let)</b> .....	<b>19</b>
<b>8.6.</b>	<b>TeamGymko 2 (10-13let)</b> .....	<b>21</b>

Skladno z akti Gimnastične zveze Slovenije je pravilnik potrdil Strokovni odbor za športno akrobatiko na 5. dopisni seji, 11. junija 2022 in Strokovni svet Gimnastične zveza Slovenije na 6. redni seji, 21. septembra 2022, sprejel pa Izvršni odbor Gimnastične zveze Slovenije na svoji \_\_\_\_\_seji, dne\_.

**TEKMOVALNI PRAVILNIK**  
**V AKROBATSKIH SKUPINSKIH SESTAVAH – TEAMGYM**  
**ZA MLAJŠE KATEGORIJE**

## **1. UVOD**

Akrobatske skupinske sestave ali TeamGym je panoga, ki ponuja pestro paleto vsebin za tekmovalca. Sestavljena je iz treh disciplin združenih v zanimiv program, ki ga tekmovalci posamezne ekipe predstavijo na tekmovanju ali pa na revijah. TeamGym tako sestavljajo skoki z male prožne ponjave, skoki na akrobatski stezi (Tumbling) in parterna vaja, ki se izvaja na gimnastičnem tepihu dimenzij 14 x 16 m, vse discipline pa se izvajajo ob glasbeni spremljavi.

Panoga se je najprej razvila v državah severne Evrope (Skandinavija), postopoma pa se je uveljavila tudi širše, tako da jo danes poznajo po vsem svetu, tekmovalni programi so med seboj podobni in praviloma ostajajo na ravni državnih prvenstev. Evropsko prvenstvo se organizira na vsake dve leti.

Posebnost TeamGym-a je, da v vsaki disciplini nastopa več tekmovalcev hkrati. Pri skokih z male prožne ponjave tako prvi tekmovalec doskoči ko drugi že teče, podobno pa se izvaja tudi program na akrobatski stezi. Parterna sestava je skupek akrobatskih elementov, elementov drže, drže moči, ravnotežja, ki so povezani v koreografsko smiselno celoto. Skupina prikaže različne prehode, plesne korake, različne formacije in različne smeri gibanja.

Program akrobatskih skupinskih sestav je primeren tako za začetnike kot za tiste, ki so prenehali z vrhunsko tekmovalno vadbo, saj je pripravljen tako, da ponuja možnost postopnega osvajanja vsebin glede na razvojno stopnjo otrok. Primeren je tudi za tiste tekmovalce v vrhunski gimnastiki, ki so program opustili in v tej disciplini najdejo nov izziv ter tako nadaljujejo z vadbo in z udeležbo na tekmovanjih. Program vsebuje zelo pestro paleto gimnastičnih prvin ženske in moške orodne gimnastike na parterju kot tudi akrobatskih prvin na tumblingu in skokih z male prožne ponjave.

## **2. PRAVILA ZA TEKMOVALCE**

### **2.1. Pravice ekipe**

- Izvedba sestave mora biti ocenjena korektno, pošteno in skladno z zahtevami tekmovalnega pravilnika.,
- Ocena mora biti objavljena takoj po zaključku naslednje sestave ali skladno s pravili tekmovanja.
- Ekipa lahko z dovoljenjem glavne komisije ponovi celotno sestavo, če je do prekinitve prišlo zaradi razlogov, na katere ni mogla vplivati. Ekipa lahko sestavo ponovi ob koncu menjave, če pa so zadnji v menjavi, lahko sestavo ponovijo, ko to določi glavna komisija.
- Dovoljena je uporaba magnezija na vseh orodjih.
- Trener lahko preveri nastavitve na trampolinu in mizi za preskok.
- Trener lahko odstrani dodatno zaščitno blazino na akrobatski stezi in trampolinu.

### **2.2. Odgovornosti tekmovalcev**

Tekmovalci morajo poznati tekmovalni pravilnik in ostale dokumente povezane s tekmovanjem, jih spoštovati in se vesti skladno z v njih zapisanimi pravili.

### **2.3. Dolžnosti tekmovalcev**

#### **2.3.1. Splošna pravila**

- Eden izmed tekmovalcev se mora z dvigom rok/e predstaviti vodji E1 sodniške komisije, po tem ko le-ta prižge zeleno luč ali dvigne zeleno zastavico/karton.
- Višine orodja ni dovoljeno spreminjati.
- Tekmovalci se med tekmovanjem se ne smejo pogovarjati z aktivnimi sodniki.
- Tekmovalci ne smejo zamujati na tekmovanje ali se predolgo zadrževati na tekmovalnem podiju po končanem nastopu.
- Tekmovalci se ne smejo se obnašati nedisciplinirano, prekoračiti svoje pravice ali kršiti pravila tekmovanja (označevati parterni podij ali zaletno stezo z magnezijem, poškodovati orodja pri pripravi na nastop...).

### **2.4. Tekmovalna oprema**

Tekmovalci so oblečeni v ustrezen športni in neprosojen dres. Videz mora biti urejen in skladen s pravili tekmovanja. Z izjemo mešanih ekip morajo tekmovalci oblečeni v identične drese, ki ne smejo biti ohlapni.

- a) Gimnastična obutev ni obvezna. V kolikor se ekipa odloči, da bo nosila obutev za parterno sestavo, morajo biti vsi člani ekipe imeti enako obutev.
- b) Zaščita telesa in zapestij (povoji) je dovoljena, le da mora biti varno pritrjena in diskretnih barv (bež ali kožne barve). Zaščite so lahko tudi pod dresi, vse vidne zaščite pa morajo vedno biti enake barve kot tisti del, ki ga pokrivajo.
- c) Tekmovalci ne smejo nositi nakita. Dekorirane lasnice (špangice), uhani in pirsingi se štejejo kot nakit, njihovo prekrivanje z lepilnim trakom je prepovedano.
- d) Poslikava telesa ni dovoljena (za tattoo-je ni odbitka).
- e) Ohlapni dodatki oblačilom, npr. pas, naramnice ali čipka, niso dovoljeni.

- Lasnice in špange morajo biti varno nameščene,
- Tekmovalne številke ne smejo manjkati ali biti ohlapno pritrjene.

## 2.5. Ženska ekipa

Tekmovalke morajo nositi dres ali unitard (enodelno oprijeto oblačilo z dolgimi hlačnicami) brez ohlapnih delov. Dovoljene so tudi dolge oprijete hlače.

- Vratni izrez dresa mora biti ustrezen, t.j. spredaj ne sme biti nižji kot do polovice prsnice in zadaj ne nižji kot do spodnjega roba lopatice.
- Dres ima lahko rokave ali je brez njih; širina naramnic mora biti najmanj 2 cm.
- Izrez za noge ne sme biti višji kot do kolčnice (največji izrez).
- Dolžina hlačnic je poljubna, morajo pa biti oprežete.
- Dolge oprijete hlače lahko tekmovalke nosijo pod ali nad dresom.

## 2.6. Moška ekipa

Tekmovalci morajo nositi dres, unitard (glej razlago zgoraj) ali gimnastično športno majico z gimnastičnimi kratkimi hlačami ali oprijetimi dolgimi hlačami, ki niso ohlapne.

- Vratni izrez dresa spredaj in zadaj mora biti ustrezen, t.j. spredaj ne sme biti nižji kot do polovice prsnice in zadaj ne nižji kot do spodnjega roba lopatice.

## 2.7. Mešana ekipa

Veljajo pravila za moško in žensko ekipo.

Oblačila tekmovalk mešane ekipe se lahko razlikujejo od oblačil tekmovalcev v isti ekipi. Kot primer, ženske lahko imajo različno barvo dresa kot ga imajo moški.

