



# Nemzetközi Férfi Torna Szabályainak várható változása 2021-2024



Összeállította:

*Béreczi István, Gyulai Gergely*



# Cél

Gondolatébresztő a gyakorlatok összeállításához a 2022-es versenyzési évtől.



# Előszó

- Összességében nem sok változást hoz az új CoP.
- A változtatások többsége a szaknyelv pontosítását a szöveges duplikációk az evidenciák megszüntetését és a versenybírói munka egyértelműbb megítélését viták csökkentését segíti (Yamawaki leértékelés, terpesztámaszmérlegek törlése, ugrások átcsoportosítása).
- A változások az elcsépelet elemek csökkentését és változatosabb gyakorlatösszeállítást célozzák (repülő elem limit, zárt endo-k és stalderek, korlát leugrások, Thomas Magyar és Sivado törlése, Azarianok leértékelése)
- A változtatás oka volt továbbá a nemhasznált elemek kivezetése (lovas figurák korláton törölve)



# Fontos!

- A jelenlegi szabálykönyv nem végleges, az interkontinentális értekezlet (első bírói vizsga) tapasztalatai után tekinthető véglegesnek majd.
- Ez egy tervezet, amely iránymutatást ad.
- Igyekeztünk a változásokra koncentrálni. Minden amire nem tértünk ki változatlanul megy tovább!



# Általános változások 1-6

1. Nyújtó és ugráson kívül gyűrűn is engedélyezett lesz a 10 cm szőnyeghasználat.
2. Csak a nyújtó magasság állítható a gyűrű már nem
3. Időmérések 1 mp-es pontossággal kerülnek meghatározásra
4. Esés utáni időhúzás 0,3 pont büntetéssel súlytható
5. A versenyző nem hordhat a versenyen (hosszú ujjú) kompressziós testhezálló öltözéket
6. A bírónak ezentúl sötétkék öltönyben és fehér ingben, nyakkendővel kell megjelenniük (kivéve, ahol a házigazda biztosítja az egyenruhát)



# Általános változások 7-10

7. Referens bírót nem jelölnek ki a versenyekre, helyette 2 fővel 7-re emelkedik az „E” zsűri összetétele.
8. A bírói jelentés leadása két hónapról két hétre csökken.
9. Talaj hangjelzés ezentúl 65mp-nél és 75-nél érkezik majd 5 mp-vel megnövelve az időtartamot.
10. Az új elem benyújtásának protokollját úgy tűnik úgy változik, hogy elég verseny után a lehető leghamarabb benyújtani a videót, csak „C” vagy attól magasabb érték után adnak torászról nevet, amennyiben egyszerre két tornász adja be ugyanazt az elemet, mindkettő megkapja a nevet.



# Általános változás 11

## 11. Rövid gyakorlat értékelése (levonása módosul):

- Felnőtteknél: 10-9-8 elemnél nincs levonás,
- 7 elem-3,0
- 6 elem-4,0 ect.
- Junnioroknál: 8-7-6 elemnél nincs levonás,
- 5 elem-3,0
- 4 elem-4,0 ect.



# Általános változás 12

## 12. Kar, térd csípőhajlítás kiviteli hiba

- 0 fok felett (1 fok) 45 fokig -0,1
  - 45-felett (46 tól) 90 fokig -0,3
  - 90-felett (91-től)-0,5 és nem fogadják el

### Kivételek:

- pl: korláton: Moy, kör, vagy Bhavsar után
- nyújtón: lendületek alatti térdhajlítás és repülő elemek utáni visszafogásoknál. A kivételeknél más levonásokat alkalmaznak.





# Általános változás 13-14

**13. Gyűrű erőelem tolódások nem ismerhetőek el értékkel, ha előtte nem teljesültek a technikai követelmények, de esetleg a befejező helyzet elismerhető rész-értékkel.**

**14. Lendületek kézállásba alatt visszalendülő lábak, csípőhajlítás mértékétől függően:**

- **0-15 fokig -0,1**
- **16-30 fokig -0,3**
- **31-45 fokig -0,5**
- **45 fok felett -0,5 és nem fogadható el.**



# Talaj általános: időtartam, átló

- A gyakorlat hossza 70 mp-ről **75** mp-re változott, a két időmérői gongot 65 és 75 mp-nél kell adni!
- **Átlóhasználat: Nincs limitálva** az átló használata akrobatikus ugrásokra. Azonban, ha a tornász több, mint 2x kívánja használni ugyanazt az átlót, a 2. sor után be kell mutasson az I. elemcsoportból egy min. „B” elemet!  
**Ha a tornász ugyanazt az átlót használja egymás után 3x, a fenti követelmények megszegése 0,3 semleges levonást eredményez, amit a D-zsűri fogyanatosít egyszer egy gyakorlat során.**



# Talaj általános: „pihenő”, duplaszaltók

- 2 mp, vagy hosszabb pihenő az akrobatikus sor előtt nem megengedett: az egyszerű karmozdulat is beleértendő a „pihenő” meghatározásába, ezért a 2 mp. akkor kezdődik, amikor a tornász álló helyzetbe kerül!
- Duplaszaltós követelmény kiterjesztették a juniorokra is!



