

GIMNASTIČNA ZVEZA SLOVENIJE  
KOPRSKA ULICA 29  
1000 LJUBLJANA

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

Avtor: Tina Žlender

## KAZALO

<b>1.</b>	<b>UVOD.....</b>	<b>4</b>
<b>2.</b>	<b>PRAVILA ZA TEKMOVALCE.....</b>	<b>5</b>
2.1.	<i>Pravice ekipe .....</i>	<i>5</i>
2.2.	<i>Odgovornosti tekmovalcev.....</i>	<i>5</i>
2.3.	<i>Dolžnosti tekmovalcev.....</i>	<i>5</i>
2.3.1.	Splošna pravila.....	5
2.4.	<i>Tekmovalna oprema.....</i>	<i>5</i>
2.5.	<i>Ženska ekipa .....</i>	<i>6</i>
2.6.	<i>Moška ekipa.....</i>	<i>6</i>
2.7.	<i>Mešana ekipa.....</i>	<i>6</i>
2.8.	<i>Mini ekipe (6 tekmovalcev).....</i>	<i>7</i>
<b>3.</b>	<b>PRAVILA ZA TRENERJE.....</b>	<b>7</b>
3.1.	<i>Pravice trenerjev .....</i>	<i>7</i>
3.2.	<i>Dolžnosti trenerjev .....</i>	<i>7</i>
3.3.	<i>Trenerjeva oblačila .....</i>	<i>7</i>
3.4.	<i>Pomoč ali preprečitev padca.....</i>	<i>8</i>
<b>4.</b>	<b>OCENJEVALNI LIST.....</b>	<b>8</b>
4.1.	<i>Ocenjevalni list - Parter .....</i>	<i>8</i>
4.2.	<i>Ocenjevalni list- Akrobatska steza .....</i>	<i>9</i>
4.3.	<i>Ocenjevalni list- MPP.....</i>	<i>9</i>
<b>5.</b>	<b>PRAVILA ZA SODNIKE.....</b>	<b>9</b>
5.1.	<i>Sestava sodniške komisije .....</i>	<i>9</i>
5.2.	<i>Izračun končne ocene na orodju .....</i>	<i>10</i>
<b>6.</b>	<b>PARTER.....</b>	<b>11</b>
6.1.	<i>Kompozicija.....</i>	<i>11</i>
6.2.	<i>Težavnost .....</i>	<i>11</i>
6.3.	<i>Zahteve za izvedbo .....</i>	<i>11</i>
6.3.1.	Povzetek odbitkov v izvedbi.....	12
6.3.2.	Kazalo za odbitke .....	12
6.3.3.	Definicija izvedbe in odbitkov.....	13
6.3.4.	Dodatni odbitki v izvedbi .....	14
6.4.	<i>Koreografske zahteve.....</i>	<i>14</i>

6.4.1.	Povzetek koreografskih zahtev .....	16
6.5.	<b>TeamGymko 1 (6-8 let)</b> .....	16
6.6.	<b>TeamGymko 2 (8-11 let)</b> .....	18
6.7.	<b>TeamGymko 3 (11-14 let)</b> .....	20
7.	<b>AKROBATIKA</b> .....	22
7.1.	<b>Kompozicija (2.0 točki)</b> .....	22
7.2.	<b>Težavnost</b> .....	22
7.3.	<b>Izvedba</b> .....	23
7.3.1.	<i>Izvedbeni bonus</i> .....	23
7.3.2.	<i>Povzetek odbitkov za izvedbo (E sodniška komisija)</i> .....	24
	<b>TeamGymko 1 (6-8 let)</b> .....	25
7.4.	<b>TeamGymko 2 (8-11 let)</b> .....	26
7.5.	<b>TeamGymko 3 (11-14 let)</b> .....	27
8.	<b>MALA PROŽNA PONJAVA - MPP</b> .....	29
8.1.	<b>Kompozicija (max vrednost je 2.0 točki)</b> .....	29
8.2.	<b>Težavnost</b> .....	29
8.3.	<b>Izvedba</b> .....	30
8.3.1.	<i>Izvedbeni bonus</i> .....	30
8.3.2.	<i>Povzetek odbitkov na izvedbo (E sodniška komisija)</i> .....	31
12.1.	<b>TeamGymko 1 (6-8 let)</b> .....	32
12.2.	<b>TeamGymko 2 (8-11 let)</b> .....	33
12.3.	<b>TeamGymko 3 (11-14 let)</b> .....	35

## 1. UVOD

Akrobatske skupinske sestave ali TeamGym je panoga, ki ponuja pestro paleto vsebin za tekmovalca. Sestavljena je v treh disciplin ki skupaj tvorijo zanimiv program, ki ga tekmovalci posamezne ekipe prikažejo 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 se izvajajo ob glasbeni spremljavi brez petja.

