

NEMZETKÖZI TORNA SZÖVETSÉG



2022-2024 Szabálykönyv



Férfi torna

Jóváhagyta a FIG Végrehajtó Bizottsága által

2022. július

Fordította:
Bérczi István
Takácsné Kiss Júlia

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

Elnök	Arturs Mickevics LAT
Első alelnök	Andrew Tombs GBR
Második alelnök	Julio Marcos Felipe ESP
Tag	Holger Albrecht GER
Tag	Jeff Thomson CAN
Tag	Hiroyuki Tomita JPN
Tag	Huang Liping CHN
Sportoló képviselő	Aljaz Pegan SLO
Illusztráció	Koichi Endo JPN
	Tomomasa Makita JPN
Szimbólumok	Andrew Tombs GBR
Angol változat	Adrian Stoica ROU
	Hardy Fink CAN
	Steve Butcher USA
Francia változat	Adrian Stoica ROU
	Jean Francois Blanquino FRA
	Yves Bertinchamps BEL
	Bruno Martin CAN
Spanyol fordítás és szöveg	Julio Marcos ESP
Szerkesztés és elrendezés	Julio Marcos ESP

RÖVIDÍTÉSEK

MTC	—	Férfi Technikai Bizottság
OG	—	Olimpiai Játékok
WC	—	Világbajnokságok
TR	—	Technikai Szabályzat
COP	—	Szabálykönyv
FX	—	Talaj
PH	—	Lólengés
SR	—	Gyűrű
VT	—	Ugrás
PB	—	Párhuzamos korlát
HB	—	Nyújtó
DV	—	Nehézségi érték(ek) A, B, C, D, E, F, G, H, stb...
CV	—	Kapcsolati érték
EG	—	Elemcsoport
NR	—	Elem figyelembe nem vétele

TARTALOMJEGYZÉK

I. RÉSZ – VERSENYRÉSZTVEVŐKRE VONATKOZÓ RENDELKEZÉSEK

1. SZAKASZ – CÉL

2. szakasz – Tornászokra vonatkozó rendelkezések

- 2.1 cikk – Tornászok jogai
- 2.2 cikk – Tornászok felelőssége
- 2.3 cikk – Tornászok kötelessége
- 2.4 cikk – Büntetések
- 2.5 cikk – Tornászok esküje

3. szakasz – Edzőkre vonatkozó rendelkezések

- 3.1 cikk – Edzők jogai
- 3.2 cikk – Edzők felelőssége
- 3.3 cikk – Büntetések
- 3.4 cikk – Óvás
- 3.5 cikk – Edzők esküje

4. szakasz – Technikai Bizottságra vonatkozó rendelkezések

- 4.1 cikk – Férfi Technikai Bizottság elnöke
- 4.2 cikk – Technikai Bizottsági tagok

5. szakasz – Szerzsűrire vonatkozó rendelkezések és a szerzsűri felépítése

- 5.1 cikk – Felelősségi körök
- 5.2 cikk – Jogok
- 5.3 cikk – A szerzsűri összetétele
- 5.4 cikk – A szerzsűri feladata
- 5.5 cikk – Az időmérő, vonalbírók és titkárok feladatai
- 5.6 cikk – Ülésrend
- 5.7 cikk – Bírói eskü
- 5.8 cikk – Új elemek elnevezése

II. RÉSZ – A GYAKORLAT ÉRTÉKELÉSE

6. szakasz - A VERSENYGYAKORLATOK ÉRTÉKELÉSE

- 6.1 cikk – Általános szabályok
- 6.2 cikk – Végső pontszám meghatározása

7. szakasz – D-pontszámra vonatkozó rendelkezések

- 7.1 cikk – Nehézség
- 7.2 cikk – Elemcsoportok és leugrás (DMT) követelmények
- 7.3 cikk – Kapcsolati pontok
- 7.4 cikk – Az D-panel értékelése
- 7.5 cikk – Elemisméltés
- 7.6 cikk – D zsűri értékelési táblázat

