

NEMZETKÖZI TORNASZÖVETSÉG (FIG)



2017 – 2020 PONTOZÁSI SZABÁLYZAT



AKROBATIKUS TORNA

Jóváhagyva a FIG Végrehajtó Bizottsága által

NEMZETKÖZI TORNASZÖVETSÉG



AKROBATIKUS TORNA 2017 – 2020 PONTOZÁSI SZABÁLYZAT

Hatályos 2017. januárjától

Előszó

A FIG Akrobatikus Torna Szövetség Technikai Bizottsága az alábbiakban bemutatja az új, ratifikált Pontozási Szabályzatot, amely 2017. január 1-től lép érvénybe. A Szabályzat a jelenleg érvényben levő FIG Alapszabályzatra, a FIG Általános Technikai Szabályzatra, és az Akrobatikus Tornára vonatkozó FIG Technikai Szabályzatra épül. A FIG Bírói szabályzata valamint az Akrobatikus Tornára vonatkozó Speciális Bírói Szabályzat is fontos dokumentumok, melyek kihatnak a Pontozási Szabályzatra. A módosított, és bővített Nehézségi Elemtáblázat külön került kiadásra, de a Pontozási Szabályzat szerves részét képezi.

A ciklus során az akrobatikus torna szakértőivel folytatott több konzultációt követően, különös tekintettel módosítottuk a szabályokat. A módosítás során figyelembe vettük azt a megfogalmazott igényt, hogy egy stabil, drasztikus változtatások nélküli szabályzat jöjjön létre. Ezért a módosításoknak csekély hatása van a tornászok felkészítésére. Jelen szabályzat az előző ciklusban átszervezett szabályzatára épül, a változtatások tovább egyszerűsítik a szabályokat, érthetőbbé téve azokat.

Az elmúlt ciklus tapasztalatait figyelembe véve változik a pontozási rendszert a szabályzatban. A módosítás tükrözi azt a közös nézetet, miszerint a technikai pontszámnak kell a meghatározónak lennie.

A művészi pontozás minden aspektusát gondosan átdolgoztuk. A kritériumok számát jelentősen csökkentettük, és az elbírálás módszerét is leegyszerűsítettük. A meghatározásokat, ahol lehetséges, a többi szakág meghatározásaihoz igazítottuk.

Köszönetnyilvánítás

A 2017-2020-as versenyciklusra vonatkozó új Pontozási Szabályzat átdolgozásában az alkotók maximális figyelmet fordítottak arra, hogy megtartsák az Akrobatikus Torna, korábbi nevén Sportakrobatika megalkotóinak filozófiáját. Olyan rendszereket javasoltak, amelyek jobban értékelik a kreativitást, a nehézséget, és az edzők, sportolók kemény munkáját. A módosítások lehetővé teszik, hogy kezdő sportolók minél hamarabb magas színvonalú gyakorlatokat mutathassanak be, és a sportág veteránjaival együtt magabiztosan és biztonságban indulhassanak nemzetközi versenyeken.

A Pontozási Szabályzat a versenyszabályok és a bírászkodás szabályainak kialakításánál tiszteletben tartja és értékeli a Tagszövetségek, a Kontinentális Szakbizottságok, a szakértő edzők, bírók és sportolók módosító javaslatait.

A Pontozási Szabályzat módosításához hozzájárult az Akrobatikus Torna 2013-2016-os ciklusra megválasztott Technikai Bizottságának összes tagja:

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>

Az Akrobatikus Torna Technikai Bizottsága az következőknek tartozik köszönettel a segítségükért:

Köszönjük Bruno Grandinak, a FIG elnökének, irányító munkáját és támogatását. Az ő tanácsai és a szakág fejlődését szorgalmazó intézkedései nagymértékben járultak hozzá az elmúlt négy év fejlődéséhez.

Köszönjük André Guesbuhler főtitkár úrnak szakértői tanácsait és támogatását, valamint a FIG Titkárságának a munkáját. Különös említést érdemel Mr. Rui Vinagre segítése. Köszönjük a többi torna szakág technikai bizottságának és elnökeiknek a Pontozási Szabályzat megformálásában nyújtott segítséget. Szintén örömmel fogadtuk a különböző FIG Bizottságok iránymutató segítségét abban, hogy összehangoljuk a különböző szakágak szabályait.

Rosy Taeymans

FIG Akrobatikus Torna

Technikai Bizottságának elnöke 2013-2016

PONTOZÁSI SZABÁLYZAT
AKROBATIKUS TORNA
2017 – 2020 KIADÁS

Tartalom

Előszó	2
Köszönetnyilvánítás.....	3
Bevezetés	7
I. RÉSZ: SZÁNDÉKOK ÉS CÉLOK.....	8
1. Cikkely: SZÁNDÉKOK ÉS CÉLOK	8
II. RÉSZ: VERSENYSZÁMOK ÉS VERSENYEK.....	9
2. Cikkely: A VERSENYSZÁMOK ÉS VERSENYEK JELLEGE	9
III. RÉSZ: VERSENYRENDEZÉS ÉS IRÁNYÍTÁS	10
3. Cikkely: VERSENYEK SZERVEZÉSE	10
4. Cikkely: A FELLEBBVITELI ZSÚRI.....	10
5. Cikkely: A DÖNTŐ ZSÚRI	10
6. Cikkely: A VERSENYZŐK JOGAI ÉS KÖTELEZETTSÉGEI	11
7. Cikkely: EDZŐK JOGAI ÉS KÖTELEZETTSÉGEI	12
IV. RÉSZ: BÍRÓK.....	14
8. Cikkely: DÖNTŐ ZSÚRI.....	14
9. Cikkely: A BÍRÓI PANELEK ÖSSZEÁLLÍTÁSA.....	14
10. Cikkely: BÍRÓK JOGAI ÉS KÖTELEZETTSÉGEI	14
11. Cikkely: A VEZETŐBÍRÓ	16
12. Cikkely: NEHÉZSÉGI BÍRÓK	18
13. Cikkely: MŰVÉSZI-KIVITEL ÉS TECHNIKAI-KVITEL BÍRÓK	19
14. Cikkely: A BÍRÓI EGYENRUHA	20
V. RÉSZ: A Gyakorlatok Szerkezete és Összeállítása	21
15. cikkely: A GYAKORLAT SZERKEZETE	21
16. cikkely: A GYAKORLATOK HOSSZA.....	21
17. cikkely: A GYAKORLATOK ÖSSZEÁLLÍTÁSA	21
18. cikkely: A STATIKUS GYAKORLATOK JELLEMZŐI	22
19. cikkely: PÁROS STATIKUS GYAKORLATOK SPECIÁLIS KÖVETELMÉNYEI	23
20. cikkely: CSOPORTOK STATIKUS GYAKORLATAINAK SPECIÁLIS KÖVETELMÉNYEI.....	24

21. cikkely: PÁROSOK, HÁRMASOK, NÉGYESEK ÉS EGYÉNI ELEMEEK IDŐHIBÁI ...	26
22. cikkely: A DINAMIKUS GYAKORLATOK JELLEMZŐI.....	27
23. cikkely: A DINAMIKUS GYAKORLATOK SPECIÁLIS KÖVETELMÉNYEI	28
24. cikkely: A DINAMIKUS GYAKORLAT HIBÁI	29
25. cikkely: A KOMBINÁLT GYAKORLATOK JELLEMZŐI.....	29
26. cikkely: A KOMBINÁLT GYAKORLATOK SPECIÁLIS KÖVETELMÉNYEI	29
27. cikkely: EGYÉNI ELEMEEK BEMUTATÁSA	30
VI. RÉSZ: MŰVÉSZI KIVITELEZÉS ÉS MŰVÉSZI ÉRTÉK.....	31
28. cikkely: MŰVÉSZI KIVITEL	31
29. cikkely: ELŐADÁS/KOREOGRÁFIA	31
30. cikkely: ZENEISÉG ÉS ELŐADÁSMÓD.....	32
31. cikkely: PARTNERSÉG	32
32. cikkely: ZENEI KÍSÉRET.....	32
33. cikkely: MAGASSÁGKÜLÖNBSÉG	33
34. cikkely: VERSENYRUHÁZAT, KIEGÉSZÍTŐK, ÉS SEGÉDESZKÖZÖK	33
VII. RÉSZ: KIVITELI ÉS TECHNIKAI ÉRTÉK	35
35. cikkely: KIVITELI ÉS TECHNIKAI ÉRTÉK	35
VIII. RÉSZ: NEHÉZSÉG.....	36
36. cikkely: NEHÉZSÉG	36
37. cikkely: A GYAKORLAT RAJZA	36
38. cikkely: ÚJ ELEMEEK	38
IX. RÉSZ: A GYAKORLATOK KIÉRTÉKELÉSE	39
39. cikkely: KIÉRTÉKELÉS	39
40. cikkely: PONTSZÁMOK ÉS PONTOZÁS.....	39
41. cikkely: LEVONÁSOK AZ ÖSSZPONTSZÁMBÓL.....	40
42. cikkely: ÓVÁSOK A PONTSZÁMOK ELLEN	40
X. RÉSZ: HIBÁK ÉS LEVONÁSOK TÁBLÁZATA.....	42
43. cikkely: A VEZETŐBÍRÓ (CJP) ÉS A NEHÉZSÉGI BÍRÓ (DJ) BÜNTETÉSEI.....	42
44.cikkely: MŰVÉSZI PONTOZÁS	43
45. cikkely: TECHNIKAI HIBÁK	44
1. számú melléklet: A SPORTOLÓK MÉRÉSE.....	48
2. számú melléklet: ELEMEEK KORLÁTOZÁSAI.....	51
3. számú melléklet: ÚTMUTATÓ A TECHNIKAI KIVITEL PONTOZÁSÁHOZ 2017	53
4. számú melléklet: KIFEJEZÉSEK SZÓTÁRA	57

5. számú melléklet: GYORSÍRÁS	62
6. számú melléklet: RUHÁZAT	68
7. számú melléklet: ÉRVÉNYTELEN EREDMÉNYEK MEGJELÖLÉSEI A FIG TECHNIKAI SZABÁLYZATNAK 8.5 PONTJA ALAPJÁN.....	74

Bevezetés

1. Az Akrobatikus Torna sportágban rendezett versenyeken a Pontozási Szabályzat mintegy részvételi szerződésként szolgál a TC-ACRO, az edzők, a tornászok és a bírók között. Időnként szükségessé válhat egyes cikkelyeknek a magyarázata. A magyarázatokat a Tagszövetségek számára hivatalos hírleveleinkben tesszük közzé.
2. A Pontozási Szabályzat és a Technikai Szabályzat közötti bármilyen ellentmondás esetén a Technikai Szabályzatban foglaltak a mérvadók.
3. A szöveg értelmezésében minden esetben az angol nyelvű változat az irányadó.
4. A FIG a Technikai Szabályzat szerint gyakorolja a szerzői jogokat. A szerzői jogra vonatkozó törvény szerint a FIG engedélyezi a Pontozási Szabályzat angolról más nyelvre történő fordítását és megjelentetését. Az engedélyezett nyelvekre történő fordítás egy példányát elektronikus úton a FIG-nek meg kell küldeni.
5. A Nehézségi elemtáblázatot kizárólag a FIG sokszorosíthatja. Az eredeti szövegnek a FIG írásos engedélye- és a szerzői jogdíjak megfizetése nélküli másolása, vagy tartalmának más kiadásokban történő megjelentetése büntetőeljárást von maga után.
6. A Pontozási Szabályzat tartalma figyelembe veszi a FIG Végrehajtó Bizottságának és albizottságainak irányelveit. Az 1. részben ismertetett szándékok és célok hűen tükrözik azt, hogy a FIG TC-ACRO mekkora figyelmet fordít a Pontozási Szabályzat megalkotására, és annak indoklására.
7. A nemzeti szövetségek a saját, hazai versenyekre vonatkozóan megváltoztathatják a szabályokat a saját fejlődési igényüknek megfelelően.
8. A Technikai Szabályzatban és a Pontozási Szabályzatban foglaltakat minden FIG által engedélyezett kontinentális és nemzetközi versenyen szigorúan be kell tartani. Ezekről eltérni csak a TC-ACRO írásos engedélyével lehetséges.
9. A Pontozási Szabályzatot nemre, fajra, hitre vagy kulturális háttérre való megkülönböztetés nélkül kell alkalmazni. Életkor szerinti korlátozások vannak egyes versenyeken.
10. A fogyatékkal élő tornászoknak rendezett versenyeményeket örömmel fogadjuk és támogatjuk.

I. RÉSZ: SZÁNDÉKOK ÉS CÉLOK

1. Cikkely: SZÁNDÉKOK ÉS CÉLOK

- 1.1. A Pontozási Szabályzat elsődleges szándéka, hogy biztosítsa, ösztönözze és előmozdítsa az Akrobatikus Torna minden területének a fejlődését.
- 1.2. A Pontozási Szabályzat és a Nehézségi elemtáblázat együttesen egy olyan eszközt alkotnak, amelyen keresztül lehetőség nyílik a sportág versenyeinek objektív strukturálására, megszervezésére és a gyakorlatok értékelésére.
- 1.3. A Pontozási Szabályzat és a hozzá tartozó dokumentumok hasznosak az akrobatikus tornászok és edzők számára, hiszen támpontot nyújtanak a versenyre való felkészüléshez és a gyakorlatok kialakításához.
- 1.4. A Pontozási Szabályzat egy keretet nyújt az új versenyzők számára, hogy tudásuk és készségeik fejlődjenek, és minél hamarabb részt vehessenek országos és nemzetközi versenyeken. Ezen kívül a Szabályzat célja, hogy hozzájáruljon a magas szintű sportolók, edzők és bírók tudásának és készségeinek folyamatos fejlődéséhez.
- 1.5. A különböző torna szakágak szereplői, valamint a versenyeket látogatók és az azokat közvetítő szakemberek közötti könnyebb megértést szem előtt tartva, a Pontozási Szabályzat szerkezetét és terminológiáját úgy alakították ki, hogy amennyire lehetséges, azok a többi torna szakágban használatos terminológiával összhangban legyenek.
- 1.6. A Pontozási Szabályzat könnyen érthető szabályai segítik a nézőket abban, hogy a versenyek során élvezhessék a világklasszis sportolók gyakorlatait.

II. RÉSZ: VERSENYSZÁMOK ÉS VERSENYEK

2. Cikkely: A VERSENYSZÁMOK ÉS VERSENYEK JELLEGE

Versenyszámok

- 2.1. Az Akrobatikus Torna versenyeken öt versenyszám van:
- Női páros
 - Férfi páros
 - Vegyes páros
 - Női hármas
 - Férfi négyes
- 2.2. Két fajta verseny van:
- 1. sz. verseny: Összetett
 - 2. sz. verseny: Csapat (Lásd Technikai Szabályzat)
- 2.3. A különböző versenyszámokra, a versenyek szervezésére és irányítására vonatkozó szabályzatok és előírások a FIG Technikai Szabályzat általános rendelkezései között találhatóak.
- 2.4. Szintén a Technikai Szabályzat tartalmazza a versenyeken való részvétellel kapcsolatos rendelkezéseket. Közülük néhánynak az alaposabb kifejtése megjelenik a Pontozási Szabályzatban is. Az akrobatikus torna sport sajátos rendelkezéseit az Akrobatikus torna speciális technikai szabályzata tartalmazza. A következő részeket foglalja magába:
- Verseny fajtája
 - A versenyek szerkezete és szervezési szabályai
 - Szernormák
 - Melegítő- és versenytalajra vonatkozó szabályok
 - Résztvevők életkora
 - Nevezési, sorsolási szabályzat
 - A bírók kiválasztásának és szerepének alapelvei
 - Reklámozási szabályok
 - Doppingellenőrzés
 - Etikai kódex
 - A döntőbe kerülés meghatározása
 - A csapathelyezések meghatározása
 - Holtversenyek megoldási szabályai
 - Helyezések meghatározása és díjak

III. RÉSZ: VERSENYRENDEZÉS ÉS IRÁNYÍTÁS

3. Cikkely: VERSENYEK SZERVEZÉSE

- 3.1. Minden FIG eseményen jelen van:
- FIG Végrehajtó Bizottság képviselői
 - Akrobatikus Torna Technikai Bizottságának FIG tagja
 - Fellebbviteli zsűri
 - Döntő zsűri
 - Bírói panelek vezetőbírói
 - Nehézségi bírók
 - Technikai-kivitel bírók
 - Művészi-kivitel bírók
 - Szervező Bizottság
 - Titkárság
 - Orvosi személyzet és antropometrista (mérési szakember)
 - Műszaki igazgató
 - Talajmester
 - Kisegítő személyzet, gondnok
 - Műszaki személyzet
 - Sajtó

4. Cikkely: A FELLEBBVITELI ZSŰRI

- 4.1. A fellebbviteli zsűri feladata, hogy ellenőrizze a FIG Alapszabályának, a Technikai Szabályzatának, a Médiára, Reklámozásra és egyéb ügyekre vonatkozó FIG szabályok és előírások betartását.
- 4.2. Lásd a 4. számú melléklet 1. cikkelyét: Fellebbviteli zsűri feladatai címmel.

5. Cikkely: A DÖNTŐ ZSŰRI

- 5.1. Lásd a 4. számú melléklet 2. cikkelyét: A Döntő zsűri feladatai címmel.
- 5.2. A döntő zsűri felügyeli a verseny minden részletét az előkészületektől kezdve a verseny befejezéséig. Ez a következőket foglalja magába: a versenyt rendező szövetséggel és a 3.1-es bekezdésben felsorolt személyekkel való kapcsolattartás; az edző- és versenyszerek és létesítmények előkészítése; a verseny és melegítés ideje alatt a sportolók, edzők, bírók és egyéb tisztségviselők viselkedésének felügyelete; a bírói szemináriumok irányítása; a versenyhelyszín zárása után az esemény értékelése.
- 5.3. A FIG által rendezett eseményeken a döntő zsűri általában a Technikai Bizottság elnökéből, és a TC-ACRO további hat tagjából áll.
- 5.4. A verseny teljes ideje alatt a döntő zsűri tagjait a nemzeti csapatokkal kapcsolatosan semmilyen felelősség nem terhelheti.