### Število tekmovalcev v ekipi

Ekipo sestavlja najmanj 8 in največ 10 tekmovalcev, vsi sodelujejo v parterni sestavi, na MPP in akrobatiki pa v vsaki seriji nastopi le 6 tekmovalcev. Ocenjujejo so nastopi vseh tekmovalcev na posameznem orodju.

Mešane ekipe sestavlja 50% tekmovalk in 50% tekmovalcev (članska kategorija), v mlajših kategorijah (TeamGymko 1, 2 in mladinska) pa je lahko delež enih in drugih različen, npr. **6:4, 2:8, 5:3, 2:6.**

### Kategorija: Mini ekipe (6 tekmovalcev)

V mlajših kategorijah (TG1, TG2) so predvidene tudi t.i. "mini ekipe", z največ 6 tekmovalcev (ločena kategorija), tekmujejo pa tako, da v parterni sestavi sodelujejo vsi, medtem ko na MPP in akrobatiki nastopijo le trije tekmovalci. Za tekmovalce v kategoriji "mini ekipe" veljajo enaka pravila kot za preostale kategorije. Lahko se razpiše tudi ločeno kategorijo trojk kjer tekmovalci nastopijo le na akrobatski stezi in v skokih z MPP.

### **3. PRAVILA ZA TRENERJE**

#### **3.1. Pravice trenerjev**

- Trenerji lahko preverijo postavitev orodja pred začetkom tekmovanja,
- Dovoljena je prisotnost trenerja na akrobatski stezi med tekmovalno sestavo iz varnostnih razlogov.
- Na MPP je dovoljena prisotnost dveh trenerjev iz varnostnih razlogov.
- Trenerji lahko pomikajo MPP k/od mizi(e) med izvedbo tekmovalne sestave.
- Trenerju lahko pri glavni komisiji preveri oceno za težavnost sestave (D – ocena).

#### **3.2. Dolžnosti trenerjev**

- Vsak trener mora poznati TEKMOVALNI PRAVILNIK in ostale pomembne dokumente in se mora vesti v skladu z v njih zapisanimi pravili.
- Dolžnost trenerja je predložiti imena tekmovalcev, tarifne lističe in posredovati ostale pomembne informacije skladno s tekmovalnim pravilnikom.
- Trener ne sme spreminjati višine orodja brez dovoljenja.  
Trener ne sme zamujati na tekmovanje, zastirati pogleda sodnikom ali se vtikati v pravice katerega drugega udeleženca tekmovanja.
- Med sestavo trener ne sme govoriti neposredno s tekmovalci ali jim na kakršenkoli način pomagati (z dajanjem znakov, vpitjem ali podobno).
- Med tekmovanjem se trener ne sme razpravljati z aktivnimi sodniki ali drugimi osebami zunaj tekmovalnega prizorišča (izjema: zdravnik ekipe, vodja delegacije)
- Ni dovoljeno nedisciplinarno ali žaljivo obnašanje.
- Ves čas tekmovanja se trener mora obnašati spoštljivo in športno.

#### **3.3. Trenerjeva oblačila**

- a) Vsi trenerji morajo nositi enaka športna oblačila v času tekmovanja.
- b) Trenerji so oblečeni v prepoznavna reprezentančna oblačila (SJ),
- c) Trenerji ne smejo nositi predmetov, ki bi lahko ogrožali ali motili nastop, še posebej pri posredovanju pri nevarnih situacijah (npr. padec tekmovalca/ke). Prepovedani dodatki k oblačilom so:
  - Nepravilno zavezana ali moteča obeza,
  - Nakit, ura, prstani...,
  - Ohlapni predmeti, kot so pasovi, naramnice, opornice, akreditacije ali nepritrjene lasnice.

#### **3.4. Pomoč ali preprečitev padca**

- a) "Varnostno mesto" za MPP in Akrobatsko stezo je obvezno tekom celotne tekmovalne sestave, vključno z ogrevanjem.

- b) Glavni sodnik E1 bo dal znak za pričetek sestave šele takrat, ko bo/sta trenerja na svojem "varnostnem mestu".
- c) Pomoč ali preprečitev morebitnega padca bo ovrednotena v odbitkih E komisije.
- d) Neposredovanje v nevarnih situacijah bo prav tako ovrednoteno v odbitkih E komisije.
- e) Trenerji med tekmovanjem ne smejo dajati tekmovalcem navodil ali jih kako drugače motiti.
- f) Dovoljeno število trenerjev na tekmovalnem podiju v kvalifikacijah in finalnih nastopih:
- Parter                               - **brez trenerja**
  - Akrobatska steza               - **1 trener**
  - MPP                                   - **2 trenerja**



## 4. OCENJEVALNI LIST

Vsi elementi na parterju, akrobatski stezi in MPP morajo biti vpisani v **ocenjevalne** liste, pripravljene za vsakega sodnika (min. 4 kopije), posredovati pa jih je potrebno vodji sodniške komisije pred pričetkom tekmovanja.

### 4.1. Ocenjevalni list - Parter

Kako označiti elemente na sodniškem listu.:

#### a) Kompozicijski(e) elementi/zahteve

- Vsaka formacija (drugačna oblika), najmanj osem, mora biti prikazana v točnem zaporedju, mesto vsakega tekmovalca mora biti natančno označeno. Samo različne oblike formacij naj bodo zapisane, ne drugačne lokacije tekmovalcev v enaki formaciji. Plesno zaporedje (RS) naj bo označeno v enem okvirčku, razen če se med izvajanjem formacija spremeni.
- Majhna formacija **SM**
- Velika formacija **LF**
- Premikajoča krivuljasta formacija **CF**
- Plesno zaporedje **RS** →, **RS** ←
- Letala **↑, ↔,**
- Element težavnosti v plesnem zaporedju **DS**

#### b) Težavnost

- Max. 10 težavnostnih elementov je lahko vpisanih v sodniški list.
- Elementi morajo biti vpisani točno ob formaciji v kateri so izvedeni in v točnem zaporedju izvajanja.
- Simboli in številka elementa ki se bo upoštevala v seštevek D ocene.
- Štejejo samo vrednosti težavnostni elementov.
- Porazdelitev težavnosti **DD** označeno z vodoravno črto

### 4.2. Ocenjevalni list - Akrobatska steza

- Simboli za vse elemente v seriji.
- Vrednost težavnostnih elementov se sešteva.

### 4.3. Ocenjevalni list - Trampolin

- Simboli za elemente.
- Vrednost težavnostnih elementov se sešteva.

## 5. PRAVILA ZA SODNIKE

- Vsi sodniki morajo poznati sodniški pravilnik Teamgym za mlajše kategorije.
- Sodniki morajo imeti ustrezno tehnično znanje gimnastike in razumeti namen sodniških pravil.
- Sodniki morajo imeti opravljen sodniški izpit.
- Sodniki morajo imeti veljavno licenco za tekoče leto.
- Pred tekmovanjem morajo biti sodniki prisotni na vseh sodniških sestankih.
- Pravočasno morajo biti na tekmovalnem prostoru.
- Nositi morajo predpisano sodniško uniformo (temnomodro/črno obleko - krilo ali hlače -in belo bluzo/majico ter kravato).
- Sodniki morajo slediti navodilom odgovornih vodij.
- Pred tekmovanjem morajo soglašati s sojenjem na vseh treh orodjih.
- Vsako sestavo morajo ovrednotiti natančno, dosledno, hitro, objektivno in etično. V primeru dvoma sodijo v korist ekipe.
- Razumejo in izvedejo potrebne naloge, kot so:
  - pravilno izpolnjevanje sodniškega lista,
  - omogočanje učinkovitega poteka tekmovanja,
  - morajo si prizadevati za učinkovito komunikacijo s preostalimi sodniki.
- Sodniki se lahko oddaljijo od svojih sodniških mestih le z dovoljenjem E1 sodnika (oz. CD1 sodnika na parterju).
- Sodniki med seboj ne smejo imeti stikov in se ne smejo razpravljati z drugimi osebami (trenerji, tekmovalci...).
- Vsi sodniki potrdijo svoje ocene s podpisom na sodniški list, ki ga po vsakem tekmovanju predajo sekretarki za sodniško mizo, pred odhodom od mize.