8. szakasz – E-pontszámra vonatkozó rendelkezések

- 8.1 cikk – Gyakorlat bemutatás leírása
- 8.2 cikk – E-zsűri levonások számítása
- 8.3 cikk – Útmutatás a tornászoknak

9. szakasz – Technikai előírások

- 9.1 cikk – Az E-panel értékelése
- 9.2 cikk – Kiviteli és technikai hibák meghatározása
- 9.3 cikk – Gyakorlat összeállítással kapcsolatos elvárások
- 9.4 cikk – E-zsűri levonások

III. RÉSZ – Szerek

10. Szakasz – Talaj

- 10.1 cikk – Gyakorlat leírása
- 10.2 cikk – Gyakorlat tartalma és összeállítása
- 10.3 cikk – Speciális szerlevonások
- 10.4 cikk – Elemtáblázat

11. szakasz – Lólengés

- 11.1 cikk – Gyakorlat leírása
- 11.2 cikk – Gyakorlat tartalma és összeállítása
- 11.3 cikk – Speciális szerlevonások
- 11.4 cikk – Elemtáblázat

12. szakasz – Gyűrű

- 12.1 cikk – Gyakorlat leírása
- 12.2 cikk – Gyakorlat tartalma és összeállítása
- 12.3 cikk – Speciális szerlevonások
- 12.4 cikk – Elemtáblázat

13. szakasz – Ugrás

- 13.1 cikk – Gyakorlat leírása
- 13.2 cikk – Gyakorlat tartalma és összeállítása
- 13.3 cikk – Speciális szerlevonások
- 13.4 cikk – Elemtáblázat

14. szakasz – Párhuzamos korlát

- 14.1 cikk – Gyakorlat leírása
- 14.2 cikk – Gyakorlat tartalma és összeállítása
- 14.3 cikk – Speciális szerlevonások
- 14.4 cikk – Elemtáblázat

15. szakasz – Nyújtó

- 15.1 cikk – Gyakorlat leírása
- 15.2 cikk – Gyakorlat tartalma és összeállítása
- 15.3 cikk – Speciális szerlevonások
- 15.4 cikk – Elemtáblázat

IV. RÉSZ – Függelékek

A. További értelmezések és útmutatások

I. RÉSZ – Versenyrésztvevőkre vonatkozó rendelkezések

1. szakasz – Cél

1. cikk

A Szabálykönyv elsődleges célja, hogy:

1. objektív útmutatást adjon a gyakorlatok értékeléséhez, regionális, nemzeti és nemzetközi versenyeken
2. standardizálja a bíráskodást a FIG versenyek négy szakaszán: kvalifikáció, csapat döntő, egyéni összetett és egyéni szerenkénti döntők.
3. biztosítsa a legjobb tornász meghatározását minden versenyen.
4. segítséget nyújtson az edzőknek és versenyzőknek a gyakorlat összeállítás során.
5. információt szolgáltasson további technikai kérdésekben és szabályzatokban, melyek egy verseny során szükségesek lehetnek akár a bírók, akár az edzők, versenyzők számára.

2. szakasz – Tornászokra vonatkozó rendelkezések

2.1 cikk

Általános

A tornászok számára garantált, hogy:

- a) a gyakorlatukat korrekt, fair módon pontozzák, a Szabálykönyv előírásainak megfelelően.
- b) írásban megkapják a benyújtott új ugrás vagy elem besorolási értékét, a verseny megkezdése előtt megfelelő időben.
- c) a pontszámokat nyilvánosan, vagy az adott verseny speciális szabályainak megfelelően, felmutassák a gyakorlat bemutatását követően.
- d) ha a gyakorlat a tornász hatáskörén kívüli okok miatt szakad meg, megismételje a teljes gyakorlatot a superior zsűri engedélyével.
- e) rövid időre elhagyhatja a versenycsarnokot személyes okokból, a SJ elnökének engedélyével, és hogy az erre irányuló kérését megfelelő ok hiányában ne tagadják meg.