- 5.5. A fegyelmi ügyek kivételével, a döntő zsűrinek a verseny ideje alatt hozott döntései véglegesek. Döntéseiket közvetlenül a verseny után kiértékelik, és az esetleges súlyos tévedéseket kijavítják.

A Döntő zsűri kötelezettségei

(A 4. számú mellékletben említetteken kívül)

- 5.6. Felügyelje, hogy a versenyzők mérése az 1.sz. Mellékletben foglaltak szerint történik-e.
- 5.7. Egy megbízott kijelölése akkor, ha egy sportoló mérése vitatható eredményt mutat, ill. mutathat, vagy, ha az antropometrista bármely okból új mérést rendel el.

6. Cikkely: A VERSENYZŐK JOGAI ÉS KÖTELEZETTSÉGEI

Versenyzők jogai

- 6.1. Minden versenyen csak egy versenyszámban vegyen részt.
- 6.2. Teremtsenek számára a versenyhelyszín felszereltségéhez hasonló eszközöket és biztonságos edzésfeltételeket.
- 6.3. Az edző és a delegáció vezetője értesítse az edzésbeosztásról. Legalább egyszer edzhet a versenytalajon, a verseny termében, és amikor lehetséges TV világítással.
- 6.4. Beosztás szerint minden gyakorlat bemutatása előtt lehetősége van a bemelegítésre a melegítőtalajon, amely hasonlóan felszerelt, mint a versenytalaj (kivéve a TV világítást). A melegítő talajon egyszerre maximum hat egység edzhet.
- 6.5. Újrakezdheti gyakorlatát, ha rajta kívül álló okok miatt azt nem lehetett befejezni (pl.: a gyakorlat bemutatása közben áramszünet lép fel)

Versenyzők kötelezettségei

- 6.6. Ismerje és tartsa be az érvényben levő FIG Alapszabályt, a Technikai- és Drogellenes Szabályzatot, a Pontozási Szabályzatot és a Sportolói Esküben foglaltakat.
- 6.7. A Technikai Szabályzatban található korosztályi követelményeknek megfelelően vegyen részt a versenyeken.
- 6.8. Mindig legyen udvarias a szervezőkkel, saját és mások edzőivel, más versenyzőkkel és a nézőkkel, őrizze meg méltóságát, integritását és viselkedjen sportszerűen.
- 6.9. Ismerje és tartsa be az edzés és a verseny beosztását.
- 6.10. A programban kiírt időpont előtt legalább egy órával álljon készen a versenyre, a szabályoknak megfelelő öltözetben, és a kiírt időpontban álljon készen gyakorlata bemutatására. Lemondások esetén a műszaki igazgatónak, a döntő zsűri engedélyével joga van a versenyszámokat előbbre hozni.
- 6.11. Tartsa be a versenyt szervező személyzet utasításait.
- 6.12. Nem tehet jelöléseket a versenytalaján, hogy megkönnyítse a gyakorlat végrehajtását.
- 6.13. Jelenjen meg időben, és megfelelő öltözékben a díjátadáson.

6.14. A megjelölt helyen és időben jelenjen meg a magasságmérésen.

Szankciók

6.15. Ha egy versenyző nem tartja be a rendszabályokat, a döntő zsűri elnökétől figyelmeztetést, vagy büntetést kap.

6.16. Ha egy versenyző nem jelenik meg a díjkiosztáson, vagy szándékosan nem tartja be a dobogón állás szabályait, a TR 8.5 cikkelyének értelmében a következő szankciók lépnek érvénybe:

- Az éremtől és az éremmel járó pénzjutalomtól megfosztják.
- Az eredmények rangsorát módosítják: az érintett versenyző az utolsó helyre kerül.
- Az érmek és a pénzjutalom az új rangsor szerint kerülnek kiosztásra.

6.17. Kivételes esetben, mint pl. betegség, a döntő zsűri elnöke eltekinthet a díjátadáson való hiányzásért járó büntetéstől.

6.18. Bármilyen második vétség szankciókat von maga után.

6.19. A versenyzőket, akik nem jelennek meg a megadott időben a mérésen, vagy azok, akik a mérésen adott utasításokat nem tartják be, és ezzel akadályozzák a mérést (csalnak), vagy bármi más módon próbálnak előnyös mérési eredményeket elérni, kizárják a versenyből.

7. Cikkely: EDZŐK JOGAI ÉS KÖTELEZETTSÉGEI

Az edzők jogai

7.1. Értesítést kapni a sorsolással eldöntött indulási sorrendről.

7.2. Edzésbeosztást kapni, ami a verseny előtti két napon napi egy vagy két alkalommal min. 2 órás edzést tesz lehetővé.

7.3. Teremtsenek számára a versenyhelyszín felszereltségéhez hasonló eszközöket és biztonságos edzésfeltételeket.

7.4. Megkapni a dokumentumokat az edzés és a verseny beosztásáról, valamint hozzáférést a napi versenyeredményekhez. Minden csapatedző számára biztosítani kell egy kijelölt helyet a talaj közelében, ahonnan a verseny folyamán figyelheti a versenyzői által bemutatott gyakorlatot.

7.5. Világversenyeken a verseny megkezdése előtt meghatározott időben és helyen értesíteni kell az edzőt a gyakorlatrajzban lévő bármilyen problémáról, ami hatással lehet a speciális követelményekre vagy a gyakorlat nehézségi értékére.

Az edzők kötelességei

7.6. Mindig becsülettel, integritással és sportszerűen az Akrobatikus Torna sport javára cselekedjen.

7.7. A versenyzőkkel, bírókkal, edzőkkel és a verseny szervezőivel tisztelettudóan, előzékenyen és udvariasan viselkedjen; cselekedjen mindig az Emberi Jogok, a Gyerekvédelmi törvény és a FIG Etikai Kódjában foglaltak szerint.

- 7.8. Biztosítsa a saját és a többi versenyző épségét, biztonságát.
- 7.9. Ismerje és szigorúan tartsa be a Technikai-, a Drogellenes-, a Reklám-, a Fegyelmi és Etikai Szabályzatot és a Pontozási Szabályzatot.
- 7.10. A melegítés és a verseny ideje alatt semmilyen formában (szóban, mobiltelefonon vagy más formában) nem kommunikálhat egyik csapat bírójával sem. Ennek megszegésekor az érintett bírót/bírókat azonnal kizárják az adott versenyszám alatt végzendő bírói tevékenységből, valamint a bírót és az edzőt hivatalos figyelmeztetésben részesítik.
- 7.11. Az edző felelőssége biztosítani a gyakorlat rajzának helyességét leadás előtt.
- 7.12. Rajzokkal, és értékekkel jelölve, legalább 30 perccel a verseny kezdete előtt a nehézségi bírókat tájékoztatni kell, ha egy gyakorlatban alapvető, vagy kisebb változtatások lesznek valamilyen kivételes okból.
- 7.13. A verseny területén a nemzeti válogatott melegítőt kell viselni, és a hosszú haját befonva vagy összefogva kell viselni.

Szankciók

- 7.15. Azokat az edzőket, akik nem tartják be a szabályokat, csálnak, befolyásolni próbálják a bírókat, sértően beszélnek vagy viselkednek a versenyzőkkel, más edzőkkel, zsűritagokkal vagy szervezőkkel, elvonják a figyelmet a sportolók gyakorlatáról, a döntő zsűri azonnal kitiltja a versenyteremből. Az edző és az ország is hivatalos figyelmeztetést kap. A terembe való visszatérés csak a döntő zsűri engedélyével lehetséges.
- 7.16. Egy második szabálysértés szankciót von maga után.
- 7.17. A figyelmeztetések a FIG események egész ciklusára érvényesek. Ha például, egy edző figyelmeztetést kap egy Világbajnokságon, és ugyanabban a ciklusban egy másik FIG rendezvényen kap még egyet, automatikusan a Fegyelmi Bizottság elé kerül az ügy.
- 7.18. Azokat az edzőket, akik a verseny ideje alatt nem a nemzeti öltözéküket viselik, kitiltják az arénából. A terembe való visszatérés csak a döntő zsűri engedélyével lehetséges.
- 7.19. Az edzőkre és szövetségekre vonatkozó szankciók a FIG Fegyelmi-, és Etikai Szabályzata alapján kerülnek kialakításra.

IV. RÉSZ: BÍRÓK

8. Cikkely: DÖNTŐ ZSÚRI

- 8.1. A döntő zsűri összeállítása:
- A Technikai Bizottság Elnöke
 - 2 művészi-kivitel szakértő
 - 2 technikai-kivitel szakértő
 - 2 nehézségi szakértő
- 8.2. A FIG világversenyein a döntő zsűri tagjai általában az Akrobatikus Torna Technikai Bizottsága tagjaiból kerülnek ki. Egy Technikai Bizottsági tag hiányzása esetén a döntő zsűri kiegészülhet 1.vagy 2. kategóriás bírókkal.

9. Cikkely: A BÍRÓI PANELEK ÖSSZEÁLLÍTÁSA

- 9.1. Az Akrobatikus Torna versenyeken a Bírói Panelek összetétele általában:
- | | |
|--|-----|
| ▪ 1 Vezetőbíró | CJP |
| ▪ 2 Nehézségi bíró | DJ |
| ▪ 4 Technikai-kivitel bíró | EJ |
| ▪ 4 Művészi-kivitel bíró | AJ |
| ▪ 1 Vonal bíró (nem kötelező) | LJ |
| ▪ 1 Időmérő bíró (nem kötelező) | TJ |
| ▪ 2 Referencia Technikai-kivitel bíró (4. melléklet) | RE |
| ▪ 2 Referencia Művészi-kivitel bíró (4. melléklet) | RA |
- 9.2. A bírók különböző versenyekre való kijelölése és sorsolásának eljárási rendje az Akrobatikus Torna Speciális Bírói Szabályzatának 3. cikkelyében vannak leírva.
- 9.3. Amennyiben elegendő bíró áll rendelkezésre, azok közül a bírók közül, akik nem lettek sorsolva, kijelölik a vonalbíró és időmérő bírókat.
- 9.4. Ha egy Szövetség 2 bírót jelölt a versenyre, akkor megnevezheti, hogy melyikük legyen technikai-kivitel bíró és melyikük művészi-kivitel bíró, de a FIG versenyein minden bírónak felkészültnek kell lennie mindkét bírászkodás elvégzésére.
- 9.5. Amennyiben egy szövetség csak 1 bírót küld a versenyre, úgy a bírója a sorsolás szerint nehézségi technikai-kivitel és/vagy művészi-kivitel bírói minőségben fog a panelben működni.
- 9.6. Az Akrobatikus Torna minden bírójának kommunikációs szinten kell bírnia egy hivatalos (FIG) nyelvet. Tolmácsoknak egy a versenyteremben kijelölt helyen kell tartózkodniuk, hogy szükség esetén könnyen rendelkezésre álljanak.

10. Cikkely: BÍRÓK JOGAI ÉS KÖTELEZETTSÉGEI

Jogok

- 10.1. A maga területén minden bírónak joga van a bírói tudásának és szakértelmének kijáró tisztelethez, amennyiben a FIG Etikai Kódja és Fegyelmi Szabályzata, valamint egyéb szabályzatai szerint jár el.

A bírók kötelezettségei a verseny előtt

- 10.2. Rendelkezzen érvényes FIG Brevet-vel és Bírói naplóval, melyeket minden FIG kontinentális és nemzetközi versenyen ellenőrzésre és aláírásra át ad a döntő zsűrinek.
- 10.3. A Pontozási Szabályzat, a Technikai Szabályzat, a Bírói Szabályzat és az Etikai és Fegyelmi Szabályzat anyagából fel kell készülnie még a versenyre való érkezése előtt.
- 10.4. Segíteni saját nemzeti szövetségük edzőinek a gyakorlatrajzok helyességének ellenőrzésében, mielőtt azokat a versenyen benyújtják.
- 10.5. A gyakorlatok feljegyzéseihez a hivatalos technikai és művészi nyomtatványt kell vinnie a versenyre.
- 10.6. A verseny előtt, alatt és után részt kell vennie a beosztás szerinti értekezleteken, bírói gyakorlatokon, eligazításokon. Mulasztása esetén kizárásra kerülhet, kivéve, ha a döntő zsűri figyelembe vesz enyhítő körülményeket.

A bírók kötelezettségei a verseny alatt

- 10.7. Tudnia kell a Bírói Esküt, biztosítani annak értékeit, és személyesen jelen lenni a verseny ünnepélyes megnyitáskor a nyilvános eskütételen.
- 10.8. A Technikai Szabályzatot, a Pontozási Szabályzatot, Bírói szabályzatot és a Bírói Esküt szigorúan be kell tartani. Ezek megszegése esetén a bíró szóbeli figyelmeztetést kap a Döntő Zsűri Elnökétől, mely a vezetőbíron keresztül is történhet. A versenyen, vagy a ciklusban rendezett további versenyek során második esetben történő szabályszegés esetén a bírót szankcionálják az érvényes FIG Bírói Szabályzat és az Etikai és Fegyelmi szabályzatokban foglaltak szerint.
- 10.9. Viselnie kell a hivatalos bírói egyenruhát. Ennek hiányossága esetén a bíró nem bírászkodhat az eseményen.
- 10.10. A verseny során a bírói működésén kívül más megbízatása nem lehet.
- 10.11. A verseny és a bemelegítés ideje alatt a versenybíró semmilyen módon nem léphet kapcsolatba sem edzővel, sem versenyzővel. Ha ezt nem tartja be, felmentik az éppen esedékes versenyen való bírászkodás alól, és hivatalos figyelmeztetést kap.
- 10.12. Követnie kell a döntő zsűri és a vezetőbíró minden utasítását.
- 10.13. A bírónak időben el kell foglalnia a helyét, és a verseny teljes ideje alatt azt elhagyni, beszélgetni és meg nem engedett kapcsolatot tartani más bírókkal, nézőkkel, edzőkkel vagy versenyzőkkel nem szabad. E szabály bármilyen megszegése rögtön figyelmeztetést vagy szankciót von maga után.
- 10.14. A gyakorlatok elbírálásának módját fel kell jegyezni, bírói gyorsírással is (lásd 3. sz. Melléklet). Ezt kérésre be kell mutatnia a vezetőbírónak, vagy a döntő zsűrinek.
 - Akkor kéri a jegyzetek bemutatását, ha komoly eltérés mutatkozik egy bíró vagy panel által adott pontszámok és a döntő zsűri szakértőjének pontszáma között, és hogy segítse a verseny utáni kiértékeléseket.

- Amennyiben a vétkes bíró nem tudja tisztázni magát, úgy hibája mértéke szerinti figyelmeztetést, büntetést kap.
- 10.15. Egy gyakorlat befejezése után azonnal be kell adnia a pontszámát regisztrálásra,
- A bírók nem változtathatják meg beadott és regisztrált pontszámukat, kivéve, ha arra a vezetőbíró engedélyt ad. (a vezetőbíró minden változtatást feljegyez, és ezek a változások ellenőrzésre kerülnek a verseny utáni elemzésen).
 - Akkor lehet kérni a pontszám megváltoztatását, ha hiba történt a pontszám beadása esetén.
- 10.16. A bírói helyén kell maradnia a fordulók után és a díjkiosztás ideje alatt, amíg a Döntő Zsűri elnöke engedélyt nem ad a távozásra.

11. Cikkely: A VEZETŐBÍRÓ

- 11.1. A vezetőbíró kijelölésének eljárási rendje az Akrobatikus Torna Speciális Bírói Szabályzatában vannak meghatározva (lásd 3. cikkely)
- 11.2. A vezetőbírók kinevezéséről a TC-ACRO elnöke a FIG titkárságon keresztül értesíti a nemzeti szövetségeket és a szervező bizottságokat.
- 11.3. A vezetőbírónak joga van a pozícióját és szakértelmét megillető tisztelethez.
- 11.4. verseny során mindenkor etikusán kell eljárnia a FIG Etikai és Fegyelmi Szabályzatának betartásával.
- 11.5. Követnie kell a döntő zsűri utasításait.
- 11.6. Minden CJP vezeti, és ellenőrzi a panelban történő bírói tevékenységet az egész verseny folyamán. A panelek összeállítása minden kategóriában cserélődik. A vezetőbírónak képesnek kell lennie mind az 5 versenyszámban a panel vezetésére.
- 11.7. Ha elegendő versenybíró áll rendelkezésre egy FIG versenyen, a vezetőbírók segítségére van egy Időmérő bíró, aki a gyakorlat időtartamát méri, és Vonalbírók, akik a kilépést jelzik egy zászló felemelésével.

A vezetőbíró (CJP) kötelezettségei a verseny előtt

- 11.8. Tisztában lenni a Pontozási Szabályzattal, a Bírói Szabályzattal, az Alapszabállyal és a versenyre vonatkozó Technikai Szabályzattal.
- 11.9. Kísérje figyelemmel, szervezze és irányítsa a nehézségi bírók munkájának azt a részét, melynek során ellenőrzik a versenyen bemutatásra kerülő gyakorlatok gyakorlatrajzainak pontosságát.
- 11.10. Biztosítsa, hogy a nehézségi bírók legalább 8 órával a verseny kezdete előtt befejezzék a gyakorlatrajzok ellenőrzését.
- 11.11. Biztosítsa, hogy a gyakorlatrajzok a szólistási sorrendben legyenek, és másolatuk eljusson az illetékes személyekhez.
- 11.12. A döntő zsűri felé továbbítsa minden olyan megoldásra váró ügyet, ami a verseny előkészítése során felmerül.

A vezetőbíró (CJP) kötelezettségei a verseny alatt

11.13. A vezetőbíró **engedheti** egy gyakorlat leállítását és újrakezdését abban az esetben, ha a hangosításban hiba történik (levonás nélkül), vagy ha a zene rossz helyen kezdődik (levonással, vagy levonás nélkül).

A vezetőbíró köteles

11.14. Viselni a számára előírt hivatalos egyenruhát (14.2 cikkely).

11.15. Összegyűjteni a bírói paneleket minden versenyfordulóhoz való bevonuláshoz, vagy díjátadáshoz, és a verseny befejezésekor elvonultatni őket, miután a Döntő Zsűri elnöke engedélyezte a kivonulásukat.