Disciplina je razvita predvsem v državah severne Evrope (Skandinavija). Postopoma pa se širi tudi v svet kjer poznajo podobne tekmovalne programe, ki ostajajo na ravni državnih prvenstev. V Evropi se na vsaki dve leti organizira Evropsko prvenstvo.

Bistvo panoge je, da v vsaki disciplini nastopa več tekmovalcev istočasno. Pri skokih z male prožne ponjave tako prvi tekmovalec doskoči ko drugi že teče, prav tako 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 razne 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 cilj 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 skokov z male prožne ponjave.

## **2. PRAVILA ZA TEKMOVALCE**

### **2.1. Pravice ekipe**

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

### **2.2. Odgovornosti tekmovalcev**

Tekmovalci morajo poznati tekmovalni pravilnik in ostale dokumente, ga spoštovati in se vesti temu primerno.

### **2.3. Dolžnosti tekmovalcev**

#### **2.3.1. Splošna pravila**

- eden od 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.
- ni dovoljeno spreminjati višine orodja,
- med tekmovanjem se ne smejo pogovarjati z aktivnimi sodniki,
- ne smejo zamujati na tekmovanje ali se predolgo zadrževati na tekmovalnem podiju po končanem nastopu,
- ne smejo se obnašati nedisciplinirano ali izrabljati svojih pravic in kršiti predpisov (označevati parterni podij ali zaletno stezo z magnezijem, poškodovati orodja pri pripravi na nastop).

### **2.4. Tekmovalna oprema**

Tekmovalci morajo nositi pravilen športni neprosojen dres. Celoten izgled tekmovalcev mora biti primeren in lep. Z izjemo mešanih ekip morajo biti dresi identični za vsa ekipo in 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 obuti enako.

- b. Zaščite telesa in zapestij (povoji) so dovoljeni, ampak morajo biti varno pritrjeni in diskretnih barv (bež ali kožne barve). Zaščite so lahko tudi pod dresi. Vse vidne zaščite 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.
- f. Lasnice in špange morajo biti varno nameščene,
- g. Tekmovalne številke ne smejo biti ohlapno pritrjene ali manjkajoče.

## 2.5. Ženska ekipa

Tekmovalke morajo nositi dres ali unitard (enodelno oprijeto oblačilo z dolgimi hlačnicami) brez ohlapnih delov. Tekmovalke lahko imajo 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 po izbiri, ampak morajo biti oprijete preko celotne noge.
- 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

V veljavi so pravila za moško in žensko ekipo.

Oblačila tekmovalk mešane ekipe so lahko različna od tekmovalcev v isti ekipi. Kot primer, ženske lahko imajo popolnoma drugo 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 (TeamGymko 3, mladinska in članska kategorija), v mlajših kategorijah (TeamGymko 1 in 2) pa je lahko delež enih in drugih različen, npr. 6:4, 2:8, 5:3, 2:6.

## **2.8. Mini ekipe (6 tekmovalcev)**

V mlajših kategorijah (TG1, TG2, TG3) 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**

- Preveriti postavitev orodja pred začetkom tekmovanja,
- Prisotnost trenerja na akrobatski stezi med tekmovalno sestavo iz varnostnih razlogov.
- Prisotnost dveh trenerjev na MPP med tekmovalno sestavo iz varnostnih razlogov,
- Pomikati MPP k/od mizi(e) med tekmovalno sestavo,
- Poizvedeti pri glavni komisiji o oceni za težavnost sestave (D – ocena).

### **3.2. Dolžnosti trenerjev**

- Vsak trener mora poznati tekmovalni pravilnik in ostale pomembne dokumente in dejanja prilagoditi spodaj napisanim pravilom.
- Predložiti imena tekmovalcev, tarifne lističe in ostale pomembne informacije povezane s tekmovalnim pravilnikom.
- Ne sme spreminjati višine orodja brez dovoljenja.
- Ne sme zamujati na tekmovalce, zastirati pogleda sodnikom ali se vmešavati v pravice kateregakoli drugega udeleženca.
- Med sestavo ne sme govoriti neposredno s tekmovalci ali jim pomagati na kakršenkoli način (dajati znakov, vpiti ali podobno).
- Med tekmovalcem ne sme razpravljati z aktivnimi sodniki ali drugimi osebami zunaj tekmovalnega prizorišča (izjema: zdravnik ekipe, vodja delegacije).
- Kakršnokoli ne disciplinirano ali žaljivo obnašanje ni dovoljeno.
- Ves čas tekmovanja se mora obnašati spoštljivo in športno.