### 5.1. Sestava sodniške komisije

#### Sodniška komisija na orodjih

Sodniška komisija je sestavljena iz:

- C D komisije (kompozicija in težavnost) in
- E komisije (izvedba)

#### C ocena

Zahteve so opisane v členih za posamezno orodje in različno po kategorijah na akrobatski stezi in MPP.

#### D ocena

D ocena je seštevek vseh elementov, ki jim je bila dodeljena težavnost iz preglednice prvin za posamezno orodje. V mlajših kategorijah je D ocena določena vnaprej ali pa omejena navzgor.

#### E ocena

Za izjemno izvedbo, kombinacije in artističnost sestave lahko ekipa dobi oceno 10,00 točk.

Bonus (0,1 točke) se lahko doda k sodnikovi E oceni.

Na parterju se za določitev E ocene seštejejo vsi odbitki za napake v izvedbi in predstavitvi; skupni odbitek se nato odšteje od 10,00 točk.

Na akrobatski stezi in trampolinu se sodniška E ocena izračuna kot povprečje seštevka vseh odbitkov v izvedbi (vseh treh serij), ki se nato odšteje od maksimalne ocene 10,00 točk.

## 5.2. Izračun končne ocene na orodju

- a) Končna ocena na orodju je sestavljena iz treh ločenih ocen sodniških komisij - C ocene, D ocene in E ocene.
- b) CD sodniška komisija izračuna C oceno in D oceno:
  - C ocena temelji na kompozicijskih zahtevah,
  - D ocena je ocena težavnosti, ki jo vsebuje sestava.
- c) E ocena vključuje odbitke za napake v izvedbi sestave.
- d) Končna ocena na orodju je seštevek C ocene, D ocene in E ocene ter odštetimi odbitki glavnega sodnika.

Primer za parterno sodniško komisijo:

### Končna ocena na orodju = C ocena + D ocena + E ocena

<b>C ocena</b>	kompozicija	-0,40 (dve C komponenti manjkata)	1,60
<b>D ocena</b>	težavnost	seštevek priznanih elementov	5,70
<b>E ocena</b>	izvedba	1,60 odbitka od 10,00	8,40
	Odbitki glavnega sodnika (E1)		0,00
		<b>KONČNA OCENA NA ORODJU</b>	<b>15,700</b>

## 6. PARTER

### Splošne zahteve:

- V parterni sestavi tekmuje celotna ekipa. Vaja se izvaja ob spremljavi glasbe. Prisotna mora biti neposredna povezava med gibi in glasbo, v kolikor te povezave ni skozi celotno sestavo (»background music«), ekipi pritiče odbitek.
- Vsi tekmovalci, ki so nastopili kot ekipa na drugih orodjih, morajo sodelovati v skupinski parterni sestavi.
- Sestava mora biti izvedena znotraj parternega prostora velikosti 14 x 16m.
- Ekipa priteče v tekmovalno areno ob znaku organizatorja. Člani ekipe se razvrstijo pred parterjem in počakajo na zeleno luč/znak glavnega sodnika. Po znaku tekmovalci odtečejo na svoja mesta in pričnejo s sestavo hkrati s pričetkom glasbe.
- Sestava mora biti izvedena uravnoteženo, tehnično izpopolnjeno in z veliko amplitudo gibanja. Ekipa mora prikazati sinhronizacijo in preciznost gibanja, kadar je le ta določena. Vsi izbrani elementi morajo biti dinamično izvedeni, ples/gibanje mora biti tekoče in vsebovati logično sosledje »dogodkov«.
- Sestava mora izražati gimnastično in ritmično sposobnost teles tekmovalcev.
- Formacije morajo biti vidne in čiste. Premiki med formacijami morajo vsebovati gimnastične elemente ali gibe.
- Sestava se mora izvajati v različnih smereh in »ravneh«.

### 6.1. Kompozicija

Kompozicijska ocena je sestavljena iz sedmih različnih kompozicijskih elementov in zahtev. Te komponente so:

- Element težavnosti v plesnem zaporedju (DS)
- Plesno zaporedje (RS)
- Letala (2) (↑, ↔)
- Formacije:
  - 8 različnih
  - Majhna formacija (SF)
  - Velika formacija (LF)
  - Premikajoča krivuljasta formacija (CF)

Vsaki komponenta, v kolikor ni izvedena kot to zahteva definicija sledi odbitek 0,2t. Vse kompozicijske zahteve morajo biti vpisane v tekmovalni list, in sicer v koloni za kompozicijo.

### 6.2. Težavnost

D ocena je sestavljena iz desetih različnih težavnostnih elementov, izbira le teh ne sme nikoli vplivati na stil in tehnično preciznost, v zameno za višjo težavnost. Izbrani elementi morajo vedno ustrezati sposobnosti tekmovalcev.

### 6.3. Zahteve za izvedbo

E ocena vključuje odbitke za napake v:

- Koreografska sinhronizacija.
- Enotnost v izvedbi.
- Preciznost v formacijah.
- Prehodi.
- Izvedba elementov težavnosti.
- Padec.
- Amplituda gibanja.
- Dinamika izvedbe.
- Ravnotežje in kontrola gibanja.
- Prestop.
- Napačno število tekmovalcev v ekipi.
- Ujemanje koreografije z glasbo.

Vsi odbitki se na koncu odštejejo od 10,00 točk.

Bonus (0.1) lahko vsak sodnik doda k svoji E oceni, v kolikor je celotna sestava ali del sestave zelo dobro predstavljen, predvsem gledalcem.

### 6.4. Povzetek odbitkov v izvedbi

Temeljno načelo je prepoznati napake kot majhne, srednje ali velike in pri tem upoštevati število tekmovalcev, ki je naredilo to napako. Sodniki morajo biti skozi celotno sestavo pozorni, da uporabijo najbolj primeren odbitek za napake. Vsak E sodnik lahko uporabi naslednje odbitke: 0,1, 0,2, 0,4, 0,7 ali 1,0 točko.

Paziti je potrebno, da skupni odbitki v katerem koli delu sestave ne presegajo VELIKIH odbitkov, ki so zapisani v spodnji tabeli.

Tabela odbitkov za izvedbo				
Število napak ↓	Velikost napake →	Majhne napake	Srednje velike napake	Velike napake
En tekmovalec naredi napako		Zelo majhna 0,1	Majhna 0,2	Srednja 0,4
Manj kot polovica tekmovalcev naredi napako		Majhna 0,2	Srednja 0,4	Velika 0,7
Polovica ali več tekmovalcev naredi napako		Srednja 0,4	Velika 0,7	Zelo velika 1,0

#### **6.4.1. Kazalo za odbitke:**

##### **Zelo majhen odbitek 0,1 točko**

Se uporabi, ko eden od tekmovalcev naredi zelo majhno napako.

##### **Majhen odbitek 0,2 točki**

Se uporabi, kadar manjšo napako naredi več kot ena manj kot polovica tekmovalcev. Lahko se uporabi tudi takrat, ko en tekmovalec naredi srednje veliko napako ali več manjših napak.

##### **Srednje velik odbitek 0,4 točke**

Ta odbitek se uporabi, kadar srednje veliko napako naredi manj kot polovica tekmovalcev ekipe. Lahko se uporabi tudi takrat, ko več kot polovica ekipe naredi manjšo napako ali če en tekmovalec naredi veliko napako.