11.16. Ő ad jelet a versenyzőknek, hogy beléphetnek a talajra, és elkezdhetik a gyakorlatot.

11.17. Jegyzetelje az előadott gyakorlatokat, gyorsírás segítségével.

11.18. Mérje a gyakorlat idejét, és jegyezze fel az esetleges kilépéseket (ehhez segítséget kaphat az alkalmazott időmérőbírótól és vonalbírótól).

11.19. Alkalmazzon levonást a végpontszámból, a 43.2 cikkelyek értelmében.

11.20. Fogadja a bírók által adott pontszámokat, ellenőrizze az eltéréseket.

11.21. Eljárjon minden olyan esetben, amikor egy bíró felállással jelzi, hogy hiba történt a pontszámok bejegyzésével, ill. kiszámításával kapcsolatban.

11.22. Avatkozzon közbe:

- Ha a nehézségi bírók nem tudják eldönteni egy elem nehézségi értékét vagy a D pontszámot a 43.3 cikkely előírásai szerint.

11.23. Avatkozzon közbe:

- Ha egy vonalbíró nem vesz észre egy kilépést.
- Ha az időmérő bíró az időmérés során hibát vét.

11.24. Döntse el a pontszámot, mielőtt a következő versenyzők megkezdenék gyakorlatuk bemutatását, kivéve, ha komoly probléma adódik, és nincs elég idő a megoldásra. Ebben az esetben:

- A vezetőbíró egy ideiglenes pontszám rögzítését kéri.
- A vezetőbíró jelenti a Döntő Zsűri elnökének, hogy a forduló befejeztével és az eredményhirdetés előtt beavatkozásra van szükség a pontszámmal kapcsolatban.

11.25. Jeleztesse ki a művészi-kivitel (A), technikai-kivitel (E), nehézségi (D), végső pontszám és a levonások összes értékét az eredményjelzőn (amikor nincsenek referenciabírók), hacsak a döntő zsűri elnöke a rendelkezésre álló időn belül nem állította le a pontszám kivetítését, illetve kérje, hogy egy ideiglenes pontszámot vetítsenek ki, ha óvás miatt késleltetésre van szükség.

11.26. A vezetőbíró informálja a döntő zsűri, ha egy nehézségi ponttal (D) kapcsolatban óvás áll fenn.

A FIG hivatalos versenyein az óvást a 4. számú melléklet szerint folytatják le, amely döntő zsűri feladatait tartalmazza ilyen esetekre.

Azokon az eseményeken, amelyeken döntő zsűri nincs jelen a kellő létszámban, a vezetőbíró az alábbiak szerint jár el:

- Konzultál a nehézségi bírókkal, hogy indokolják meg az adott pontszámukat.
- Miután ellenőrzi a saját jegyzeteit, a Döntő Zsűri elnökével dolgozik a probléma megoldásán.
- A verseny ideje alatt meghozzák a megfelelő intézkedéseket, és a verseny után teljes vizsgálat indul a Bírói Szabályzat és az Etikai Szabályzat előírásai alapján.

11.27. Minden versenynap végén írásban számol be a Döntő Zsűrinek a bírói panelban felmerült problémákról.

12. Cikkely: NEHÉZSÉGI BÍRÓK

12.1. A Világbajnokságokon minden kategóriában 2 különböző nemzethez tartozó nehézségi bíró (DJ) működik. Egy nehézségi bíró (DJ) maximum 3 kategóriáért lehet felelős.

A Nehézségi bírók kötelezettségei a verseny előtt

12.2. FIG versenyeken, a vezetőbíró irányításával és felügyelete mellett a nehézségi bíróknak találkozniuk kell, hogy jóváhagyják az edzők által beadott gyakorlatrajzokban (Tariff Sheet) található elemek nehézségi értékét. A CJP vita esetén a Döntő Zsűri nehézségi szakértőinek véleményét kéri.

12.3. A FIG Világversenyeken egy kijelölt helyen és időpontban a nehézségi bírók (DJ) tájékoztatják az edzőket az feltüntetett elemek nehézségi értékének meghatározásánál előfordult pontatlanságokról. A gyakorlatrajzokon edzők által ezek után történt módosításokat minimum 90 perccel a verseny kezdése el kell fogadtatni a nehézségi bírókkal.

12.4. A gyakorlatrajzokon a verseny ideje alatt észlelt hibákat akkor javítják ki, amikor azokat észreveszik, még akkor is, ha azokról a verseny megkezdése előtt nem tájékoztatták az edzőt. Mindazonáltal, az ilyen jellegű, a nehézségi bírók által észlelt hibák levonásokat eredményezhetnek.

12.5. A nehézségi bírók állapítják meg a gyakorlat nehézségi értékét. Miután az értéket meghatározták, a gyakorlatrajzokat alá kell írniuk és dátummal kell ellátniuk.

12.6. A nehézségi bírók biztosítják, hogy a gyakorlatrajzok legalább 8 órával a versenyt megelőzően kitöltve, és a sorrendnek megfelelően legyenek elhelyezve. A verseny előtt a vezetőbíró és a Döntő Zsűri szakértői a gyakorlatrajzokról másolatot kapnak.

12.7. A nehézségi bíróknak joguk van a verseny kezdete előtti 30 percig kivételes esetekben engedélyezni minimális módosításokat a gyakorlatrajzokon. A változásról értesíteni kell a vezetőbírókat és a Döntő Zsűri szakértőit.

A Nehézségi bírók kötelezettségei a verseny alatt

12.8. A bemutatásra került gyakorlatok nehézségi értékeit és nehézségi pontszámait szigorúan a Pontozási Szabályzat szellemében kell megállapítani.

- 12.9. Értesítenie kell a vezetőbírókat minden, a végső pontszámot befolyásoló levonásról.
- 12.10. A gyakorlatrajzon fel kell tüntetni:
- a bemutatott elemeket
 - elemérték változását
 - időhibát
 - nehézségi értékek megváltoztatását
- 12.11. A végpontszámból a 43.3 cikkely szerinti, nehézségi bírók által alkalmazott levonásokat felismerni.
- 12.12. Ha egy elem nehézségi értékével vagy nehézségi pontszámával kapcsolatban kérdés merül fel és nem tudják megoldani, a nehézségi bírók kötelesek segítséget kérni a vezetőbíróktól. Ha nem jutnak megegyezésre, a vezetőbíró először a Döntő Zsűri illetékes szakértőjének a segítségét veszi igénybe, majd a Döntő Zsűri elnökét, ha így sem sikerül a problémát megoldani. A vitás esetet a következő gyakorlat megkezdéséig rendezni kell. Ha ez nem lehetséges, akkor ideiglenes pontszámot kell kiadni a forduló befejezéséig, de a vitát meg kell oldani az eredményhirdetés megkezdése előtt.
- 12.13. Minden selejtező verseny végén és a döntők után a gyakorlatrajzokat visszaadják a Döntő Zsűri elnökének, a versenyek utáni elemzéshez.

13. Cikkely: MŰVÉSZI-KIVITEL ÉS TECHNIKAI-KIVITEL BÍRÓK

- 13.1. A FIG eseményeken a művészi-kivitel és technikai-kivitel bírót sorsolással jelölik ki. (Speciális Bírói Szabályzat 2017)
- 13.2. A művészi-kivitel bírónak a gyakorlat elbírálásakor a művészi előadás pontértékét kell meghatározni, szigorúan a Pontozási Szabályzat szerint.
- 13.3. A technikai-kivitel bírónak a gyakorlat elbírálásakor a technikai hibák levonását szigorúan a Pontozási Szabályzat pontjai szerint kell megállapítaniuk.
- 13.4. A gyakorlatok elbírálása más személlyel folytatott beszélgetés nélkül történik.
- 13.5. Ha pontszám elektronikus bevitelénél a bíró hibázik, azt felállással azonnal jeleznie kell a vezetőbíró felé, aki azonnal intézkedik a 11.21 cikkelyben leírtak szerint. A vezetőbíró azonnali írásbeli jelentést kér a hibát elkövető bírótól, hogy igazolja a javítást.
- 13.6. A 13.5 cikkelyben leírt esetet kivéve az eredmény másféle módosítására nincs lehetőség, csak akkor, ha a versenybíró a felettese, vagy a döntő zsűri elnöke kéri a pontok átgondolására, mert egy lehetetlen pont született. A változtatás nem kötelező, a bíró visszautasíthatja a kérést. Azonban ez figyelmeztetést, vagy büntetést vonhat maga után. A hibákról a bíró köteles írásban jelentést tenni, és az eset a verseny elemzése során vizsgálat alá kerül.

14. Cikkely: A BÍRÓI EGYENRUHA

- 14.1. A FIG TC-ACRO tagjai kötelesek viselni a FIG egyenruháját a versenyeken és hivatalos eseményeken.
- 14.2. A versenybíróknak hivatalos minőségükben viselniük kell a hivatalos bírói egyenruhát. A jelenlegi ciklusban az akrobatikus torna bírói az alább felsorolt ruházatot fogják viselni:
- Fekete zakó a bal hajtókán a FIG jelvényével, és nemzetének emblémájával
 - Fekete szoknya (nőknél), vagy hosszúnadrág (férfi, női)
 - Fehér ing (férfi, női) vagy blúz (női, gallérral, vagy anélkül)
 - A vezetőbíró világoskék inget, vagy blúzt visel (női, gallérral, vagy a nélkül)
 - FIG nyakkendő (férfi), FIG-től vásárolható
 - FIG sál (női), FIG-től vásárolható
 - Fekete cipő (nem szandál), vagy tiszta sportcipő, ha a rendező ezt megkívánja. A magas sarkú cipő, ami tönkreteszi a tornatalaj borítását, kerülendő-
 - Ízléses hajviselet, ami nem zavarja a látást
 - Elegáns, diszkrét ékszerek viselése megengedett.

V. RÉSZ: A Gyakorlatok Szerkezete és Összeállítása

15. cikkely: A GYAKORLAT SZERKEZETE

Általános elvek

- 15.1. A versenyzők három gyakorlattípust mutatnak be, statikust, dinamikus és kombinált, amelyek mindegyike saját jellemzőkkel bír.
- 15.2. Minden gyakorlatot zenére mutatnak be, olyan 12x12 méteres rugalmas tornatalajon, amely megfelel a FIG szerkövetelményeinek. A férfi négyesek a statikus és kombinált gyakorlathoz használhatnak szőnyeget (lásd FIG szerkövetelményeknél), ezzel segítve a gútlákból való leérkezést. (lásd 20.21-es korlátozást!)
- 15.3. A gyakorlatok statikus pozícióból indulnak, és a végső statikus pozícióig megkoreografáltak.
- 15.4. A gyakorlat felépítése része a művészségének.
- 15.5. Minden gyakorlatnak speciális követelményei és korlátozásai vannak. A speciális követelmények mindegyikének a gyakorlatrajzon feltüntetett elemekkel kell eleget tenni.
Kivétel: Ha a tornászok más elemet mutatnak be, mint amit az edző a gyakorlatrajzon feltüntetett, akkor nem jár a nehézségi érték, és 0.3 levonás jár rossz gyakorlatrajzért, viszont a speciális követelményekbe az elem beleszámít.

16. cikkely: A GYAKORLATOK HOSSZA

- 16.1. A statikus és kombinált gyakorlat maximum 2 perc 30 másodperc, a dinamikus gyakorlat maximum 2 perc hosszú lehet. Nincsen meghatározott minimum időtartam. A gyakorlat idejének túllépésekor van egy 2 mp-es türelmi idő, mielőtt a büntető levonást alkalmazzák.
- 16.2. A gyakorlat mérése az első zenei hangtól indul. A gyakorlat kezdetének az egy vagy több versenyző által a kezdőpózból végrehajtott első mozdulat számít. A gyakorlat a versenyzők statikus pozíciójával zárul, amelynek egybe kell esnie a zene végével.

17. cikkely: A GYAKORLATOK ÖSSZEÁLLÍTÁSA

- 17.1. Minden gyakorlat az arra jellemző páros/csoportos elemekből tevődik össze.
- 17.2. A statikus gyakorlatok erőt, egyensúlyt, lazaságot és ügyességet kell, hogy bemutassanak.
- 17.3. A dinamikus gyakorlatok dobásokból repüléseket, lendítéseket, hajításokat, és repülést követő elkapásokat kell, hogy tartalmazzanak.
- 17.4. A kombinált gyakorlatok mind a statikus mind a dinamikus gyakorlatok tulajdonságait tartalmazzák.
- 17.5. A gyakorlatban nehézségi értékért bemutatott csoportos elemek száma minden gyakorlattípusnál maximum 8 db.

- 17.6. Minden gyakorlat összeállítására speciális követelmények vonatkoznak.
- 17.7. A párosnak, hármasnak vagy négyesnek minden gyakorlatban végre kell hajtania az adott gyakorlatra jellemző, megkövetelt számú és fajtájú társas elemeket.
- 17.8. Minden gyakorlatban lehet egyéni elemeket is végrehajtani, melyekért nehézségi érték jár. Mindazonáltal végrehajtásuk nem kötelező. Az egyéni elemeket a nehézségi elemtáblázatból kell kiválasztani.

17.9. EGYÉNI ELEMEEK

Statikus tartások és erőelemek:	kézállások, fejjállások, láb-állások, alkar-, váll- és mellkas-állások, ülőtartások, erőemelések.
Lazasági elemek:	például spárgák, bógnik, hidak, stb.
Ügyességi elemek:	guruló-átfordulások, cigánykerekek (ideértve az arábeleket és forverceket) és a rövid ideig megtartott talajra érkező elemek kombinációit
Ugrássorok (Tumbling)	Rundel, flikk, szaltók és kézenátfordulások. Az elemeket mozgás előzi meg (nekifutás) és egy vagy két lábra érkeznek, az elem karakterének megfelelően.

Mindegyik gyakorlatban a nehézségi értékért **maximálisan** végrehajtható egyéni elemek száma tornászonként **3 darab**.

A statikus tartást tartalmazó egyéni elemek (pl. arabeszk vagy kézállás) megtartásában a társ nem nyújthat segítséget. Ezeket 2 másodpercig kell kitartani.

- Az egyéni elemeket külön-külön vagy egymás utáni szériában is be lehet mutatni, de nem lehet bennük átfedés. Például hátrabógni spárgába és ott a spárga helyzet megtartása egy elemnek számít, nem két különbözőnek. *(A nehézségi érték ezt tükrözi, mivel a haránt spárgába érkezés +1, angol spárga +2 pontot jelent, pont amennyit az a spárga külön érne. – a fordító)*

- 17.10. Tiltott elemek bemutatásáért minden gyakorlatban alkalmanként 1.0 levonás jár. A tiltott elemek nem számítanak be sem a nehézségi értékbe, sem a Speciális Követelményekbe.
- 17.11. Egy gyakorlatban azonos elemek vagy kapcsolatok (páros, társas vagy egyéni) csak egyszer kapnak nehézségi értéket. Azonos elemek ismétlése nem minősül a speciális követelmények teljesítésének. Azonosnak akkor tekintünk két elemet, ha azok minden aspektusukban azonosak.
- 17.12. A páros, csoportos és egyéni elemek nehézségi értékeit a Nehézségi Elemtáblázat tartalmazza.

18. cikkely: A STATIKUS GYAKORLATOK JELLEMZŐI

- 18.1. A statikus gyakorlat sajátossága, hogy a partnerek egy páros vagy csoportos elem végrehajtása során végig érintkezésben vannak egymással.

18.2 STATIKUS GYAKORLATRA JELLEMZŐ ELEMEEK

Statikus tartás:	Páros/csoportos elem, amelyet 3 mp-re fixálnak
Építés:	Talajról vagy partnerről induló mozdulat egy magasabb ponton levő statikus pozícióba, 3mp-es tartással befejezve.
A felső átmenete: A párosok alsójának átmenete:	Egyik pozícióból átmenet a másikba, végén egy 3 mp-es kitartással.
Csoportok átépítése:	Egy alátámasztási ponton való statikus tartásból átmenet egy másikba.

- 18.3. Minden páros/csoportos elemet, amelyet nehézségi értékért mutatnak be, fel kell tüntetni a gyakorlatrajzon, és minimum 3 mp-ig kell kitartani.
- 18.4. Amikor egy építést vagy átmenetet nehézségi értékért mutatnak be, az utolsó pozíciót 3 mp-ig kell megtartani.

19. cikkely: PÁROS STATIKUS GYAKORLATOK SPECIÁLIS KÖVETELMÉNYEI

- 19.1. A párosok gyakorlatának minimum 5 statikus elemet kell tartalmaznia. Mindegyik elemnek minimum 1 nehézségi értékűnek kell lennie.
- 19.2. A fősőnek be kell mutatnia egy segítség nélküli kézállást, amit a Nehézségi Elemtáblázat kézállásokat tartalmazó táblájából kell kiválasztani.
- 19.3. Minden hiányzó elemért és más speciális követelmény hiányáért 1.0 pont levonás jár.

Párosokra vonatkozó korlátozások

- 19.4. Egy gyakorlatban, a párosok felső embere összesen 4 alkalommal ismételhet helyzetet (pl.: kézállást két kézen). Kétszer statikus tartásként, és kétszer az alsó átmenete alatt. Ez után további nehézségi értéket nem kap sem a felső, sem az alsó, csak akkor, ha a felső másik, nehézségi értékkel bíró pozíciót vesz föl.
- 19.5. Maximum 4 nehézségi értékkel bíró elemet lehet összekötni.
- 19.6. A tartók/alsók nem ismételhetik meg egy gyakorlatban ugyanazt az átmenetet, a felső pozíciójától függetlenül.
- 19.7. A tartó/alsó átmenet közben nem változtathatja meg a főső alátámasztási pontját.
- 19.8. Amikor az alsó és a felső egyszerre változtat helyzetet, a felső csak egyszer változtathat helyzetet és/vagy alátámasztási pontot az alsó átmenete alatt.

19.9. Amikor az alsó vagy a felső olyan helyzetben van, amelyért nem jár nehézségi érték ismétlés vagy korlátozás miatt, vagy mert a Nehézségi elemtáblázat értékei szerint 0 értékkel bíró pozícióban van, nem jár plusz nehézség sem a partner statikus pozíciójáért, sem az átmenetéért.