### **3.3. Trenerjeva oblačila**

Vsi trenerji morajo nositi enaka športna oblačila v času tekmovanja.

Trenerji morajo nositi oblačila prepoznavna reprezentančna oblačila (SJ).

Trenerji ne smejo nositi predmetov, ki bi lahko ogrožali ali motili celoten nastop, še posebej v primeru posredovanja pri nevarnih situacijah (npr. Padec tekmovalca/ke). Prepovedani dodatki oblačilom so:

- Nepravilno zavezana ali moteča obveza.
- Nakit, ura, prstani,...
- Ohlapni predmeti kot pasovi, naramnice, opornice, akreditacije ali nepritrjene lasnice.

### 3.4. Pomoč ali preprečitev padca

- a. Varovanje pri skokih z male prožne ponjave in na akrobatski stezi 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 varovalnem mestu.
- c. Pomoč ali preprečitev padca bo razvidna v odbitkih E komisije.
- d. Ne posredovanje v nevarnih situacijah bo prav tako razvidno v odbitkih E komisije.
- e. Trenerji med tekmovalcem ne smejo dajati tekmovalcem navodil ali jih kako drugače motiti.
- f. Dovoljeno število trenerjev na tekmovalnem podiju:
  - 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, skopirani za vsakega sodnika (min. 4 kopije) in posredovani vodji sodniške komisije pred začetkom tekmovanja.

### 4.1. Ocenjevalni list - Parter

Kako označiti elemente na sodniškem listu.:

- a. Kompozicijski(e) elementi/zahteve
  - Element gibljivosti **F**
  - Skupinski element **G**
  - Plesno zaporedje **RS →, RS ←**
  - Porazdelitev težavnosti **DD** označeno z vodoravno črto
- b. Težavnost
  - Max. 9 težavnostnih elementov je lahko vpisanih v ocenjevalni list
  - Elementi morajo biti vpisani točno ob formaciji v kateri so izvedeni in v točnem vrstnem redu izvajanja
  - Simboli in številka elementa ki se bo upoštevala v seštevek D ocene
  - Kombinacija se označuje s tem znakom **} C**
  - Štejejo samo vrednosti težavnostni elementov
- c. Koreografske zahteve
  - Vsaka formacija (drugačna oblika) 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.
  - Premikajoča krivuljasta formacija je označena **CF**
  - Ravni **→, ←, ↑**
  - Smeri **↶, ↷, ^, v**



## 4.2. Ocenjevalni list- Akrobatska steza

- Simboli za vse elemente, ki so v seriji
- Vrednost težavnostnih elementov se seštevata

## 4.3. Ocenjevalni list- MPP

- Simboli za elemente
- Vrednost težavnosti posameznih elementov se seštevata

## 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 licenco za tekoče leto.
- Pred tekmovanjem morajo biti pravočasno 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 in kravato).
- Slediti morajo navodilom odgovornih vodij.
- Pred tekmovanjem morajo biti pripravljene soditi 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 kateregakoli sodniškega lista,
  - omogočanje učinkovitega poteka tekmovanja,
  - učinkovita komunikacija z drugimi sodniki.
- Sodniki se lahko oddaljijo od svojih sodniških mestih le z dovoljenjem E1 sodnika (oz. CD1 sodnika na parterju).
- Sodniki ne smejo imeti stikov in ne smejo razpravljati z drugimi osebami (trenerji, tekmovalci...).
- Vsi sodniki potrdijo svoje ocene s podpisom na ocenjevalni list, ki ga predajo sekretarki za sodniško mizo, pred odhodom od mize po vsakem tekmovanju.

### 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. Maksimalni dosežek je možen na parterju (4,0 točke – pri Starejših deklicah in dečkih) 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 seštevkom vseh odbitkov v izvedbi (vseh treh serij), ki se nato odšteje od maksimalne ocene 10,00 točk.