# Talaj általános: kapcsolati bónusz

- A bónuszos kapcsolatban résztvevő elemeknek benne kell, lenniük a 10/8 értékelt elem között!
- Nem kaphat kapcsolati bónuszt a közvetlenül kapcsolt szaltók fordulatokkal, (pl: hátraszaltó 5/2 és szaltó előre 1/1 fordulattal).
- Nincs limitálva a továbbiakban a kapcsolatok száma!
- A kapcsolat értékei nem változtak  $B/C+D=0,1$  és  $D/E/F \text{ stb}+D=0,2$
- Kapcsolati bónuszok mindkét oldalról értékelhetőek



# Talaj: törölt elemek, összevonások

- Fekvőtámaszba érkező értékkel bíró elemeket, és ritkán használt elemeket törölték.
- Egy boxba vonták össze (9 db):
  - szaltó e. zsug. és bicska és  $\frac{1}{2}$ -ed fordulattal is (A)
  - szaltó e. nyújtva. és nyújtva  $\frac{1}{2}$ -ed (B)
  - szaltó e. zsug.  $1/1$ -ed és  $3/2$ -ed (B)
  - szaltó e. nyújtva  $1/1$ -ed és  $3/2$ -ed (C)
  - duplaszaltó e. zsug. és  $\frac{1}{2}$ -ed (D)
  - duplaszaltó e. bicska. és  $\frac{1}{2}$ -ed (E)
  - szaltó h. nyújtva és tempó szaltó (kéznélküli flick) (B)
  - szaltó h  $\frac{1}{2}$ -ed és  $1/1$ -ed (B)
  - szaltó h.  $3/2$ -ed és  $2/1$ -ed (C)



# Talaj: leértékelés, új elem II-es csoport

- Új:
  - Zsugor dupla 3/2-ed Zapata (F)
- Leértékelt:
  - Zsugor dupla 1/2-ed (D) és bicska 1/2-ed (E)
  - Duplaszaltó zsug. 1/1-ed (E)



# Ló általános: kiviteli értékelés

- **Pontosítás:** az összes olló kézállásra kiterjesztik a kápáról való lelépés szankcióját.
- **Kiegészítés:** minden kör figura (akár vándor, orsó vagy kanyarlat) mellső támaszban kezdődik és ott is ér véget.
- Úgy tűnik a kiviteli értékelést kissé puhítja néhány szabályozás.
  - Pl.: ollók megítélése nem a csípő kiterjedése, hanem a lábfejek váll szintje fölé emelkedését veszik figyelembe.
  - a továbbiakban az olló kézállásnál a csípőhajlítás mértékét és az „emelést” (lendület erőből) egy nagy (- 0,5) hibaként fogják értékelni nem két külön hibakategóriaként.
  - **Kiegészítés:** minden oldal vándor indulhat 1-2 (vegyes) vagy érkezhet 4-5 (vegyes fogásmódba az elemérték eléréséhez).



# Ló általános: értéktelen elemek Busnari és flop után

- a II és III-as elemcsoport (körök vándorok) elemei akkor ismerhetőek el értékkel, ha a mozdulatokat egy másik FIG CoP (legalább „A”) elem követi (kivételt törölték: ~~kézálláson áthaladó vagy kézállásból körrel folytatódó elemek~~). Tehát a **Busnari** típusú elemek csak körrel folytatva érvényesek!
  - Kiegészítés: Egyetlen kivétel: a fél kör után egy lábbal belendítés alaplendülethez vagy ollóhoz. pl.: egykápán L-L-S-S befejezve mellső támaszban oldal helyzetben utáni fél kör egy lábbal hátra lendítés ami értéktelen és nincs a CoP-ban, de értékelhetővé teszi az előtte lévő kombinációt „E” értékkel. (**nem szükséges kilendülni hátsó támaszból**)





# Ló ált.: Sohn és Bezugo helyből

- kiegészített: minden Sohn és Bezugo helyből indítva (nem körből) két értékkel alacsonyabbat kap, de csak akkor HA támaszból, két kápáról, 360 fokot, mellső támaszba kétkápara érkezik. Amennyiben nem érkezik 2 kápara nincs érték.