Tisztázandók Párosoknál:

19.10. Nehézségi értékkel bíró elem definíciója (lásd 6. melléklet!) *[ez valószínűleg az eredetiben is elírás, a 2. számú mellékletben található ilyen kiegészítés – a ford.]*

- Felső statikus tartása + Alsó helyzete
- Építés (ideértve a felső és alsó statikus helyzetét is)
- Felső átmenete + Felső statikus helyzete + Alsó pozíciója
- Felső kezdő helyzete + Alsó átmenete + Felső statikus tartása + Alsó pozíciója
- Felső kezdő helyzete + Felső átmenete + Alsó átmenete + Felső statikus tartása + Alsó pozíciója

19.11. Ha az alsó ember az átmenetnél a földre érkezik (pl. ülésbe vagy spárgába), akkor az átmenet segítésére használt kezét fel kell emelni a talajról a statikus tartás idejére. Ha a kéz a statikus tartás közben talajon marad, 0.5 pontos technikai levonás jár a plusz támasztásért.

20. cikkely: CSOPORTOK STATIKUS GYAKORLATAINAK SPECIÁLIS KÖVETELMÉNYEI

20.1. A gyakorlatban minimum két különálló gúlat be kell mutatni, a Nehézségi Elemtáblázat két különböző kategóriájából kiválasztva

20.2. A gyakorlatban lennie kell 3 darab 3 mp-es statikus tartásnak.

20.3. Minimum egy gúlában a Nehézségi Elemtáblázat kézállás táblázatából választott bármilyen testhelyzetben végrehajtott támasztás nélküli kézállás bemutatása kötelező a felsőnek. (Ezt a speciális követelményt nem elégítheti ki a felsőként viselkedő középső.)

20.4. Minden hiányzó elemért és más speciális követelmény hiányaért 1.0 pont levonás jár.

Csoportokra vonatkozó korlátozások

20.5. Az átépítések alatt egyik partner sem jöhet le a gúlából a talajra, és közben a felsőnek értékkel bíró pozícióban vagy átmenetben kell lennie.

20.6. Az átépítésért csak akkor jár nehézségi érték, ha egy 3mp-es kitartásból egy másik 3 mp-es kitartásba megy át.

20.7. Egy gyakorlaton belül a felső ugyanazért a pozícióért nehézségi értéket kaphat:

- kétszer statikus tartásért
- kétszer átépítésért

- 20.8. Egy gúlában maximum 3 alsó alapgúla lehet, és nehézségi értéket maximum 4 darab 3 mp-es kitartás kaphat, a következő kivétellel: 2. kategóriás alapgúla esetében (ahol 2 fős dolgozik) maximum 3 statikus kitartás engedélyezett.
- 20.9. A gyakorlaton belül maximum 4 különálló gúla építhető.
- 20.10. Amikor a felső, középső vagy alsó olyan pozícióban van, amelyért ismétlés vagy megszorítás miatt nem jár nehézségi érték, nincs további nehézségi érték a partner statikus helyzetéért vagy átmenetéért sem. (kivétel: a 2 felsős gúla)

Tisztázandók csoportoknak

- 20.11. Miután a Speciális Követelményeknek eleget tettek, van lehetőség további gúla bemutatására, de **minden** bemutatott gúlának **különböző** kategóriából kell lennie.

Egy statikus vagy kombinált gyakorlatban egy rubrikában levő gúlát csak **egyszer** lehet bemutatni, vagy egy különálló elemként vagy egy átépítés részeként vagy egy két vagy három alapgúlát bemutató kombináció részeként.

- 20.12. Minden gúlát a talajról kell építeni.
- 20.13. Az olyan gúla, amiben egynél több alapgúla (alsó pozíció) van, egy gúlának számít.
- 20.14. Az egynél több alapgúlájú elemeknél az első alapgúla kategóriája határozza meg a gúla kategóriáját.
- 20.15. A 2. kategóriájú gúlaiban két felső dolgozik. Ebben a kategóriában lehetséges az, hogy csak az egyik fős végez átmenetet, és ezért meg is kapja az átmenet és az új statikus tartás nehézségi értékét, akkor is, ha a másik felső és az alsó helyzete változatlan. Ha azonban a másik felső nem végez átmenetet, csak egyszer kapja meg a statikus tartásának nehézségi értékét. (Az alsó helyzetéért szintén csak egyszer jár nehézségi érték).
- 20.16. Ha a partnerek egyszerre mozognak, akkor az egy átmenetnek számít. Ha azonban a partnerek különböző időben mozognak, akkor mozgásuk különböző átmenetnek számít. (Pl. ha először a fős, majd a középső, majd a alsó végez átmenetet, akkor ez 3 átmenetnek számít.)
- 20.17. **Átépített elemek:** Legalább egy középsőnek és/vagy alsónak meg kell változtatnia az alátámasztási pontot ahhoz, hogy átépítési érték adható legyen. Azaz a nehézségi elem táblázatban változnia kell, hogy melyik rubrikában van az elem. Az elem értékelésekor mindegyik alapgúla értéke megadható.

Átépítés nélküli, de egynél több statikus tartást tartalmazó elem esetén a legmagasabb alsó alapgúla értékét kell megadni.

- 20.18. Átépített elemnél:
- Amikor a felső nem változtat helyzetet az átépítés alatt, a kezdő pozíció alapján kapja a felső a nehézségi értéket.
 - Amikor a felső helyzetet változtat az átépítés közben, a nehézségi értéket az alábbi módon számoljuk: a felső kezdő pozíciójának értéke + átmenetének értéke + az átépítés értéke + a véghelyzet fős és alsó statikus tartás értéke
 - A fős az átépítés közben **nem használhat** plusz alátámasztási pontot, segítséget.

- 20.19. Nincs olyan megkötés, hogy a fölsőnek ugyanazt a testhelyzetet kell tartani az átépítés alatt és a végső alapgúlán. Pl. a fölső ülőtartásban van az átépítés alatt, majd a kész gúlán kiemel kézállásba, és azt tartja ki.
- 20.20. Az elem definíciója (Lásd 6-os melléklet.) [*ez valószínűleg megint a 2. melléklet lesz – a fordító*]
- Fölsős statikus helyzete + Alsó pozíció
 - Fölső és/vagy középső statikus helyzete + Alsó pozíció
 - Fölső és/vagy középső átmenete + Fölső és/vagy középső statikus tartása + Alsó pozíció
 - Fölső kezdő helyzete + Alsók átépítése + Fölső véghelyzete + Új alsó pozíció
 - Fölső kezdő helyzete + Fölső átmenete + Alsók átépítése + Fölső véghelyzete + Új alsó pozíció
 - Elemépítés/bemenet (Mount) + Fölső véghelyzete + Alsó pozíciója
- 20.21. Férfi négyes: Statikus és kombinált gyakorlatok során a gúlákból való leérkezésekhez szőnyeg használata engedélyezett, amennyiben az a talaj határát érintve van elhelyezve. A szőnyeg a gyakorlat egésze alatt a helyén marad. A szőnyeg gyakorlat előtti elhelyezéséért és közvetlen gyakorlat utáni eltávolításáért az edző a felelős.

21. cikkely: PÁROSOK, HÁRMASOK, NÉGYESEK ÉS EGYÉNI ELEMÉK IDŐHIBÁI

- 21.1. Ha egy 3 mp-ig tartandó elemet jelöltek a rajzon, és csak 1 vagy 2 mp-ig tartanak meg, 0.6 illetve 0.3 pont levonás jár (lásd 43.3 cikkely) Az elem megkapja a nehézségi értéket, és a Speciális Követelményekbe is beszámít. Ez a szabály vonatkozik az átmeneteket követő statikus tartásokra is. Ha technikai hibák történtek, azt a kiviteli bírók büntetik.
- 21.2. Ha egy páros vagy csoportos statikus elemet megpróbálnak végrehajtani, de nem sikerül, vagy 1 mp-nél rövidebb ideig tartják ki, nem kap nehézségi értéket, és a maximális időhiba-levonás (0.9) jár a nehézségi bírótól (lásd 43.3 cikkely). Az elem nem elégíti ki a Speciális Követelményeket sem. A bírók továbbá alkalmazzák a technikai hibákért járó levonásokat, valamint vagy 0.5 pontot az elem befejezetlenségéért, vagy 1.0 pontot az esésért.
- 21.3. Ha egy építés végső pozícióját nem tartják meg 1 mp-ig, nem jár a nehézségi érték, és 0.9 pontos időhiba jár. Az elem nem elégíti ki a Speciális Követelményeket sem. Ha technikai hibák történtek, azt a kiviteli bírók büntetik. Ha 1 vagy 2 mp-ig tartják, akkor az elem beszámít a Speciális Követelményekbe, de az időhibáért jár a levonás.
- 21.4. A páros vagy csoportos elemek építésekor, mikor még nincs minden tag a helyén, és a fölső is a kezdő pozícióban, akkor a megcsúszásért vagy esésért nem jár időhiba. A megfelelő technikai levonásokat alkalmazni kell. Az elem megismételhető a nehézségi értékért.
- 21.5. Csoportoknál az alsók átépítésének 3 mp-es tartásból kell indulnia és 3 mp-es tartásban kell befejeződnie. Ha csak 1 vagy 2 mp-ig van kitartva, jár az időhiba levonás, de az elem beszámít a Speciális Követelményekbe és nehézségi értéket is kap. A technikai kiviteli bírók alkalmazzák a hibák után járó levonásokat.

21.6. Átépitett elemeknél, ha a kezdő vagy a véghelyzetet 1 mp-nél rövidebb ideig tartják, nem jár nehézségi érték sem a statikus tartásért, sem az átépitésért. Ezek nem számítanak bele a Speciális Követelményekbe és 0.9 időhiba levonás jár értük. (43.3 cikkely) A technikai kiviteli bírók alkalmazzák a hibák után járó levonásokat, beleértve a befejezetlen elemért vagy esésért járó büntetéseket.

Egyéni elemek

21.7. Ha egy statikus tartású egyéni elemet mutatnak be, de csak 1 mp-ig tartják meg jár a nehézségi érték. (lásd 43.3 cikkely). Mindazonáltal 0,3 időhibát kap, és a kiviteli bírók alkalmazzák a megfelelő technikai levonásokat.

21.8. Ha egy statikus tartású egyéni elemet elkezdnek, de nem fejezik be, vagy kevesebb, mint 1 mp-ig tartják meg, akkor nem jár a nehézségi érték. 0.6 pont levonás jár a nehézségi bírótól (lásd 43.3 cikkely). A technikai-kivitel bírók levonják a technikai hibákat, valamint vagy 0.5 pontot az elem befejezetlenségéért, vagy 1.0 pontot az esésért.

22. cikkely: A DINAMIKUS GYAKORLATOK JELLEMZŐI

22.1. A versenyzőknek társas és egyéni repülő elemeket kell bemutatniuk, felhasználva a különböző irányok, fordulatok, csavarok és különböző testhelyzetek és ugrások által nyújtott variációs lehetőségeket.

22.2. A dinamikus elemek jellemzői közé tartozik a repülési szakasz, a partnerek közötti rövid kapcsolat, ami segíti vagy megszakítja a repülési szakaszt.

Társról társra elkapás:	A repülő szakasz a társ(ak)ról indul és a társ(ak)on végződik
Talajról a társra történő elkapás:	A talajról induló dinamikus elemet a társ(ak) kapja(k) el
Lendületi elem (átdobás):	A repülő szakasz a talajról indul, majd a társak rövid érintéssel továbbdobják az elemet, mielőtt az a talajra érkezéssel befejeződne.
Leugrás:	A partnerről indul, majd a talajra érkezéssel befejeződik, vagy a partner újabb rövid érintését követően érkezik a talajra.

22.3. A talajra való érkezések történhetnek segítséggel vagy anélkül. Azonban a felső érkezésének megfelelő kontrollt kell tanúsítania.

22.4. Minden elkapásnak kontrolláltnak kell lennie. A kontroll hiánya technikai hibának minősül.

22.5. A dinamikus elemek összekötése megengedi, hogy az elemeket közvetlen egymásutánban hajtsák végre (tempóra dobás), és ilyenkor további előkészítésre sem állnak meg az elemek között.

22.6. Az egyéni elemeket a Nehézségi Elemtáblázatból kell kiválasztani.

23. cikkely: A DINAMIKUS GYAKORLATOK SPECIÁLIS KÖVETELMÉNYEI

- 23.1. Minimum 6 páros vagy csoportos repülő szakaszos elemet kell végrehajtani a gyakorlatok során, amelyből kettőnek elkapásnak kell lennie. Minden Speciális Követelményt kielégítő elemnek legalább 1 nehézségi értékűnek kell lennie.
- 23.2. Minden egyes hiányzó elemért, és hiányzó Speciális Követelményért 1.0 pont levonás jár.

A páros és csoportos egységekre vonatkozó korlátozások

23.3. A következő korlátozások befolyásolják egy gyakorlat nehézségi értékét.

- Maximum 3 leugrás számít bele a nehézségi értékbe (de nem kötelező, hogy legyen leugrás)
- Maximum 3 vízszintes elkapási helyzet számít bele a nehézségi értékbe (ölbe, kézbe, stb.)
- Maximum 3 kötés számolható egy gyakorlatban
- Maximum 3 azonos kezdőhelyzet számít bele a nehézségi értékbe
- Maximum 4 férfi négyes knot helyzet értékelhető
- Maximum 4 elemet lehet egybekötni akár szériában akár közvetlenül egymás után.
- Maximum 5 talajra érkezés lehet (Leugrások PLUSZ átdobások együtt)

Női hármas egységekre vonatkozó további korlátozások

23.4. A következő korlátozások befolyásolják egy gyakorlat nehézségi értékét női hármas egységeknél.

- Mind a 3 társnak aktívan részt kell vennie az elem végrehajtásában ahhoz, hogy az elemért nehézségi értéket kapjanak. Például: ha az egyik alsó társ átdobja a másiknak a felső társat, akkor kaphat érte nehézségi értéket. Érkezések asszisztálása nem számít aktív szerepnek. Az ilyen elemek nem számíthatók be a Speciális Követelmények teljesítéséhez, és nem jár értük nehézségi pont.

Férfi négyes egységekre vonatkozó további korlátozások

23.5 A következő korlátozások befolyásolhatják egy gyakorlat nehézségi értékét férfi négyes egységeknél.

- Ugyanazon elem végrehajtása kétszer különbözőnek számít akkor, ha egyik esetben történik párcsere a levegőben töltött idő alatt, míg másik esetben nem.
- Csak egy olyan elem hajtható végre férfi négyes egységekben nehézségi értékért, amiben a két párosként, egyszerre vagy közvetlenül egymás után hajtják végre az elemet. A páros elem nehézségi értékét összeadják. (Az értékeket Nehézségi Elemtáblázat párosokra vonatkozó része tartalmazza.)
- Csak egy olyan dobásért jár nehézségi érték, ahol hárman együtt dobják el a felső társat.

- Csak egy olyan elkapás számítható be a nehézségi értékbe, ahol hárman kapják el a felső társat.
- Csak egy olyan elkapás értékelhető (változatoktól függetlenül), amelyben a felső társat vízszintes testhelyzetben kapják el.
- Csak egy olyan elem számít be a nehézségi értékbe, amelyben csak hárman aktívak és a negyedik társ nem vesz részt az elem végrehajtásában. A leugrásban való leérkezés segítése NEM számítható aktív részvételnek az elem során!

24. cikkely: A DINAMIKUS GYAKORLAT HIBÁI

- 24.1. Ha egy dinamikus elemet elkezdnek, de nem fejezik be, a technikai-kiviteli bíró a megfelelő technikai levonást alkalmazza és továbbá 0.5 pontot von le a be nem fejezett elemért, vagy 1.0 pontot esésért. Az elem nehézségi értéke elveszik. Az elem nem teljesíti a Speciális Követelményeket.
- 24.2. Ha a dinamikus elem minden fázisát teljesítették, de a társat nem kontrolláltan kapják el, akkor a technikai-kiviteli bíró súlyos hibaként értékeli azt, és 0.5 pontot von le. Ha a társ az elkapás vagy leérkezés után esik le/el, akkor 1.0 pont levonás jár. Az elem értékét mindkét esetben elfogadják és teljesítheti a Speciális Követelményeket is.

25. cikkely: A KOMBINÁLT GYAKORLATOK JELLEMZŐI

- 25.1. A kombinált gyakorlatok összeállításánál az elemeknek tükrözniük kell a statikus és dinamikus gyakorlatok jellemzőit is.
- 25.2. A páros és csoportos elemek esetében a statikus elemek nehézségi értéke nem haladhatja meg a dinamikus elemek nehézségi értékének a kétszeresét, és fordítva, a dinamikus elemek nehézségi értéke sem haladhatja meg a statikus/egyensúlyi elemek nehézségi értékének a kétszeresét.

Például: Ha a dinamikus elemek értéke 60, akkor a statikus elemekre nem adható 120-nál magasabb nehézségi érték, ugyanez igaz fordított esetben is. Ha ezt a súlyozást nem tartják be, és meghaladják a megengedett nehézségi értéket, akkor a megengedett értéken felül eső értéket nem veszik figyelembe.

26. cikkely: A KOMBINÁLT GYAKORLATOK SPECIÁLIS KÖVETELMÉNYEI

- 26.1. Minimum 6 páros/csoportos elemet kell végrehajtani minden gyakorlat során, amelyből háromnak statikus tartásnak kell lennie, háromnak pedig dinamikus elemnek, melyből egynek elkapásnak kell lennie. Minden egyes elemnek minimum egy nehézségi értékkel kell rendelkeznie.
- 26.2. A főlönek be kell mutatnia egy támasztás nélküli kézállást, mely bármelyik pozícióban lehet a kézállásokat tartalmazó táblázatból. Ezt a speciális követelményt nem teljesítheti a főlöként dolgozó középso.

26.3. Minden hiányzó elemért vagy más Speciális Követelmény hiányért 1.0 levonás jár.

Korlátozások

26.4. Minden a statikus és a dinamikus gyakorlatokra bevezetett korlátozás érvényes.

26.5. A kombinált gyakorlatban maximum 2 leugrás számít bele a nehézségi értékbe.

27. cikkely: EGYÉNI ELEMÉK BEMUTATÁSA

27.1. Csak azok az egyéni elemek számítanak bele a nehézségi értékbe, amelyeket egyszerre, vagy közvetlen egymás után mutatnak be. A partnerek által bemutatott egyéni elemek száma lehet különböző.