## 5.2. Izračun končne ocene na orodju

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

Primer za sodniško komisijo na parterju:

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

<b>C ocena</b>	kompozicija	-1,00 (ena C komponenta manjka)	3,00
<b>D ocena</b>	težavnost	Seštevek priznanih elementov	5,70
<b>E ocena</b>	izvedba	1,6 odbitka od 10,00	8,40
	Odbitki glavnega sodnika (E1)		0,00
		<b>KONČNA OCENA NA ORODJU</b>	<b>17,100</b>

## 6. PARTER

### Splošne zahteve:

- V parterni sestavi tekmuje celotna ekipa ob spremljavi glasbe. Prisotna mora biti neposredna povezava med gibi in glasbo; v kolikor te povezave ni skozi celotno sestavo (»background music«), se ekipi pripiše odbitek.
- Vsi tekmovalci, ki so nastopili v ekipi na drugih orodjih, morajo sodelovati v skupinski parterni sestavi.
- Sestava mora biti izvedena znotraj parternega prostora velikosti 14 x 16 m.
- Ekipa priteče v tekmovalno areno ob znaku organizatorja. Člani ekipe se razvrstijo pred parterjem in počakajo na zeleno luč/znak glavnega sodnika. Po znaku ekipa odteče na svoja mesta in začne s sestavo ob pričetku 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 mora vsebovati logično sosledje »dogodkov«. Sestava mora vsebovati gimnastično in ritmično kakovost celotnega telesa 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 štirih različnih kompozicijskih elementov in zahtev. Te komponente so:

- Element gibljivosti (F)
- Skupinski element (G)
- Plesno zaporedje (RS)
- Porazdelitev težavnosti (DD)

Vsaka komponenta, v kolikor je izvedena kot to zahteva definicija, ima vrednost 1,00 točke.

### 6.2. Težavnost

D ocena je sestavljena iz različnih težavnostnih elementov in ene vezave. Težavnost je omejena navzgor glede na zahteve za izbiro obveznih prvin.

### 6.3. Zahteve za izvedbo

E ocena vključuje odbitke za napake v:

- Izvedbi
- Koreografskih zahtevah

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

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

### 6.3.1. 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

### 6.3.2. 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 en a 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 in 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).

### 6.3.3. Definicija izvedbe in odbitkov

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

Vse formacije morajo biti izvedene natančno (npr. ravne črte, kadar je to mišljeno).  
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 samo roke, mora biti vključeno v gibanje.

Prehodi, ki so narejeni samo z hojo, korakanjem 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, sledi vsakič odbitek 0,4 točke.

#### **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 elementov težavnosti 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 pred priprav 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 0,4 točke.

#### **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.

### **6.3.4. 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 tekmovalec ni dovoljeno zamenjati med izvajanjem parterne sestave.

Odbitek 1,0 točka 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 0,3 točke na tekmovalca.

#### **Prestop**

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

Odbitek 0,1 točko vsakič.

### **6.4. Koreografske zahteve**

#### **Ujemanje koreografije z glasbo**

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

Odbitek 0,2 točke enkrat za nepovezanost gibanja in glasbe.

**Formacije** (max. odbitek za manjkajoče formacije je 1,6 točke)

#### **Število formacij**

Parтерна sestava mora vsebovati vsaj šest 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). Ekipe mora v formaciji ostati dovolj dolgo, da je lepo vidna sodnikom.

Odbitek 0,2 točki za manjkajočo formacijo.

Vsaka formacija (druga oblika) mora biti označena na ocenjevalnem 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 0,2 točki za manjkajočo veliko formacijo.

### **Majhna formacija**

Sestava mora vsebovati vsaj en majhno (kompaktno) formacijo, velikost le te ne sme presežati 4 x 4 m.

Odbitek 0,2 točki 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 0,2 točki za manjkajočo premikajočo krivuljasto formacijo.

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

### **Ravni (max, odbitek za manjkajoče ravni je 0,4 točke)**

V sestavi se mora ekipa premikati vsaj v dveh različnih ravneh: nazaj in v stran (levo ali desna stran poljubno, torej polovica ekipe se lahko premika v desno in polovica istočasno v levo stran). V kolikor ekipa želi, da se ravni priznajo, mora v njem narediti kombinacijo vsaj treh različnih gibanj ali elementov. Obrati za 45° v času izvajanja ravni niso dovoljeni. Raven nazaj se šteje samo v primeru, da zadnja stran telesa vodi v gibanju (hrbet) in pri ravni v stran, če vodi bok. Vmesni koraki so dovoljeni. Akrobatski elementi se ne štejejo kot izvedba ravni v stran ali nazaj. Vsi tekmovalci morajo narediti premikanje ki zadosti pogoju istočasno.

Odbitek 0,2 točki za manjkajoče gibanje (nazaj ali v stran).

Ravni morajo na ocenjevalnem listu biti označena s puščicami. ↑, ↔

### **Smeri (max, odbitek za manjkajoče smeri je 0,6 točke)**

Med parteno sestavo se morajo tekmovalci vsaj enkrat obrniti v smer naprej, nazaj in v stran (levo ali desno – vendar mora celotna ekipa izbrati enako smer). Diagonalne smeri niso ne zahtevane in ne priznane. Vsi tekmovalci se morajo v zahtevane smeri obrniti istočasno, da zadostijo zahtevi. To ne pomeni, da mora ekipa skozi celotno sestavo gledati v enako smer, le da morajo biti deli sestave, kjer tekmovalci naredijo vsaj tri elemente ali gibe in pri tem gledajo še v isto smer.