# Ló anyagerő: kézállások, flop, kombinált elemek

- nem jelent értéknövekedést a fordulatokban (leugrásban vagy gyakorlaton belül) ha pároskörből vagy Thomas körből hajtjuk végre.
- **flop** kiegészítés: direkt Stöckli B és/vagy A, valamint Bertoncelli és  $\frac{3}{4}$ -ed Bezugo csak a sorozat végén mutatható be. (ezzel a két új elemmel bővül a FLOP).
- D vagy E thomas-os flop tovább emelkedik egy értékkel.
- **kombinált** kiegészítés: nem tisztázott hogy a Bertoncelli és a  $\frac{3}{4}$ -ed Bezugo része lehet-e a kombinált elemnek (mint utolsó tag a körökön, stöcklikén és oroszokon kívül).



## Ló ált: Limitált orsók, 3/3-os haránt vándorok, oroszok

- **Kétféle orsó** mutatható be egy gyakorlatban értékkel: bármely oldal és bármely haránt módon. A vándor mozdulattal bemutatott orsók külön kategóriát képeznek.
- **legfeljebb 2db 3/3-os vándor** mutatható be de nem tisztázott, hogy a Nine elemeket ide sorolják-e majd? (valószínűleg nem, tehát Nine típusú ezen felül is bemutatható kétfélke)
- Legfeljebb 2db orosz, DE a **bőrön végén vagy közepén max1!** (leugrással együtt) mutatható be:
  - R 1080 bőrön végén + R 720 leugrás= értéktelen+ C
  - R 360 kápák között+R1080 bőrön végén+ R360 leugrás = C+ Ismétlés+ B(leugrást beszámítása elsőbbséget élvez)



# Ló: „E” zsűri értékelő táblázat

- Kézállás látható erőlködéssel ~~vagy hajlított karral.~~
- ~~Test kinyúlásának hiánya páros köröknél és Thomas-köröknél.  
minden elemnél~~
- ~~Hajlított láb, vagy lábnyitás az elemek közben.~~
- Leérkezés ferdén, vagy nem a ló hossz tengelyének irányába néző arccal ~~45 fokig 0,1~~ (0,3 marad).



# LÓ: Elemérték változások, összevonások, elemtörlések.

## I. Elemcsoport:

- Leértékelés: I. 22 (D) LE 21 (C)-re: ellenolló kézállásba  $\frac{1}{4}$  fordulattal 1 kápán) visszalendüléssel (Li Ning maradt D).
- I.34 marad D érték (1/4-ed kézállás másik kápán  $\frac{1}{4}$ -ed lelendülés ellenollóhoz: olló kézállás+ healy) de egy boxba kerül az I.4-el (Li Ning-el)
- Leértékelés: I. 40 (D): ellenolló  $\frac{1}{4}$ -ed +1/4-ed lelendülés a másik kápán) LE és egy boxba 21 (C)-re: Ellenolló kézállásba  $\frac{1}{4}$  fordulattal 1 kápán)
- I. 45 (C) törölt elem: egyenoldalú lábkörzés (olló v. ellenolló mellső támaszba körindításhoz)



# LÓ: Elemérték változások, összevonások, elemtörlések.

## II. Elemcsoport:

- II. 25 és 31 **összevonása** egy boxba: minden  $\frac{1}{4}$ -ed orsó a ló végén: A érték
- II. 26 és 32 **összevonása** egy boxba: minden  $\frac{1}{2}$ -ed orsó a ló végén: B érték
- II. 28 kiegészítés minden oldal helyzetben kápán kívüli kéztámasszal is kápa a kezek között is  $1/1$  Th. orsó (D)
- II.34 összevonás MINDEN  $1/1$ -ed orsó D, **Sellathurai** elem (vándoros változat) törölve a boxból.
- II. 35  $1/1$ -ed orsó kezek a kápák között E, **Sellathurai-2** elem (vándoros változat) **törölve** a boxból
- II. 38 B **törölve**: Th fellendülés kézállásaba+ lábbelendítés



- II. 45 C **törölve**: vegyesből Th. szökkenéssel a kápákra+ lábbelendítés (ellenollóhoz).
- II. 50 B **összevonás** egy boxba DSA a kápán vagy kápa a kezek között változattal
- II. 51 **törölve**: DSA kézállásba és lelendülés (ollóhoz)
- II.52. **Összevonás** Th. DSA (D) haránt helyzetből a bőrről kápakon kívül a túloldali bőrre is (Keikha 3 és 6).
- II. 56 DSB (B) ~~1 kápa a kezek között oldal helyzetből indítva~~ **törölve a boxból**
- II. 62. (B) **hátsó varázs törölve**
- II. 69. (C) Bertoncelj kiegészítve azzal, hogy 1 kápara érkező arccal befelé (3/4-ed Sohn)



# Ló:

- II. 81 (C)  $\frac{3}{4}$ -ed Bezugo **kikötés: érkezés 1 kápára**
- II. 86 (B) **Dupla-svájci törölve**