27.2. **Mind a 3** nehézségi értékbe számító egyéni elemet fel kell tüntetni a gyakorlatrajzon. Egy szériába tartozó minden egyes elemet fel kell tüntetni, és jár is érte a nehézségi érték. Ha egy elemet ismételnék, vagy nem tüntetnek fel, akkor az azt követő elemek sem kapnak nehézségi értéket.

PÉLDA:

Rundel-flick-szuplé = széria = 3 elem

Ez a széria kitölti a maximálisan megengedett elemszámot, és mindet fel kell tüntetni a gyakorlatrajzon, nehézségi értékbe beszámítanak.

27.3. Ha az egység egyik tagja nem hajtja végre az egyéni elemet, a többiek által bemutatottak nem számítanak bele a nehézségi értékbe.

27.4. Egy gyakorlaton belül, a társak által végrehajtott különböző értékű egyéni elemek nehézségi értékét összeadják, majd a társak számával elosztva átlagolják, és ez határozza meg az egyéni elemek nehézségi értékét. A kapott eredményt a legközelebbi egész számhoz kerekítik, 0.5 végződéstől felfelé. Azaz:

A végrehajtott elemek nehézségének összege

partnerek száma

27.5. Az egyéni elemek technikai végrehajtását minden egyes társnál külön-külön kell értékelni.

27.6. Ha egy egyéni elemet megkezdnek, de nem fejezik be, akkor a technikai-kivitel bírónak 0.5 pont levonást eszközöl a be nem fejezett elemért (ha esés történt, akkor 1.0 pont levonás jár). Abban az esetben, amikor az egyéni elemet nem fejezik be, akkor az elem nehézségi értékét nem számítják be. Néhány esetben időhiba levonást kell alkalmazni azoknál az egyéni elemeknél, ahol a statikus megtartás kötelező, pl.: fejjállás.

VI. RÉSZ: MŰVÉSZI KIVITELEZÉS ÉS MŰVÉSZI ÉRTÉK

28. cikkely: MŰVÉSZI KIVITEL

Általános alapelvek

- 28.1. A művészi kivitel a gyakorlat koreográfiájának összeállítására és megtervezésére és a nehézségi elemek kiválasztásából adódó tartalom változatosságára vonatkozik. Ide tartozik még a partnerek, a zene és a mozgás közötti kapcsolat is.
- 28.2. A művészi előadás során érződnie kell az egység stílusának, előadásmódjának, zeneiségének. A sportolóknak képesnek kell lenniük túllépni az egyszerű sportági követelményeken, hogy megérintsék a közönséget és a bírókat.
- 28.3. A gyakorlatot a nézők és bírók felé kell végrehajtani. Minden párosnak és csoportos egységnek bele kell vinnie a gyakorlatba az egyéni sajátosságait, és ezt olyan ruházattal kell hangsúlyozni, ami a koreográfiához illeszkedik.
- 28.4. A sportolók a kezdőpóz felvétele előtt bejelentkeznek, illetve a talaj elhagyása előtt kijelentkeznek.
- 28.5. A művészi-kivitel pontozás a gyakorlat kezdetekor indul, és a végpózig tart. A bevonulásnak a kezdő helyre a lehető legrövidebb úton kell történnie, egyszerűen, koreográfia és zene nélkül. A kezdőpóz nem lehet elemépítés része.
- 28.6. A végpóznak egybe kell esnie a zene végével, és statikus helyzetnek kell lennie. Ez nem lehet nehézségi értékkel bíró helyzet, amelyből még le kell jönni.
- 28.7. A talajon nem lehetnek az előadást segítő jelzések.
- 28.8. A sportolóknak szóbeli és fizikai segítségnyújtás nélkül kell előadniuk a gyakorlatot.
- 28.9. A sportszerű viselkedés elvárás az arénában töltött teljes idő alatt.

29. cikkely: ELŐADÁS/KOREOGRÁFIA

- 29.1. A koreográfia nem más, mint a test mozgásainak (legyen az torna vagy művészi mozdulat alapú) lefestése és elosztása térben és időben, valamint a többi előadótárhoz viszonyítva.
- 29.2. A koreográfia a nehézségi elemeket esztétikus módon koreografikus lépésekkel, ugrásokkal és fordulatokkal köti össze. Ennek teljesítéséhez szükséges a tér kreatív használata különböző bejárt útvonalakkal, szintekkel, irányokkal, testtartásokkal, ritmussal és sebességgel.
- 29.3. A nehézségi elemek és a koreográfia az egész talajt ki kell, hogy használja.
- 29.4. Az egység tagjainak különböző szinteken, magasságokon kell dolgozniuk. *[Talajsint, állás, fej fölött – a fordító]*
- 29.5. A gyakorlat során különböző lépéseket, útvonalakat és partnerkapcsolatokat kell bemutatni.

- 29.6. A koreográfiának a páros vagy csoport személyes, egyedi jellemzőit kell demonstrálnia, és eredetinek kell lennie.
- 29.7. Minden mozdulatot maximális mozgáskiterjedéssel, lehetőleg a teljes tér kihasználásával kell bemutatni, vagy finoman és a hangulat változtatásával, ahogy azt a zene diktálja.

30. cikkely: ZENEISÉG ÉS ELŐADÁSMÓD

- 30.1. A jól kiválasztott zene segíti a gyakorlat struktúrájának, ritmusának és témájának kialakítását.
- 30.2. Minden gyakorlat koreográfiáját úgy kell elkészíteni, hogy az mind logikailag mind esztétikailag illeszkedjen a kísérő zene ritmusához és hangulatához.
- 30.3. A gyakorlatban nem lehet megszakítás a nehézségi elemek és a koreográfia között. A szüneteknek logikusnak kell lenniük, és nem szakíthatják meg a gyakorlat folytonosságát.
- 30.4. Az egység tagjainak bizonyítaniuk kell, hogy képesek a zene érzelmi töltetét arckifejezésekkel és mozdulatokkal tükrözni. A tagok közötti kifejezéseknek is összhangban kell lenniük.

31. cikkely: PARTNERSÉG

- 31.1. Az egyének között a partnerségen belül logikus és látható kapcsolatnak kell lennie.
- 31.2. A tagoknak képesnek kell lenniük túllépni a saját maguk közötti kapcsolaton, hogy megérintsék a közönséget és a zsűrit.

32. cikkely: ZENEI KÍSÉRET

- 32.1. Minden gyakorlatot zenére kell végrehajtani. Emberi hang használható, de csakis hangszerként, értelmes szavak nélkül.
Dalszöveges zene **egy gyakorlatban** engedélyezett, a FIG etikai kódexének betartásával. Illetlen szövegek (pl: szexualitást tartalmazó, sértő, agresszív, erőszakos) tiltottak. Az edző feladata megjelölni a gyakorlatrajzon melyik gyakorlatnál használnak szöveges zenét. A vezetőbíró (CJP) 0.5 pontos büntetést ad a zenei szabályok áthágásáért (egynél több szöveges gyakorlat, és/vagy nincs feltüntetve a rajzon a jelölés, ...)
- 32.2. A zenét a lehető legjobb minőségben kell leadni.
- 32.3. A gyakorlat idejének mérése addig folytatódik, ameddig a végpózt fel nem veszik.
- 32.4. Ha technikai hiba miatt a zene leáll, a versenyzőknek folytatniuk kell a gyakorlatot, hacsak a vezetőbíró (CJP) meg nem állítja őket. Ebben az esetben nem jár büntetés a zene nélküli végrehajtásért és a gyakorlat idejének a mérése is leáll.
- 32.5. Ha a versenyzők nem kezdik el, vagy megszakítják a gyakorlatukat a hibás zene, vagy egyéb technikai hiba miatt, akkor a vezetőbíró (CJP) engedélyezheti, hogy újrakezdjék a

gyakorlatot büntetés vagy levonás nélkül. Ha a problémát nem lehet rögtön helyrehozni, akkor a technikai igazgató, a vezetőbíró (CJP) egyetértésével jóváhagyhatja, hogy a gyakorlatot a csoport végén hajtsák végre.

- 32.6. Ha a versenyzők megállnak, mert rossz minőségű, illetve helytelen zenét játszanak le, és ez az edző felelősségére utal, akkor az újrakezdés a vezetőbíró (CJP) belátása szerint 0.3 pont levonása mellett lehetséges, melyet a végső pontszámból vonnak le.
- 32.7. Egy gyakorlat nem ismételtető meg, ha azt teljes egészében végrehajtották zenével vagy zene nélkül.

33. cikkely: MAGASSÁGKÜLÖNBESÉG

- 33.1. A művészi kivitelnek ezt az aspektusát a vezetőbíró (CJP) veszi figyelembe.
- 33.2. A magasságkülönbőségnek a partnerek között esztétikusan logikusnak kell lennie.
- 33.3. A magasságot a verseny kezdete előtt egy antropometriában jártas szakember méri az edző, vagy a delegáció vezetőjének jelenlétében, az 1. számú mellékletben található eljárás szerint. A TC-ACRO legalább egy tagjának jelen kell lennie azon mérési eseteknél, melyek vita tárgyát képezhetik. Minden olyan esetben, ahol felmerül a gyanúja annak, hogy a helyes mérést el akarják kerülni, a döntő zsűri (SJ) három tagjának, beleértve az elnököt is, jelen kell lennie.
- 33.4. A végpontszámból való levonásokat, amelyeket a vezetőbíró (CJP) alkalmaz, az 1. számú melléklet tartalmazza.

34. cikkely: VERSENYRUHÁZAT, KIEGÉSZÍTŐK, ÉS SEGÉDESZKÖZÖK

- 34.1. A versenyruházat, kellékek és kiegészítők megítélése a vezetőbíró (CJP) feladata. A ruházatnak karakterében és stílusában „**tornászos jellegűnek**”, elegánsnak kell lennie, és a gyakorlat művészi jellegéhez kell igazodnia. Nem vonhatja el a figyelmet a gyakorlat végrehajtásáról és nem igényelhet a gyakorlat közben igazgatást.
- 34.2. A társaknak egyforma, vagy egymást kiegészítő ruházatot kell viselniük.
- 34.3. A lányok, nők tornadresszben, egybeszabott kezeslábásban, vagy szoknyás dresszben adhatják elő gyakorlataikat. Testszínű harisnya engedélyezett. A dressz lehet ujjas vagy ujjatlan is, de a táncos stílusú ruházat keskeny pántokkal nem megengedett.
- 34.4. A szoknyáknak takarniuk kell a dresszek/kezeslábások/harisnyák medencét fedő részét, de annál mélyebbre nem lóghatnak.
 - A szoknyák stílusa (szabása és díszítése) szabadon választható, de az anyagnak rá kell borulnia a tornász csípőjére.
 - A balettban látható tűtü szoknya, fűszoknya, vagy báli ruha kinézet tilos.
 - A szoknyát hozzá kell varrni a ruhához, (nem lehet levehető).
- 34.5. A fiúk, férfiak dresszben, rövid, vagy hosszú tornásznadrággal kiegészítve versenyezhetnek. Az egybeszabott kezeslábás ruházat is engedélyezett.

- 34.6. A versenyrüházatnak illeszkednie kell a versenyző neméhez.
- 34.7. Sötét színű kezeslábas lábrész és hosszúnadrág viselése csak akkor engedélyezett, ha a színeket a lábon a combcsont fejtől egészen a bokáig tartó világosabb színű díszítéssel, vagy rátéttel jelentősen megtörik. A lábon levő ruházat hossza és anyaga egyforma kell, hogy legyen mindkét lábon. Csak a díszítés lehet eltérő.
- 34.8. Biztonsági okokból: a laza, bő ruhák, ruhától elálló hozzáerősítések vagy kiegészítők nem engedélyezettek. Mind a nők, mind a férfiak teljes ruházatának testhez állónak kell lennie, hogy a bírók lássák a különböző testtartásokat.
- 34.9. Minden ruházatnak visszafogottnak kell lennie, beleértve a megfelelő alsóruházat használatát. A dresszek alsó részének szabása nem mehet a csípőcsont fölé. A dresszek nyakkivágása elöl nem mehet a szegycsont fele alá, míg hátul a lapockák alsó vonala alá. A csipkés és áttetsző anyagokat a felsőtesten teljesen alá kell bélelni.
- 34.10. A provokatív, fürdőruha jellegű, valamilyen karaktert idéző (jelmez), vagy fotóval díszített ruházatok tiltottak.
- 34.11. A versenyzők végrehajthatják a gyakorlataikat lábbeliben, vagy anélkül, de ha viselik azt, akkor annak minden esetben **testszínűnek** vagy **fehérnek**, tisztának, illetve jó állapotban lévőnek kell lennie. A férfiaknak nadrág viselése esetén kötelező a lábbeli (tornapapucs vagy zokni).
- 34.12. A sportolók országának címerét a versenydresszen jól láthatóan kell elhelyezni. Akár bele is lehet szőni a dressz anyagába vagy lehet a minta része is. (lásd FIG Versenyrüházat és Reklámozási Szabályzat 2017-2020-as ciklus)
- 34.13. A reklámok elhelyezését a FIG Versenyrüházat és Reklámozási Szabályzatában határozták meg, melyeket be kell tartani.
- 34.14. A versenyrüházati szabályok megszegését a vezetőbíró (CJP) bünteti.

Kiegészítők, és segédeszközök

- 34.15. Ékszereket, beleértve a fülbevalókat, piercingeket, nyakláncokat, karkötőket, bokaláncokat, orr- és köldökékszereket tilos viselni.
- 34.16. A flittereknek, strasszoknak, övkendőeknek és csipkéknek a dresszbe kell illeszkedniük vagy biztosan hozzá kell erősíteni őket a ruházathoz. Amennyiben ezek bármilyen sérülést okoznak, a felelősség az edzőt és a sportolót terheli.
- 34.17. Ha a versenyzők hajcsatot, szalagot vagy pántot viselnek, akkor azt megfelelően rögzíteni kell. A frizura-kiegészítők nem engedélyezettek (pl.: tiarák, tollak, virágok).
- 34.18. Az arcfestés nem engedélyezett, a sminknek egyszerűnek kell lennie, a színházi karakterek festése az arcon nem engedélyezett (legyen az állatot ábrázoló vagy emberi jellegű smink).
- 34.19. Az elemek végrehajtásához segédeszközök, mint például övek, vagy fejkarikák használata nem engedélyezett. A tape szalagoknak és a fásliknak semleges színűnek kell lennie. Egyéb speciális segédeszközök, mint például térdrogzítók, amelyek nem semleges színűek, használhatók levonás nélkül, de csak ha a szövetség a Technikai Bizottság külön engedélyét kéri.
- 34.20. Ezen szabályzatok megszegését a vezetőbíró (CJP) bünteti.

VII. RÉSZ: KIVITELI ÉS TECHNIKAI ÉRTÉK

35. cikkely: KIVITELI ÉS TECHNIKAI ÉRTÉK

Általános alapelvek

- 35.1. A kivitel a gyakorlat technikai előadásának minőségével foglalkozik, és nem a különböző felhasznált technikákkal.
- 35.2. Minden gyakorlatot az alapján értékelnek, hogy mennyire áll közel a tökéletes végrehajtás kritériumaihoz.
- 35.3. A technikai-kivitel bírók veszik figyelembe a bemutatott elemek mozgáskiterjedését és technikai helyességét. Ez arra vonatkozik, hogy a mozdulat végrehajtásánál a végtagok mennyire nyújtottak, a test mennyire feszes, és a mozdulat mennyire teljes, azaz az elem végrehajtásához szükséges maximális teret a versenyzők mennyire használják ki. Ez vonatkozik a páros, csoportos és egyéni elemekre egyaránt.
- 35.4. A test alakját és tartását is figyelembe veszik, beleértve a kivitel pontos szögét, amit az edzők és bírók által meghatározott tökéletes technikai végrehajtáshoz viszonyítanak.
- 35.5. A technikai kivitel értékelésekor azt veszik figyelembe, hogy mennyire folyamatos az elemek építése, mennyire sikerül a statikus tartásoknál az egyensúlyt megtartani, mennyire tiszta az elemek lebontása és a talajra érkezés, valamint, hogy mennyire folyamatosak az ugrássorozatok, és mennyire magabiztosak a dobások és az elkapások. A dinamikus elemeket maximális repülési szakasszal kell bemutatni.
- 38.6. Az értékelés kritériumai
 - A technikai végrehajtás hatékonysága.
 - A testtartás és a testvonal hibátlansága.
 - A páros/csoportos és egyéni elemeknél a mozdulatok teljessége: teljes nyújtás/kiterjedés a statikus elemeknél és a maximális repülési szakasz a dinamikus elemeknél.
 - A statikus elemek stabilitása.
 - Magabiztos és hatékony elkapások, dobások és hajítások.
 - Az érkezések kontrollja.

VIII. RÉSZ: NEHÉZSÉG

36. cikkely: NEHÉZSÉG

- 36.1. A gyakorlat nehézségét a gyakorlatban szereplő elemek határozzák meg.
- 36.2. Nehézségi érték a páros, csoportos és egyéni elemek után jár.
- 36.3. A páros, csoportos és egyéni elemek nehézségi értékéről a FIG külön megjelentetett Akrobatikus Torna Nehézségi Elemtáblázata kiadványa rendelkezik.
- 36.4. A felnőtt versenyzők számára a nehézségi szint „nyitott”, azaz nincsenek korlátozások. A magas kockázattal járó, és magas nehézségi értéket érő elemek bemutatása azonban nem ellensúlyozhatja a gyenge technikai végrehajtást, amelyet a Hibatáblázat alapján büntetnek.
- 36.5. Nehézségi értéket csak olyan elemekre lehet adni, amelyeket a gyakorlatrajzokban feltüntettek, és végre is hajtottak. Ezeket a Nehézségi elemtáblázatból kell kiválasztani.
- 36.6. A kombinált gyakorlatokra speciális rendelkezések érvényesek (25.2).
- 36.7. Minden gyakorlatban a nehézségi bíró a végső pontszámból vonja le az alábbiak megszegéséért járó büntetéseket: Speciális Követelmények megszegése, tiltott elemek bemutatása, egyéni, illetve páros/csoportos elemek az időhibái, illetve azokért a gyakorlatrajzokért, amelyeken az elemeket nem a gyakorlatban bemutatott sorrendben tüntették fel.
- 36.8. A statikus és kombinált gyakorlatokban a nehézségi bíró azokat az elemeket értékeli, amelyek a gyakorlat rajzon 3 mp-es tartásként vannak feltüntetve. Ha az elemet 3 mp-nél kevesebb ideig tartják, akkor a nehézségi bíró az időhibáért a megfelelő levonást fogja alkalmazni. Az időhibákért járó büntetéseket a végpontszámból vonják le.