Odbitek 0,2 točki za manjkajočo smer (naprej, nazaj ali v stran).

Smeri morajo biti na ocenjevalnih listih označene kot **V** (za naprej) **Λ** (za nazaj) in **<** ali **>** (za levo ali desno).

#### 6.4.1. Povzetek koreografskih zahtev

Tabela koreografskih zahtev	
Ujemanje koreografije z glasbo	0,2
Formacije	
- 6 različnih formacij	0,2 / vsak
- Velika formacija	0,2
- Majhna formacija	0,2
- Premikajoča krivuljasta formacija	0,2
Letala	
- Nazaj	0,2
- V stran	0,2
Smeri	
- Naprej	0,2
- Nazaj	0,2
- Leva ali desna	0,2

#### 6.5. TeamGymko 1 (6-8 let)

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

**Kompozicija** (max. vrednost 3,0 točke)

- Element gibljivosti (F)
- Skupinski element (G)
- Plesno zaporedje (RS)

Vsaka komponenta (v kolikor je izvedena kot zahteva definicija) ima vrednost 1,00 točko.

**Težavnost**

Težavnost sestavlja šest elementov iz naslednjih skupin:

- Elementi ravnotežja (trije elementi),
- Skoki (dva skoka)
- Akrobatski elementi (eden akrobatski element)

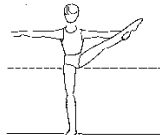


### Trije elementi ravnotežja:

- DB201 ali DB202 – pirueta 360° (navznoter ali navzven)



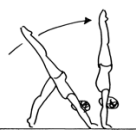
- SB601 (drža z nogo v stran) ali SB406 (lastovka – noga na ali čez 90°) –



mora biti zadržana 2s

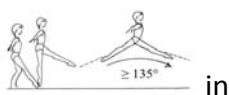


- HB1001 (zamah do stoji na rokah)



### Dva ritmična skoka:

- Direktna povezava skokov J420 – (skok visoko – daleč z raznoženjem do 135°)



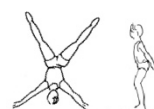
in

- J415 (škarice) , ki tvorita kombinacijo } C = 0,4 točke



### En akrobatski element:

- A203 (rondat)



ali

- A401 (premet naprej – na eno ali obe nogi)



### Izvedba

E ocena vključuje odbitke za napake v:

- Izvedbi
- Koreografskih zahtevah

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

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

## 6.6. TeamGymko 2 (8-11 let)

Skupinska sestava bo določena vnaprej kot »obvezna vaja«, vsebovala bo najmanj 6 formacij, veliko in majhno formacijo, premikajočo krivuljasto formacijo, ravni  $\uparrow$ ,  $\leftrightarrow$  bodo določena, smeri  $\wedge, \vee, < \text{ali} >$  določene, kot tudi skupinski element, element gibljivosti in plesno zaporedje. Sestava bo časovno skrajšana na 2 min.

**Kompozicija** (max vrednost je 3,0 točke)

- Element gibljivosti (F)
- Skupinski element (G)
- Plesno zaporedje (RS)

Vsaka komponenta (v kolikor je izvedena kot zahteva definicija) ima vrednost 1,00 točko

### Težavnost

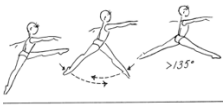
Težavnost sestavlja šest elementov iz naslednjih skupin:

- Trije elementi ravnotežja,
- Dva skoka
- Eden akrobatski element

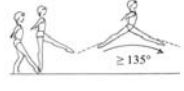
Trije elementi ravnotežja:


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

**Povezava dveh ritmičnih skokov:**

- J622 (skok z menjavo nog – raznoženje do 135°)  ali

- J1022 (skok z menjavo nog – raznoženje 180°)  in

- J420 (skok visoko – daleč z raznoženjem do 135°)  ali

- J614 (mačji skok z obratom za 360°) , ki hkrati pomeni tudi kombinacijo } C, v kolikor je povezava izvedena direktno.