# LÓ: mellső és hátsó vándorok összevonása

## III. Elemcsoport:

- **III.1 (A) kiegészítés és összevonás: MINDEN  $1/3$ -ad és  $1/4$  vándor, mellső és hátsó is oldal helyzetben**
- **III.2 (B) ) kiegészítés és összevonás: MINDEN  $1/1$ -ed vándor (mellső és hátsó is) oldal helyzetben**
- **III.9 (C) kiegészítés és összevonás: MINDEN  $1/1$ -ed  $1/3$ -ad+ $1/3$ -ad szökkenő vándor (mellső és hátsó is) oldal helyzetben**
- **III. 10. (D) kiegészítés és összevonás: MINDEN  $1/1$ -ed  $3/3$ -ad szökkenő vándor (mellső és hátsó is)**
- ~~III.13-14-15-16 (A-B-C-D) hátsó változatos elemek törölve (összevonva)~~
- ~~III. 21-22 (C-D) hátsó változatos elemek törölve, (összevonva)~~



- III.41 (E) ről F-re emelkedik (Driggs)
- III.53 és 65 (E) ~~Törölve~~: Th. Magyar és Sivado
- ~~III. 81. (c) törölve: egy kápáról Tong Fei oldal helyzetbe (oldal-oldal vagy oldal-haránt)~~ helyette 1-2 támaszból (vegyes) 3/3-os orosz vándor 630 vagy több fordulattal III.88 (Roth helyére külön boxba) D értékkel



# Gyűrű általános: nyújtott vagy hajlított kar, lendületi erő hibái

- **Pontosítás:** gyakorlatnak függésből és nyújtott karral kell kezdődnie kivételes esetektől eltekintve (kiskelep bárhol a gyakorlatban). A hajlított karral elvégezhető elemek az elem **táblázatban jelölve**. Tornászok csak az elemek közötti átmenet során hajlíthatják a karjukat kivételes esetekben, ha a következő elem végrehajtásához erre szükség van.
- **Pontosítva:** lendületi elem tartásos erőelembe a vállak nem emelkedhetnek a végleges tökéletes végrehajtási formula fölé. Itt más (új) kategóriába eső levonást kell alkalmazni a végleges befejező testhelyzettől való eltéréshez képest. **Pl.: lend. hátra keresztfüggésbe 25 fokig, majd ereszkedés 10 fokra= -(0,3+0.1)**



# Gyűrű általános: befogás, heveder támasz, tolódások amplitúdója

- **Pontosítás:** nyitott nyújtott csukló nem számít befogásnak. Levonás továbbra is -0,1 pont.
- erőelemek hajított jókarral kézállásba esetén a heveder érintése nem jár levonással: II.35 és 26 esetén.
- Ha a tornász testhelyzetében nagyon kicsi a változás az egyik tartásos elemből a másikba való átmenetnél, kiviteli levonás lehetséges, vagy az elem el nem fogadását eredményezheti (pl. fecske, tolódás támaszmérlegbe, vagy függőmérleg és tolódás fecskébe).



# Gyűrű általános: lendületek kézállásba, erő ismétlés

- **Kiegészítés:** lendületi elemet kézállásba (2mp) kötelező bemutatni, amely felnőtteknél a 10, junioroknál a 8 legmagasabb értékű **elemek között kell, hogy szerepeljen** az összeállításban.
- Tagolt szöveg:
  - a, elemismétlés szabály II és III-as kategóriából max 3 mutatható be megszakítás nélkül.
  - b, Ha többet szeretne bemutatni, a lendületi min B megszakítja a sort kivéve a billenés stb. elemek, de ennek a B elemnek a 10 legerősebb elem között kell szerepelnie.
  - c, a szabály hatálya alá eső összes (törölt) elem, függetlenül attól, hogy része-e a 10 legerősebb elemnek (beszámítható-e vagy sem) amikor az elemet nem fogadják el a levonások érvényesek.



# Gyűrű általános: spec. Bh. ismétlése, erő bontás értéke

- **speciális ismétlés:** habár egyféle végső pozíció egyszer mutatható be (egyszer lendületből, egyszer erőből) a lend. hátra **ülőtartásba** vagy **hegyesülőtartásba** két elemként elismerhető, de lend. előre ülőtartásba és billenés ülőtartásba nem mutatható be külön értékkel.
- Amennyiben a 45 fok feletti Honma kereszt ugyan nem fogadható el, de a befelyező helyzet elismerhető B elemértékkel.



