

**NEMZETKÖZI TORNASZÖVETSÉG (FIG)**



**KOROSZTÁLYOS VERSENYEK  
2017 – 2020 SZABÁLYOK**



**AKROBATIKUS TORNA**

**Jóváhagyva a FIG Végrehajtó Bizottsága által**

## Előszó

A FIG Akrobatikus Torna Szövetség Technikai Bizottsága az alábbiakban bemutatja az új, ratifikált Korcsoportos Világbajnokság Szabályzatát, amely 2017. január 1-től lép érvénybe. A Szabályzat a jelenleg érvényben levő FIG Alapszabályzatra, a FIG Általános Technikai Szabályzatra, az Akrobatikus Tornára vonatkozó FIG technikai szabályzatra, a FIG Bírói szabályzatára, a módosított, és bővített Nehézségi Elemtáblázatra és a 2017-2020-as Pontozási Szabályzatra épül.

Ez a kiadás át lett dolgozva, hogy kellően tükrözze a 2017-2020 Pontozási Szabályzatban levő változásokat. A Korcsoportos versenyprogram alapelvei változatlanok maradtak.

A mellékletek célja, hogy a fejlődő országoknak ne kelljen több dokumentumot áttanulmányoznia egy gyakorlat összeállításához. A 4. Melléklet a Nehézségi Elemtáblázatból választott olyan elemeket tartalmaz, amelyek a 11-16 éves korosztályban szabadon választott elemként felhasználhatók. A cél az volt, hogy új edzők számára útmutatást nyújtsunk az elemek kiválasztásánál, és hogy ne kelljen a FIG Nehézségi elemtáblázatát használni. Ugyanakkor a 4. melléklet nem gátolja a Nehézségi Elemtáblázat használatát a már tapasztaltabb edzők és sportolók számára. A többi melléklet a 2017-2020-as Pontozási szabályzatából való. Ezáltal az új országoknak kevésbé lesz szükségük a Pontozási szabályzat tanulmányozására.

## Köszönetnyilvánítás

Az Akrobatikus Torna Technikai Bizottsága ezúton köszöni meg Konrad Zielinski úrnak és feleségének Gizelának az Age Group Program összeállításában nyújtott közreműködésüket. Világszintű munkásságuk jelentős szerepet töltött be sportunk történetében, amelyről soha nem feledkezhetünk meg. Az Akrobatikus torna technikai bizottsága ezúton szeretné megköszönni Karl Wharton úrnak a munkáját, aki 2009 -2016 között TC Acro tagjaként és titkáráként dolgozott. Az 1. Mellékletben található kötelező elemtáblázat rajzai az ő munkája.

A FIG Akrobatikus torna Technikai Bizottságának összes 2013-2016 közötti tagja közreműködött az Age Group szabályok átdolgozásában:

Ms. Rosy Taeymans	BEL	<i>Elnök</i>
Ms. Tonya Case	USA	<i>Alelnök</i>
Ms. Irina Nikitina	RUS	<i>Alelnök</i>
Mr. Karl Wharton	GBR	<i>Titkár</i>
Ms Nikolina Hristova	BUL	<i>Tag</i>
Mr Yuriy Goliak	UKR	<i>Tag</i>
Mr Frank Böhm	GER	<i>Tag</i>

# 2017 – 2020

## Korosztályos Világbajnokság Szabályzata

### Tartalom

Előszó .....	2
Bevezetés .....	5
I. RÉSZ .....	6
1. Cikkely: RÉSZVÉTEL .....	6
2. Cikkely: A VERSENYEK .....	6
II. RÉSZ .....	7
3. Cikkely: BÍRÓK .....	7
III. RÉSZ .....	7
11-16 ÉVES KORCSOPORT .....	7
4. Cikkely: A VERSENY SZERKEZETE .....	7
5. Cikkely: A GYAKORLATOK ÖSSZEÁLLÍTÁSA .....	8
6. Cikkely: PÁROSOK: Statikus és Dinamikus gyakorlatai .....	10
7. Cikkely: CSOPORTOK: Statikus gyakorlat .....	11
8. Cikkely: CSOPORTOK: Dinamikus gyakorlat .....	12
9. Cikkely: EGYÉNI ELEMEEK .....	12
10. Cikkely: 11-16-os KORCSOPORT ELBÍRÁLÁSA .....	12
IV. RÉSZ: 12-18 ÉVES KORCSOPORT .....	14
11. cikkely: A VERSENYEK SZERKEZETE .....	14
12. cikkely: A GYAKORLATOK ÖSSZEÁLLÍTÁSA .....	14
13. cikkely: 12-18 ÉVES KORCSOPORT ELBÍRÁLÁSA .....	16
V. RÉSZ: 13-19 ÉVES KORCSOPORT .....	16
14. cikkely: A VERSENY STRUKTÚRÁJA .....	16
15. cikkely: A GYAKORLATOK ÖSSZEÁLLÍTÁSA .....	16
1. számú melléklet: HIBÁK É LEVONÁSOK TÁBLÁZATAI .....	20
43. cikkely: A VEZETŐBÍRÓ (CJP) ÉS A NEHÉZSÉGI BÍRÓ (DJ) BÜNTETÉSEI .....	20
44. cikkely: MŰVÉSZI PONTOZÁS .....	21

45. cikkely: TECHNIKAI HIBÁK .....	22
2. számú melléklet: A SPORTOLÓK MÉRÉSE.....	26
3. számú melléklet: KÖTELEZŐ ELEM TÁBLÁZAT .....	29
4. számú melléklet VÁLASZTHATÓ ELEM TÁBLÁZATA.....	36

## Bevezetés

A FIG akrobatikus torna korcsoportos rendezvényeinek kiemelt céljai:

- Egy a megfelelő elemek kiválasztására, kivitelezésére és művészi hatásra hangsúlyt fektető jól szerkesztett program segítségével támogatni az akrobatikus torna új országait abban, hogy sportolóikat kineveljék.
- Oktatással és tapasztalatszerzéssel segíteni az új sportolók fejlődését
- Megfelelő környezetet teremteni az edzőknek és bíróknak a tanulásához, hogy a fiatal sportolókat világszínvonalú versenyeken való részvételre felkészítsék.
- Lehetőséget biztosítani a világszínvonalú küzdőtéren még járatlan edzőknek, bíróknak és sportolóknak, hogy a legjobb szakemberekkel együtt dolgozzanak, hogy így fejlődjenek.
- A jövő csillagainak azonosítása, és a szerepükből fakadó felelősségek megtanítása.
- Fejlődő tehetségek kibontakozásának bemutatása a nézők és a média számára, valamint az akrobatikus torna versenyszabályainak megismertetése.

## I. RÉSZ

### 1. Cikkely: RÉSZVÉTEL

- 1.1. A sportolók száma egy nemzeti válogatottban nem haladhatja meg a 52-t.
- 1.2. Minden korcsoportos eseményen a nemzeti válogatottban kategóriánként maximum 2 egység lehet.
- 1.3. Minden sportoló csak és kizárólag egy egységben, és egy korcsoportban versenyezhet.
- 1.4. Azok az egységek, akik korábban bármikor versenyeztek Világbajnokságon, Világkupán, Világjátékokon, vagy felnőtt kontinentális bajnokságokon nem indulhatnak korcsoportos versenyeken. Azok a sportolók, akik felnőtt kategóriában már versenyeztek, de új egységbe kerültek, indulhatnak. Azok az egységek, akik bármely FIG vagy kontinentális versenyen 12-18, vagy 13-19-es korosztályban versenyeztek, nem versenyezhetnek a 11-16 éves korcsoportban.  
Egy sportoló csak egy Age Group-ban és egységben indulhat ugyanazon a versenyen  
Egy páros/ csoport csak felfelé léphet a korosztályokon belül, pl. 11-16-ból 12-18-ba, vagy 12-18-ból 13-19-be.  
Egy sportoló csak akkor léphet alacsonyabb kategóriában pl. 13-19-ből 12-18-ba, ha egy új egységben indul.

Megjegyzés: \* Az számít új egységnek, ha egy páros egyik tagja, és a csoportoknál 2 vagy több partner cserélődik.

#### 1.5. A delegáció maximális mérete:

Delegációvezető	1	
Csapatmenedzser		FIG Akkreditációs szabályai szerint
Edzők		FIG akkreditációs szabályai szerint
Versenyzők	52	Maximum 2 egység/kategória és korcsoport
Orvos	1	
Fizioterapeuta	1	
Bírók	2	Nemzetközi bírói engedéllyel (nincs benne a FIG Technikai Bizottsága által kinevezett Vezető és Nehézségi Bíró)

### 2. Cikkely: A VERSENYEK

- 2.1. A Korcsoportos világbajnokság nem eshet egybe a felnőtt világbajnoksággal. Legalább két napnak kell eltelnie az egyik esemény zárásától a következő kezdetéig.
- 2.2. Három korcsoportos rendezvény lesz, 11-16 és 12-18, 13-19 éves korcsoportnak. Nincs csapatverseny.
- 2.3. A versenyzők versenyen számított életkora az adott év december 31-i életkora. Tehát, ha egy adott versenyző december 29-én tölti be 16. életévét, akkor az egész évben, január 1-től december 31-ig 16 évesnek számít.
- 2.4. Minden Korcsoportos versenyen 5 kategória lesz:
  - Női párosok
  - Férfi párosok
  - Vegyes párosok
  - Női hármasok
  - Férfi négyesek

## II. RÉSZ

### 3. Cikkely: BÍRÓK

- 3.1. A FIG akrobatikus torna Technikai Bizottsága 2 vezetőbíró-t nevez ki, általában az I. FIG kategóriás bírók közül. Ők semmilyen más szerepet nem vállalhatnak a verseny során, és a szövetségek szempontjából semlegesnek számítanak.
- 3.2. A FIG akrobatikus torna Technikai Bizottsága minimum 4 és maximum 10 nehézségi bíró-t sorsol ki a résztvevő országok I., II. és III. kategóriás bírói közül. Amennyiben semmilyen más szerepet nem töltenek be a verseny során, a szövetségek szempontjából semlegesnek tekintetnek, és a delegációk extra tagjainak számítanak. Ha a nehézségi bíró a szövetség által delegált 2 bírójának egyike (lásd 9. cikkely), akkor művészi vagy technikai bírónak sorsolják, amikor nem a nehézségi bírói szerepét tölt be.
- 3.3. Minden résztvevő szövetség jogosult két I., II., III. vagy IV. kategóriás bíró-t küldeni.
- 3.4. Azok a szövetségek, akik rendelkeznek FIG bírói minősítésű bírókkal, kötelesek legalább egy bíró-t delegálni. Ha nem teszik, a szövetséget a FIG Technikai szabályzatában foglaltaknak megfelelően megbírságozzák, kivéve az új országokat, a versenyzésük első ciklusában.
- 3.5. Minden bíró legalább egyszer garantáltan pontozhat, vagy mint technikai kiviteli, vagy mint művészi kiviteli bíró.
- 3.6. Azok a bírók, akiket nem osztottak be egy adott blokk pontozására, vonalbíróként vagy időmérő bíróként foglalkoztathatók.