En akrobatski element

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

## **Izvedba**

E ocena vključuje odbitke za napake v:

- Izvedbi
- Koreografskih zahtevah

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

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

## 6.7. TeamGymko 3 (11-14 let)

Skupinska sestava (v tej kategoriji ni več obvezne vaje) mora vsebovati vsaj 6 različnih formacij, veliko in majhno formacijo premikajočo krivuljasto formacijo, ravni ↑, ↔, smeri ^, v, <ali> in sestavo mora trajati najmanj 2 min in največ 2 min in 30 s.

**Kompozicija** (max. vrednost je 4,0 točke)

- Element gibljivosti (F)
- Skupinski element (G)
- Plesno zaporedje (RS)
- Porazdelitev težavnosti (DD)

1. Težavnostni elementi morajo biti enakomerno razporejeni skozi celotno sestavo.
2. Vsaj dva elementa težavnosti morata biti izvedeni po preteku 1 min in 30 sekund. Porazdelitev težavnosti se bo upoštevala, v kolikor so D- elementi.
  - Označeni na ocenjevalnem listu
  - Spadajo v skupino osmih "obveznih" D – elementov
  - Izvedeni po časovnem limitu 1 min in 30 s – ne glede na to ali je element priznan ali ne
3. V kolikor dva elementa nista izvedena po 1 min in 30 s sestave se 1,0 točka za porazdelitev težavnosti (DD) ne dodeli.
  - Točen čas (1 min in 30 s) mora biti na ocenjevalnem listu označen z vodoravno črto, tako, da je vidno kateri elementi so izvedeni v časovnem limitu.

Vsaka komponenta (v kolikor je izvedena kot zahteva definicija) ima vrednost 1,00 točko

### Težavnost

Težavnost sestavlja osem elementov iz naslednjih skupin:

- Trije elementi ravnotežja,
- Trije skoki in
- Dva akrobatska elementa.

### Trije elementi ravnotežja:

- Obvezno eden iz skupine DB – dinamičnih ravnotežij
- Obvezno eden iz skupine SB – stoječih ravnotežij, ki mora biti zadržan vsaj 2 s
- HB1001 (stoja na rokah – zadržana najmanj 2 s),

Poljubni trije skoki in dva akrobatska elementa in

## **Kombinacija**

Vrednost vezave se bo štela, v kolikor tekmovalci direktno povežejo dva od sedmih izbranih težavnostnih elementov. Možnosti vezav so naslednje:

- Skok + skok
- Skok + pirueta ali "stoječe ravnotežje"
- Skok + akrobatski element ali obratno.

## **Izvedba**

E ocena vključuje odbitke za napake v:

- Izvedbi
- Koreografskih zahtevah

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

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

## 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) – če ne sledi diskvalifikacija 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 začeti s svojim nastopom,
- Sestava je izvedena ob glasbi, ki mora biti inštrumentalna in brez besedila. Časovni limit je različen glede na kategorijo,
- Označevanje na akrobatski stezi je prepovedano (zarisanje črt, označevanje z oblačili). Meter bo zalepljen na tleh in speljan 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 zadnji element pristati na doskočišču,
- Po prvi in drugi seriji se morajo tekmovalci v lahkotnem teku vrniti na začetek skupaj,
- Samo en trener je lahko 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 prvine v enakem zaporedju (ekipna serija)
- V drugi seriji tekmovalci izvedejo prvine v enakem zaporedju ali naraščajoče po težavnosti
- V tretji seriji tekmovalci izvedejo enako prvine 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 element so vidne v preglednici elementov

### **7.3. Izvedba**

- Vsak E sodnik predloži eno oceno, ki je izračunano kot povprečje treh ocen (ena za vsako serijo) in zaokroženo na najbližjo eno decimalko 0,1 točke.
- Odbitki za izvedbo so izračunani iz seštevka vseh odbitkov za vsakega tekmovalca v seriji. Manjkajoči elementi, 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. za zadnjo salto v seriji obstaja 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

#### **7.3.1. 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 točke ekipi doda vsak sodnik pri svoji E oceni.

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

Spodnja tabela povzema vse možne odbitke v izvedbi.