# Elemérték változások, összevonások, elemtörlések.

## I. Elemcsoport (többnyire formai okokból törlés).

- **I.8 Li Ning (Csollány) törölve** a boxból csak Chechi marad (B) támaszba lendülés előre és vállátfordulás előre függésebe.
- **I.20 törölve: Li Ning (B)**
- **I. 26 Törölve: ~~nyújtott karral~~** (áthajtott kör hátra)
- **I.38 Törölve a boxból: kör előre csípőben hajlított testtel (c)**
- **I.61. Kiegészítve: függésből billenés hátra HAJLÍTOTT karral támaszba (A).**



# Elemérték változások, összevonások, elemtörlések.

- I.63 **Törölve**: függésből billenés hátra ~~Nyújtott~~ karral támaszba (B)
- I.73. **Kiegészítve**: függésből kiskelep hátra HAJLÍTOTT karral támaszba (A).
- I.80. **Kiegészítve**: függésből billenés hátra HAJLÍTOTT karral kézállásba (B).
- I.81 **Törölve**: óriáskör hátra ~~Nyújtott~~ karral kézállásba (2mp) (c)
- I.87 **Törölve**: óriáskör előre ~~Nyújtott~~ karral kézállásba (2mp) (c)





# Elemérték változások, összevonások, elemtörlések.

## II. Elemcsoport (nyújtott karos megjegyzések törlése):

- **II.29 törölve:** Petrounias (E) Pineda keresztkezállásba
- **II.31. Kiegészítve:** támaszból lassú kelepforgás előre, hajlított csípővel HAJLÍTOTT karral támaszba (A).
- **II.32. Kiegészítve:** támaszból lassú kelep e. nyújtott testtel HAJLÍTOTT karral támaszba (B).
- **II.33. Törölve:** támaszból lassú kelep e. nyújtott testtel ~~Nyújtott~~ karral kézállásba (C).
- **II.34. Törölve:** támaszból lassú kelep e. nyújtott testtel ~~nyújtott~~ karral kereszt kézállásba (D).



# Törölt Pineda típusú elemek

- II.38. **Törölve:** függésből lassú kelep f h. hajlított testtel ~~nyújtott~~ karral támasz ülőtartásba (2mp) (B).
- II.39. **Törölve:** támaszból lassú kelep f e. nyújtott testtel ~~nyújtott vagy hajlított~~ karral keresztfüggésbe v. ülőkeresztfüggésbe (2mp) (C).
- **II.40. Törölve: Pineda (2mp) (D).**
- **II.41. Törölve: mellső függ. mér. tolódás keresztfüggésbe (E) Tsukahara2.**
- **II.46. Törölve: mellső függ. mér. tolódás támaszmérlegbe (2mp) (D). Pham**
- **II.47. Törölve: mellső függ. mér. tolódás fecskébe (2mp) (E). Bhavsar**
- **II.52. Szaknyelvi pontosítás:** függésből LASSÚ kelep f h. nyújtott testtel ~~nyújtott~~ karral keresztfüggésbe vagy ülőkeresztfüggésbe (D) Azarian.



# Leértékelt lassú kelep típusú elemek

- II.56. Szaknyelvi pontosítás
- II.57. **Törölve** a nyújtott karos megjegyzés (mert alapvető elvárás): függésből húzódás tolódás ülőtartásba ~~nyújtott-karra~~ 2mp (C).
- II.58. Nakayama nyújtott karos megjegyzés törölve
- II.63-64 -68 ~~nyújtott-kar~~ törölve
- **II.75 elem törölve: ülőtartásból emelés keresztkézállásba 2mp (c)**
- II.77 és 89 csak keresztfüggésből (kereszt ülőből nem érvényes nyújtott testtel tolódás keresztkézállásba (E). és keresztfüggésből tolódás fecskébe 2mp (E).
- **II.101 leértékelve E-ről D-re: függésből lassú kelep támaszmérlegbe (2mp).**
- **II.102 leértékelve F-ről E-re: függésből lassú kelep fecskébe (2mp).**
- II.106-107-112-113-114-119-120. Törölve a nyújtott karos megjegyzés



# Törölt terpesz-támaszmérlegbe érkezések, felértékelt kereszt kézállásba érkezések

## III. Elemcsoport:

- III/16-17-47-48-52-59-82 szaknyelvi pontosítás
- III/63 **Törölt elem!** Függésben lendület előre kelep hátra terpesz támaszmérlegbe.
- III/69 **Törölt elem!** Függésben lendület hátra terpesz támaszmérlegbe.
- III/75 **Törölt elem!** Lebegőfüggésből billenés hátra terpesz támaszmérlegbe.
- III/88 **Felértékelt elem!** D-ről E-re: Függésben lendület előre fellendülés kereszt kézállásba
- III/94 **Felértékelt elem!** D-ről E-re: Függésben lendület hátra fellendülés kereszt kézállásba



# Egyszerűbb leugrások leértékelése összevonása

## IV. Elemcsoport.

- **IV/1-2 Összevont** elem egy boxba! **B-ről A-ra**: Függésben lendület hátra szaltó előre csípőhajlítással  $\frac{1}{2}$ -ed fordulattal leugrás (nyújtott testű  $\frac{1}{2}$ -ed fordulattal marad B).
- **III/3 Leértékelt és összevont** elem! **C-ről B-re**: Függésben lendület hátra szaltó előre csípőhajlítással vagy nyújtott testtel 1/1-ed fordulattal leugrás (nyújtott testtel 3/2-ed marad C).
- **III/25-26 Leértékelt és összevont** elem! **B-ről A-ra**: Függésben lendület előre szaltó hátra nyújtott testtel  $\frac{1}{2}$ -ed fordulattal (nyújtott testű 1/1-ed fordulattal marad B).