MEGJEJYZÉS: A versenyt nem lehet távollétében elhalasztani.

- f) a delegációvezetőn keresztül az összes, a verseny során kapott pontszámát tartalmazó eredményt kapjon.

Szerek

A tornászok számára garantált, hogy:

- a) az edzőteremben, a bemelegítő teremben és a versenyteremben lévő pódiumon egyforma szerek és szőnyegek legyenek, melyek megfelelnek a FIG hivatalos versenyekre vonatkozó előírásoknak.
- b) 10 cm vastag puha leérkező szőnyeget használni a 20 cm-es szőnyeg tetején ugráson, valamint nyújtó leérkezéshez.
- c) gyűrűn és nyújtón egy edző, vagy tornász segítse függő pozícióba a gyakorlat elkezdéséhez.
- d) gyűrűn és nyújtón jelen legyen egy segítségadó a gyakorlat során.
- e) leesést követően a megengedhető leesési időben pihenjen és összeszedje magát.
- f) a leesést követő időben, vagy az első és második ugrása között beszéljen az edzőjével.
- g) a nyújtó és/vagy gyűrű megemelésére vonatkozó kérényt adjon be, ha testmagassága indokolja.
- h) megismételje a teljes gyakorlatot (csak gyűrűn és nyújtón) levonás nélkül a forduló végén a D-zsűri engedélyével, ha a tornász jelentősen elszakadt tenyérvédője okozta a leesést vagy a gyakorlat

megszakítását, és a tenyervédőt a tornász bemutatja a D-zsűrinek.

Bemelegítés

Kvalifikációs, egyéni összetett döntő, csapatdöntő és szerenkénti döntő versenyeken

- Minden résztvevő tornász (beleértve a megsérült tornász cseréjét is) jogosult egy bemelegítő fogásra közvetlenül a verseny előtt a pódiumon, minden szeren, az adott versenyt irányító technikai szabályzatnak megfelelően:
 - 30 mp minden szeren, kivéve a párhuzamos korlátot
 - 50 mp a párhuzamos korláton, beleértve a szer előkészítését is

MEGJEGYZÉS:

- *A kvalifikációs versenyen és a csapat döntőben a bemelegítési idő a csapathoz tartozik. A csapat felelőssége, hogy figyelje az eltelt idő, hogy az utolsó tornásznak is lehetősége legyen a bemelegítésre.*
- *Vegyes csoportokban a melegítési idő személyesen a tornászhoz tartozik. A bemelegítést a szólítás sorrendjében kell elvégezni.*
- A melegítési idő végét hangjelzés jelzi. Ha ebben a pillanatban a tornász még a szeren van, befejezheti az elemet, vagy elemsort, amit elkezdett. A melegítési idő után, vagy a „verseny szünetben”, a szert elő szabad készíteni, de nem szabad használni.
- A D1 bírójól látható jelzése jelzi (hivatalos FIG versenyen egy zöld lámpa), hogy elvárt a gyakorlat 30 másodpercen belüli elkezdése
- Kvalifikáció és csapatdöntő során a korlát előkészítésénél (a szert megelőző melegítésnél és a verseny során) bármely a küzdőtérre akkreditált delegáció tag segítheti a tornászt az adott szövetségből. Az egyéni összetett és szerenkénti döntő versenyeken maximum három személy, a versenyző, edzője és még egy a küzdőtérre akkreditált személy lehet a pódiumon a korlát előkészítéséhez.

2.2 cikk Tornászok felelőssége

- a) Ismerje a Szabálykönyvet, és annak megfelelően viselkedjen.
- b) Írásban ő vagy az edzője, legalább 24 órával a pódium tréning előtt, beadja az új elem értékelésére vonatkozó kérelmet a superior zsűri elnökének.
- c) Írásban ő vagy az edzője, legalább 24 órával a pódium tréning előtt, vagy az adott versenyt szabályozó technikai szabályzatnak megfelelően, beadja a nyújtó megemelésére vonatkozó kérelmet a superior zsűri elnökének.