Tabela odbitkov v izvedbi (od 10,0 točk navzdol)	0,1	0,2	0,3 ali več
1. Nejasen položaj telesa v saltih <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kolena in boki</li> <li>- Narazen/prekrižane noge</li> <li>- Glava in stopala</li> <li>- Roke vstran od telesa v obratih / os vrtenja</li> </ul>	X X X X	X	X
2. Nepravilen položaj telesa v elementih ki niso salto <ul style="list-style-type: none"> <li>- Boki in kolena</li> <li>- Glava in stopala</li> </ul>	X X	X	
3. Nenatančno rotiranje obratov v saltih <ul style="list-style-type: none"> <li>- začeti z obratom prehitro</li> <li>- prepozno zaključen obrat v saltu</li> <li>- Premajhna ali prevelika rotacija obrata pri doskoku</li> </ul>	X X X	X  X	
4. Izguba momentuma	X	X	X
5. Prenizek zadnji (0,2 točki) ali predolg zadnji (0,1 točko) salto	X	X	
6. Ne iztegnjeno telo pred doskokom <ul style="list-style-type: none"> <li>- pozno odpiranje ali prehitro odpiranje pred horizontalo</li> <li>- ni odpiranja</li> </ul>	X	X	
7. Ne optimalen položaj telesa pri doskoku <ul style="list-style-type: none"> <li>- Predklonjen položaj</li> <li>- Kolena in boki (&gt;90° ali počep)</li> </ul>		X X	X X
8. Izguba kontrole gibanja pri doskoku <ul style="list-style-type: none"> <li>- izguba kontrole</li> <li>- rahel dotik z eno roko/kolenom</li> <li>- rahel dotik z obema rokama/koleni</li> <li>- padec</li> <li>- doskok ni izveden na noge</li> </ul>		X	X 0,5 0,8 1,5
9. Doskok zadnjega elementa ni na doskočišču			X
10. Izvajanje elementov izven središča	X	X	
11. Trenerjeva reakcija <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pomoč</li> <li>- Ne reagiranje v nevarnih situacijah</li> <li>- Pomoč pri izvedbi elementa</li> </ul>			0,8 1,5 1,5
12. Neenakomeren "streaming"	X		
13. Skupni tek nazaj			0,4
14. Posebni odbitki <ul style="list-style-type: none"> <li>- Manjkajoč element v seriji</li> <li>- Prazen zalet</li> <li>- Napačno število tekmovalcev</li> </ul>			0,5 vsakič 1,5 1,0



## TeamGymko 1 (6-8 let)

### Kompozicija (max vrednost je 2,0 točke)

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 ekipnem 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 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 serije - Manjkajoča serija naprej ali nazaj	0,2 na tekmovalca 0,2 na tekmovalca

### Težavnost

Skupina	Osnovni element	Vrednost
Skupina 1 – v smeri naprej	Preval naprej	0,10
	Stoja preval	0,20
	Kolo	0,20
	Most naprej	0,20
	Tik tak	0,30
	Premet naprej	0,40
	Premet naprej iz obeh nog	0,40
	Preval letno	0,60
	Skrčeni salto	0,70
	Sklonjeni salto	0,80
Stegnjeni salto	1,00	
Skupina 2 – v smeri nazaj	Preval nazaj	0,10
	Most nazaj	0,20
	Rondat	0,40
	Premet nazaj	0,60

**Vsaj dve seriji morata vsebovati dva povezana elementa.**

## 7.4. TeamGymko 2 (8-11 let)

**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 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 serije - Manjkajoča serija naprej ali nazaj	0,2 na tekmovalca 0,2 na tekmovalca

### Težavnost

Elementi so navedeni v spodnji preglednici elementov.

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

**Vse serije morajo vsebovati dva povezana elementa.**

## 7.5. TeamGymko 3 (11-14 let)

**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 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).

**Tekmovalac 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 serije - Manjkajoča serija naprej ali nazaj - Neizpolnitev zahteve po obratih v saltih	0,2 na tekmovalca 0,2 na tekmovalca 0,2 na tekmovalca

## Težavnost

Elementi so navedeni v spodnji preglednici elementov, dve seriji morata vsebovati dva povezana elementa in vsaj ena serija mora vsebovati tri povezane elemente od katere se dva največ ovrednotena štejeta v oceno.

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
	- Stregnjeni 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.

## 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 tekmovalca opraviči zaradi poškodbe) – če ne, sledi diskvalifikacija 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 začeti s svojim nastopom.
- Sestava je izvedena ob glasbi, ki mora biti inštrumentalna in brez besedila.
- Označevanje na zaletni stezi je prepovedano (zarisanje črt, označevanje z oblačili). Meter bo zalepljen na tleh in speljan 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 vrniti na začetek skupaj, z lahkotnim tekom.
- Dva trenerja sta lahko 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 decimalko (0,1 točko).
- 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 salte in tudi pozicija telesa pri doskoku. Doskok mora biti kontroliran, kar pomeni, da se tekmovalec po doskoku lahko "premika" če so ti premiki kontrolirani in v smeri naprej ali nazaj.