## III. RÉSZ

### 11-16 ÉVES KORCSOPORT

#### 4. Cikkely: A VERSENY SZERKEZETE

##### Elődöntők

- 4.1. Minden egység egy statikus és egy dinamikus gyakorlatot mutat be.
- 4.2. A gyakorlat kötelező és szabadon választott elemekből áll.
- 4.3. Az elődöntők utáni rangsort a statikus és a dinamikus gyakorlatok pontszámainak az összege alapján állapítják meg.
- 4.4. Minden kategóriában az első 8 helyezett, de egy országból maximum egy egység jut be a döntőbe. Amennyiben 12-nél kevesebb induló van a kategóriában, csak az első 6 jut a döntőbe. Ha 30, vagy annál több induló egység van, akkor az első 10 jut a döntőbe.
- 4.5. Mindkét gyakorlat (statikus és dinamikus) bemutatása nélkül a versenyzők nem kerülhetnek be a döntőbe.
- 4.6. Az elődöntőben kialakult holtverseny eldöntése:
  - 1) Statikus és dinamikus gyakorlatok technikai pontszámainak legmagasabb összege.

- 2) Ha a holtverseny így is fennáll, nincs további intézkedés, a döntőben az indulási sorrendet sorsolással döntik el.

## **Döntők**

- 4.7. A pontozás nulláról indul. *[a kvalifikáció pontjai nem számítanak – a fordító].*
- 4.8. A döntőben az egységek egy gyakorlatot mutatnak be, vagy statikus, vagy dinamikus, a kategóriájukra vonatkozó előírás szerint. A döntőben bemutatandó gyakorlat kategóriánként, kétévente cserélődik az alábbiak szerint:

### **2017-2018 / 2021-2022 Age Group Versenyek**

Női párosok	Dinamika
Vegyes párosok	Statika
Férfi párosok	Dinamika
Női hármasok	Statika
Férfi négyesek	Dinamika

### **2019-2020 / 2023-2024 Age Group Versenyek**

Női párosok	Statika
Vegyes párosok	Dinamika
Férfi párosok	Statika
Női hármasok	Dinamika
Férfi négyesek	Statika

- 4.9. Holtverseny eldöntése a döntőben:
- 1) A magasabb technikai pontszámmal bíró statikus/ dinamikus gyakorlat győz.
  - 2) A statikus/ dinamikus gyakorlat technikai és művészi pontszámának összegét nézve az győz akié a magasabb. Ha még így is fenn áll a holtverseny, akkor az megmarad.
- 4.10. Ha egy kategóriában 4-nél kevesebb induló van, nincs éremdíjazás. Résztvételi oklevelek kerülnek átadásra.

## **5. Cikkely: A GYAKORLATOK ÖSSZEÁLLÍTÁSA**

### **Általános szabályok**

- 5.1. Az elődöntőkben minden egységnek egy-egy zenére koreografált és zene kíséretében előadott statikus és dinamikus gyakorlatot kell bemutatnia.
- 5.2. A gyakorlat hossza nem haladhatja meg a 2'00 percet. Két másodpercnyi túréshatár van, mielőtt a hossz túllépéséért járó automatikus levonás érvénybe lép. A gyakorlat minimális hossza nincs meghatározva. A zene első hangjára indul a gyakorlat idejének mérése. A gyakorlat kezdetét a kezdő pozícióból egy vagy több versenyző elindított első mozdulata adja. A gyakorlat végén az zene végével egy időben egy statikus pozíciót kell felvenni a versenyzőknek.
- 5.3. Minden egységnek be kell mutatnia a gyakorlatában a Kötelező Elemtáblázatban illusztrált kötelező elemeket.



- 5.4. Minden egységnek meghatározott számú szabadon választott elemet is be kell mutatnia a gyakorlatában. A szabadon választott elemeket nem lehet a Kötelező Elemtáblázatból választani. A szabadon választott elemeket a 6. Mellékletből [4. Melléklet, valószínűleg elírás az eredeti dokumentumban – a fordító], vagy a FIG Nehézségi elemtáblázatából lehet kiválasztani. Amennyiben a szabadon választott elemeket a Nehézségi Elemtáblázatból választják, ügyelni kell arra, hogy az elemek nehézségi értéke beleessen az alábbi táblázatban megadott sávokba.

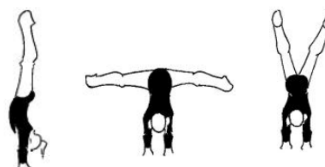
Kategória	Statika	Dinamika	Egyéni elemek
Női párosok	Min. 1- Max. 9	Min. 1- Max. 14	Min. 1- Max. 10
Férfi párosok	Min. 1- Max. 9	Min. 1- Max. 14	
Vegyes párosok	Min. 1- Max. 9	Min. 1- Max. 14	
Női hármasok	Min. 1- Max. 16	Min. 1- Max. 14	
Férfi négyesek	Min. 1- Max. 16	Min. 1- Max. 10	
*A női párosokra általánosan használt együtttható nem érvényes a 11-16-os korcsoportra.			

- 5.5. Az egység minden tagjának minimum 3 egyéni elemet kell bemutatnia mind a statikus, mind a dinamikus gyakorlatban. Az egyéni elemeket vagy a 6. Mellékletből [3. Melléklet, valószínűleg elírás az eredeti dokumentumban – a fordító], vagy a FIG Nehézségi elemtáblázatából lehet kiválasztani.
- 5.6. Minden egység felhasználhat a gyakorlatában egyszerű építéseket, átmeneteket, elemkapcsolásokat, elkapásokat és leugrásokat. Ezek:
- A kötelező elemtáblázatból, a 6. Mellékletből [4. Melléklet, valószínűleg elírás az eredeti dokumentumban – a fordító], vagy a Nehézségi elemtáblázatból választandók.
  - Nehézségi értékük nem lehet 5-nél több.
  - Nem lehet bennük több, mint  $\frac{3}{4}$  fordulat, vagy több, mint 360° fokos csavar.
- 5.7. Az inkorrekt gyakorlatrajzokért (elemsorrend, más elem...) 0,3 levonás jár. Ez gyakorlatonként csak egyszer vonható le.
- 5.8. A gyakorlatrajzon feltüntetett elemekkel meg kell felelni az összes Speciális Követelményeknek.
- 5.9. 1.0 levonás jár, amennyiben:
- Egy páros/csoportos, vagy egyéni elem nehézségi értéke meghaladja a fentebb meghatározott maximális értékeket.
  - Az 5.6. cikkelyben említett egyszerű elemekben az engedélyezettnél több fordulat, ill. csavar van.
  - Tiltott elemet mutatnak be.
- Ezt a büntetést minden egyes szabályszegés esetében le kell vonni, még akkor is, ha a végrehajtott elem nem szerepel a gyakorlatrajzon.
- 5.10. Nehézségi értékért csak 2 leugrást lehet végrehajtani. Maximum 3 leugrást lehet a gyakorlatban. Minden nehézségi értékkel rendelkező dinamikus elemből történő leérkezésnek és nehézségi értékkel bíró leugrásnak, melynek értéke 1-nél több, asszisztálnak kell lennie. Ha az érkezés nem asszisztált, 0,5 pont büntetés jár alkalmanként.

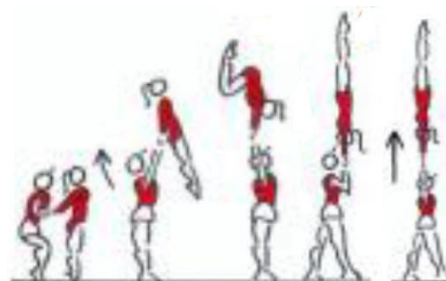
Kivétel: Asszisztált érkezés szabadon választható az „ágyúgolyó”-ból indított elemek és a csípőről indított 5/4-es auerbach szaltó esetében.

- 5.11. Fejlesztő célból a párosok, hármások, négyesek statikus és dinamikus gyakorlataiban az összes kézállás végrehajtható akár terpesztett, akár zárt, akár más lábtartással. A gyakorlatrajzon nem kell feltüntetni a specifikus lábpozíciót.

11-16 –os korcsoportban  
mindhárom pozíció megengedett



- 5.12. Azokat az elemeket, amelyek alacsony tartásból magas tartásba mennek át, mint ahogy az a kötelező elemtáblázatban szerepel, végre lehet úgy hajtani, hogy először alacsony tartásból egy átmenettel magas tartásba építik, de az alacsony tartásos pozíció is része kell legyen a mozdulatnak.



## 6. Cikkely: PÁROSOK: Statikus és Dinamikus gyakorlatai

- 6.1. Minden páros statikus és dinamikus gyakorlatban 6 páros elemnek kell szerepelnie. Minden hiányzó elemért 1.0 levonás jár a Speciális Követelmények nem teljesítése miatt.
- 6.2. Az egység minden tagjának 3 egyéni elemet kell bemutatnia a statikus és 3 egyéni elemet a dinamikus gyakorlatában. Minden hiányzó egyéni elemért 1.0 levonás jár a Speciális Követelmények nem teljesítése miatt.
- 6.3. A statikus gyakorlatban az egység minden tagjának be kell mutatnia 1 egyensúlyi, 1 hajlékonysági és 1 ügyességi egyéni elemet a 6. mellékletből, vagy a Nehézségi Elemtáblázatból.
- 6.4. A dinamikus gyakorlatban az egység minden tagjának be kell mutatnia 3 dinamikus egyéni elemet, melyet a 6. mellékletből, vagy a Nehézségi elemtáblázatból lehet kiválasztani. Az egyik egyéni elemnek szaltónak kell lennie.
- 6.5. Négy kötelező páros elemet kell bemutatni, melyek mindegyikét a kötelező elemtáblázat egy-egy sorából kell kiválasztani. Azaz egyet az első sorból, egyet a másodiktól stb.
- 6.6. Maximum 2 választható elemet kell bemutatni, melyeket vagy a 6. Mellékletből [4. Melléklet, valószínűleg elírás az eredeti dokumentumban – a fordító], vagy a Nehézségi elemtáblázatból kell kiválasztani, (lásd Általános szabályok 5.4 cikkely). A két választható elemnek 3mp-ig kitartott statikus tartásnak kell lennie.
- 6.7. A statikus gyakorlatban a választott elem nehézségi értéke minimum 1, maximum 8 kell, hogy legyen.