2.3 cikk Tornászok kötelessége

Általános

- a) Megfelelően bejelentkezni a gyakorlat előtt (karjuk felemelésével), és ezzel tudomásul venni a D1 zsűri szolítását, és ugyanennek a bírónak jelezzék a gyakorlat végét is.
- b) Megkezdeni a gyakorlatot a szolítástól számított 30 mp-en belül (*minden szeren*).
- c) Visszamaszni a szerre leesés után 30 mp-en belül (a leesési idő mérése akkor kezdődik, amikor a tornász az esést követően talpra áll). Ebben az időben a tornász összeszedheti magát, magnéziázhat, beszélhet az edzőjével, és visszamaszhat a szerre. Ha egy tornász szándékosan nem áll talpra az esést követően, azért, hogy még ne kezdődjön meg a leesési idő mérése (pihen, tenyervédőt igazít, magnéziát fogad el az edzőtől, ok nélkül késleltetve a versenyt), a következő szabályt kell alkalmazni: 2.4 Cikk e) Más fegyelmezetlen vagy sértő viselkedés -0,3 pont levonása a végső pontszámból a D1 bírójától.
- d) Elhagyni a pódiumot közvetlenül a gyakorlatának befejezése után.
- e) Tartózkodni a szer magasságának megváltoztatásától, kivéve, ha erre engedélye van.

- f) A verseny során tartózkodni attól, hogy aktív bírókkal beszélgessen.
- g) Tartózkodni a verseny hátráltatásától: túl sokáig maradni a pódiumon, visszamenni a pódiumra a gyakorlat befejezése után, és tartózkodni a jogaival, vagy más résztvevők jogaival való visszaéléstől.
- h) Tartózkodni a fegyelmezetlen vagy sértő viselkedéstől, vagy más résztvevők jogainak megsértésétől (pl. magnéziás jelölés a talaj szőnyegen, szer felszínének megsértése a szer előkészítése közben, rugók eltávolítása a dobantóból, lespriccelni a kápás lovat vagy ugróasztal felszínét vízzel vagy más anyaggal). Ezeket a vétségeket szerekhez kapcsolódó vétségként kell értékelni, és mint nagy hibát (0,5 pont) levonni.
- i) Értesíteni a szuperior zsűrit, ha valamilyen oknál fogva el kell hagynia a versenycsarnokot. A versenyt nem lehet távollétében elhalasztani.
- j) A kiegészítő szőnyeget a megfelelő helyen hagyni (leérkezéshez) a teljes gyakorlat során.
- k) A FIG protokoll előírásoknak megfelelően versenyfelszerelésben részt venni az őt érintő eredményhirdetésen.

Verseny öltözet

- a) Lólengésen, gyűrűn, korláton és nyújtón hosszú szárú nadrágot és zoknit kell viselnie a tornásznak. Fekete és nagyon sötét kék, barna vagy zöld nadrág és zokni/tornapapucs nem megengedett.
- b) Talajon és ugráson viselhetnek rövidszárú nadrágot zoknival.
- c) A szuszpenzor viselése mindek szeren kötelező.
- d) A tornász viselhet tornapapucsot, és zoknit.
- e) A szervezőbizottság által adott rajtszámot viselni kell.
- f) A FIG Publicitási Szabályainak megfelelően a szuszpenzoron a nemzeti zászlót vagy címert fel kell tüntetni.
- g) Csak olyan logók, reklám- és szponzor azonosítók viselése megengedett, mely a hatályos FIG Publicitási Szabálynak megfelel.
- h) A kvalifikációs és csapat döntő versenyeken az azonos nemzetből érkező csapattagoknak azonos felszerelésben kell lenniük. A kvalifikációs versenyeken azon egyéni versenyzők, akik azonos nemzetből érkeznek (csapat nélkül) viselhetnek különböző felszerelést.
- i) A tornászoknak tartózkodniuk kell a kompressziós kar és lábvédők használatától. Kézvédők, test kötések és csuklószorítók viselése megengedett; ezeket biztonságosan kell rögzíteni, jó állapotúnak kell lenniük és nem ronthatja a megjelenés esztétikusságát. Bőrszínű kötésekkel kell használni.