37. cikkely: A GYAKORLAT RAJZA

- 37.1. A gyakorlat rajza, amelyet számítógéppel készítenek, illusztrálja a párok/csoportok által, és az egyénileg bemutatni kívánt nehézségi értékkel bíró elemeket. Az elemek beírásakor a nehézségi értéket, a Nehézségi Elemtáblázat oldalszámát és az elem számát a rajzokon fel kell tüntetni. A statikus tartások tervezett idejét is fel kell tüntetni.
- 37.2. A helyes és pontos gyakorlatrajzok elkészítése az edző felelőssége.
- 37.3. A delegációknak a verseny kezdete előtt 48 órával le kell adniuk a párosok, csoportok által bemutatni kívánt minden egyes gyakorlathoz tartozó rajzot 1 példányban. (kivéve, ha más szerepel a munkatervben).

A gyakorlatrajzok leadásának határideje a következő:

- Kvalifikáció: Az akkreditáció alatt
- Döntő: maximum egy órával a kvalifikáció lezárulását követően

- 37.4. A gyakorlatrajzokat általában a delegáció vezetőjének kell benyújtania a regisztráció időpontjában. A gyakorlatrajzok benyújtását a rendező bizottság rögzíti. Rendkívüli

esetben, ha a csapat nem tud regisztrálni 48 órával a verseny megkezdése előtt, akkor a gyakorlat rajzait postai úton is elküldhetik, melyeknek meg kell érkezniük a hivatalos regisztrációs határidőig. Amennyiben a rajzok nem érkeznek meg, a csapat büntetést (levonást) kap. Speciális esetekben e-mailen küldhetőek a rajzok, de faxon nem.

- 37.5. A hivatalos gyakorlatrajzokat a szabályzat által előírt módon kell elkészíteni. A Nehézségi Elemtáblázatban erre példa is található. Az előírásoknak nem megfelelő és olvashatatlan formátum esetén a rajzokat javításra visszaadják, és a késői rajzleadásért járó büntetést a vezetőbíró (CJP) alkalmazza.
- 37.6. Először a páros/csoportos elemeket kell feltüntetni, abban a sorrendben, ahogyan azokat bemutatják. Az egyéni elemeknek külön, és a bemutatásuk sorrendjében kell szerepelniük. Amennyiben az elemeket nem a leírtaknak megfelelő sorrendben mutatják be, a nehézségi bírók (DJ) 0.3 pontot vonnak le a gyakorlat végső pontszámából.
- 37.7. Csak a gyakorlatrajzon feltüntetett és a gyakorlatban bemutatott elemekért jár nehézségi érték. Ha több elemet tüntettek föl a megengedettnél, akkor az első nyolcat kell figyelembe venni, és 0.3 büntetést alkalmaz a nehézségi bíró a helytelen rajzért.
- 37.8. Csak azok az elemek számítanak bele a nehézségi értékbe, amelyeket feltüntettek a gyakorlatrajzon, és be is mutatták őket. Maximum egy alternatív elemet lehet megjelölni a gyakorlatrajzon. Ha egynél több szerepel, a rajzot javításra visszaadják, és késői beadásért való levonás jár. (43.2 bekezdés) Az alternatíva nem lehet az elemek kitartásának idejével kapcsolatos.

Tisztázás: Minden esetben érvényesek a 23.3, 23.4 és 23.5 pontok korlátozásai.

- 37.9. Legalább 12 órával a világversenyegek kezdete előtt, a nehézségi bíróknak tájékoztatniuk kell az edzőket a kijelölt helyen és időben, ha valami probléma van a versenyre szánt, ellenőrzésre benyújtott gyakorlatrajzzal. Az edzőnek a felelőssége, hogy találjon megoldást a hiba kijavítására. A nehézségi bírók megengedik, hogy a gyakorlatrajtot kijavítsák és nem később, mint 90 perccel a verseny kezdete előtt azt újra benyújtsák.

Amennyiben a verseny alatt problémát találnak a gyakorlatrajzokban, a helyes nehézségi értékekkel kell számolni. A nehézségi bíró ez esetben szankcióra számíthat, amiért nem találta meg a hibát a rajzban a kiértékelésre kijelölt időszakban.

- 37.10. Kivételes helyzetekben (pl.: sérülés) a nehézségi bírók 30 perccel a verseny kezdete előtt megengedhetnek kisebb cseréket, módosításokat a gyakorlat rajzában. Az elem cseréjét illusztrálni kell a rajzban, a nehézségi értékkel, az elem számával, és a Nehézségi Elemtáblázat oldalszámával egyaránt. A nehézségi bírók igazolják a nehézségi értéket, és a változásokról tájékoztatják a vezetőbíró (CJP) és a döntő zsűrit. Későbbi változtatások esetén nehézségi érték már nem adható az elemekért.
- 37.11. Amennyiben a döntőben néhány elemet ki szeretnének cserélni, vagy a versenyzők más gyakorlatot mutatnak be, az erre vonatkozó beadványt a döntő zsűrinek kell beadni a kijelölt helyen és időben, legkésőbb egy órával a selejtező verseny befejezése után. A beadványnak tartalmaznia kell a kicserélt elemek nehézségi értékeit. A nehézségi bírók ellenőrzik az új értékeket, és gondoskodnak róla, hogy a vezetőbíró (CJP) és a döntő zsűri megkapják a másolatot a változtatásokról, a döntő kezdete előtt.

38. cikkely: ÚJ ELEMÉK

- 38.1. Az ACRO Technikai Bizottsága (ACRO TC) egy ciklusban négyszer értékeli ki az új elemeket. Egy elemet akkor tekintenek újnak, ha az nem található meg a létező elemtáblázatban vagy a közzétett hivatalos hírlevelekben, valamint, ha nem jegyezték be korábban, mint tiltott elemet.
- 38.2. Azok az elemek, melyeket csak kis stilisztikai eltéréssel mutatnak be a Nehézségi Elemtáblázat rajzához képest, nem tekinthetők új elemnek. Ezeket az elemeket a be lehet mutatni úgy, hogy ugyanazt az azonosító kódot, elemszámot és nehézségi értéket használják, mint a már létező elemnél.
- 38.3. Ahhoz, hogy az ACRO TC hivatalosan elbírálja kérvényt, a Nehézségi Elemtáblázatban található hivatalos űrlapot kitöltve az ACRO TC titkárságának kell e-mailen keresztül megküldeni. A kiértékelési kérvényhez csatolni kell egy részletes rajzot, melyen értéket is javasolnak az adott elemhez, ÉS egy videó anyagot a bemutatott elemről, amelyet szintén e-mailen keresztül kell elküldeni.
- 38.4. A kiértékelési kérvényt a nemzeti szövetségeknek kell benyújtaniuk a teljes dokumentációt mellékelve a minden év **május 1-ig**.
- 38.5. Azokat a kiértékelési kérvényeket, amelyek nem felelnek meg a fent leírt kritériumoknak, nem veszik figyelembe.
- 38.6. Az új elemek értékelésének nyilvánosságra hozatala a következő ACRO TC ülést követően történik, érvényességük pedig következő év január 1-jével kezdődik.

IX. RÉSZ: A GYAKORLATOK KIÉRTÉKELÉSE

39. cikkely: KIÉRTÉKELÉS

Általános Elvek

- 39.1. Mind a 3 fajta gyakorlat: statikus, dinamikus és kombinált, különböző karakterű, és elbírálásuk során mindegyik gyakorlatnál a művészi hatás, a nehézség érték és a technikai végrehajtás szempontjai alapján történik.
- 39.2. A vezetőbíró felelős azért, hogy a panel összes bírója a pontszámát a szabályzatokkal összhangban állapítsa meg.
- 39.3. A művészi-kivitel bírók értékelik a végrehajtott gyakorlat művészi hatását, amely az „**A**” **pontszámot** határozza meg.
- 39.4. A nehézség bírók közösen határozzák meg a gyakorlat nehézségi értékét. Az nehézségi összérték átváltásával alakul ki a gyakorlat „**D**” **pontszáma**.
- 39.5. A technikai-kivitel bírók értékelik a végrehajtott gyakorlat technikai kivitelét, amely meghatározza az „**E**” **pontszámot**.
- 39.6. A vezetőbíró (CJP) alkalmazza a büntetéseket (P), amelyek az összpontszámból kerülnek levonásra. Az összpontszám az A, E és D pontszámok összege.

40. cikkely: PONTSZÁMOK ÉS PONTOZÁS

- 40.1. Az E, A, D pontszámokat, a büntetéseket, a végső pontszámot és a kialakult sorrendet bemutatják a nézők számára az eredményjelzőkön.
- 40.2. Minden versenyen, a gyakorlatok technikai kiviteli és művészi kiviteli pontszámát 0 – 10.0 pontig értékelik, 0,001 pontossággal.
- 40.3. A gyakorlat Nehézségi pontszáma a felnőtteknél nincs maximálva, hanem „nyílt”. A korosztályos (Age Group és junior) versenyeken a nehézségi pontszámokat szigorúan ellenőrzik, és nem haladhatják meg a maximumot.

„A” Pontszám

- 40.4 A végrehajtott gyakorlat művészi-kivitel pontszáma a 4 művészi-kivitel bíró által adott kettő középső pontszám átlaga, miután elvetették a legmagasabb és legalacsonyabb pontszámot.

„D” Pontszám (nehézségi)

- 40.5. Egy gyakorlatban sikeresen végrehajtott elemek nehézségi értékeinek összege ad egy nyers pontszámot, amely a gyakorlat össz. Nehézségi Értéke (DV) lesz.
- 40.6. A Nehézségi Értéket ezután Nehézségi Pontszámmá (D) alakítjuk. DV osztva 100-zal = D pontszám.

40.7. Miután a nehézségi bírók megegyeztek a bemutatott gyakorlat nehézségi pontszámában, a pontszámot kivetítik.

„E” Pontszám (technikai-kivitel)

43.8. A bemutatott gyakorlat technikai kiviteli (E) pontszáma a 4 technikai-kivitel bíró által adott két középső pontszám átlaga, miután elvetették a legmagasabb és legalacsonyabb értéket. Ezt az átlagot kettővel kell beszorozni (x2). Ezrelékes pontosságig van számolás, az utolsó számjegy kerekítése nélkül.

Összpontszám

40.9. Az összpontszám az, melyből még nem került levonásra a vezetőbíró (CJP) és/vagy a nehézségi bírók általi levonás.

40.10. A felnőtt korosztályban végrehajtott gyakorlat teljes pontszáma nincs maximálva.

40.11. Az összpontszámot az alábbi képlet alapján állapítják meg:

$$\text{„A” Pont} + \text{„D” Pont} + \text{„E” Pont} = \text{a végrehajtás összpontszáma}$$

41. cikkely: LEVONÁSOK AZ ÖSSZPONTSZÁMBÓL

41.1. Az összpontszámból történő levonásokat a vezetőbíró (CJP) alkalmazza, és ennek eredménye a Végső Pontszám. Ennek képlete az alábbi:

$$\text{Teljes Pontszám} - \text{Levonások} = \text{Végső Pontszám}$$

41.2. A **vezetőbíró (CJP)** az alábbiak esetén alkalmaz a levonásokat:

- A gyakorlatrajzok (Tariff Sheet) késői leadása.
- A partnerek szabálytalan magassági eltérése esetén.
- A gyakorlat megengedett időtartamának túllépése miatt.
- A gyakorlat zenéje egynél több gyakorlat esetén tartalmaz szavakat
- A gyakorlat meg nem engedett újrakezdése esetén.
- A talaj területéről történő kilépés, érkezés, kiesés esetén.
- A versenyruházat és kiegészítők szabálytalansága esetén.

41.3. A **nehézségi bírók (DJ)** az összpontszámból az alábbiak esetén alkalmaznak levonásokat:

- A tartásos elemeket nem tartják meg a jelzett vagy a kívánt ideig.
- A Speciális Követelmények be nem tartása esetén.
- Tiltott elemek bemutatása esetén.
- Az elemek nem a leadott sorrend szerint történő bemutatása esetén.

42. cikkely: ÓVÁSOK A PONTSZÁMOK ELLEN

- 42.1. Az igazságosság érdekében óvást lehet beadni a döntő zsűrihez, ha a nehézségi pontszám nem tükrözi a bemutatott gyakorlat valós értékét, vagy ha számítási hiba történt a nehézségi érték kiszámolása esetén, vagy ennek nehézségi pontszámmá történő átváltása során, vagy a végső pontszám kiszámításánál.
- 42.2. Ha az óvás elfogadásával megváltozik a nehézségi pontszám, akkor a nehézségi bíró (DJ) által adott levonásokat szükség szerint újra kell értékelni.
- 42.3. Óvást **CSAK** a saját versenyzőjükkal kapcsolatban nyújthatnak be a Szövetségek.
- 42.4. A technikai-kivitel pontszám, művészi-kivitel pontszám, időhiba vagy más egyéb levonás ellen nem lehet óvást benyújtani.
- 42.5. A Nehézségi Pontszám közzétételekor, bárminemű óvás benyújtását a pontszám kivetítése után legkésőbb a következő gyakorlat befejezése előtt kell elvégezni. A versenyző szövetsége által kijelölt személynél lévő óvási kártyát el kell helyezni a döntő zsűri elnökénél, vagy az erre kijelölt hivatalos személynél.
- Az óvási kártyát beszéd nélkül kell átadni.
 - Az eredményjelzőn megjelenítik az óvás tényét.
 - Az óvási kártyát követnie kell egy írásbeli beadványnak, amelyen az óvás okát (alapját) kell meghatározni.
 - A vizsgálatra vonatkozó írásbeli kérelmet az óvási kártya elhelyezése után 4 percen belül kell eljuttatni, ennek túllépése esetén az óvás elévül.
 - Az óvásért díjat kell fizetnie a Szövetségnek, amely díj minden további óvás esetén emelkedik.
 - Az óvási kártya elhelyezése egyben egy szerződés is a megállapított óvási díj befizetéséről. A befizetendő díjat a Főtitkárnak, vagy megbízottjának a verseny végéig kell kifizetni.
- 42.6. A döntő zsűri elnöke (vagy megbízottja) azonnal értesíti a döntő zsűri (SJ) nehézségi szakértőit és az érintett panel vezetőbíróját az óvásról. A vezetőbíró azonnal felszólítja a nehézségi bírókat, hogy ellenőrizzék a nehézségi pontszámot.
- 42.7. Ha nem tudnak megegyezésre jutni a következő versenyzők gyakorlatának megkezdése előtt, akkor az addig kiszámolt pontszámot „ideiglenes pontszámként” adják ki, és a végleges pontszámot a forduló befejezése után, de az eredményhirdetés megkezdése előtt fogják kialakítani.
- 42.8. Ha az óvást elfogadják, az óvási díjat visszatérítik. Ha az óvást visszautasítják, a díjat nem adják vissza, hanem, a FIG Alapítványi Alapjába kerül befizetésre.

X. RÉSZ: HIBÁK ÉS LEVONÁSOK TÁBLÁZATA

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. Ruhaigazítás, 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.

Partnerkapcsolatok	Maximum 2.0
Kifejezőmód	Maximum 2.0
Előadás	Maximum 2.0
Kreativitás	Maximum 2.0
Zeneiség	Maximum 2.0

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

Kiváló 2.0	A gyakorlatban a kritériumot kimagasló szinten teljesítik.
Nagyon jó 1.8-1.9	A gyakorlatban a kritériumot magas szinten teljesítik.
Jó 1,6-1,7	A gyakorlatban a kritériumot jó szinten teljesítik.
Elfogadható 1.4-1.5	A gyakorlatban a kritériumot átlagos szinten teljesítik
Szegényes 1.2-1.3	A gyakorlatban a kritériumot alacsony szinten teljesítik
Elfogadhatatlan 1.0-1.1	A gyakorlatban a kritériumot elfogadhatatlan szinten 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 féltérdre érkeznek 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 korrigáljanak 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 társon, 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 térd egyszerre éri a talajt. = ESÉS			1.0
8. Előre vagy hátra gurulás (bukfenc) az érkezést követően anélkül, hogy előtte egy stabil „láb- érkezett” testhelyzetet produkált volna a versenyző. = ESÉS			1.0

1. számú melléklet: A SPORTOLÓK MÉRÉSE

Verseny előtt egy hivatásos 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. A mérést az arra kijelölt napon edzés előtt, vagy után végzik el.
 - b. Azokat a sportolókat, akik nem jelennek meg a megadott napon a mérésen, kizárják a versenyből. Különleges esetekben, pl. betegség, a döntő zsűri elnöke engedélyezheti, hogy a sportolót egy másik időpontban mérjék meg.
 - c. Amennyiben az egységek közötti méretkülönbség szemmel láthatóan a megengedett határértéken belül van, csak az útlevelemben 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.
 - a. 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.
 - a. mezítláb, pólót vagy versenyruházatot viselve
 - b. A sportoló egyenes vonalban hanyatt fekszik a földön, normál testtartásban, zárt lábbal, nyújtott térddel. A vállakat lazán tartja.