- 6.8. A dinamikus gyakorlatban a választott elem nehézségi értéke minimum 1, maximum 14 kell, hogy legyen.

## 7. Cikkely: CSOPORTOK: Statikus gyakorlat

- 7.1. A hármasok és négyesek statikus gyakorlatában 3 különböző gúla bemutatása kötelező. Minden hiányzó elemért 1.0 levonás jár a Speciális Követelmények nem teljesítése miatt.
- 7.2. Az egység minden tagjának (3) egyéni elemet kell bemutatnia az 1. Kategóriából. Minden hiányzó egyéni elemért 1.0 levonás jár a Speciális Követelmények nem teljesítése miatt.
- 7.3. A statikus gyakorlatban az egység minden tagjának be kell mutatnia 1 egyensúlyi, 1 hajlékonysági és 1 ügyességi egyéni elemet a 6. Mellékletből [3. Melléklet, valószínűleg elírás az eredeti dokumentumban – a fordító], vagy a Nehézségi Elem táblázatból. Ha ez a Speciális Követelmény nem teljesül, 1.0 levonás jár
- 7.4. Kettő gúlát a Kötelező Elem táblázat különböző soraiból kell kiválasztani. A gúlákat külön kell bemutatni. (Nem összeköthetők)
- 7.5. Maximum egy szabadon választott gúla mutatható be, amelyet a 6. Mellékletből [4. Melléklet, valószínűleg elírás az eredeti dokumentumban – a fordító], vagy FIG Nehézségi Elem táblázatából kell kiválasztani, és amelynek az értéke minden partner statikus tartásáért minimum 4, maximum 16 lehet (alsók értéke + felsők értéke). Ezt a gúlát külön kell bemutatni, nem köthető össze.
- 7.6. Női hármas: A választható elemet azokból a Kötelező Elem táblázatban szereplő kategóriákból is lehet választani, amelyekből a kötelező elemet választották.
- 7.7. **Tiltott elemek női hármasoknál és férfi négyeseknél:**

1. Háromszintes toronygúla nőknek és férfiaknak



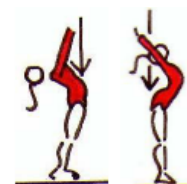
2. Spárgában ülő alsó vállában álló középső, úgy, hogy az alsó keze nincs a talajon



3. Hídban levő alsó csípőjén illetve mellkasán állni, amennyiben csak két támasztási pont van (ez párosokra nem vonatkozik). Ezt a fajta elemet három támasztási pont esetén végre lehet hajtani.



4. Az alsó fenékén vagy csípőjén tartás, miközben az alsó gerince eltúlzott ívben van (lordosis)



## **8. Cikkely: CSOPORTOK: Dinamikus gyakorlat**

- 8.1. A csoportok dinamikus gyakorlataiban 6 csoportos elemet kell bemutatni. Minden hiányzó elemért 1.0 levonás jár a Speciális Követelmények nem teljesítése miatt.
- 8.2. A csoport minden tagjának 3 dinamikus egyéni elemet kell bemutatnia, melyet a 6. Mellékletből [3. Melléklet, valószínűleg elírás az eredeti dokumentumban – a fordító] vagy a Nehézségi elemtáblázatból lehet kiválasztani. Minden hiányzó egyéni elemért 1.0 levonás jár a Speciális Követelmények nem teljesítése miatt. Az egyik egyéni elemnek szaltónak kell lennie. Ha ez a speciális követelmény nincs meg, akkor is 1.0 levonás jár.
- 8.3. A négy kötelező elem mindegyikét a kötelező elemtáblázat különböző soraiból kell kiválasztani, azaz egyet az elsőből, egyet a másodikból stb.
- 8.4. Kettő választható társas elem mutatható be, amelyet a 6. Mellékletből [4. Melléklet, valószínűleg elírás az eredeti dokumentumban – a fordító], vagy a FIG Nehézségi Elemtáblázatából kell kiválasztani, melyeknek értéke minimum 1, és női hármas esetén maximum 14, férfi négyes esetén maximum 10 lehet.
- 8.5. Hármasok, dinamika, első sor: A 360/540-es vízszintes csavar nem használható szabadon választott elemként.
- 8.6. Összesen 3 vízszintes elkapás mutatható be egy női hármas dinamikus gyakorlatában. Azonban az elemisméltelésért járó művészi levonásokat alkalmazni kell.
- 8.7. A férfi négyesek 1 vízszintes elkapást mutathatnak be a kötelező elemtáblázatból, és egyet választható elemként a 6. Mellékletből [4. Melléklet, valószínűleg elírás az eredeti dokumentumban – a fordító], vagy a FIG Nehézségi Elemtáblázatából.

## **9. Cikkely: EGYÉNI ELEMÉK**

- 9.1. Az egységek tagjainak 3 egyéni elemet kell bemutatniuk, vagy egyszerre, vagy közvetlen egymás után.
- 9.2. Az egyéni elemeket a 6. Mellékletből [4. Melléklet, valószínűleg elírás az eredeti dokumentumban – a fordító], vagy a FIG Nehézségi Elemtáblázatából lehet kiválasztani. A FIG Nehézségi elemtáblázatából választott egyéni elemek értéke nem haladhatja meg a 10-et.  
Tisztázandó: A statikus gyakorlatban a rundelt többször is lehet használni, de a dinamikus gyakorlatban csak EGYSZER használható.

## **10. Cikkely: 11-16-os KORCSOPORT ELBÍRÁLÁSA**

- 10.1. A Korcsoportos (Age Group) versenyek során a hangsúly inkább a technikai és művészi kivitel tökéletesítésén van, mintsem a nehézségi értéken.
- 10.2. A gyakorlatokat technikai és művészi szempontból értékeli, a hatályos FIG Pontozási Szabályzatában foglaltaknak megfelelően. (Lásd 2. és 3. Mellékletet)
- 10.3. Minden a KÖTELEZŐ elemtáblázatból választott elemhez tartozik egy nehézségi érték, amit a gyakorlat nehézségi értékének megállapítására használnak.

- 10.4. A választható elemek nehézségi értékét nem használják fel a gyakorlat nehézségi értékének kiszámításához, de szükségesek a Speciális Követelmények teljesítéséhez.
- 10.5. A gyakorlat nehézségi értékét a gyakorlat során bemutatott elemek nehézségi értéke adja meg maximum 0.5 –ig.

Kötelező elemek nehézségi értéke
0.0
0.1
0.2
0.3
0.4
0.5

- 10.6. A gyakorlat összpontszáma az alábbiakból tevődik össze:
- 2x a technikai kiviteli pontszám átlagértéke (Technikai vagy E pont)
  - A művészi kiviteli pontszám átlagértéke (Művészi vagy A pont)
  - a kötelező elemek nehézségi értéke (D pont)
- 10.7. A vezetőbíró és a nehézségi bíró további levonásokat alkalmaz az összpontszámból a hatályos FIG Pontozási szabályzatban foglaltak szerint. (Lásd 1. Mellékletet)

$$\mathbf{E\ pont + A\ pont + D\ pont = \text{Összpontszám} - \text{levonások} = \text{Végpontszám}}$$

- 10.8. Ha a versenyen 4 technikai és 4 művészi bíró van, az átlagpont kiszámításánál a legmagasabb és a legalacsonyabb pont kiesik, és a középső két pontszám átlagértékét veszik figyelembe.

#### 10.9. **11-16 ÉVES KORCSOPORT GYAKORLATRAJZAI**

A gyakorlatrajz számítógéppel készített és a gyakorlatban végrehajtott páros, csoportos és egyéni elemek ábrázolása. Csak azokat az elemeket kell feltüntetni a gyakorlat rajzon, melyeket a speciális követelmények teljesítése érdekében be fognak mutatni. A rajznak egyeznie kell a végrehajtás sorrendjével, amennyiben nem megfelelő a sorrend, 0.3 levonás jár a hibás rajzért.

A kötelező elemeknél fel kell tüntetni a Kötelező Elemtáblázatban szereplő sort, a négyzet számát és az értéket.

A szabadon választott elemeket, amiket a Speciális Követelmények kielégítésére használnak, „Szabadon Választott”-ként („Optional Element”) **kell** feltüntetni. Ha a 6. Mellékletből [4. Melléklet, valószínűleg az eredetiben is ez elírás – a fordító] választott elemről van szó, az ottani oldalszámot, azonosítószámot és nehézségi értéket kell feltüntetni. Amennyiben a Nehézségi Elemtáblázatból származik az elem, az ottani oldalszámot, azonosítószámot és nehézségi értéket kell odaírni.

## IV. RÉSZ: 12-18 ÉVES KORCSOPORT

### 11. cikkely: A VERSENYEK SZERKEZETE

#### Elődöntők:

- 11.1. Minden egység egy statikus és egy dinamikus gyakorlatot mutat be.
- 11.2. A kvalifikáció utáni helyezéseket a statikus és a dinamikus gyakorlatok pontszámainak az összege alapján állapítják meg.
- 11.3. Minden kategóriában az első 8 helyezett, de egy országból maximum egy egység jut be a döntőbe. Amennyiben 12-nél kevesebb induló van a kategóriában, csak az első 6 jut a döntőbe.  
Ha 30, vagy több induló egység van, 10 jut be a döntőbe.
- 11.4. Mindkét gyakorlat (statikus és dinamikus) bemutatása nélkül a versenyzők nem kerülhetnek be a döntőbe.
- 11.5. Az elődöntők során kialakult holtverseny eldöntése:
  - 1.) Statikus és dinamikus gyakorlatok technikai pontszámainak legmagasabb összege
  - 2.) Ha a holtverseny így is fennáll, nincs további intézkedés. A döntőben az indulási sorrendet sorsolással dönik el.

#### Döntők:

- 11.6. A döntőben minden egység egy kombinált gyakorlatot mutat be.
- 11.7. A pontozás nulláról indul. Holtverseny esetén az alábbiak alapján születik döntés:
  - 1) A kombinált gyakorlat magasabb E (technikai) pontszáma
  - 2) A kombinált gyakorlatok legmagasabb A és E pontszám összege.Ha a holtverseny így is fennáll, a sorrendet nem kell eldönteni, marad a holtverseny.
- 11.8. Ha 4-nél kevesebb ország vesz részt egy kategóriában, nincs éremdíjazás. Részvételi oklevelek kerülnek kiosztásra.