##### **Velik odbitek 0,7 točke**

Se uporabi, kadar manj kot polovica tekmovalcev ekipe naredi veliko napako ali kombinacijo več manjših, srednjih ter velike napake in tudi, ko več kot polovica tekmovalcev ekipe naredi srednje veliko napako.

##### **Zelo velik odbitek 1,0 točko**

Se uporabi, kadar več kot polovica tekmovalcev ekipe naredi veliko napako.

Vsak sodnik posreduje svoje ocene zaokrožene na eno decimalno natančno (0,1 točke).

#### **6.5. Definicija izvedbe in odbitkov**

##### **Preciznost (natančnost) v formacijah**

Vse formacije morajo biti izvedene natančno (npr. ravne črte, kadar to vaja zahteva).

Majhen odbitek za napako.

##### **Prehodi**

»Prehodi« so mišljeni kot elementi/gibi, ki so uporabljeni v času, kadar tekmovalci zamenjajo formacijo ali se pripravijo na izvedbo skupinskega elementa.

##### **Kvaliteta prehodov:**

Prehodi morajo vsebovati tako gimnastične kot ritmične kvalitete in morajo izgledati kot del parterne sestave.

Celotno telo, ne le roke, mora biti vključeno v gibanje.

Prehodi, ki so narejeni samo z hojo, "marširanjem" ali tekom, ki ne vsebuje nobene gimnastične kvalitete, se odštevajo od E ocene.

Majhen odbitek za napako.

##### **Lahek dostop:**

Prehodi morajo biti izvedeni lahkotno, brez dodatnih, velikih korakov ali vrivanja na prosto mesto. V kolikor tekmovalec nima lahkega dostopa do svojega mesta, se le ta odbije pri E oceni.

Majhen odbitek za napako.

Kadar manjšo napako pri prehodu naredi celotna ekipa, vsakič sledi odbitek 0.4T.

### **Koreografska sinhronizacija**

Ekipa mora sestavo in elemente izvajati istočasno, razen če koreografija določa drugače.

Majhni, srednje veliki in veliki odbitke za napake.

### **Enotnost v izvedbi**

Ekipa mora vse gibe in elemente izvajati popolnoma enako, razen kadar koreografija prikazuje drugače. Npr. v DB201 mora celotna ekipa imeti prosto nogo na enakem mestu.

Majhni ali srednje veliki odbitki za napake.

### **Izvedba težin in elementov gibljivosti**

Elementi morajo biti izvedeni kot zahteva definicija.

Majhni, srednje veliki in veliki odbitki za napake.

### **Dinamična izvedba**

Ekipa mora celotni program izvesti dinamično, z dobrim ritmom, občutkom za gravitacijo, relaksacijo gibov in ekstenzijo. Zaporedje gibanj mora biti logično in tekoče, vsako novo gibanje mora biti nadaljevanje prejšnjega. Med gibi ne sme biti vidnih zaustavitev in predpriprav na nov gib. Vsi elementi in gibi morajo biti izvedeni dinamično. Deli sestave, ki bodo izvedeni le zgibanjem rok in nog oz. brez gibanja celotnega telesa, bodo vsakič prejeli odbitek.

Majhen odbitek za napako.

Kadar manjšo napako pri dinamiki naredi celotna ekipa, se vsakič odbije 0.4T.

### **Amplituda gibanja**

Vsak gib in element mora biti izveden z veliko amplitudo. Razteg gibanja mora biti viden skozi celoten program.

Majhen odbitek za napako.

### **Ravnotežje in kontrola gibanja**

Parтерна sestava mora biti narejena kontrolirano in brez izgube ravnotežja. Kot primer, vsak dodaten korak, poskok, dodaten gib z roko, nogo ali oporo z roko za ohranitev ravnotežja bo kaznovan z odbitkom.

Majhni ali srednje veliki odbitki za napake.

## **6.5.1. Dodatni odbitki v izvedbi**

### **Napačno število tekmovalcev v ekipi**

V primeru, da v ekipi nastopi premalo/preveč tekmovalcev oz. če število žensk in moških v mešani ekipi ni enako, sledi odbitek. Če je tekmovalcev premalo po prekinitvi programa, odbitek ne sledi, saj tekmovalcev ni dovoljeno zamenjati med izvajanjem parterne sestave.

Odbitek 1.0T za manjkajočega/dodatnega tekmovalca.

## **Padec**

Če tekmovalec iz stoječega položaja ali iz drže na rokah pade na zadnjico, hrbet, trebuh ali na stran, sledi odbitek 0.3T na tekmovalca.

## **Prestop**

Prestopu s katerimkoli delom telesa preko parterne črte (označuje parterni prostor v velikosti 14 x 16 m) sledi odbitek. Črta je še del parterja.

Odbitek 0.1T vsakič.

## **Ujemanje koreografije z glasbo (0.2)**

V parterni sestavi mora biti razvidna povezava gibov in glasbe; gledalec in sodnik »morata videti kar slišita in slišati kar vidita«.

Odbitek 0.2T enkrat za nepovezanost gibanja in glasbe.

## **6.6. Koreografske zahteve (2,0 točki)**

### **Element težavnosti v plesnem zaporedju (DS) (0.2)**

- Eden od desetih težavnostnih elementov mora biti izveden v plesnem zaporedju, ta element je lahko ali skok ali akrobatski element.
- Minimalno trije plesni gibi (koraki) morajo biti izvedeni pred elementom težavnosti in najmanj trije plesni gibi po izvedbi (skupaj 6 plesnih korakov).
- Vsi tekmovalci morajo DS izvesti enakočasno.
- Odriv elementa težavnosti mora biti izveden iz ene noge kot tudi doskok, da lahko zagotovimo tekoč prehod med koreografijo in izvedbo elementa. (npr. element, ki se konča v stoji na rokah, ne more izpolniti zahteve).
- Samo en korak je dovoljen pred izvedbo težavnostnega elementa in takoj po njegovi izvedbi morajo tekmovalci pričeti s plesnim delom.
- 0.2 odbitka se dodeli za nepravilno izveden ali manjkajoč DS.
- V primeru, da se težavnost elementa v DS ne prizna, DS pa je izveden pravilno, je kompozicijski zahtevi še zmeraj zadoščeno.
- DS mora biti označen v tekmovalnem listu ob element kjer bo izveden.

### **Plesno zaporedje (RS) (0.2)**

- a) Parтерна sestava ima lahko več kot eno plesno zaporedje, vendar samo eno je lahko označeno v ocenjevalnem listu in šteto v kompozicijsko oceno.
- b) Ekipa mora izvesti enako plesno zaporedje, zrcaljenje je dovoljeno.
- c) Med samo izvedbo morajo vsi tekmovalci enakočasno "potovati" po parternem prostoru. Premikajo se lahko iz ene strani na drugo, od zadaj naprej, od spredaj nazaj ali diagonalno.
- d) "Potovati" pomeni, da se tekmovalci cel čas neprekinjeno in brez pavze premikajo po parterju. "Center ravnotežja" se mora neprekinjeno gibati.
- e) Tekmovalci se lahko premikajo v eni ali dveh skupinah (sestavljena iz najmanj treh tekmovalcev), prihajajo lahko iz različnih strani parterja.



- f) Začetna in končna pozicija (za vsakega tekmovalca), ne sme biti dlje kot 3m od parterne črte (meje). Za diagonalni plesni niz pa je razdalja maksimalno 5m od parternega kota (merjeno kot radius kroga, ki ima svoj center v kotu parterja).
- g) Menjava formacije med plesnim zaporedjem je dovoljena.
- h) Zaporedje mora imeti vsaj eno menjavo tempa.
- i) Število izvedenih elementov je izbira vsake ekipe.
- j) V plesnem zaporedju se ne sme uporabiti elementov težavnosti (to so elementi iz preglednice težin - Appendix 1)
- k) Naslednje zahteve morajo biti izpolnjene:
  - Vsi tekmovalci izvajajo enako plesno zaporedje.
  - Vsi tekmovalci plesno zaporedje izvajajo enakočasno.