# Ugrás általános

- A különböző 2. ívű ugrásokat különböző csoportba sorolták, ezért az erre vonatkozó megjegyzéseket mindenütt törölték.
- **Ugráscsoportok Új besorolása:**
  1. Egyszeres szaltók (teljes?) fordulat(ok)al
  2. Kézenátfordulás szaltók fordulattal vagy fordulat nélkül és a duplaszaltók
  3. Tsukaharák fordulattal vagy fordulat nélkül és duplaszaltók hátra
  4. Rundellel bevezetett ugrások
  5. Egyszerű ugrások



# 1. csoport

- **Elemek:** kézenátfordulások és tsukaharák (zsugor, csípőben hajlított, nyújtott testű) egész vagy másfél és ennek többszörösével végrehajtott egyszeres átfordulások. Pl: Driggs 5,2 =(Kasamatsu ny. 3/3-ed vagy Tsukahara ny 5/2-ed)
- **Törölt elem:** 116-117. Kézenátfordulás előre 1/1 fordulattal és szaltó előre zsugor/csípőben hajlított helyzetben.
- **Új:** 177-es elem kézenátfordulás nyújtott testű szaltó előre 3/1-ed fordulattal (6.0).
- **Elemértékek:** 3,2-től-6,0-ig





## 2. csoport

- **Elemek: egyszerű kézenátfordulások előre szimpla szaltóval (zsugor, csípőben hajlított, nyújtott) fordulat nélkül vagy fél fordulattal és kézenátfordulások „duplaszaltós” második ívvel (Roche: 5,2, Dragulescu 5,6, Zimmermann 5,6, Blanik 5,6 stb)**
- **Elemértékek: 2,4-től 6,0-ig.**





# 3. csoport

- **Elemek: Egyszerű Tsukaharák fordulat nélkül vagy  $\frac{1}{2}$ -ed vagy  $\frac{1}{1}$ -ed fordulattal (zsugor, csípőben hajlított nyújtott) és tsukaharák duplaszaltós második ívvel**
- **Törölve 305-306: Tsukah.  $\frac{1}{4}$ -ed fordulattal szaló előre zsugor és csípőben hajlított helyzetben.**
- **Elemértékek: 2,2-től 6,0-ig)**



## 4. csoport

- **Összes Yurchenkov típusú ugrások IV-es kódjellel**
- **Elemértékek: 1,6-tól 5,8-ig**
- **fél fordulatonként 0,2 pontérték emelkedéssel**



## 5. csoport

- **Elemek: Egyszerű kézenátfordulások és rundelek szaltó nélkül (alacsony elemértékek: 1,6-tól 2,6-ig)**
- **pl.: V/507: kézenátfordulás előre 5/2-ed fordulattal érkezés (2,6)**
- **Úgy tűnik megengedett: 1. ugrás: I/131: Tsukah. zs. 3/2-ed (3,2) és 2. ugrás: III/304: Tsukah. zs. 1/1-ed 2,8**



# Korlát általános

- **Előltámasz** helyes végrehajtásánál a hátnak vízszintesnek kell lenni a karfához viszonyítva, ettől eltérés kishibának számít!
- **Előltámasz** ülőtartásba esetén 0,1 v. 0,3 a levonás!
- **Régi, de nem árt ismételni:! Pl. speciális ismétlési szabály:**
- **Maximum 2** óraskör kézállásba típusú elem mutatható be!  
(III.21,22,28,29,35.)
- **Maximum 2** kelep kézállásba típusú elem mutatható be!  
(III.106,107,108,114,119,120,123,124,130,136.)



# 1. Elemcsoport: összevont támlák

- **Kézállítás (2 s.)** mint önálló elem **Törölve!**, csak fellendülés k.állításba (2 s.) maradt „A” elem (I.1.)!
- **Támla (2 s.)** fellendülésből és ká.-ból egy Code-boxba került I.79. **Nincs ismételés!**
- **Új elem** Saslendület kiterpesztés hátra függésbe I.9. **Babos „C”.**
- **Régi I.105.** Karfa végén (arccal befelé) zsugor, v. bicska szaltó előre függésbe **Törölve!**



# Törölt lovas figurák

- **Új elem** Középen bicskaszaltó előre függésbe I.105. **Juarez 2 „C”.**
- **I.115.** Karfa végén páros, v. Th. kör 1x **Törölve!**
- **I.116.** Középen, v. karfa végén kifelé arccal páros, v. Th. kör 1x **Törölve!**
- **I.117.** Karfa végén orosz kanyarlat 1x (Delasall) **Törölve!**
- **I.123.** Bármely Th. kör ká.-ba **Törölve!**
- **I.139.** Bármely Th. kör  $\frac{1}{2}$  ford. ká.-ba **Törölve!**



## 2. Elemcsoport új elem

- **Új elem** Előltámasz kiterpesztés hátra függésbe II.3. Munteanu „C”.