### 12. cikkely: A GYAKORLATOK ÖSSZEÁLLÍTÁSA

- 12.1. A statikus, dinamikus és kombinált gyakorlatok összeállítása az akrobatikus tornára vonatkozó, hatályos FIG Pontozási Szabályzata, Technikai Szabályzata és Nehézségi Elemtáblázata alapján történik, kivéve a 12.5-12.11 pontokban meghatározott eseteket.
- 12.2. A gyakorlat nehézségi értékét a FIG Pontozási Szabályzata és Nehézségi Táblázata alapján számolják ki. A nehézségi érték szigorúan korlátozott:
  - Statikus: 80
  - Dinamikus: 70
  - Kombinált: 100

- 12.3. Az egységek maximum 20 nehézségi értékkel teljesíthetnek többet, mint a maximális. Amennyiben ezt több mint 20-szal meghaladja a gyakorlat, 1.0 pont levonás alkalmazandó.
- 12.4. Amennyiben a megengedett 20 nehézségi értéken felüli nehézségi értékkel bíró elemeket nem tüntetik fel a gyakorlatrajzon, de mégis bemutatják, 1.0 pont levonás alkalmazandó. Ez alól kivételnek számítanak az egyszerű, maximum 5 pontos értékű bemenetek és kimenetek.
- 12.5. A statikus gyakorlatokban minden tagnak 3 egyéni elemet kell bemutatnia (egyensúlyi, lazasági, ügyességi). Ha ezt a Speciális Követelményt nem teljesítik, 1.0 levonás jár.
- 12.6. A dinamikus gyakorlatban minden tagnak 3 ugrásos elemet kell bemutatnia. Ha ezt a Speciális Követelményt nem teljesítik, 1.0 levonás jár. Ezek közül legalább egynek szaltónak kell lennie. Ha ezt a Speciális Követelményt nem teljesítik, 1.0 levonás jár.
- 12.7. A kombinált gyakorlatban minden tagnak 3 egyéni elemet kell bemutatnia. Ha ezt a Speciális Követelményt nem teljesítik, 1.0 levonás jár. Ebből az egyiknek szaltónak kell lennie, mely lehet az ügyességi vagy az ugrásos elemek közül választva. (régí 1. és 2. kategóriás szaltó – a ford.) Ha ezt a Speciális Követelményt nem teljesítik, 1.0 levonás jár.
- 12.8. Ha az egység egy vagy több tagja nem mutat be szaltót, 1.0 levonás jár a Speciális Követelmények nem teljesítéséért. Ezt a levonást egyszer lehet adni gyakorlatonként, még akkor is, ha egynél több tag nem teljesíti ezt a Követelményt.

#### **Férfi négyes statikus gyakorlat kiegészítés:**

- 12.9. Az egész gyakorlat során összesen kétszer vehet föl a felső értékkel nem bíró pozíciót ebben a 12-18 korcsoportban. Ez nem átépített elemre, hanem két külön gúlóra értendő.
- 12.10. A gyakorlat során kétszer használható olyan alapgúla, amelyben két alsó van a talajon.
- 12.11. A 12-18 korcsoportban egy olyan elem használható fel speciális követelmények kielégítésére, amelyben két alsó van a talajon. Viszont nehézségi érték adható egy átépített elemért, amiben két alsó van a talajon, és egy külön épített elemért, amiben két alsó van a talajon.

#### **12.12. Tiltott statikus elemek csoportoknak: (képeért lásd a 7.7 cikkelyt fentebb!)**

1. Háromszintes toronygúla női hármásoknak, négyszintes toronygúla férfi négyeseknek.
2. Spárgában tartó alsó vállába állni, ha annak a keze nem támaszkodik a talajon.
3. Az alsó csípőjére és mellkasára állni, ha az hídban tart, és csak két támasztási pont van. (Ez a szabály nem vonatkozik a párosokra). Az ilyen típusú elemek megengedettek, ha három alátámasztási pont van.
4. Az alsónak a csípőn vagy a fenéken tartani, mikor a gerinc eltúlzott ívben van (lordosis)

#### **Tiltott dinamikus elem párosoknak és hármásoknak:**

1. 12/4-es vagy annál több fordulatos szaltók.

### **13. cikkely: 12-18 ÉVES KORCSOPORT ELBÍRÁLÁSA**

- 13.1. Minden gyakorlat a FIG 2017-2020 Pontozási Szabályzata és az érvényes Technikai Szabályzat alapján kerül elbírálásra.
- 13.2. Lásd még a FIG Bírói szabályzatát, és az akrobatikus torna Specifikus Bírói Szabályzatát.

## **V. RÉSZ: 13-19 ÉVES KORCSOPORT**

### **14. cikkely: A VERSENY STRUKTÚRÁJA**

#### **Elődöntők:**

- 14.1. Minden páros és csoport egy statikus és egy dinamikus gyakorlatot mutat be.
- 14.2. A kvalifikáció utáni helyezést a két gyakorlat (statikus és dinamikus) pontszámának összege dönti el.
- 14.3. Minden kategóriában az első 8 helyezett, de egy országból maximum egy egység jut be a döntőbe. Amennyiben 12-nél kevesebb induló van a kategóriában, csak az első 6 jut a döntőbe.  
Ha 30-nál több induló van, 10 egység jut a döntőbe.
- 14.4. Csak azok a versenyzők juthatnak be a döntőbe, akik a statikus és dinamikus gyakorlatukat is bemutatták.
- 14.5. Holtverseny megtörése a kvalifikációk során:
  - 1) A statikus és dinamikus gyakorlatok technikai kiviteli pontszámának legmagasabb összege.
  - 2) Ha a holtverseny ezek után is fennáll, nincs további intézkedés. A döntőben az indulási sorrendet sorsolással döntenek el.

#### **Döntők:**

- 14.6. A döntőben minden egység egy kombinált gyakorlatot mutat be.
- 14.7. A pontozás nulláról indul. Holtverseny esetén az alábbiak alapján születik döntés
  - 1) A kombinált gyakorlat magasabb E (technikai) pontszáma
  - 2) A kombinált gyakorlatok legmagasabb A és E pontszám összege.
  - 3) Ha a holtverseny így is fennáll, a sorrendet nem kell eldönteni, marad a holtverseny.
- 14.8. Ha 4-nél kevesebb ország vesz részt egy kategóriában, nincs éremdíjazás. Részvételi oklevelek kerülnek kiosztásra.

### **15. cikkely: A GYAKORLATOK ÖSSZEÁLLÍTÁSA**



- 15.1 Minden egyes gyakorlatot, legyen az statikus, dinamikus vagy kombinált a jelenleg érvényes FIG Technikai Szabályzatának, és Akrobatikus Torna Pontozási Szabályzatának megfelelően kell összeállítani, kivéve a 15.5-15.11 pontokban felsoroltakat.
- 15.2. A gyakorlat nehézségi értékét a FIG Pontozási Szabályzata és Nehézségi Táblázata alapján számolják ki. A nehézségi érték szigorúan korlátozott:
- Statikus: 120
  - Dinamikus: 110
  - Kombinált: 140
- 15.3 A nehézségi érték szigorúan korlátozott. Az egységek maximum 20 nehézségi értékkel teljesíthetnek többet, mint a maximális. Amennyiben ezt több mint 20-szal meghaladja a gyakorlat, 1,0 pont levonás alkalmazandó.
- 15.4. Amennyiben a megengedett 20 nehézségi értéken felüli nehézségi értékkel bíró elemeket nem tüntetik fel a gyakorlatrajzon, de mégis bemutatják, 1,0 pont levonás alkalmazandó. Ez alól kivételnek számítanak az egyszerű, maximum 5 pontos értékű bemenetek és kimenetek.
- 15.5 A statikus gyakorlatokban minden tagnak 3 egyéni elemet kell bemutatnia (egyensúlyi, lazasági, ügyességi). Ha ezt a Speciális Követelményt nem teljesítik, 1.0 levonás jár.
- 15.6 A dinamikus gyakorlatban minden tagnak 3 ugrásos elemet kell bemutatnia. Ha ezt a Speciális Követelményt nem teljesítik, 1.0 levonás jár. Ezek közül legalább egynek szaltónak kell lennie. Ha ezt a Speciális Követelményt nem teljesítik, 1.0 levonás jár.
- 15.7 Ha az egység egy vagy több tagja nem mutat be szaltót, 1.0 levonás jár a Speciális Követelmények nem teljesítéséért. Ezt a levonást egyszer lehet adni gyakorlatonként, még akkor is, ha egynél több tag nem teljesíti ezt a Követelményt.
- 15.8 A kombinált gyakorlatban minden tagnak 3 egyéni elemet kell bemutatnia. Ha ezt a Speciális Követelményt nem teljesítik, 1.0 levonás jár. Ebből az egyiknek szaltónak kell lennie, mely lehet az ügyességi vagy az ugrásos elemek közül választva. *[rég 1. és 2. kategóriás szaltó – a ford.]* Ha ezt a Speciális Követelményt nem teljesítik, 1.0 levonás jár.

### **Férfi négyes statikus gyakorlat kiegészítés:**

- 15.9 Az egész gyakorlat során összesen kétszer vehet föl a felső értékkel nem bíró pozíciót ebben a 13-19 korcsoportban. Ez nem átépített elemre, hanem két külön gúlóra értendő.
- 15.10 A gyakorlat során kétszer használható olyan alapgúló, amelyben két alsó van a talajon.
- 15.11 A 13-19 korcsoportban egy olyan elem használható fel speciális követelmények kielégítésére, amelyben két alsó van a talajon. Viszont nehézségi érték adható egy átépített elemért, amiben két alsó van a talajon, és egy külön épített elemért, amiben két alsó van a talajon.
- 15.12 **Tiltott statikus elemek csoportoknak: (képekért lásd a 7.7 cikkelyt fentebb!)**
- 1) Háromszintes toronygúló női hármasoknak, négyszintes toronygúló férfi négyeseknek.
  - 2) Spárgában tartó alsó vállába állni, ha annak a keze nem támaszkodik a talajon.
  - 3) Az alsó csípőjére és mellkasára állni, ha az hídban tart, és csak két támasztási pont van. (Ez a szabály nem vonatkozik a párosokra). Az ilyen típusú elemek megengedettek, ha három alátámasztási pont van.

4) Az alsónak a csípőn vagy a fenéken tartani, mikor a gerinc eltúlzott ívben van (lordosis).