### **“Ravni” (0.4)**

V sestavi se mora ekipa **premikati** vsaj v dveh različnih letalih: nazaj in v stran (leva ali desna stran poljubno, torej polovica ekipe se lahko premika v desno in polovica istočasno v levo stran). V kolikor ekipa želi, da se letalo prizna, mora v njem narediti kombinacijo vsaj treh različnih gibanj ali elementov. Obrati za 45° v času izvajanja letala niso dovoljeni. Letalo nazaj se šteje samo v primeru, da zadnja stran telesa vodi v gibanju (hrbet) in pri letalu v stran, če vodi bok. Vmesni koraki so dovoljeni. Akrobatski elementi se ne štejejo kot izvedba letala v stran ali nazaj. Vsi tekmovalci morajo narediti »letalo« istočasno.

Odbitek 0.2T za manjkajoče letalo (nazaj ali v stran).

Letala morajo na tarifnem listu biti označena s puščicami. ↑, ↔

### **Formacije (0.2)**

#### **Število formacij**

Parтерна sestava mora vsebovati vsaj osem različnih formacij. Formacija se šteje kot drugačna, v kolikor je njena oblika drugačna. Sprememba velikosti ali lokacije formacije še ne spremeni (npr. majhen krog je enako kot velik krog, ali krog na desni strani je enako kot krog na levi strani parterja). Ekipa mora v formaciji ostati dovolj dolgo, da je lepo vidna sodnikom.

Odbitek 0.2T za manjkajočo formacijo.

Vsaka formacija (druga oblika) mora biti označena na tarifnem listu.

#### **Velika formacija**

V sestavi mora biti vsaj ena velika formacija, kjer so vsi tekmovalci postavljeni v eni obliki (ne v več manjših skupinah). Velikost formacije mora segati na obe strani (levo in desno) kot tudi naprej in nazaj (nič več kot 1m od parterne linije). Diagonalna linijska postavitve se ne šteje kot velika formacija.

Odbitek 0.2T za manjkajočo veliko formacijo.

#### **Majhna formacija**

Sestava mora vsebovati vsaj en majhno (kompaktno) formacijo, velikost le te ne sme presegati 4x4m.

Odbitek 0.2T za manjkajočo majhno formacijo.

**Premikajoča krivuljasta formacija (CF)**

Sestava mora vsebovati vsaj eno formacijo, v kateri se tekmovalci premikajo in ustvarjajo obliko krivulje in si v tej krivulji sledijo z gibanjem. Velikost in oblika krivulje se lahko spreminja v toku gibanja. Krivulja mora biti razločna in mora vsebovati vsaj tri elemente ali gibe. Lahko se ustvari ena velika krivulja ali dve ločeni manjši krivulji. Najmanjše število tekmovalcev v krivuljasti formaciji je štiri.

Odbitek 0.2T za manjkajočo premikajočo krivuljasto formacijo.

Premikajoča krivuljasta formacija mora biti na tarifnem listu označena s CF.

## 6.7. TeamGymko 1 (7-10 let)

Skupinska sestava bo določena vnaprej kot »obvezna vaja«, trenerji bodo imeli na izbiro le piruete, drže in akrobatski element. Vsebuje najmanj 6 formacij, veliko in majhno formacijo (premikajoča krivuljasta formacija ne bo vključena), ravni  $\uparrow$ ,  $\leftrightarrow$  bodo določene, kot tudi skupinski element, element gibljivosti in plesno zaporedje. Sestava je časovno skrajšana na 1 min in 30s.

### Kompozicija (2,0 točki)

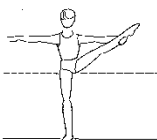
- Formacije (6).
- Ravni.
- Plesno zaporedje (RS).
- Element težavnosti v plesnem zaporedju (DS).

### Težavnost

Težavnost sestavlja sedem elementov iz naslednjih skupin:

- **Elementi ravnotežja x2.**
- **Skoki x2 (eden del DS).**
- **Akrobatski elementi x1.**
- **Skupinski element x1.**
- **Element gibljivosti x1.**

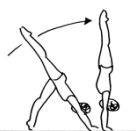
2 elementa ravnotežja:



- **SB601** (drža z nogo v stran) ali **SB406** (lastovka - noga na ali čez 90°) – mora



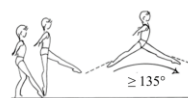
biti zadržana 2s



- **HB1001** (zamah do stoje na rokah)

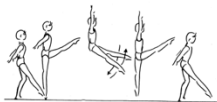
2 ritmična skoka:

- Skok **J422** - (skok visoko - daleč z raznoženjem do 135°)



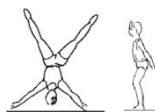
in

- **J617** (škarice)



1 akrobatski element:

- **A209** (rondat)



ali

- **A406/411** (most naprej ali nazaj)



ali

- **A213A/B** (kolo vstran na eni ali obeh rokah)



1 skupinski element:

- **G601** (dvig tekmovalca v zrak)



1 element gibljivosti:

- **F401** (predklon v raznožnem sedlu za 45°)



ali

- **F801** (predklon v raznožnem sedlu do tal)



### **Izvedba**

E ocena vključuje odbitke za napake v:

- Izvedbi.
- Koreografskih zahtevah.

Odbitki obeh skupin se na koncu odštejejo od 10,00T.

- Bonus (0,1) lahko vsak sodnik doda k svoji E oceni.

Vse ostalo je opisano v poglavjih **6.4.**, **6.4.1.**, **6.5.**, **6.5.1.** zgoraj.

## 6.8. TeamGymko 2 (10-13 let)

Skupinska sestava bo določena vnaprej kot »obvezna vaja«, vsebovala bo najmanj 7 formacij, veliko in majhno formacijo, premikajočo krivuljasto formacijo, ravni↑, ↔ bodo določene, kot tudi skupinski element, element gibljivosti in plesno zaporedje. Sestava bo časovno skrajšana na 2 min.

### Kompozicija (2,0 točki)

- Formacije (7).
- Ravni.
- Plesno zaporedje (RS).
- Element težavnosti v plesnem zaporedju (DS).

### Težavnost

Težavnost sestavlja šest elementov iz naslednjih skupin:

- **Elementi ravnotežja x3.**
- **Skoki x2** (eden del DS).
- **Akrobatski elementi x1.**
- **Skupinski element x1.**
- **Element gibljivosti x1.**

3 elementi ravnotežja:

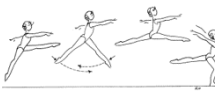
- **DB** - poljubna pirueta za 360'.
- **SB** - poljubna drža, ki mora biti zadržana 2s.
- **HB1001** (stoja na rokah, ki mora biti malo zadržana).

2 ritmična skoka:

- **J623** (skok z menjavo nog – raznoženje do 135')  
ali



- **J823** (skok z menjavo nog – raznoženje 180')  
ali



- **J422** (skok visoko – daleč z raznoženjem do 135')  
ali



- **J616** (mačji skok z obratom za 360')



1 akrobatski element:

- **A** - poljuben akrobatski element, ki pa mora biti izveden na noge.

1 skupinski element:

- **G802** (skupinski element, kjer tekmovalci izvedejo »met« svojega sotekmovalca in ga tudi ujamejo).



1 element gibljivosti:

- **F802B** (sonožni predklon sede)



ali



- **F801** (predklon v raznoženem sedu do tal)

- **F1003** (špaga)



- **F1004** (špaga)



## Izvedba

E ocena vključuje odbitke za napake v:

- Izvedbi.
- Koreografskih zahtevah.