### 3. elemcsoport: emelkedő kör Diamidov

- **Kör Diamidov** kézállásba v. egykarfára „D”-ről „E”-re **emelkedett!** (III.28-ból 35-be!)
- **Kör Diamidov** egykarfára (kötés Healy-vel) „E”-ről „F”-re **emelkedett!** (III.35-ből 41-be!)
- **Új elem Dauser támaszba, új név Bauman!** Azaz kör Makuc támaszba! **III.48. „F”**
- **Kör szaltó  $\frac{1}{2}$  zsugor v. bicska függésbe felértékelődött „E”-re,** és átkerült III.65-be!
- **Új elem Tanaka** (kör  $\frac{1}{2}$  f. 3/2 sz. előre felkarra) bicskázva, neve: **Esparza**, értéke, code-boksz: „G” **III.78.**





- **Új elem** Hosszúbillenés kiterpesztés hátra függésbe, neve: **Okuba**, értéke, code-boksz: „C” III.81.
- **Új elem** Kelepfor. hátra  $\frac{1}{2}$  f. sz. zsup. felkarra, lend. előre, neve: **Gagnon**, értéke, code-boksz: „C” III.123.
- **Új elem** Gagnon nyújva, neve: **Gagnon 2**, értéke, code-boksz: „D” III.124.
- **Új elem** Tejada (kelep szaltó felkarra) bicskázva, neve: **Juarez 1**, értéke, code-boksz: „F” III.126.



- **Új elem** Kelep oldalt a távolabbi karfán  $\frac{3}{4}$  ford. ká-ba, neve: **Nguyen**, értéke, code-boksz: „E” **III.131.**
- **III.136.** Oldalt a távolabbi karfán kelep-terpeszfellendülés ká-ba, **Törölve!**



# 4. elemcsoport

- **Leértékelve!** Mellészaltó előre bicskázva  $\frac{1}{2}$  fordulttal „B”-ről „A”-ra csökkent!
- **Leértékelve!** Mellé duplaszaltó előre zsugorban  $\frac{1}{2}$  ford. „F”-ről „E” –re csökkent!
- **Felértékelve!** Mellé duplaszaltó előre bicskázva  $\frac{1}{2}$  ford. „F”-ről „G”-re emelkedett! Új név: **Dalaloyan!**
- **Leértékelve!** Mellészaltó hátra bicskázva, vagy nyújtva  $\frac{1}{2}$  ford. „B”-ről „A”-ra csökkent!
- **Felértékelve!** Karfa végén duplaszaltó hátra zsugorban „B”-ről „C”-re emelkedett!



- **Felértékelve!** Karfa végén duplaszaltó hátra bicskázva „C”-ről „D”-re emelkedett!
- **Felértékelve!** Karfa végén duplaszaltó hátra zsugorban  $\frac{1}{2}$  v. 1/1 ford. „D”-ről „E”-re emelkedett!



# Nyújtó általános

- **A gyakorlat** megkezdéskor a lendületvételnél a vállak és a csípő túlzott megemelése a „cast”-hoz (finnbillenéshez) 0,3 tized levonással jár.
- **Azonos** levonási táblázat vonatkozik a kézállásba, vagy kézálláson át történő lendületek, és bármilyen fordulatos elemek, optimális befejező helyzettől való eltéréséért. Azaz:  
0-15 fok = nincs levonás; 16-30 fok = -0,1; 31-60 fok = -0,3; 61-90 fok = -0,5; vízszintes alatt -0,5 és nincs elfogadva az elem (D-zsúri).



- **Minden** Endo, Stalder, Weiler és Adler „belépési” szögeltérése a kézállás helyzetétől levonással jár! Mértékétől függően 1,3 és 5 tized, de az 5 tizedes levonás esetén is el kell ismerni az elemet!
- **Továbbra** is csak repülőelemek között jár kapcsolati pont, azonban **változás**, hogy **mindkét elemnek szerepelnie kell a 10 értékelt elem között!**
- **A repülő** elemek bármilyen fogással is indulnak, ugyan azt az értéket és Code-boxszámot kapják, mint a kétkezes indításúak.



# Endo és Stalder fordulatok, limitált Tkachev és Kovács

- **Minden** Endo, Stalder és Weiler fordulatot elemet ketté kell osztani (kivéve Stalder Rybalko), pl. az alábbiak szerint:
  - Endo + 1/1f. singre = B + C;
  - Stalder + 1/2f. singre = B + B.