# AKROBATIKUS TORNA KOROSZTÁLYOS VILÁGVERSEYEK

## MELLÉKLETEK



**1. számú melléklet:**

**Vezetőbírói és Nehézségi Bírói levonások (Pontozási Szabályzat 43. cikkely)**

**Művészi hatás pontozás (Pontozási Szabályzat 44. cikkely)**

**Technikai kivitel pontozás (Pontozási Szabályzat 45. cikkely)**

**2. számú melléklet: A sportoló mérése (Pontozási Szabályzat 1. melléklet)**

**3. számú melléklet: Közelező elemtáblázat**

**4. számú melléklet: Választható elemek táblázata (Nehézségi Elemtáblázat)**

## 1. számú melléklet: HIBÁK É LEVONÁSOK TÁBLÁZATAI

### PONTOZÁSI SZABÁLYZATBÓL ÁTEMELVE

#### 43. cikkely: A VEZETŐBÍRÓ (CJP) ÉS A NEHÉZSÉGI BÍRÓ (DJ) BÜNTETÉSEI

43.1. A levonások 0.1 ponttól –1.0 pontig terjednek, a hibatáblázatban foglaltak szerint.

#### 43.2. A VEZETŐBÍRÓ (CJP) LEVONÁSAI A VÉGSŐ PONTSZÁMBÓL

A CJP levonásai	A levonás értékei
1. A gyakorlat időkorlátjának túllépése esetén.	0.1 / mp
2. Magasságkülönbség túllépés a partnerek között az 1. számú mellékletben foglaltaknak megfelelően.	0.5 vagy 1.0
3. Sportszerűtlen viselkedés a verseny helyszínén.	0.5
4. A gyakorlatrajzok késői leadása.	0.3 / gyakorlat
5. A gyakorlat indokolatlan újrakezdése.	0.3
6. Zenei szabálysértések (pl: nem megfelelő dalszöveg, egynél több gyakorlatzene tartalmaz szöveget, nincs jelölve a megfelelő rajzon...)	0.5
7. Bejelentkezés hiánya a bírók felé a gyakorlat elején vagy végén.	0.3
8. Kilépés a talajterületet határoló vonalon kívül.	0.1 / alkalom
9. Ha páros lábbal érkezik valaki a talajterületen kívülre, vagy kiesik	0.5 / alkalom
10. Zene előtti vagy utáni befejezés.	0.3
11. Publicitási szabályok be nem tartása (a nemzeti címer nem jól látható a dresszen.)	0.2
12. Ruhagazítás, kiegészítő elhagyása, szoknya nem esik vissza a csípőre.	0.1 / alkalom
13. Minden ruházattal kapcsolatos egyéb szabálytalanság, ami nem szerepel külön ebben a táblázatban	0.3 / megjelenés
14. Szemérmetlen öltözet (Pl. túl mély dekoltázs)	0.5
15. Tiltott öltözet (Pl. jelmezszerű ruházat)	0.5
16. Verbális segítségadás a partnernek	0.1
17. Edzői verbális segítségadás a pálya széléről	0.3
18. Talaj megjelölése, szőnyeghasználat (kivéve férfi négyes statikus és kombinált gyakorlat), vagy edzői jelenlét a talajon	0.5
19. Edző fizikai segítségnyújtása	1.0

### 43.3 NEHÉZSÉGI BÍRÓ (DJ) LEVONÁSAI A VÉGSŐ PONTSZÁMBÓL

A NEHÉZSÉGI BÍRÓ LEVONÁSAI	A levonás értéke
1. Időhibák minden egyes páros/csoportos statikus elemért, ahol kevesebb ideig tartják ki az elemet, mint amennyire bejelentették	0.3 / hiányzó mp
2. Ha a statikus páros/csoportos elemet kevesebb, mint 1 másodpercig tartják ki	0.9 időhiba Nem kap nehézségi értéket az elem Nem teljesítheti a speciális követelményeket
3. Ha az egyéni statikus elemet egy másodpercig tartják	0.3 időhiba
4. Ha az egyéni statikus elemet kevesebb, mint 1 másodpercig tartják	0.6 időhiba Nem kap nehézségi értéket az elem
5. Ha egy elemet elkezdnek, de nem fejeznek be	Nem kap nehézségi értéket az elem Nem teljesítheti a speciális követelményeket
6. Az összeállítás Speciális Követelményeinek megszegése miatt	1.0 / megszegés
7. Tiltott elemek bemutatása	1.0 / alkalom
8. Ha az elemeket nem a rajzon szereplő sorrendben hajtják végre, vagy a megengedettnél többet rajzolnak be	0.3

### 44.cikkely: MŰVÉSZI PONTOZÁS

A művészi értékelés során nem csak azt nézik, hogy MIT mutatnak be a versenyzők, hanem azt is, hogy HOL és HOGYAN.

44.1. A művészi pontozásnál az alábbi kritériumok pozitív elbírálása zajlik a bemutatott skála alapján.

<b>Partnerkapcsolatok</b>	<b>Maximum 2.0</b>
<b>Kifejezőmód</b>	<b>Maximum 2.0</b>
<b>Előadás</b>	<b>Maximum 2.0</b>
<b>Kreativitás</b>	<b>Maximum 2.0</b>
<b>Zeneiség</b>	<b>Maximum 2.0</b>

A művészi hatást a Pontozási szabályzat Művészi Hatásban szereplő összes kritériuma alapján kell pontozni, a megadott skála alapján

### 44.2. A KRITÉRIUMOK LEÍRÁSAI

#### 1. **Partnerkapcsolatok**

A partnerség kiválasztása olyan módon, hogy az logikus kapcsolatot teremtsen az egyének között a páros vagy csoport esetén, mely karakteres és jól látható.

#### 2. **Kifejezőmód**

Elérni, hogy a közönség átérezze a versenyző gondolatait, érzéseit, karakterét, attitűdjét.

A tornászok meghatározott érzelmeket sugároznak

#### 3. **Előadás**

Egy műalkotás legyen, olyan folyamat, amiben felhasználjuk az amplitúdót, teret, útvonalakat és szinteket. Szinkronitás.

#### 4. **Kreativitás**

A fantázia kifejezése, egyediség, újítás, inspiráció.

**Változatosság** a kompozícióban, elemépítésben és lebontásban

#### 5. **Zeneiség**

A tornászok a gyakorlat során kifejezik a zenét:

- A mozgás és a forma a zene ritmusához, dallamához, hangulatához illeszkedik.
- A zene üteméhez van igazítva
- A mozgás kiterjedése, sebessége a zene változásait követi.
- Erősen kifejező mozdulatok használata, amikre hatással van a dallam, a ritmusvariációk, a hangulat, vagy ezek kombinációja.

### 44.3. A KRITÉRIUMOK SKÁLÁJA

<b>Kiváló</b> <b>2.0</b>	A gyakorlatban a kritériumot <b>kimagasló szinten</b> teljesítik.
<b>Nagyon jó</b> <b>1.8-1.9</b>	A gyakorlatban a kritériumot <b>magas szinten</b> teljesítik.
<b>Jó</b> <b>1,6-1,7</b>	A gyakorlatban a kritériumot <b>jó szinten</b> teljesítik.
<b>Elfogadható</b> <b>1.4-1.5</b>	A gyakorlatban a kritériumot <b>átlagos szinten</b> teljesítik
<b>Szegényes</b> <b>1.2-1.3</b>	A gyakorlatban a kritériumot <b>alacsony szinten</b> teljesítik
<b>Elfogadhatatlan</b> <b>1.0-1.1</b>	A gyakorlatban a kritériumot <b>elfogadhatatlan szinten</b> teljesítik.

### 44.4. MŰVÉSZI PONTSZÁMOK REFERENCIATARTOMÁNYA

- Kiváló gyakorlatok Pontszám: 9.6-10.0
- Nagyon jó gyakorlatok Pontszám: 9.0-9.5
- Jó gyakorlatok Pontszám: 8.0-8.9
- Elfogadható gyakorlatok Pontszám: 7.0-7.9
- Szegényes gyakorlatok Pontszám: 6.0-6.9
- Elfogadhatatlan gyakorlatok Pontszám: 5.0-5.9

### 45. cikkely: TECHNIKAI HIBÁK

45.1. A 45. cikkely-összefoglaló táblázatai bemutatják a különböző súlyosságú technikai hibákért adható levonásokat.

45.2. A kiviteli hibákat a maximálisan adható 10.00 pontból vonják le minden alkalommal, amikor azok előfordulnak, az alábbi hibabeosztás szerint:

- Kis hibák: 0.1
- Jelentős hibák: 0.2-0.3
- Súlyos hibák: 0.5
- Esés 1.0

45.3. Egy önálló elem bemutatásáért adott levonás, nem lehet több, mint 1.0 pont.

#### 45.4. A TECHNIKAI HIBÁK TÁBLÁZATAI

A következő táblázatok célja, hogy a társas, egyéni és koreografikus elemek technikai hibáiért járó levonások alkalmazásánál általános útmutatóként szolgáljanak. Lehetetlenség felsorolni minden technikai hibát. A bíróktól elvárt, hogy a levonásokat ezen útmutató alapján alkalmazzák olyan esetekben is, amelyek nem szerepelnek e táblázatokban.

#### 45.5. MAXIMÁLIS MOZGÁSKITERJEDÉS (AMPLITÚDÓ)

Értékelési kritériumok	LEVONÁSOK		
	Kicsi	Jelentős	Súlyos
1. A feszítés, vagy mozgáskiterjedés, vagy testfeszesség hiánya az elemek végrehajtásánál, (lábfej, térd, könyök, karok, hát...)	0.1	0.2-0.3	0.5
2. A dinamikus elemekben amplitúdó hiánya repülő szakaszban, eltérés a helyes iránytól.	0.1	0.2-0.3	

#### 45.6. TESTHELYZETEK, TESTSZÖGEK, ÉS VONALAK

Értékelési kritériumok	LEVONÁSOK		
	Kicsi	Jelentős	Súlyos
1. Ha a kézállás nem függőleges vagy nem a megfelelő testhelyzetben van.	0.1	0.2-0.3	0.5
2. A hát domborítása/homorítása és/vagy a csípő bicskázása, miközben a tornász egy egyenes testhelyzetet próbál megtartani.	0.1	0.2-0.3	0.5
3. A karok hajlítása a kézállásban, a térdék, bokák, csuklók szöge a megfelelő kézállás testhelyzethez képest.	0.1	0.2-0.3	0.5
4. Ha tartások közben a lábak az ideális testhelyzet felett vagy alatt vannak (pl.: ha a lábak a vízszintes alatt vannak, nyújtott, zárt lábas ülőtartásban).	0.1	0.2-0.3	0.5
5. Ha a lábak kevesebb, mint 180 fokig nyílnak spárga helyzetekben	0.1	0.2-0.3	