- c. 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
SEN 0.5

35 cm és annál nagyobb különbség esetén a levonás a következő
SEN 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:


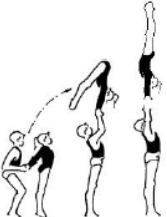
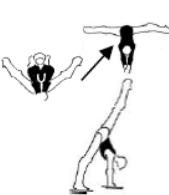
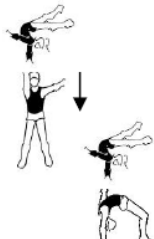
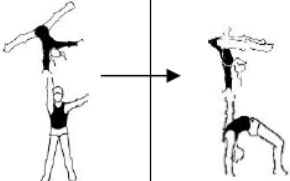
- Hiba 1: Sarok nincs a falnál
- Hiba 2: Térdek nincs nyújtva
- Hiba 3: Kiphotikus tartás (görbített hát)
- Hiba 4: Lordotikus tartás (csípő előre billentése)
- Hiba 5: Fej nincs a talajon

2. számú melléklet: ELEMOK KORLÁTOZÁSAI

Párosok

Nehézségi elem definíciója:

1. Felső statikus tartása+ Alsó pozíciója
2. Elemépítés (ideértve az alsó és felső statikus helyzetet is)
3. Felső átmenete + Felső statikus tartása + Alsó pozíciója
4. Felső kezdő pozíciója + Alsó átmenete + Felső statikus pozíciója + Alsó pozíciója
5. Felső kezdő pozíciója + Felső átmenete + Alsó átmenete + Felső statikus tartása + Alsó pozíciója

1.		2.		3.		4.		5.				
1	3"	2	3"	3	3"	4	3"	5	3"			
												
7	5	9		7	4	5	12+12	5+10	10	5	12	5+10
P2. T22 D		P29 A-A16		P24 T22 D		P23 T20 D		P23 T20 C		P23 T20 E		
				P24 T22 A-D				P23 T20 C-E				
P24 12				P24 12		P23 T21H-K, P23 10				P23 T21H-K, P23 10		

CSOPORTOK

Elem meghatározása:

1. Felső statikus helyzete + Alsó pozíció
2. Felső és/vagy középső statikus helyzete + Alsó helyzete
3. Felső és/vagy középső átmenete + Felső és /vagy középső statikus helyzete + Alsó pozíciója
4. Felső kezdő helyzete + Átépités + Felső végső helyzete + új alsó pozíció
5. Felső kezdő helyzete + Felső átmenete + Átépités + Felső véghelyzete + Új alsó pozíció
6. Épités + Véghelyzet + Alsó pozíció

1.			2.			3.			4.		
1	3"		2	3"	3"	3	3"		4	3"	
Cat 1			Cat 2			Cat 3			Cat 3		
6	16		8+5	6		2			15	18	
P63 T9 A			P61 T2 A, T1 D			P90 T2 E			P90 T2 E		
P65 F 9			P66 D 1			P90 T2 F-E			P101 D11		
P86			P101 D5			P86			P101 D5		

5.					6.									
	5	3"			6	3"								
Cat 3					Cat 3									
15	3		5	2	12				15	4+8	18			
P90 T2 E					P90 T4 F					P90 T2 E				
P90 T2 E-F					P101 D5					P87 B-A7				
P86					P102 C7					P102 C7				

Egyéni elemek

Mind a 3 nehézségi értékbe beszámító egyéni elemet fel kell tüntetni a gyakorlatrajzon.

A sorozatban végrehajtott elemeket is **mindegyiket föl kell tüntetni**, és nehézségi értéket kapnak. Ha egy egyéni elemet ismételnék, vagy nem tüntetnek föl a rajzon, akkor az azt követő elemek **sem** kapnak nehézségi értéket.

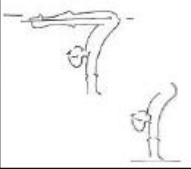
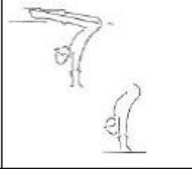
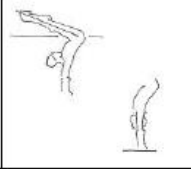
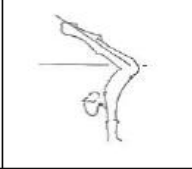
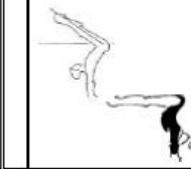
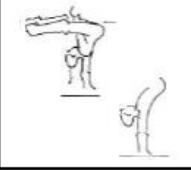
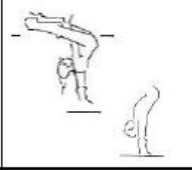
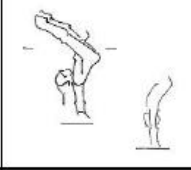
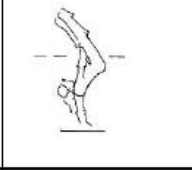
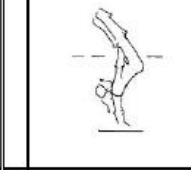
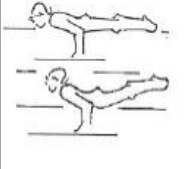
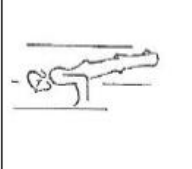

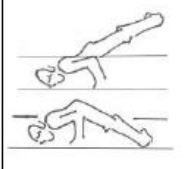
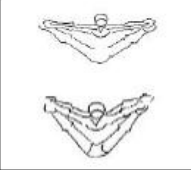
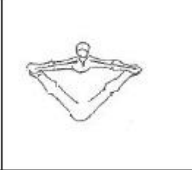
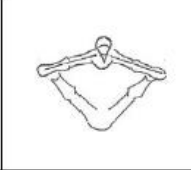








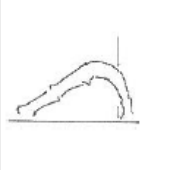



PÉLDA







Rundel-flickk-szuplé = széria/sorozat = 3 elem

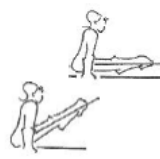

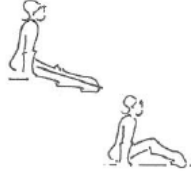
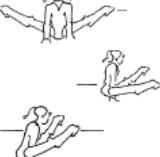









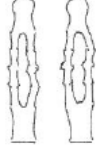
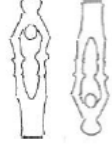

Ez a sorozat kihasználja a maximálisan megengedett 3 elemet, fel kell tüntetni mindegyik elemét a rajzon, amely után jár a nehézségi érték.

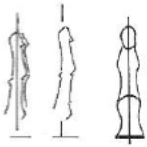
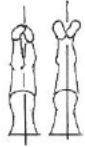
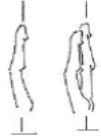





3. számú melléklet: ÚTMUTATÓ A TECHNIKAI KIVITEL PONTOZÁSÁHOZ 2017















[Az első ábra az ideális testhelyzetet jelöli, utána a kisebbtől a nagyobb hibákig haladnak. A DJ oszlop azt jelöli, amikor nem jár már nehézségi érték sem.- a fordító]




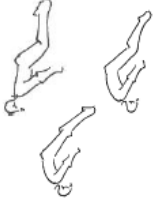
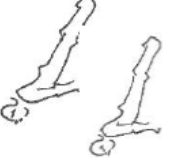



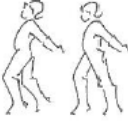








	Element	Mistakes Balance				DJ
		Ideal	0.1	0.2 - 0.3	0.5	No Difficulty
5	Yogi / Disloc					
						
6	Crocodile					
	Pancake					
7	Wide arm handstand					
	Wide arm planche					
8	Back bend					
9	Bridge					
						

10	Table					
						

		Mistakes Balance				DJ
Element		Ideal	0.1	0.2 - 0.3	0.5	No Difficulty
11	Straddle / Pike					
						
	High Pike Russian Lever					
12	Arms					
						

13	Feet/knees					
						
						

Mistakes Dynamic						
Element	Ideal Position	0.1	0.2 - 0.3	0.5	1.0	
1	Tuke					
						
2	Pike					
						

3	Straight					
						
4	Steps		 1-2 small Steps	 3 small Steps or 1 big Step	 4 and more Steps	
	Landing					
						
						

4. számú melléklet: KIFEJEZÉSEK SZÓTÁRA

SZABÁLYOK	
FIG	Fédération Internationale de Gymnastique Nemzetközi Torna Szövetség
AKRO TC	Akrobatikus Torna Technikai Bizottsága
Akrobatika	A tornasportok művészi keveredése egy, vagy több sportoló által közösen végrehajtott, megkoreografált gyak.-ban. Az akrobaták mászás, építés, egyensúlyozás, lazaság, erő, dobás, repülés, elkapás, lóbálás, forgás, csavarás, ugrás és ügyességi elemek kombinációit mutatják be, szerek használata és segítsége nélkül.
Alapszabály	A szabályok, amelyek minden tornaszakágra vonatkoznak.
TR	FIG technikai szabályzat, amelyben benne foglaltatnak a tornasportban való versenyszerű részvétel szabályai.
STR-ACRO	Speciális FIG Technikai Szabályzat az akrobatikus tornában való részvételre vonatkozóan. A TR 5. részében található meg.
Bírói Szabályzat (JR)	A FIG Bírói Szabályzat körvonalazza azon általános elveket, amelyek minden torna szakágra vonatkoznak. Az akrobatikus tornára vonatkozó Speciális Bírói Szabályzat külön ehhez a diszciplinához ír le szabályozást. A 4. mellékletben található az Ircos rendszerek használatának leírása, a referenciabírók, és a Döntős Zsűri szerepének leírása.
Pontozási Szabályzat	Az akrobatikus tornaversenyeken való részvétel szabályait foglalja magába, amely egyfajta szerződést formál a tornászok, edzők és versenyzők között, azonosítja a gyakorlatok struktúrájának és kompozíciójának, valamint az akrobatikus torna minden aspektusában elérendő kiválóságnak kritériumait.
Gyorsírás	Jegyzetelési szimbólumok rendszere, amely a bírók számára közös nyelvet biztosít, és amelyet a gyakorlatok kiértékelésekor jegyzetelésre használnak. Ez a Pontozási Szabályzat 3. mellékletében található meg. <i>[új kiadás 5. melléklete – a fordító]</i>
Nehézségi Elemtáblázat	Egy olyan mátrix, amelyből az elemek nehézségi értéket kaphatnak. Minden egyes elem, vagy részelem számértékkel bír.
Átváltási Táblázat	A Nehézségi Elemtáblázatban és a Pontozási szabályzat 3. mellékletében található táblázat, amit egy gyakorlat nehézségi értékének (nyers pont) nehézségi ponttá való alakításához használnak.
Gyakorlatrajz (Tariff Sheet)	Egy képes diagram arról, hogy a versenyzők mit szándékoznak végrehajtani a versenyen. Minden nehézségi értékkel bíró elem a végrehajtás sorrendjében szerepel, és a Nehézségi Elemtáblázatban meghatározott nehézségi értéket kapja meg. Már a gyakorlat bemutatása előtt jelzi a gyakorlatra adható maximális nehézségi értéket, valamint nehézségi pontszámot.

VERSENYKATEGÓRIÁK	
Esemény	Az akrobatika 5 versenyszáma
♀2 W2	Női páros
♀3 W3	Női hármas
♂2 M2	Férfi páros
♂4 M4	Férfi négyes
♂♀ MX2	Vegyes páros

GYAKORLATOK	
Gyakorlat	Az akrobatikus torna jellegzetességeit magán viselő statikus, dinamikus és kombinált versenygyakorlatok.
Statikus	Arra a gyakorlattípusra használt kifejezés, amelyben a versenyzőknek erőt, lazaságot, ügyességet, statikus tartásokat, építéseket és átmeneteket kell bemutatniuk. Jellemző módon a statikus tartások dominálnak a gyakorlat kompozíciójában.
Dinamikus	Arra a gyakorlattípusra használt kifejezés, amelyben a versenyzőknek jellemző módon azon képességeiket mutatják be, hogy képesek repülést/repülő szakaszt kezdeményezni, asszisztálni, megszakítani, illetve megállítani.
Kombinált	Arra a gyakorlattípusra használt kifejezés, amelyben a versenyzőknek a statikus és dinamikus gyakorlat jellemzőit be kell bemutatniuk.
Művészi-kivitel (hatás)	A versenygyakorlatok szerkezete, művészi kompozíciója és megtervezettsége.
Technikai-kivitel	A versenygyakorlat végrehajtásának technikai értéke.
Nehézség	A gyakorlat összeállításakor kiválasztott elemek értéke.
Nehézségi érték	Minden egyes gyakorlatban végrehajtott elemnek van egy nehézségi értéke, amit a Nehézségi Elemtáblázat szerint kell kiszámítani.
Nyílt nehézség	Nincsenek a gyakorlatban levő elemek nehézségi értékére vonatkozó korlátozások, így a nehézségi pontszámra sem.
Zárt nehézség	A gyakorlatért kapható nehézségi érték korlátozott. Ez történik Ifjúsági és Korosztályos (AGE GROUP) versenyeken.
Tempó	Amikor a dinamikus vagy a kombinált gyakorlatban 2 elemet rögtön egymás után hajtanak végre, köztes rákészlés nélkül.
Egyéni elem	Olyan nehézségi értékkel bíró elemek, amelyeket a versenyzők egyedül hajtanak végre, vagy azonos időben, vagy közvetlenül egymás után a gyakorlatok során.
Átmenet	Az a mozgás/mozdulat, amely két statikus elemet köt össze.
Építés	Az a mozgás/mozdulat, amely során a versenyző a talajról vagy partnerről egy magasabb ponton levő statikus pozícióba jut.

Statikus tartás	Egy 1 vagy 3 másodpercig kitartott pozíció párosban, hármásban, vagy négyesben.
Szaltó	Szaltó [<i>magyarban egy ismert név csak – a fordító</i>]
Átépitett elem	Olyan elem női hármasnál és férfi négyesnél, amelynek 2 vagy több részét úgy kötik össze, hogy közben nem mennek/érnek talajra.
Leugrás	Knotról, vagy partneren levő statikus helyzetből repülő szakasz után talajra érkezés.
Azonos elem	Az azonos elem MINDEN tekintetben azonos. Ugyanaz a kezdő és végpozíciója, alakja, forgása és/vagy iránya.
Tartások	Statikus pozíciók, amelyeket meghatározott ideig kell kitartani.
Rövid tartás	Olyan statikus tartások a statikus gyakorlatban, amelyeket nem tartottak meg kellő ideig. A DJ minden hiányzó másodpercet 0.3 levonással büntet, amelyet a teljes pontból vonnak le és nem teljesült az előírás.

BÍRÓK	
Döntő zsűri (Superior Jury, SJ)	Döntő zsűri
Vezetőbíró (Chair of Judges' Panel, CJP)	Egy bírói panel felügyelője, aki az összpontszámból történő levonásokat adja, hogy kialakuljon a versenygyakorlat végpontszáma.
Nehézségi Bíró (Difficulty Judge, DJ)	A nehézségi bírók ítélik meg egy gyakorlat nehézségi pontszámát a versenyeken. Minden versenyen sorsolással jelölnek ki versenykategóriánként 2 bírót.
DJ1	Fő Nehézségi bíró, akit a TC-ACRO jelöl ki a ciklus legmagasabban végzett nehézségi bírói közül még a versenyre érkezés előtt.
DJ2	Egy panel második nehézségi bíróját, akit a résztvevő bírók közül sorsolnak még érkezés előtt.
Művészi-kivitel bíró (Artistic Judge, AJ)	Művészi-kivitel bíró. A gyakorlat művészségét és művészi értékét bírálja.
Technikai-kivitel bíró (Execution Judge, EJ)	Technikai-kivitel bíró. A gyakorlat technikai értékét és kivitelét pontozza.
Fellebbviteli zsűri (Jury of appeal)	A legmagasabb fórum a versenyen. Megkapja a SJ döntése elleni fellebbezéseket.
Referencia Bírók (RJ)	Technikai kiviteli referencia bíró (RJE), Művészi kiviteli referencia bíró (RJA)

BÍRÁSKODÁS	
Nyílt bírászkodás	A gyakorlat kiértékelése után minden bíró által adott pontszámot rögtön bemutatnak a közönségnek.