Odbitki teh obeh skupin se na koncu odštejejo od 10,00T.

- Bonus (0,1) lahko vsak sodnik doda k svoji E oceni.

Vse ostalo je opisano v poglavjih **6.4.**, **6.4.1.**, **6.5.**, **6.5.1.** zgoraj.

## 7. AKROBATIKA

### Splošno

- Vsi člani ekipe, ki nastopajo v akrobatiki, morajo nastopiti tudi v parterni sestavi (razen če jih uradni zdravnik tekmovanja opraviči zaradi poškodbe) - sicer sledi diskalifikacija ekipe.
- Ekipa mora priteči v dvorano, ko jim organizator da znak. Ekipa se postavi pri zaletišču in počaka na zeleno luč.
- Ko ekipa na svoji poziciji dobi zeleno luč glavnega sodnika, se vključi glasba in ekipa mora pričeti s svojim nastopom,
- Sestava je izvedena ob glasbi, ki mora biti instrumentalna. Časovni limit je različen glede na posamezno kategorijo.
- Označevanje na akrobatski stezi je prepovedano (zarisanje črt, označevanje z oblačili). Meter bo zalepljen na tleh in napeljan ob akrobatski stezi, kjer bo meril razdaljo od začetka in vse do doskočišča,
- Vsaka ekipa izvede tri različne serije.
- Vse serije morajo biti izvedene brez premorov in vmesnih korakov.
- V vsaki seriji nastopi šest tekmovalcev. V posamičnih serijah lahko nastopajo različni tekmovalci ekipe.
- Mešana ekipa mora imeti v vsaki seriji enako število moških in ženskih tekmovalcev.
- Vsi tekmovalci morajo z zadnjim elementom pristati na doskočišču.
- Po prvi in drugi seriji se morajo tekmovalci v lahkotnem teku skupaj vrniti na začetek.
- En trener mora biti prisoten na doskočišču, najbolje na nasprotni strani sodniške komisije. Trenerju je za trenutek dovoljeno stopiti tudi na akrobatsko stezo.

#### 7.1. **Kompozicija** (max. vrednost je 2,0 točki)

- V prvi seriji VSI tekmovalci izvedejo prvino v enakem zaporedju (ekipna serija).
- V drugi seriji tekmovalci izvedejo prvino v enakem zaporedju ali naraščajoče po težavnosti.
- V tretji seriji tekmovalci izvedejo enako prvino v enakem zaporedju ali naraščajoče po težavnosti.
- Vsaj ena serija mora biti izvedena v smeri nazaj in ena v smeri naprej (različno po kategorijah).
- Ekipa bi naj pokazala raznolikost v izvedbi v drugi in tretji seriji



## **7.2. Težavnost**

- Pri izbiri prvin naj ne odloča težavnost serije, temveč natančnost in tehnična dovršenost izvedbe. Sestava mora ustrezati znanju in zrelosti tekmovalcev.
- Težavnost vsake serije se izračuna kot seštevek težavnostnih elementov vsakega posameznega tekmovalca.
- Vse vrednosti posameznih elementov so vidne v preglednici elementov

## **7.3. Izvedba**

- Vsak E sodnik predloži eno oceno, ki je izračunana kot povprečje treh ocen (ena za vsako serijo) in zaokroženo na najbližjo eno decimalko 0.1.
- Odbitki za izvedbo so izračunani iz seštevka vseh odbitkov za vsakega tekmovalca v seriji. Prazen zalet in napačno število tekmovalcev se prav tako odbija.
- Nekateri odbitki se navezujejo na celotno serijo, medtem ko so nekateri vezani na posamezne elemente. Zadnji salto v seriji ima kar nekaj zahtev, ki jih je potrebno izpolniti, kot npr. višina zadnje salte, dolžina in tudi položaj telesa pri doskoku.
- Doskok mora biti kontroliran, kar pomeni, da se tekmovalec po doskoku lahko "premika" če so ti premiki kontrolirani in v smeri akrobatske serije.
- Kakršnikoli elementi izvedeni po zaustavitvi, padcu ali dodatnih korakih se ne upoštevajo.

## **7.4. Izvedbeni bonus**

Bonus za izvedbo se lahko dodeli, če si izpolnjeni naslednji kriteriji v vsaj eni seriji:

- Identična tehnika in dobra izvedba vseh tekmovalcev,
- vsi doskoki morajo biti izvedeni pokončno in pod kontrolo.

Bonus 0,1 ekipi doda vsak sodnik pri svoji E oceni.

#### 7.4.1. Povzetek odbitkov za izvedbo (E sodniška komisija)

Spodnja tabela povzema vse možne odbitke v izvedbi.

<b>Tabela odbitkov v izvedbi (10,0)</b>	<b>0,1</b>	<b>0,2</b>	<b>0,3 ali več</b>
1. Nejasen položaj telesa v saltih - Kolena in boki - Narazen/prekrižane noge - Glava in stopala - Roke v stran od telesa v obratih / os vrtenja	X X X X	X	X
2. Nepravilen položaj telesa v elementih ki niso salto - Boki in kolena - Glava in stopala	X X	X	
3. Nenatančno rotiranje obratov v saltih - začeti z obratom prehitro - prepozno zaključen obrat v saltu - prerotiranost/nedorotiranost obrata pri doskoku	X X X	X X	
4. Izguba momentuma	X	X	X
5. Prenizek zadnji (0.2) ali predolg zadnji (0.1) salto	X	X	
6. Neiztegnjeno telo pred doskokom - pozno odpiranje ali prehitro odpiranje pred horizontalo - Ni odpiranja	X	X	
7. Ne optimalen položaj telesa pri doskoku - Predklonjen položaj - Kolena in boki (>90° ali počep)		X X	X X
8. Izguba kontrole gibanja pri doskoku - dolg korak ali poskok (>60° raznoženja) - več povezanih korakov ali poskokov za ohranitev ravnotežja - Rahel dotik z obema rokama in kolena - Padeč (zaradi prerotiranja) - Padeč (pomanjkanje rotacije)	X	X	0,50 0,80 1,00
9. Doskok zadnjega elementa ni na doskočišču			X
10. Izvajanje elementov izven središča	X	X	
11. Trenerjeva reakcija - Pomoč - Nereagirane v nevarnih situacijah			1,0 1,5
12. Neenakomeren "streaming"	X		
13. Skupni tek nazaj			0,4
14. Posebni odbitki  - Prazen zalet - Napačno število tekmovalcev			3.0 3.0

## 7.5. TeamGymko 1 (7-10let)

### **Kompozicija** (max. vrednost je 2,0 točki)

Vsak element izveden po zaustavitvi, padcu ali dodatnih korakih se ne bo upošteval pri izračunu kompozicije. V kompozicijo se lahko štejejo samo elementi, ki imajo veljavno D vrednost. V kolikor se v ekipni seriji krogu zgodi, da kateri od tekmovalcev ne naredi enakega elementa kot ostali, se mu kompozicija ne prizna.

Vsi kompozicijski odbitki se odbijajo od 2,0 točk in te vrednosti ne morejo preseči (max. odbitek za kompozicijo je 2,0 točki).

**Tekmovalec je naredil serijo nazaj, če so vsi elementi bili v smeri nazaj in serijo naprej, če so vsi elementi bili izvedeni v smeri naprej!**

### **Povzetek vseh kompozicijskih zahtev**

<b>Kompozicijske zahteve</b>	<b>Odbitek</b>
Ekipna serija in vrstni red v seriji - Manjkajoča ekipna serija - Nepravilen vrstni red v 2. in 3. seriji	0,2 na tekmovalca 0,1 na tekmovalca
Variacija - Ponovitev zadnjega elementa - Manjkajoča serija naprej ali nazaj - Manjkajoč element v seriji	0,2 na tekmovalca 0,2 na tekmovalca 0,3 na tekmovalca in element

## Težavnost

Elementi so navedeni v spodnji preglednici elementov, vse serije morajo vsebovati dva povezana elementa.