#### 45.7 HATÁROZATLANSÁGOK, ELLÉPÉSEK, MEGCSÚSZÁSOK

Értékelési kritériumok	LEVONÁSOK		
	Kicsi	Jelentős	Súlyos
1. A felső társ határozatlansága, igazgatásai felmászásoknál, illetve átmeneteknél.	0.1	0.2-0.3	
2. Határozatlanság az elem egy átmenete közben, amely megszakíthatja a folyamatos végrehajtást.	0.1	0.2-0.3	
3. Az erő elvesztése a mozdulat során, ami miatt újra kell indítani a mozgást		0.3	
4. Elszökkenések, ellépések a tartások, elkapások, érkezések során. 1-2 kicsi, 3 vagy 1 nagy jelentős, 4-nél több lépés súlyos hibának számít.	0.1	0.2-0.3	0.5

4. A lábfej vagy kézfej megcsúsúzása a mászások, egyensúlyban tartások, átmenetek vagy elkapások során.		0.3	
---	--	-----	--

#### 45.8 INSTABILITÁS

Értékelési kritériumok	LEVONÁSOK		
	Kicsi	Jelentős	Súlyos
1. Az alsó(k) vagy felső(k) bizonytalansága vagy remegése a statikus vagy dinamikus elem építésekor.	0.1	0.2-0.3	0.5
2. Ha az alsó a testsúlyát a sarka felől a lábujjai felé helyezi vagy ellép, miközben próbálja stabilizálni az elemet	0.1	0.2-0.3	Több, mint 3 ellépés 0.5
3. Igazgatás elkapás után, vagy dobás, hajítás előtt, illetve statikus elemek stabilizálása esetén.	0.1	0.2-0.3	
4. A társ vagy a talaj könnyed megérintése, azért hogy a társan megtartsák a statikus egyensúlyt, vagy az érzékek stabilitása érdekében.	0.1		
5. Partner jelentős megtámaszkodása vagy stabilizálása, hogy megpróbálja egyensúlyban tartani magát a partneren, vagy ugyanez az érzékekre vonatkoztatva.		0.2-0.3	
6. Ha a társ egyik lábfeje, kézfeje, vagy más testrésze átcsúszik a knot fogáson vagy lecsúszik az alátámasztási pontról azoknál a dinamikus elkapásoknál, ahol a felső visszaérkezik az alsókra.		0.3	0.5
7. Megcsúszás vagy esés következtében, ha féltérdegre érkezik valaki vagy leteszi az egyik kezét a talajra, illetve fejével vagy vállával a másik társnak ütközik (megtámasztja magát rajta).			0.5
8. Ha az alsó(k) egy pillanatra megnyomják vállukkal vagy testükkel a felsőt, hogy biztosítsák őt.		0.2-0.3	
9. Ha az alsók törzsükkel vagy vállukkal megtolják a felsőt, hogy egy súlyos hibát korigáljanak és megtartsák az egyensúlyi helyzetet, vagy megakadályozzák az esést.			0.5
10. A partner(ek) pótlólagos megtámasztása, hogy megelőzzék az esést (pl.: ha nem sikerült az elkapás, vagy a ledobás).			0.5

#### 45.9 FORDULATOK

Értékelési kritériumok	LEVONÁSOK		
	Kicsi	Jelentős	Súlyos
1. Ha a forgás túl kevés, vagy túl sok forgások, csavarok, szaltók esetén.		0.2-0.3	0.5
2. A forgás túl kevés szaltók esetén, és <u>némi asszisztálást</u> igényel a teljes kiforgás.		0.2-0.3	
3. <u>Teljes segítségnyújtás</u> túl-, vagy alulforgatott szaltók esetében annak érdekében, hogy teljesen kiforogjon a szaltó és/ vagy, hogy megelőzzék az esést.			0.5



## 45.10 BEFEJEZETLEN ELEMÉK ÉS ESÉSEK

Értékelési kritériumok	LEVONÁSOK		
	Kicsi	Jelentős	Súlyos
1. Befejezetlen elem, esés nélkül.			0.5
2. Ha túl korán fejeznek be egy elemet, melynek érkezése irányított és ellenőrzött, esés nélküli, de nyilvánvalóan abbahagyták az elemet mielőtt az teljesen befejezték volna.			0.5
3. Egy láb vagy kéz lecsúszik az partneren levő alátámasztási pontról, és így a kezek segítségével előzik meg az esést.			0.5
4. Ha a lábfejek vagy a kezek lecsúsznak a vállakról vagy más alátámasztási pontról, aminek következtében a tartó(k)nak meg kell akadályozniuk az esést. .			0.5
5. Mindkét kéz- vagy lábfej keresztülcúszik a knot fogáson, lecsúszik a társ(ak) vállairól vagy egyéb más alátámasztási pontról a társan, amikor az alsó(k)nak egyensúlyhelyzetet kellene tartania vagy elkapni a felső társat. = ESÉS			1.0
6. A talajra vagy társakra esés egy gúlából vagy páros elemből, vagy leesés a knot helyzetről irányított vagy logikus érkezés nélkül. = ESÉS			1.0
7. Egy kontrollálatlan (nem irányított) érkezés vagy esés esetén, ahol a társ fejre, fenékre, fekvésbe, hasra vagy hátra érkezik, illetve a kezei és térdai egyszerre, vagy mindkét kézfeje és mindkét lábfeje vagy térdje egyszerre éri a talajt. = ESÉS			1.0
8. Előre vagy hátra gurulás (bukfenc) az érkezést követően anélkül, hogy előtte egy stabil „láb- érkezt” testhelyzetet produkált volna a versenyző. = ESÉS			1.0

## 2. számú melléklet: A SPORTOLÓK MÉRÉSE

Versenyt megelőzően egy hivatalos antropometriával (emberek mérésével) foglalkozó szakember, vagy egy orvos, vagy egy fizioterapeuta az illetékes Nemzeti Szövetség **EGY** tisztviselőjének és az Akrobatikus Torna Technikai Bizottságának kijelölt képviselőjének a jelenlétében milliméternyi pontossággal leméri a versenyzőket. A TC-ACRO kijelölt képviselője feljegyzi a mért adatokat.

1. A Nemzeti Szövetség tisztviselője és a TC képviselője a jegyzőkönyv aláírásával igazolják a mérési eredmények helyességét.
2. Az előreláthatólag vitás eseteknél vagy az újraméréseknél a TC-ACRO legalább egy tagjának jelen kell lennie a mérésnél. Abban az esetben, ha felmerül a gyanúja annak, hogy a mérési adatokat befolyásolni próbálják, a döntő zsűri 3 tagjának, köztük az Elnöknek is részt kell venni a mérésen.
3. Egy egység tagjainak egyszerre kell megjelenni a mérésen, ahová magukkal kell vinniük az akkreditációs kártyájukat (kitűzött) és az útleveleket. Ezeket összehasonlítják a versenynevezésben szereplő adatokkal.
4. A delegáció vezetőjének és az edzőnek a felelőssége biztosítani, hogy sportolójuk megjelenjen a mérésen.
  - A mérést az arra kijelölt napon edzés előtt, vagy után végzik el.
  - Azokat a sportolókat, akik nem jelennek meg a megadott napon a mérésen, kizárják a versenytől. Különleges esetekben, pl. betegség, a döntő zsűri elnöke engedélyezheti, hogy a sportolót egy másik időpontban mérjék meg.
  - Amennyiben az egységek közötti méretkülönbség szemmel láthatóan a megengedett határértéken belül van, csak az útleveleiben szereplő életkor kerül bejegyzésre, és csak abban az esetben mérik meg a sportolókat, ha az adatokra kutatási célok miatt van szükség.
5. Amikor azonban a mérést elrendelik, az a sportolóra és edzőjére nézve kötelező. Ha kérdés merül fel egy egység méreteit illetően, vagy ha kétséges a technikusok által szolgáltatott adatok helyessége, a döntő zsűri a verseny során leméri, illetve újraméri az egységet.
6. Az elrendelt, vagy szükséges újramérésre legkésőbb a selejtezőben bemutatott első gyakorlat után kerül sor. Máskülönben a verseny ideje alatt az eredeti mérési adatok az érvényesek, és azok a továbbiakban nem kérdőjelezhetők meg.
  - Újramérések esetében az eredeti és még két mérés legjobb eredményét veszik figyelembe. Háromnál több mérés nem engedélyezett. Ha egy versenyző akadályozza a mérést, egy figyelmeztetés után a mérést befejezik, és a döntő zsűri elnöke diszkvalifikálja a versenyzőt.
7. Minden sportolót, akár alsó, középső, vagy felső szerepben versenyzik, az alábbiak szerint kell mérni.
  - mezítláb, pólót vagy versenyruházatot viselve
  - A sportoló egyenes vonalban hanyatt fekszik a földön, normál testtartásban, zárt lábbal, nyújtott térdel. A vállakat lazán tartja.

- A test teljes hosszát, mely a lábfejtől (saroktól) a fejtetőig tart elektronikus mérőeszközzel mérik le.
8. Azt a sportolót, aki bármilyen okból nem követi a szakember utasításait, a döntő zsűri képviselője csak **EGYSZER** részesíti figyelmeztetésben. Amennyiben a sportoló továbbra sem működik együtt a mérést végző szakemberrel, kizárják a versenyből
  9. Minden életkort és mérési adatot jegyzőkönyveznek, majd a mérést végző szakember aláírásával hitelesíti a jegyzőkönyvet, és átadja a döntő zsűrinek. A döntő zsűri a jegyzőkönyv alapján dönti el, hogy melyik egységénél kell büntetőpontot adni a magasságkülönbség miatt.
  10. A partnerek között megengedett maximális magasságkülönbség 30 cm (toleranciahatár: 30,9 cm)
 

31-től 34,9-ig terjedő különbségnél a levonás a következő	
11-16	0.1
12-18	0.3
13-19	0.5
35 cm és annál nagyobb különbség esetén a levonás a következő	
11-16	0.3
12-18	0.5
13.19	1.0
  11. Csoportok esetében a különbséget mindig a következő legmagasabb partnerhez kell nézni, aztán a következőhöz a fentebbi szabályokat figyelembe véve.
  12. Amennyiben egy sportoló akadályozni próbálja a mérést, az egész egységet diszkvalifikálják. Az edző nem vehet részt a versenyen. Az érintett nemzeti szövetség a verseny ideje alatt figyelmeztetésben részesül. A verseny után az ügyet a Fegyelmi Bizottság elé terjesztik. Amennyiben ugyanannak a szövetségnek a sportolói egy cikluson belül bármikor többször is csálnak a mérés folyamán, a szövetséget szankcióval büntetik.
  13. A felszerelésnek a következő típus és sztenderd előírásoknak kell megfelelnie

**1. Elektronikus lézeres hosszmérő**

**2. Az eszköz végét rögzíteni kell a háromlábú állvány tetején levő vízszintes laphoz.**

**Példa:**



**Prototpusok**





### A mérés helyes pozicionálása



Sarkak a falhoz nyomva  
Térdek nyújtva  
Fej neutrális tartásban  
Vállak lazák

### Hibák a mérésnél:

- Hiba 1: Sarok nincs a falnál
- Hiba 2: Térd nincs nyújtva
- Hiba 3: Kiphotikus tartás (görbített hát)
- Hiba 4: Lordotikus tartás (csípő előre billentése)
- Hiba 5: Fej nincs a talajon

### 3. számú melléklet: KÖTELEZŐ ELEMTÁBLÁZAT

#### KOROSZTÁLYOS VERSENYEK 2017-2020

A program eredeti szerzője: Konrad Zielinski (POL)

Rajzolta: Karl Wharton (GBR) FIG Akro TC tag

Allowed variation Table 11- 16										
A						A				
				A						

Az azonos kategóriába tartozó kézállásokat azzal a betűvel kell jelölni, ami a nehézségi táblázat oszlopának tetején szerepel. Az azonos kategóriába tartozó kézállásokat azonos elemnek kell tekinteni. Ugyanez érvényes a kver és egykezes kézállásokra is.