## Régi, és új speciális ismétlési szabály:

- **Maximum** 2 singkiszúrási típusú elem mutatható be! Több esetén a 2 legmagasabb számítandó be!
- **Maximum** 2 Tkacsev v. Piatti tip. repülő elem mutatható be;
- **Maximum** 2 Kovács tip. repülő elem mutatható be! 3 azonos típusú elem csak akkor engedélyezett, ha abból kettő közvetlen kapcsolatban van!



# 1. elemcsoport

- **Dupla Quast: „D” Törölve!**





## 2. elemcsoport: leértékelt Yamawaki és ½-ed fordulatok

- **Yamawaki:** „D”-ről „C”-re, ½ fordulattal is (Munoz-Pozzo) is leértékelve! Egy boxban. **Nincs ismétlés!**
- **Tkacsev (Tk)** terp., vagy Tk ½ ford. is (Lynch) egy boxban „C” értékkel! (Lynch „D”-ről „C”!) **Nincs ismétlés!**
- **Tk** bicska, v. ½ ford. is (Samiloglu) egy boxban „C” értékkel! **Nincs ismétlés!**
- **Tk** nyújtva, v. ½ ford. is (Moznik) egy boxban „D” értékkel, (Moznik „E”-ről „D”!) **Nincs ismétlés!**
- **Piatti (Pi)** terp., v. ½ ford. is egy boxban „D” értékkel. **Nincs ismétlés!**



- **Piatti** bicska marad „D”, de  $\frac{1}{2}$  fordulattal hiányzik mindegyik Codból!
- **Piatti** nyújtva, v.  $\frac{1}{2}$  ford. is (Kierkovski) egy boxban, „E” értékkel, (Kierkovski „F”-ről „E”) **Nincs ismétlés!**
- **Gaylord (Gay)** 1/1 fordulattal **új elem**, „G” értékkel, **Koudinov** névvel!
- **Kovács** nyújtva 2/1 fordulattal **új elem**, „I”(0,9) értékkel, **Miachi** névvel!



# 3. csoport: Törölt billenés, Weiler, szabadkelep

- **Stalder**  $\frac{1}{2}$  vetődéshez (III.75. Jansen) **Törölve!**
- **Billenés** kézállásba, különböző fogásokhoz, régi III.2; II.3. **Törölve!**
- **Weiler** 1/1 vegyesre (III.9); 1/1 singre (III.10);  $\frac{1}{2}$  (III.14); **Törölve!**
- **Szabadkelep**  $\frac{1}{2}$  alsóra (III.19);  $\frac{1}{2}$  singre (III.20); 1/1 szökkenéssel (III.27) **Törölve!**
- **Endo**  $\frac{1}{2}$  (III.38); 1/1 vegyesre (III.39); 1/1 singre (III.40) **Törölve!**



# Zártlábas Endo és Stalder-ek visszahozása és emelkedése

- **Endo** zártlábbal „C” értékkel külön boxban (III.33) **Új elem, új besorolás!**
- **Endo** singfogással zártlábbal, „D” értékkel (III.100) **Új elem, új besorolás!**
- **Stalder** zártlábbal „C” értékkel külön boxban (III.45) **Új elem, új besorolás!**
- **Stalder** zártlábbal szökkenéssel 3/2 ford. félsingre „E” (III.47) **Új elem, új besorolás!**
- **Stalder** zártlábbal szökkenéssel 3/2 ford. singre „F” (III.47) **Új elem, új besorolás!**



# Összegzés 1

- A FIG CoP változásai a magyar tornászokra nézve az anyagerősség növelését kell hogy motiválja.
  - **Pótolni kellene** talajon a csavar kötések kieső bónuszait és a leértékelt csavaros figurák pótlását
  - Gyűrűn a terpesz-támaszmérlegek törlését lendületi erő kategóriában
  - Nyújtón a fordulatos hosszúlendületek bontásából adódó és a félfordulatos repülő elemek leértékeléséből adódó veszteséget



# Összegzés 2

- Új irányok felé kellene nyitni
  - Talajon a duplaszaltós kötések, állóképesség növelése felé
  - Lovon a Nine elemek felé
  - Gyűrűn a keresztkezállások felé
  - Korláton a diamidov-ok felé
  - Nyújtón a zártlábás vasközeli elemek, Gaylord-ok felé



# Összegzés 3

A férfi FIG CoP 2022-től bevezetendő változásai inkább szigorításokat hoznak mind az alacsonyabb, mind a közepes szintű és a élversenyzők számára (junior és felnőtt) egyaránt.



Köszönöm a figyelmet!

Tata, 2021.07.28

Gyulai Gergely

nemzetközi versenybíró