#### **8.3.1. 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 točke na ekipo doda vsak sodnik v svojo E oceno

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

Odbitki za izvedbo (od 10,0 toč navzdol)	0,1	0,2	0,3 ali več
1. Nepravilen položaj telesa			
- Kolena in boki	X	X	X
- Raznožene ali krekrižane noge	X		
- Glava in stopala	X		
- Roke odročene/os vrtenja	X		
2. Nenatančnost rotiranja obratov v saltih			
- začeti z obratom prehitro	X	X	
- prepozno zaključen obrat v saltu	X		
- premajhna ali prevelika rotacija obrata pri doskoku	X	X	
3. Stik z mizo za preskok			
- neiztegnjen položaj telesa		X	
- pomanjkanje dviga/odriva iz mize		X	
- odriv z mize ni viden			0,4
4. Prenizek ali predolg element			
- prenizek	X		
- predolg		X	
5. Priprava na doskok			
- prepozno odpiranje ali prehitro odpiranje pred vodorav.	X		
- ni odpiranja		X	
6. Ne optimalen položaj telesa pri doskoku			
- predklon		X	X
- kolena in boki (>90° ali počep)		X	X
7. Ni kontrole ob doskoku			
- izguba kontrole		X	
- Rahel dotih z dlanjo/kolenom			X
- Rahel dotik z obema rokama in kolenoma			0,5
- Padec (sed, kotaljenje, itd.)			0,8
- Ni doskoka najprej na noge – ni težavnosti			1,5
8. Doskok izven središča	X	X	
9. Trenerjeva reakcija			
- opora			0,8
- ne reagiranje v nevarnih situacijah			1,5
- pomoč pri izvedbi elementa – ne priznamo težavnosti			1,5
10. Neenakomeren "streaming"	X		
11. Ni skupnega teka nazaj			0,4
12. Posebni odbitki			
- prazen zalet			1,5
- napačno število tekmovalcev			1,0

## 12.1. TeamGymko 1 (6-8 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 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 točki 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 kot šest tekmovalcev eni seriji – v tem primeru se odbitka za manjkajočega tekmovalca ne dodeli.

### Povzetek kompozicijskih odbitkov

Kompozicijski odbitki	Odbitek
Ekipna serija in vrstni red znotraj serij <ul style="list-style-type: none"><li>- Manjkajoča ekipna serija</li><li>- Nepravilen vrstni red v 2. in 3. seriji</li></ul>	0,2 na tekmovalca 0,1 na tekmovalca
Variacija <ul style="list-style-type: none"><li>- Ponovitev elementa</li><li>- Manjkajoča serija z ali brez mize za preskok</li></ul>	0,2 na tekmovalca 2,0 na ekipo

### Težavnost

Skupina	Osnovni elementi	Vrednost
Skupina 1 – Z mizo*	Skrčka	0,30
	Raznožka	0,30
	Premet naprej	0,40
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 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 skrčeno	0,30
	Skok letno v preval	0,70
	Salto naprej skrčeno	0,90
	Salto naprej skrčeno 180°	1,00

Skoki izvedeni z mizo:



\*skladno s pravilom TG mora vsaj en skok biti izveden čez mizo za preskok in skok se za to kategorijo izvede preko kupa blazin, visokega max 1 m.

## 12.2. TeamGymko 2 (8-11 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 točki 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 <ul style="list-style-type: none"><li>- Manjkajoča ekipna serija</li><li>- Nepravilen vrstni red v 2. in 3. seriji</li></ul>	0,2 na tekmovalca 0,1 na tekmovalca
Variacija <ul style="list-style-type: none"><li>- Ponovitev elementa</li><li>- Neizpolnitev zahteve po obratih v saltih*</li><li>- Manjkajoča serija z ali brez mize za preskok</li></ul>	0,2 na tekmovalca 0,2 na tekmovalca 2,0 na ekipo

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

Ekpa 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 0,2 točke na tekmovalca za neizpolnitev zahteve po obratu v saltu.

## Težavnost

Skupina	Osnovni elementi	Vrednost
Skupina 1 – Z mizo*	Skrčka	0,30
	Raznožka	0,30
	Premet naprej	0,50
	Rondat	0,50
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	0,5
Skok skrčno	0,3	
	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 točke 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°.

Skoki izvedeni čez mizo:

\*skladno s pravilom TG mora vsaj en skok biti izveden čez mizo za preskok in skok se za to kategorijo izvede preko mize.

## 12.3. TeamGymko 3 (11-14 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 točki 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 krog z ali brez mize za preskok	2,0 na ekipo

### **\*Zahteva po dvojni/trojni salti (0,2 točki 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 točki na tekmovalca za neizpolnitev zahteve po dvojnem saltu.

## Težavnost

Skupina	Osnovni elementi	Vrednost
Skupina 1 – z mizo	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 salto	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

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