AGE GROUP 11 - 16		BALANCE EXERCISE						WOMEN'S PAIR	
ROW I	Box 1 3"	Box 2 3"	Box 3 3"	Box 4 3"	Box 5 3"	Box 6 3"	2 szabadon választott elem nehézségi érték: min. 1- max 9		
VALUE	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2			
ROW II	Box 1 3"	Box 2 3"	Box 3 3"	Box 4 3"	Box 5 3"				
VALUE	-	0.1	0.1	0.2	0.2				
ROW III	Box 1 3"	Box 2 3"	Box 3 3"	Box 4 3"	Box 5 3"	Box 6 3"	Box 7 3"		
VALUE	-	-	0.1	0.2	0.2	0.3	0.3		
ROW IV	Box 1 3"	Box 2 3"	Box 3 3"	Box 4 3"	Box 5 3"				
VALUE	-	-	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2		

AGE GROUP 11 - 16		DYNAMIC EXERCISE				WOMEN'S PAIR	
ROW I	Box 1	Box 2	Box 3	2 szabadon választott elem nehézségi érték: min. 1- max 14			
VALUE	-	0.1	0.2				
ROW II	Box 1 Back 1/4	Box 2 Back 4/4	Box 3 Back OR 4/4	Box 4 Back 4/4			
VALUE	0.1	0.2	0.2	0.3			
ROW III	Box 1 Front 1/4	Box 2 Front 2/4	Box 3 1/4 80°	Box 4 3/4 Front	Lábtartás lehet terpesztett, vagy zárt/nyújtott		
VALUE	0.1	0.2	0.2	0.3			
ROW IV	Box 1 Back OR OR 4/4	Box 2 Back OR 4/4	Box 3 Back 4/4				
VALUE	0.2	0.2	0.3				

AGE GROUP 11 - 16		BALANCE EXERCISE					MEN'S PAIR	
ROW I	Box 1  3° OR 3°	Box 2  3°	Box 3  3° OR 3°	Box 4  3°		2 szabadon választott elem nehézségi érték: min. 1- max 9		
VALUE	-	0.1	0.1	0.2				
ROW II	Box 1  3°	Box 2  3°	Box 3  3°	Box 4  3°	Box 5  3°	Box 6  3° OR 3°	Box 7  3° OR 3°	
VALUE	-	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.3	
ROW III	Box 1  3°	Box 2  3° OR 3°	Box 3  3° OR 3°	Box 4  3°	Box 5  3°	Box 6  3°		
VALUE	-	0.1		0.2	0.2	0.3		
ROW IV	Box 1  3°	Box 2  3°	Box 3  3°	Box 4  3°	Box 5  3°			
VALUE	-	0.1	0.2	0.3	0.3			

AGE GROUP 11 - 16		DYNAMIC EXERCISE					MEN'S PAIR	
ROW I	Box 1  0.1	Box 2  0.1	Box 3  0.1	Box 4  0.2	Box 5  180° OR 180°	2 szabadon választott elem nehézségi érték: min. 1- max 14		
VALUE	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2			
ROW II	Box 1  Back 4/4	Box 2  Back 4/4	Box 3  Back 4/4	Box 4  Back 4/4	A férfiak esetében is kötelező az érkező asszisztálása			
VALUE	0.1	0.1	0.1	0.2				
ROW III	Box 1  Back 2/4	Box 2  0.1	Box 3  Front 2/4	Box 4  Back 2/4	Lábtartás lehet terpesztett, vagy zárt/nyújtott			
VALUE	-	0.1	0.2	0.3				
ROW IV	Box 1  Back 2/4 180°	Box 2  0.1	Box 3  Front 2/4 OR 2/4	Box 4  Front 2/4 180°	Legs can be straddle or straight			
VALUE	-	0.1	0.2	0.3				

AGE GROUP 11 - 16		BALANCE EXERCISE						MIXED PAIR	
ROW I	Box 1 3"	Box 2 3" OR	Box 3 3"	Box 4 3"	Box 5 3" OR	Box 6 3" OR	Box 7 3"	Box 8 3"	2 szabadon választott elem nehézségi érték: min. 1- max 9
VALUE	-	0.1	0.1	0.2	0.2	0.3	0.3	0.3	
ROW II	Box 1 3" Jump	Box 2 3" Jump	Box 3 3" OR	Box 4 3" OR	Box 5 3" OR	Box 6 3" OR	Box 7 3" OR	Box 8 3" OR	
VALUE	-	0.1	0.1	0.2	0.2	0.3	0.3	0.3	
ROW III	Box 1 3" Power	Box 2 3" Power	Box 3 3" Power	Box 4 3" Power	Box 5 3" Power	Box 6 3" Power	Box 7 3" Power	Box 8 3" Power	
VALUE	0.1	0.1	0.2	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	
ROW IV	Box 1 3"	Box 2 3"	Box 3 3"	Box 4 3"	Box 5 3"	Box 6 3"	Box 7 3"	Box 8 3"	
VALUE	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	


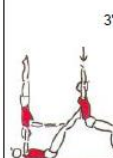
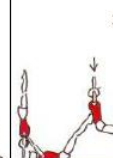
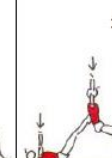

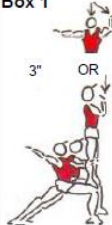






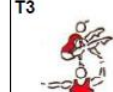

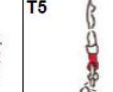
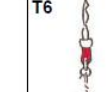

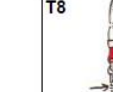
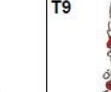
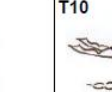
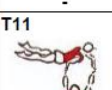
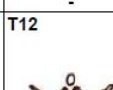

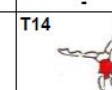
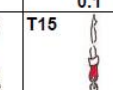
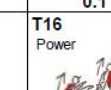
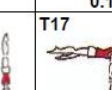
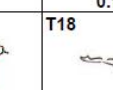
AGE GROUP 11 - 16		DYNAMIC EXERCISE					MIXED PAIR		
ROW I	Box 1	Box 2	Box 3 180'	Box 4 180'	Box 5 180'	Box 6 180'	Box 7 180'	Box 8 180'	2 szabadon választott elem nehézségi érték: min. 1- max 14
VALUE	-	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	
ROW II	Box 1 Front 1/4	Box 2 Front 2/4	Box 3 1/4	Box 4 2/4	Box 5 2/4	Box 6 2/4	Box 7 2/4	Box 8 2/4	
VALUE	-	0.1	0.2	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	
ROW III	Box 1 Back 4/4 OR	Box 2 Front 3/4 OR 4/4	Box 3 Back 4/4	Box 4 3/4	Box 5 3/4	Box 6 3/4	Box 7 3/4	Box 8 3/4	
VALUE	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	
ROW IV	Box 1 Front or Back 1/4	Box 2 Back 3/4	Box 3 Front 3/4 OR	Box 4 Front 5/4	Box 5 Back 5/4 OR	Box 6 5/4	Box 7 5/4	Box 8 5/4	
VALUE	-	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	

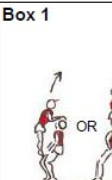






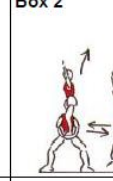



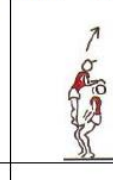

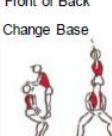




AGE GROUP 11 - 16		BALANCE EXERCISE				WOMEN'S GROUP	
ROW I	Box 1 3"	Box 2 3"	Box 3 3"	Box 4 3"	Box 5 3" 3"	Box 6 3"	<b>1 szabadon választott gúla, 3mp-es tartás nehézségi érték: min. 4- max 16</b>
VALUE	-	-	0.1	0.1	0.3	0.3	
ROW II	Box 1 3"	Box 2 3" 3" 3"	Box 3 3" 3" 3"	Box 4 3" 3" 3"	Box 5 3"		
VALUE	0.1	0.2	0.2	0.2	0.3		
ROW III	Box 1 3" 3"	Box 2 3"	Box 3 3"	Box 4 3"			
VALUE	-	0.1	0.2	0.4			

Sárga szöveg: A kézállásba való elemépítés vagy átmenet szabadon választható, de értéke maximum 5 lehet.