Speciális Követelmények (Special Requirements, SR)	A gyakorlat összeállítása során kötelezően bemutatandó elemek. Ezeket a nehézségi bíró ellenőrzi, és minden hiányért 1.0 pontot von le az összpontszámából.
Gyakorlat ideje	A gyakorlat hossza, mely nem haladhatja meg a 2 perc 30 mp-et.
Gyakorlat hosszának büntetése	Minden egyes plusz másodpercért 0.1 pont levonás jár a gyakorlat összpontszámából. (2 mp-es toleranciahatár van a büntetés előtt)

PONTOK	
Pontszám	A gyakorlatokra adott bírói pontokból kalkulált szám.
Bírói pont	Az a számszerű kalkuláció, amelyet a technikai-kivitel vagy művészi-kivitel bíró ad a végrehajtott gyakorlatra, miután levonta annak hibáit a maximális 10.00-ból.
A pontszám	A versenygyakorlat művészi-kivitel pontja. Meghatározásakor a 4 főből álló művészi-kivitel panel legmagasabb és legalacsonyabb pontszámának kiejtése után bennmaradó 2 pontszám átlagát veszik. Ha csak 3 bíró van, akkor a 3 pontszám átlaga adja az A pontszámot.
E pontszám	A versenygyakorlat technikai-kivitel pontja. Meghatározásakor a 4 főből álló technikai-kivitel panel legmagasabb és legalacsonyabb pontszámának kiejtése után bennmaradó 2 pontszám átlagát veszik. Ha csak 3 bíró van, akkor a 3 pontszám átlaga adja az E pontszámot.
D pontszám	A bemutatott gyakorlat nehézségi pontszáma. A bírói panel két nehézségi bírója együtt határozza meg a nehézségi érték kiszámításával, amelyet ezután az átváltási táblázat segítségével nehézségi ponttá alakítanak. <i>[itt valószínűleg kimaradt az új szabályok iktatása, hiszen már nincsen nehézségi átváltó táblázat – a fordító]</i>
Összpontszám	A végrehajtott gyakorlatra kapott A, E és D pontszámok összege.
Végpontszám	A gyakorlat pontszáma, miután a vezetőbíró (CJP) és a nehézségi bíró (DJ) általi esetleges büntetéseket levonták az összpontszámból.
CJP levonások	A méretekért, gyakorlat hosszáért, ruházatért, kilépésért és későn leadott gyakorlatrajzokért járó büntetések, amelyeket a vezetőbíró (CJP) von le az összpontszámból (A+E+D).
DJ levonások	A speciális követelmények hiányáért és időhibákért adott büntetések, amelyeket a nehézségi bíró (DJ) von le a gyakorlat összpontszámából (A+E+D).
Tolerancia	A technikai vagy művészi bírók által adott két középső pontszám között elfogadható legnagyobb különbség ÉS az összes művészi-kivitel és technikai-kivitel pont között elfogadható legnagyobb különbség mielőtt a CJP vagy a SJ beavatkozik.
Bírói panel	A vezetőbíróból, művész-kivitel bírókból, technikai-kivitel bírókból és nehézségi bírókból összeálló 9-11 fős csoport. A panel

	minden egyes csoportjának más a feladata a gyakorlat kiértékelésekor.
--	---

TESTDIMENZIÓK	
Antropométer	Egy nullától 2100 mm-ig kalibrált merev rúd egy egyenes kereszttrúddal vagy vízszintmérővel. A leolvasás a függőleges rúdon történik, a kereszttrúd alatt. A vízszintmérő elősegíti a kereszttrúd pozíciójának nagyobb pontosságát.
Antropometrista	Egy képzett személy, aki leolvassa a testmérések eredményeit.
Tömeg (mass)	A versenyző súlya és testtömege.
Méret	A szegycsonti árok és a partnerek fejmagassága közötti magasságkülönbség.
Szegycsonti árok	A nyaki bemélyedés a szegycsont tetején.
Testtípusok	A versenyzők testtípusa, somatotípusa vagy alaktana, amelyet az endomorf, endo-meso, mesomorf, meso-ekto vagy ektomorf fokozatok valamelyikébe sorolnak. Az akrobaták általában azonos, vagy egynél nem jobban eltérő testcsoportba tartozó partnerrel dolgoznak. Minden testtípus között vannak fokozatok.
Endomorf	Körte, vagy háromszög alakú testforma, ahol a csípő szélesebb, mint a váll. A testtömeg általában nagyobb mértékben oszlik el a csípő körül, mint a test többi részén. Az akrobatikában a tartó emberekre jellemzőbb.
Mesomorf	Izmos fizikum. Jól elosztott testtömeg, amely téglalap alakú, szögletes benyomást kelt. A csípőszélesség általában megegyezik a vállszélességgel, vagy kisebb annál. Jó fölsőnek és alsónak is.
Ektomorf	Hosszú és vékony fizikum. Hosszú izmok. Gyakoribb a fölsőknél. Fontos az izmosság.
Tartó/alsó	A tartó ember egy egységben.
Középső	Hármasban a második, négyesben a második és harmadik tartó.
Felső	Párosban általában a kisebb, hármásban és négyesben a legkisebb partner, aki a gúlák tetején egyensúlyoz, vagy a fő repülő ember a dinamikus gyakorlatban.

5. számú melléklet: GYORSÍRÁS

1. Állások

alapállás, till, szabad till, támadóállás,

terpeszállás, fekvőtámasz, híd, döntés(tripod),

szabad döntés, állóspárga kéztámasz elől

1. Stand

basic stand		chair		free chair		lunge	
feet astride		front support		bridge		tripod	
free tripod		half needle					

2. Lebegőállások, mérlegállások

lebegőállás lábemeléssel hátra, lebegőállás térdemeléssel előre, lebegőállás lábemeléssel oldalt lábfogással (állóspárga), lebegőállás lábemeléssel oldalt lábfogás ellentétes karral (átfogott állóspárga),

törzshajlítás hátra, mély törzshajlítás hátra lábfogással, hátsó mérlegállás lábkulcsolással és lábemeléssel spárgába,

mérlegállás lábfogással, mérlegállás spárgával lábfogással, mérlegállás elől lábfogással és lábemelés spárgába

2. Arabesque

arabesque		attitude		wine glass		wine glass split	
back bend		deep back bend		back scale		eye	
needle stand		front needle					

3. Split

box/side split		straight/side split					

3. Spárga

angol-spárga (oldal-spárga), haránt-spárga

4. Ülések

nyújtott ülés, terpeszülés, terpeszülés előrehajlással, térdelés,

sarokülés, féltérdelés, térdelésben hátrahajlítás

4. Sit

leg straight		feet astride		Japana		stand on knees	
sit on knees		1 knee		knee arch			

5. Fekvés

hanyatt fekvés, hason fekvés hajlított támasz, hanyatt fekvés függőleges lábtartás, mellső fekvőmérleg (fecske),

hátsó fekvőmérleg (hátsó fecske)

5. Lying

back		front		right angel		front angel	
back angel							

6. Fej

fejállás, fejen tartás

6. Head

head stand		head support					

7. Váll/mellkas

tarkóállás (gyertya), mellkas-állás, kaucsuk mellkas-állás

7. Shoulder/chest

shoulder stand		chest stand		big C			

8. Kar

alacsony, egykezes alacsony, magas, egykezes magas,

magas kver, japán, szabad

8. Arm

half arm		half 1 arm		long arm		long 1 arm	
hands knotted		Y support		free			

9. Kézállás

egyenes kézállás, egykezes kézállás, kver kézállás, kaucsuk kézállás,

egykezes kaucsuk kézállás, terpesz/spárga kézállás, ellenkaucsuk kézállás, oldalkaucsuk (zászló) kézállás,

támaszmérleg, könyökmérleg, ülőtartás, zárt ülőtartás,

magas ülőtartás

9. Handstand

2 hands straight		1 hand straight		hands knotted		2 hands mexican	
1 hand mexican		2 split		2 disloc		2 flag	
planche		2 crocodile		2 straddle		lever	
russian lever							

10. Ugrás

oldal-spárga, haránt-spárga, váltóspárga, gyűrű,

gyűrű két lábbal, egyenes, 180°, 360°,

540°, 720°, terpesz-csuka

10. Jump

side		split		split change leg		ring 1 foot	
ring 2 feet		straight		180°		360°	
540°		720°		straddle			

11. Lóbálás

Ágyúgolyó









11. Swing

cannonball/...							

12. Gurulóátfordulás

gurulóátfordulás előre, guruló-
átfordulás hátra, gurulóátfor-
dulás oldalra, tigrisbukfenc





















12. Roll

forward		back		side		dive/swallow roll	
							

13. Akrobatikák

cigánykerék, egykezes cigány-
kerék, arábel, hátrabógni,

13. Wheel

cartwheel		1 arm cartwheel		aerial wheel		back walkover	
							
1 arm back		forward walkover		free walkover		Russian walkover	
							
Valdez		kip to stand					
							













egykezes hátrabógni, előre-
bógni, forvertsz, hátrabógni
félfordulat előrebógni,

cinzga, fejbillenés

14. Rugók, lökések

kézenátfordulás (fóder), flik,
fejenátfordulás, rundel,

14. Spring

handspring		flic		headspring		round off	
							
handspring 1-2		fly spring 2-2					
							

kézenátfordulás egy lábról páros
lábra, kézenátfordulás páros-láb
elugrással (dánfóder)

15. Szaltók

































kéz nélküli flikk, hátra zsugor, dupla hátra zsugor, tripla hátra zsugor,

hátra bicska, dupla hátra bicska, hátra szuplé, dupla hátra szuplé,

hátra fél csavar, dupla szaltó egész csavarral, előre zsugor, dupla előre zsugor,

előre bicska, előre szuplé, oldal(japán) szaltó, előre csavar

15. Salto's










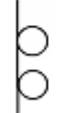






whip		back		double back		triple back	
							
pike back		double piked		straight back		double straight	
							
180°		full in back out		front		double front	
							
pike front		staight front		side		barani	
							

16. Forgások

180°, 360°, 540°, 720°,

900°, guggoló lebegőállásban (kozák), állóspárgában,


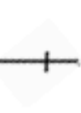

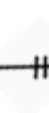




16. Spin

180°		360°		540°		720°	
							
900°		sit spin		needle spin			
							

17. Csavarok

180°, 360°

17. Log rolls

180°		360°					
							

18. Dobások

fusz, duplafusz, knot, knot 3 emberrel (négyesnél),

csípőről, átdobás

18. Pitch

2 hand pitch		pair pitch		basket (2)		platform (3)	
lap pitch		pitch over head		boost			

19. Elkapások

ölbe, ölbe (hármás, négyes),
szembe csípőre, háttal csípőre,

vállba, kézbe

19. Catch

arms		arms (group)		wrap front		wrap back	
on shoulder		in hand					

20. Vegyes

lépések, diamidov, pillangó,
thomas kör,

kézálláson keresztül haránt-
spárgába érkezés

20. Miscellaneous

steps		Diamidov		Butterfly		flairs	
cut to		cut back					

6. számú melléklet: RUHÁZAT

- 34.1. A versenyruházat és egyéb kiegészítők megítélése a vezetőbíró megítélése alá esnek. Dizájnát és karaktert tekintve tornához illőnek kell lennie. Legyen elegáns, és illeszkedjen a gyakorlathoz művésziileg.
- 34.4. A szoknyának takarnia kell a csípő területét, de annál mélyebbre nem érhetnek, legyen szó dresszről, harisnyáról, vagy kezeslábasról.

Megfelelő hosszúság



Előlről



Oldalról



Hátulról

Túl rövid szoknya



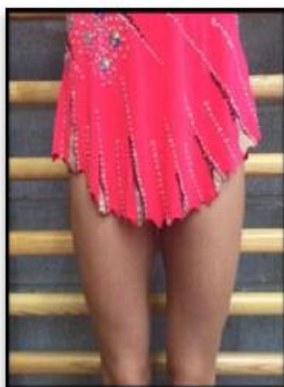
Túl hosszú



Túl szoros



Túl „sok”



A balettos tütüszoknya, illetve a szigetvilágot idéző fűszoknya nem megengedett



Balett tütü



Fűszoknya

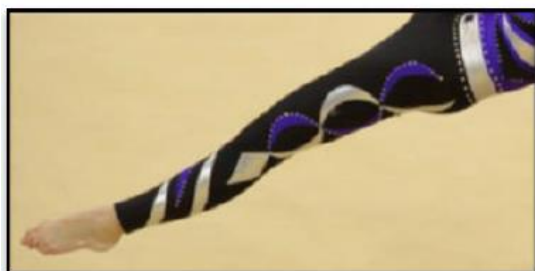
34.5. A fiúk és férfiak nadrágos vagy hosszú tornanadrágos tornaruhában versenyezhetnek. Az egybeszabott ruhák/kezeslábasok is megengedettek.

Megfelelő ruházat fiúknak és férfiaknak



34.7. A nadrágok, kezeslábasok, harisnyák lábészén nagyon sötét színt használni csak akkor lehet, ha a nadrág teljes vonalán, csípőtől a bokáig van rajta világos színű minta vagy díszítés. Ez lehet egyszerű vagy túlzott is. A két lábon a minta anyagának és hosszának megegyezőnek kell lennie, csak a mintázat lehet különböző.

Helyes



Testszínű harisnya használata a dressz alatt megengedett.

Helytelen



Helyes



34.8. Biztonsági okokból a laza ruházat, elálló részek és kiegészítők nem megengedettek.



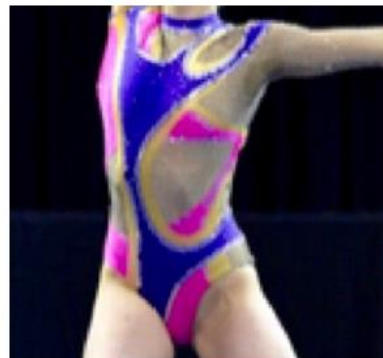
34.10. Provokatív, fürdőruha dizájnú, karakter ruházat, illetve fényképek integrálása a díszítésbe nem megengedett.

Fürdőruha stílus

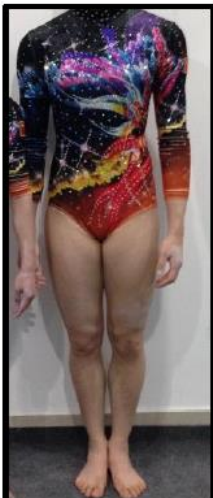
Karakter ruházat



Azok a dresszek, amelyek szinte teljes egészében testszínűek, nem megengedettek. A TV közvetítésekben ez meztelenség érzetét kelti.



Gyönyörű dresszek



Ruházati ajánlások

A fiúk és férfiak ne használjanak jelentős felületen testszínű anyagot.

Túl sok

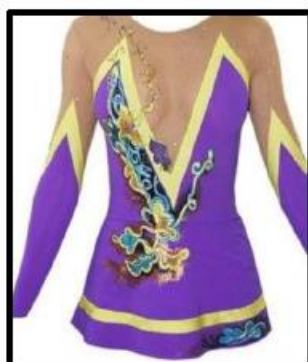


A fiúk és férfiak ne vigyék túlzásba a kövek használatát a ruházaton.

Ugyanúgy, mint lányoknál és nőknél, ha a fiúk és férfiak világos színű ruházatot viselnek, a felsőtesten ki kell bélelni.

A szoknyáknak követniük kell a dressz vonalát. A csípőhöz kell illeszkedniük. Nem szabad túl sok extra anyagnak lennie.

A „ruha” stílusú öltözet nem megengedett



A szoknyákat be kell öltetni az oldalukon, hogy ne legyen „lámpabúra” kinézet, mikor a tornász fejjel lefelé van.

Ideális esetben a dressz mintázata a szoknya alatt is folytatódik.



7. számú melléklet: ÉRVÉNYTELEN EREDMÉNYEK MEGJELÖLÉSEI A FIG TECHNIKAI SZABÁLYZATNAK 8.5 PONTJA ALAPJÁN
(Akrobatikus Torna, Gumiasztal, Aerobik)

A tornászok érvénytelen megjelölést kaphatnak a következők szerint:

- Szerenkénti pontszámként: „0.0” pontszám, üres cella (nem indult a szeren), DNS (did not start)
- Végő pontszámként: DNF (did not finish)

DNS „Did not start” („nem kezdte el”) azt jelzi, hogy a tornász megjelent a bírók előtt, de nem kezdte meg a gyakorlatát. Ilyen esetekben pontszámot nem adnak és a DNS jelölés jelenik meg.

Az a tornász, aki sérülés vagy betegség miatt nem kezdte meg a gyakorlatát egy versenyen DNS jelölést kap.

Azok a tornászok, akik DNS jelölést kapnak a verseny bármely szakaszában a verseny végeredményekor DNF jelölést kapnak.

A DNS következményei:

- Ha egy tornász elkezdte a gyakorlatot, de egyetlen értékelhető elemet sem fejezett be, amit pontozni lehetne, akkor is DNS jár
- Az egyéni kvalifikáció további fázisaiba nem léphet tovább
- Az egyéni rangsorban az adott versenyszakaszban nem szerepel
- Amennyiben a verseny valamely fázisában DNS minősítést kapott a sportoló, nem jár se pont, se érem, se pénzdíjazat.

Megjegyzés: A csapatpontszám akkor is érvényes, ha egy vagy több sportoló kapott DNS minősítést.

DNF „Did not finish” („nem fejezte be”) azt jelzi, hogy a tornász nem fejezte be a versenyt adott szakaszát miután elkezdte. (pl. a versenyző az első gumiasztal gyakorlat után, vagy akrobatikában az első vagy a második gyakorlat után visszalép, vagy sérülés miatt nem fejezi be a versenyt). Ebben az esetben DNF jár az összetett pontszámra.

A DNF csak a végső pontszámra vonatkozik.

A DNF következményei:

- Nincs továbblépés az egyéni kvalifikációban
- Az a tornász, aki a verseny egyik szakaszában teljesít, majd megsérül, DNF minősítést kap

Ha abban az adott szakaszban kvalifikálta magát döntőbe, ott versenyezhet, amennyiben tud.

- A DNF értékeléssel nincs lehetőség döntőbe kerülésre akrobatika, gumiasztal és aerobik sportágakban, nincsenek pontok, érmek, pénzdíjak. *[Mivel ez a szabályzat FIG versenyekre vonatkozik, és ott nincs sportágunkban statika vagy dinamika döntő, így arra vonatkozik, hogy mindhárom gyakorlatot be kell mutatni a kvalifikációhoz. Az ezt megelőző pont a szertorna szerenkénti kvalifikációra utal! DE! Európa Bajnokságonez alapján még lehetne akrobatikában is kvalifikálni csak statikus gyakorlattal statika döntőre. – a fordító]*
- Azok a tornászok, akik DNS értékelést kaptak a verseny első fázisában, ha tudják, folytathatják a versenyt a következő fázisban, de az összpontszámra DNF eredményük lesz.

Gumiasztal példa: Kvalifikáció = 1. gyakorlat + 2. gyakorlat

Eredmény:

1. gyakorlat = DNS
 2. gyakorlat = 52,3
 ÖSSZESÍTETT = DNF

Akrobatika példa: Kvalifikáció = Statikus + Dinamikus + Kombinált gyakorlat

Eredmény:

Statikus = DNS
 Dinamikus = 28,340
 Kombinált = 26,230
 ÖSSZESÍTETT = DNF

DSQ „Disqualified” („Diszkvalifikált”) megjelölést a sportvezetők adhatnak a szabályok súlyos áthágásáért.

Ez a jelzés lép érvénybe pozitív dopping eredménynél is.

DSQ következményei a Technikai Szabályzat 5.5 és 10.3 pontjai alapján:

- Az eredményeket törlik a versenyszakasz eredményei közül.
- A tornászok nevét törlik a versenyszakasz eredményei közül
- Az eredményeket az adott versenyszakaszra ezt követően újraszámolják.
- A csapatversenyek esetében a kizárt tornász nevét kiveszik a csapatnévsorból
- A pontokat és rangsorokat a csapatversenynél ezután újraszámolják.

Példák:

- A kvalifikációs versenyből történő kizárás azt jelenti, hogy a tornász nem vehet részt a döntőben.
- A verseny egy szakaszából történő kizárás esetén a versenyzőnek nem lesz eredménye abban a szakaszban, de más döntőkre továbbmehet, ha kvalifikált.

- A csapatversenyből történő kizárás esetén a tornász eredményei nem számítanak be a csapat összetett pontszámába, amit újra kell számítani, de a tornász más döntőbe továbbmehet, ha kvalifikált.
- Minden doppingvétség kizárást von maga után. Amennyiben a verseny lezárását követően derül ki a doppingügy, a rangsort utólagosan módosítják.