

PRILOGA K RAZPISU OP ŠD CENTER MARIBOR V SKOKIH Z MALE PROŽNE PONJAVE

PRAVILNIK ZA PROGRAM SKOKOV Z MALE PROŽNE PONJAVE ZA ZAČETNICE IN ZAČETNIKE

Vsak tekmovalec ali tekmovalka skoči **en obvezni skok** in **tri različne poljubne skoke** iz spodnjih preglednic skokov glede na kategorijo:

- **1. triada (1. – 3. razred)**

Številka skoka	Prvina	Izhodiščna ocena
1 (obvezni skok)	Skok stegnjeno	10
2	Skok skrčeno	10
3	Skok raznožno	10
4	Skok prednožno raznožno	10
5	Skok prednožno sonožno	10
6	Skok stegnjeno ali skrčeno z obratom za 180°	10

- **2. triada (4. – 6. razred)**

Številka skoka	Prvina	Izhodiščna ocena
1 (obvezni skok)	Skok prednožno raznožno	10
2	Skok prednožno sonožno	10
3	Skok stegnjeno z obratom za 180°	10
4	Skok stegnjeno z obratom za 360°	10
5	Preval letno («medvedka»)	10
6	Skrčeni salto naprej	10

- **3. triada (7. – 9. razred)**

Številka skoka	Prvina	Izhodiščna ocena
1 (obvezni skok)	Skok stegnjeno z obratom za 180°	10
2	Skok stegnjeno z obratom za 360°	10
3	Preval letno (»medvedka«)	10
4	Skrčeni salto naprej	10
5	Sklonjeni salto naprej	10
6	Stegnjeni salto naprej	10

Tekmovanje poteka le v posamični konkurenci, ločeno za deklice in dečke v 3 starostnih kategorijah.

Vsi tekmovalci prejmejo priznanja, najboljši trije v ločenih kategorijah za deklice in dečke prejmejo tudi medaljo.