Skupina	Osnovni element	Vrednost
Skupina 1 – v smeri naprej	Most naprej	0,10
	Kolo	0,10
	Premet naprej	0,20
	Premet naprej iz obeh nog	0,20
	Skrčen salto	0,40
	Sklonjen salto	0,50
	Stegnjen salto	0,70
	Začetni salto ** - Skrčen - Sklonjen	0,20 0,30
Skupina 2 – v smeri nazaj	Most nazaj	0,10
	Rondat	0,20
	Menikeli	0,20
	Premet nazaj	0,20
	Skrčeni salto	0,50
	Sklonjeni salto	0,70
	Stegnjen salto	1,00

\*\*Začetni salti imajo znižano vrednost.

## Izvedba (10.0T)

Povzetek vseh odbitkov je zapisan v točki 7.4.1..

## 7.6. TeamGymko 2 (10-13 let)

### Kompozicija (2.0T)

Vsak element izveden po zaustavitvi, padcu ali dodatnih korakih se ne bo upošteval pri izračunu kompozicije. V kompozicijo se lahko štejejo samo elementi ki imajo veljavno D vrednost. V kolikor se v ekipni seriji zgodi, da kateri od tekmovalcev ne naredi enakega elementa kot ostali, se mu kompozicija ne prizna.

Vsi kompozicijski odbitki se odbijajo od 2,0 točki in te vrednosti ne morejo preseči (max. odbitek za kompozicijo je 2,0 točki).

**Tekmovalec je naredil serijo nazaj, če so vsi elementi bili v smeri nazaj in serijo naprej, če so vsi elementi bili izvedeni v smeri naprej!**

### Povzetek vseh kompozicijskih zahtev

Kompozicijske zahteve	Odbitek
Ekipna serija in vrstni red v seriji - Manjkajoča ekipna serija - Nepravilen vrstni red v 2. in 3. seriji	0,2 na tekmovalca 0,1 na tekmovalca
Variacija - Ponovitev zadnjega elementa - Manjkajoča serija naprej ali nazaj - Neizpolnitev zahteve po obratih v saltih (180°) - Manjkajoč element v seriji	0,2 na tekmovalca 0,2 na tekmovalca 0,2 na tekmovalca 0,3 na tekmovalca in element

## Težavnost

Elementi so navedeni v spodnji preglednici elementov, dve seriji morata vsebovati dva povezana elementa in vsaj ena serija MORA vsebovati tri povezane elemente.

Skupina	Osnovni element	Vrednost
Skupina 1 – v smeri naprej	Premet naprej	0,10
	Premet naprej iz obeh nog	0,20
	Skrčen salto	0,30
	Sklonjen salto	0,40
	Stegnjen salto	0,50
	Začetni salto **	
	- Skrčen	0,10
	- Sklonjen	0,20
	- Stegnjen	0,30
	- Stregnjen 360°	0,40
	Dvojni skrčen salto	1,10
Skupina 2 – v smeri nazaj	Rondat	0,10
	Premet nazaj	0,20
	Skrčeni salto	0,30
	Sklonjeni slato	0,40
	Stegnjen salto	0,50
	Tempo	0,30
	Dvojni skrčeni salto	0,80
	Dvojni sklonjeni salto	1,00

\*\* Začetne salte imajo znižano vrednost.

### Dodatne vrednosti za obrate v saltih

0,1 točke za vsakega pol obrata (180°) v enojnih in dvojnih saltih.

### Izvedba (10.0T)

Povzetek vseh odbitkov je zapisan v točki 7.3.2..

## 8. MALA PROŽNA PONJAVA - MPP

### Splošne zahteve:

- Vsi člani ekipe, ki nastopajo na trampolinu, morajo nastopiti tudi v parterni sestavi (razen če jih uradni zdravnik tekmovanja opraviči zaradi poškodbe) - sicer sledi diskalifikacija ekipe.
- Ekipa mora priteči v dvorano, ko jim organizator da znak. Ekipa se postavi pri zaletišču in počaka na zeleno luč.
- Ko ekipa na svoji poziciji dobi zeleno luč glavnega sodnika, se vključi glasba in ekipa mora pričeti s svojim nastopom.
- Sestava je izvedena ob glasbi, ki mora biti inštrumentalna.
- Označevanje na zaletni stezi je prepovedano (zarisanje črt, označevanje z oblačili). Meter bo zalepljen na tleh in napeljan ob zaletni stezi, kjer bo meril razdaljo od začetka steze in vse do začetka doskočišča.
- Vsaka ekipa izvede tri različne serije,
- V vsaki seriji nastopi šest tekmovalcev. V posamičnih serijah lahko nastopajo različni tekmovalci ekipe,
- Mešana ekipa mora imeti v vsaki seriji enako število moških in ženskih tekmovalcev ,
- Po prvi in drugi seriji se morajo tekmovalci z lahkotnim tekom vrniti na začetek skupaj.
- Dva trenerja morata biti prisotna na doskočišču.

### 8.1. Kompozicija (max. vrednost je 2,0 točki)

- V prvi seriji morajo VSI tekmovalci izvesti natančno enak element (Ekipna serija).
- V drugi seriji tekmovalci izvedejo enak element ali pa naraščajoč po težavnosti.
- V tretji seriji tekmovalci izvedejo enak element ali pa naraščajoč po težavnosti.
- Vsaj ena serija mora biti izvedena preko mize za preskok.
- Vsaj ena serija mora biti izvedena brez mize za preskok .
- Ekipa bi naj pokazala raznolikost v izvedbi v drugi in tretji seriji.

### 8.2. Težavnost

- Pri izbiri prvin naj ne odloča težavnost prvine, temveč natančnost in tehnična dovršenost izvedbe. Sestava mora ustrezati znanju in zrelosti tekmovalcev.
- Težavnost vsake serije se izračuna kot seštevek težavnostnih elementov vsakega posameznega tekmovalca.
- Vse vrednosti posameznih elementov so vidne v preglednici elementov, z dodatnimi vrednostmi za obrate v saltih. V preglednici so tudi osnovni elementi z in brez mize za preskok.

### **8.3. Izvedba**

- Vsak E sodnik predloži eno oceno, ki je izračunano kot povprečje treh ocen (ena za vsak krog) in zaokroženo na najbližjo eno decimalno mesto 0.1.
- Odbitki za izvedbo so izračunani iz seštevka vseh odbitkov za vsakega tekmovalca v seriji.
- Nekateri odbitki se navezujejo na zahteve glede faze leta kot tudi glede doskoka, ki vključuje višino, dolžino salt in tudi pozicijo telesa pri doskoku. Doskok mora biti kontroliran, kar pomeni, da se tekmovalec po doskoku lahko "premika" če so ti premiki kontrolirani in v smeri nazaj.

### **8.4. Izvedbeni bonus**

Bonus na izvedbo se lahko dodeli, če si izpolnjeni naslednji kriteriji v vsaj eni seriji:

- Identična tehnika in dobra izvedba med vsem tekmovalci,
- vsi doskoki morajo biti izvedeni pokončno in pod kontrolo.