AGE GROUP 11 - 16		DYNAMIC EXERCISE				WOMEN'S GROUP	
ROW I	Box 1 Front 2/4	Box 2 Back 3/4	Box 3 Front 3/4	Box 4 Front OR Back 360° 540° or 720°	Box 5 Front 4/4		<b>2 szabadon választott elem nehézségi érték: min. 1- max 14</b>
VALUE	0.1	0.1	0.1	0.1 0.2	0.3		
ROW II	Box 1 Front 1/4	Box 2 Front 3/4	Box 3	Box 4 Front 4/4			
VALUE	-	0.1	0.2	0.2			
ROW III	Box 1 1/4 Back	Box 2 3/4 Back	Box 3 4/4 Back	Box 4 5/4 Back			
VALUE	-	0.2	0.2	0.3			
ROW IV	Box 1	Box 2 Back 3/4	Box 3 Front 2/4	Box 4 Back 6/4	Box 5		
VALUE	0.1	0.1	0.2	0.3	0.4		




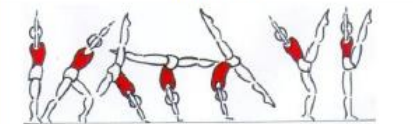
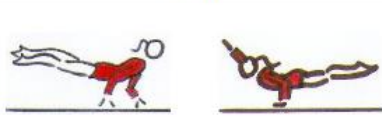









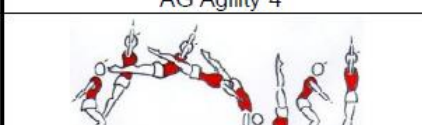

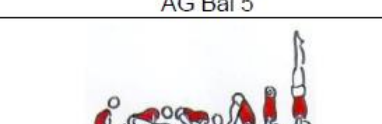
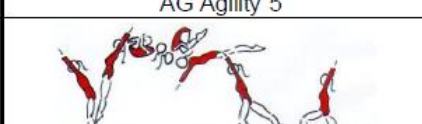
AGE GROUP 11 - 16		BALANCE EXERCISE					MEN'S GROUP												
ROW I	Box 1 	Box 2 	Box 3 	Box 4 	Box 5 	1 szabadon választott gúla, nehézségi érték: min. 4- max 16													
VALUE	-	-	-	-	-														
ROW II	Box 1 	Box 2 	Box 3 	Box 4 	Box 5 														
VALUE	0.1	0.2	0.3	0.5	0.5														
T1		T2		T3		T4		T5		T6		T7		T8		T9		T10	
VALUE	-	-	-	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	
T11		T12		T13 Power 	T14 	T15 	T16 Power 	T17 	T18 										
VALUE	0.2	0.2	0.2	0.2	0.3	0.3	0.5	0.5											

AGE GROUP 11 - 16		DYNAMIC EXERCISE					MEN'S GROUP				
ROW I	Box 1 	Box 2 	Box 3 	Box 4 	Box 5 	Straight jump to floor			2 szabadon választott elem nehézségi érték: min. 1- max 14		
VALUE	-	-	0.1	0.1	0.3						
ROW II	Box 1 	Box 2 	Box 3 	Box 4 							
VALUE	-	0.1	0.2	0.2							
ROW III	Box 1 	Box 2 	Box 3 	Box 4 							
VALUE	-	0.1	0.1	0.2							
ROW IV	Box 1 	Box 2 	Box 3 							A férfiak esetében is kötelező az érkezés asszisztálása	
VALUE	0.1	0.1	0.3								

## 11-16-os korosztály: EGYÉNI ELEMEK




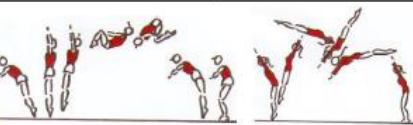


### Statikus gyakorlat

Az egység minden tagjának 3 szabadon választott egyéni elemet kell végrehajtania vagy az alább felsoroltakból, vagy a FIG Nehézségi Táblázat 1. kategóriájú egyéni elemeiből. Minden tagnak egy lazasági, egy egyensúlyi, és egy ügyességi elemet kell bemutatnia.

Lazasági Flexibility	Egyensúlyi (statikus 2 mp) Balance (Static 2")	Ügyességi Agility
		
AG Flex 1	AG Bal 1	AG Agility 1
		
AG Flex 2	AG Bal 2	AG Agility 2
		
AG Flex 3	AG Bal 3	AG Agility 3
		
AG Flex 4	AG Bal 4	AG Agility 4
		
AG Flex 5	AG Bal 5	AG Agility 5
		
AG Flex 6	AG Bal 6	AG Agility 6

### Dinamikus gyakorlat


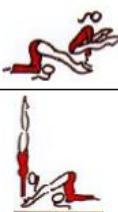

















Az egység minden tagjának 3 szabadon választott elemet kell bemutatni vagy az alábbiakból vagy a FIG Nehézségi Elemtáblázatának 2. kategóriájú egyéni elemeiből. Minden tagnak be kell mutatnia egy egyéni szaltót is.

		
AG Dyn 1	AG Dyn 2	AG Dyn 3
		
AG Dyn 4a / AG Dyn 4b	AG Dyn 5	AG Dyn 6

**4. számú melléklet VÁLASZTHATÓ ELEMÉK TÁBLÁZATA**  
**11-16 KOROSZTÁLYOS ELEM TÁBLÁZAT 2017-2020**

*Rajzolta: Karl Wharton (GBR) FIG Akro TC tag*

Példák páros szabadon választható statikus elemekre – érték: min. 1 max. 8

EXAMPLES OF PAIR OPTIONAL BALANCE - MINIMUM VALUE 1 - MAXIMUM VALUE 8							
BALANCE							
Value	1	1 3	3	3	2	2	4
ID Code	AG P1	AG P2	AG P3	AG P4	AG P5	AG P6	AG P7
BALANCE							
Value	2	3	5	6	4	7	
ID Code	AG P8	AG P9	AG P10	AG P11	AG P12	AG P13	
BALANCE							
Value	7	8	8	8	8	7	
ID Code	AG P15	AG P16	AG P17	AG P18	AG P19	AG P20	

Példák szabadon választható páros dinamikus elemekre – érték min. 1 max. 14.

EXAMPLES OF PAIR OPTIONAL DYNAMIC ELEMENTS - MINIMUM VALUE 1 - MAXIMUM VALUE 14						
DYNAMIC SKILL						
	Value 1 (180°) 2 (360°)	2	2	6	7	1 (0/4) 8 (4/4)
ID Code	AG D1	AG D2	AG D3	AG D4	AG D5	AG D6
DYNAMIC SKILL						
	Value 12	12	8	10	12	14
ID Code	AG D7	AG D8	AG D9	AG D10	AG D11	AG D12
EXAMPLE OF EXIT	The following are examples of simple exits that may be used as optional elements (if they have value 1) or as exits from dynamic skills. If you use a simple exit and do not use it as an optional element it must be identified on the tariff sheet and awarded NO VALUE.					
Value	0	0	1	1	1	
ID Code	AG P Exit 1	AG P Exit 2	AG P Exit 3	AG P Exit 4	AG P Exit 5	

A következő felsorolásban olyan egyszerű lebontások szerepelnek, amik akár szabadon választott elemek is lehetnek (ha van legalább 1 nehézségi értékük), akár dinamikus elemek lebontásai. Ha ilyen egyszerű lebontásokat felhasználnak, de nem szabadon választott elemnek, akkor fel kell őket tüntetni a gyakorlatrajzon és rá kell írni, hogy nem jár érték (NO VALUE).

Példák szabadon választható női hármas statikus elemekre – érték összesen: min. 4 max. 16

BASE POSITIONS			TOP POSITIONS								
Base Value	5	Plus (+)	1	3	4	2	3	5	7	5	6
ID Code	AG Trio 1	Plus (+)	A	B	C	D	E	F	G	H	I
Base Value	1	Plus (+)	1	3	x	2	3	5	7	5	6
ID Code	AG Trio 2	Plus (+)	A	B	C	D	E	F	G	H	I
Base Value	6	Plus (+)	1	3	4	2	5	7	9	7	8
ID Code	AG Trio 3	Plus (+)	A	B	C	D	E	F	G	H	I
Base Value	4	Plus (+)	1	3	x	2	5	7	9	7	8
ID Code	AG Trio 4	Plus (+)	A	B	C	D	E	F	G	H	I
Base Value	10	Plus (+)	2	4	5	3	5	7	x	7	8
ID Code	AG Trio 5	Plus (+)	A	B	C	D	E	F	G	H	I

Példák szabadon választható női hármas dinamikus elemekre – érték min. 1 max. 14

DYNAMIC SKILL					
	Value	1	2	2	4
ID Code	AG Trio D1	AG Trio D2	AG Trio D3	AG Trio D4	AG Trio D5
DYNAMIC SKILL					
	Value	3	5	8	14
ID Code	AG Trio D6	AG Trio D7	AG Trio D8	AG Trio D9	
EXAMPLES OF ENTRY / EXIT					
	Value	1	1	1	1
ID Code	AG Trio Entry 1	AG Trio Exit 2	AG Trio Exit 3	AG Trio Exit 4	

A következő felsorolásban olyan egyszerű építések és lebontások szerepelnek, amik akár szabadon választott elemek is lehetnek (ha van legalább 1 nehézségi értékük), akár dinamikus elemek lebontásai. Ha ilyen egyszerű lebontásokat felhasználunk, de nem szabadon választott elemnek, akkor fel kell őket tüntetni a gyakorlatrajzon és rá kell írni, hogy nem jár érték (NO VALUE).

Példák férfi négyes szabadon választható statikus elemekre – érték összesen min. 4 max. 16

BASE POSITIONS			TOP POSITIONS									
Base Value	1	Plus (+)	1	2	3	2	3	5	4	6	9	8
ID Code	AG MGB 1	Plus (+)	A	B	C	D	E	F	G	H	I	
Base Value	5	Plus (+)	1	2	3	2	3	5	4	6	9	8
ID Code	AG MGB 2	Plus (+)	A	B	C	D	E	F	G	H	I	
Base Value	7	Plus (+)	1	2	3	2	3	5	4	6	9	8
ID Code	AG MGB 3	Plus (+)	A	B	C	D	E	F	G	H	I	
Base Value	10	Plus (+)	2	3	4	3	4	6	5	X	X	
ID Code	AG MGB 4	Plus (+)	A	B	C	D	E	F	G	H	I	
Base Value	12	Plus (+)	2	3	4	3	4	X	X	x	x	
ID Code	AG MGB 5	Plus (+)	A	B	C	D	E	F	G	H	I	

Példák férfi négyes szabadon választható dinamikus elemekre – érték min. 1 max. 10

DYNAMIC SKILL	 Back 1/4	 Front 1/4	 Front 4/4	 Front 3/4	 Front 4/4
	Value	1	1	10	4
ID Code	AG MG D1	AG MG D2	AG MG D3	AG MG D4	AG MG D5
DYNAMIC SKILL	 Back 5/4 + 360°	 Back 4/4 + 360°	 Back 6/4	 Front 7/4	 Back 8/4
	Value	7	10	9	10
ID Code	AG MG D6	AG MG D7	AG MG D8	AG MG D9	AG MG D10
EXAMPLES OF ENTRY / EXIT	<p>The following are examples of simple entries / exits that may be used as optional elements (if they have value 1) or as entries to or exits from dynamic skills. If you use a simple entry / exit and do not use it as an optional element it must be identified on the tariff sheet and awarded NO VALUE.</p>	 0/4	 Front or Back 0/4	 Back 1/4	 Front 1/4
		Value	1	1	1
ID Code	AG MG Entry 1	AG MG Exit 2	AG MG Exit 3	AG MG Exit 4	

A következő felsorolásban olyan egyszerű építések és lebontások szerepelnek, amik akár szabadon választott elemek is lehetnek (ha van legalább 1 nehézségi értékük), akár dinamikus elemek lebontásai. Ha ilyen egyszerű lebontásokat felhasználnak, de nem szabadon választott elemnek, akkor fel kell őket tüntetni a gyakorlatrajzon és rá kell írni, hogy nem jár érték (NO VALUE).