Bonus 0.1 na ekipo doda vsak sodnik v svojo E oceno



#### 8.4.1. Povzetek odbitkov na izvedbo (E sodniška komisija)

Odbitki za izvedbo (10.0)	0.1	0.2	0.3 ali več
1. Nepravilen položaj telesa - Kolena in boki - Raznožene ali krekrižane noge - Glava in stopala - Roke odročene/os vrtenja	X X X X	X	X
2. Nenatančnost rotiranja obratov v saltih - začeti z obratom prehitro - prepozno zaključen obrat v saltu - prerotiranost/nedorotiranost obrata pri doskoku	X X X	X X	
3. Stik z mizo za preskok - odriv ni opravljen v vetrikali (-45° -+30° od vertikale) - pri odrihu iz mize telo ni v iztegnjenem položaju - pokrčene roke pri odrihu iz mize - odriv ni izveden iz obeh rok	X X	X X X	0,60
4. Prenizek ali predolg element - prenizek - predolg	X	X	
5. Neiztegnjen položaj telesa pred doskokom - prepozno odpiranje ali prehitro odpiranje pred vodorav. - ni odpiranja - nedokončan obrat v horizontali	X X	X	
6. Ne optimalen položaj telesa pri doskoku - predklon - kolena in boki (>90° ali počep)	X X	X X	X
7. Ni kontrole ob doskoku - dolg korak ali poskok (>60° raznoženja) - več povezanih korakov ali poskokov za ohranitev ravnotežja - Rahel dotik z obema rokama in kolena - Padec (zaradi prerotiranja) - Padec (pomanjknje rotacije)	X	X	0,50 0,80 1,00
Doskok izven središča	X		X
8. Trenerjeva reakcija - opora - nereagiranje v nevarnih situacijah			1,00 1,50
9. Neenakomeren "streaming"	X		
10. Ni skupnega teka nazaj			0,40
11. Posebni odbitki - prazen zalet - napačno število tekmovalcev			3,00 3,00

## 8.5. TeamGymko 1 (7-10 let)

### Kompozicija (max. vrednost je 2,0 točki)

V kompozicijo se lahko štejejo samo elementi ki imajo veljavno D vrednost. V kolikor se v ekipni seriji zgodi, da kateri od tekmovalcev ne naredi enakega elementa kot ostali, se mu kompozicija ne prizna.

Vsi kompozicijski odbitki se odbijajo od 2,0 točk in te vrednosti ne morejo preseči (max. odbitek za kompozicijo je 2,0 točki).

Če ni drugače zapisano, se vsi kompozicijski odbitki upoštevajo, razen če je manj ko šest tekmovalcev eni seriji - v tem primeru se odbitka za manjkajočega tekmovalca ne dodeli.

### Povzetek kompozicijskih odbitkov

Kopozicijski odbitki	Odbitek
Ekipna serija in vrstni red znotraj serij	
- Manjkajoča ekipna serija	0,2 na tekmovalca
- Nepravilen vrstni red v 2. in 3. seriji	0,1 na tekmovalca
Variacija	
- Ponovitev elementa	0,2 na tekmovalca
- Neizpolnitev zahteve po obratih v saltih*	0,2 na tekmovalca
- Manjkajoča serija z ali brez mize za preskok	2,0 na ekipo

#### **\*Zahteva po obratih v saltu (0,2 točki na tekmovalca)**

Ekipa more izvesti vsaj eno serijo z enojnim saltom z obratom najmanj 180°. Odbitek se upošteva v tisti seriji, kjer se tekmovalci najbolj približajo izpolnitvi zahteve.

Odbitek 0,2T na tekmovalca za neizpolnitev zahteve po obratu v saltu.

Skoki izvedeni z mizo:

\*skladno s pravilom TG mora vsaj en skok biti izveden čez mizo za preskok.

## Težavnost

Skupina	Osnovni elementi	Vrednost
Skupina 1 – Z mizo*	Naskok skrčno in povezano skok stegnjeno	0,30
	Skrčka	0,50
	Premet naprej	0,60
	Rondat	0,60
Skupina 2 – Brez mize	Skok stegnjeno	0,10
	Skok stegnjeno 180'	0,30
	Skok stegnjeno 360'	0,50
	Skok stegnjeno 540'	0,60
	Skok stegnjeno 720'	0,70
	Skok stegnjeno 900'	0,90
	Skok raznožno	0,20
	Skok prednožno raznožno z rokami dotik prstov na nogah ali med nogami	0,40
	Skok prednožno snožno z rokami dotik prstov na nogah	0,50
Skok skrčno	0,30	
	Skok letno v preval	0,70
	Salto naprej skrčeno	0,80
	Salto naprej sklonjeno	0,90
	Salto naprej stegnjeno	1,00

### Dodatne vrednosti za obrate v saltih

0.1 T za vsakega pol obrata (180°) v enojnih saltih.

- **Pri skrčenih saltih samo do 720'.**
- **Pri sklonjenih saltih do 540'**  
in
- **Pri stegnjenem saltu naprej do 360'.**

### Izvedba (10.0T)

Povzetek vseh odbitkov je zapisan v točki 8.4.1..

## 8.6. TeamGymko 2 (10-13let)

### Kompozicija (2.0T)

V kompozicijo se lahko štejejo samo elementi ki imajo veljavno D vrednost. V kolikor se v ekipni seriji zgodi, da kateri od tekmovalcev ne naredi enakega elementa kot ostali, se mu kompozicija ne prizna.

Vsi kompozicijski odbitki se odbijajo od 2,0 točk in te vrednosti ne morejo preseči (max. odbitek za kompozicijo je 2,0 točki).

Če ni drugače zapisano, se vsi kompozicijski odbitki upoštevajo, razen če je manj ko šest tekmovalcev eni seriji - v tem primeru se odbitka za manjkajočega tekmovalca ne dodeli.

### Povzetek kompozicijskih odbitkov

Kopozicijski odbitki	Odbitek
Ekipna serija in vrstni red znotraj serij	
- Manjkajoča ekipna serija	0,2 na tekmovalca
- Nepravilen vrstni red v 2. in 3. seriji	0,1 na tekmovalca
Variacija	
- Ponovitev elementa	0,2 na tekmovalca
- Neizpolnitev zahteve po obratih v saltih	0,2 na tekmovalca
- Neizpolnitev zahteve po dvojnih saltih*	0,2 na tekmovalca
- Manjkajoč serija z ali brez mize za preskok	2,0 na ekipo

#### \*Zahteva po dvojni salti (0,2 na tekmovalca)

Ekipa mora izvesti vsaj eno serijo, v kateri vsi tekmovalci naredijo dvojni salto. Dvojni salto se šteje od odziva na trampolinu in konča z doskokom na blazine (torej, Tsukahara in premet salto se štejeta kot dvojni salto). Odbitek se upošteva v tisti seriji, kjer se tekmovalci najbolj približajo izpolnitvi zahteve.

Odbitek 0,2 na tekmovalca za neizpolnitev zahteve po dvojnem saltu.

## Težavnost

Skupina	Osnovni elementi	Vrednost
Skupina 1 – Z mizo	¼ obrata na – ¼ obrata dol	0.30
	Premet naprej	0.40
	Rondat	0.40
	½ obrata na – ½ obrata dol	0.50
	Premet naprej in ½ obrata dol	0.50
	½ obrata gor – 1/1 obrat dol	0.60
	Premet skrčeni salto	0.90
	Premet sklonjeni salto	1.00
	Skrčena Tsukahara	0.90
	Sklonjena Tsukahara	1.00
Skupina 2 – Brez mize	Skrčeni slato	0.30
	Sklonjeni salto	0.50
	Stegnjeni salto	0.60
	Dvojni skrčeni salto	0.80
	Dvojni sklonjeni salto	0.90
	Dvojni stegnjeni salto	1.00

### Dodatne vrednosti za obrate v saltih

0,1T za vsakega pol obrata (180°) v enojnih in dvojnih saltih.

### Izvedba (10.0T)

Povzetek vseh odbitkov je zapisan v točki 8.4.1..

Avtor: Tina Žlender