2.4 cikk Büntetések

- a) A 2. és 3. szakaszban foglalt elvárásokkal szembeni mulasztások közepes vagy nagy hibának számítanak; a viselkedés béli hibákért 0,30 pont, a szerekkel kapcsolatos vétségekért 0,50 pont levonás jár.
- b) Néhány további büntetés az alábbi táblázatban kerül felsorolásra.
- c) Amennyiben nincs másképp meghatározva, ezeket a büntetéseket a D1 bíró vonja le a gyakorlat végső pontszámából.
- d) Kirívó esetekben, a tornász vagy az edző a versenycsarnokból is kitiltható, a levonások alkalmazása mellett.
- e) Vétségek és a hozzájuk kapcsolódó büntetések:

Vétség	Büntetés
Magatartásbeli vétségek	
Bármely, versenymezhez kapcsolódó vétség (2.3 cikk)	0,30 pont a végső pontszámból (a versenyszakaszcsoz folyamán egyszer - SJ elnöke)
A hivatalos bemelegítési idő figyelmen kívül hagyása	0,3 pont levonás a végső pontszámból, a D1 zsűri által alkalmazva
Bejelentkezés vagy kijelentkezés elmulasztása a D1 bíró felé.	0,30 pont levonás, minden alkalommal a végső pontszámból, a D1 zsűri által alkalmazva
30 mp túllépése a szólitástól a gyakorlat megkezdéséig	0,30 pont levonás a végső pontszámból, a D1 zsűri által alkalmazva
60 mp túllépése a szólitástól a gyakorlat megkezdéséig	A gyakorlat befejezettnek minősül.
30 mp túllépése a leesési időben	0,30 pont levonás a végső pontszámból, a D1 zsűri által alkalmazva
60 mp túllépése a leesési időben	A gyakorlat befejezettnek minősül, az esés után.
A gyakorlatot követően visszamászik a pódiumra.	0,30 pont levonás a végső pontszámból, a D1 zsűri által alkalmazva
Más fegyelmezetlen vagy sértő viselkedés.	0,30 pont levonás a végső pontszámból, a D1 zsűri által alkalmazva
Szerekhez kapcsolódó vétségek	
Segítségadó nem megengedett jelenléte	0,50 pont levonás a végső pontszámból, a D1 zsűri által alkalmazva
Magnézia helytelen használata, és/vagy szer rongálása (beleértve a szer spricelését is, kivéve korláton)	0,50 pont levonás a végső pontszámból, a D1 zsűri által alkalmazva
Kiegészítő szőnyeg nem megfelelő használata, vagy használatának mellőzése, amikor kötelező.	0,50 pont levonás a végső pontszámból, a D1 zsűri által alkalmazva
Az edző áthelyezi a kiegészítő szőnyeget a gyakorlat alatt.	0,50 pont levonás a végső pontszámból, a D1 zsűri által alkalmazva
A szer magasságának engedély nélküli megváltoztatása	0,50 pont levonás a végső pontszámból, a D1 zsűri által alkalmazva
Rugók átrendezése, vagy eltávolítása a dobantóból.	0,50 pont levonás a végső pontszámból, a D1 zsűri által alkalmazva
Más egyéni vétség	
Engedély nélkül hiányzik a tornász a versenycsarnokból, vagy nem tér vissza időben, hogy befejezze a versenyt.	Diszkvalifikáció a verseny további részéről (SJ elnöke).
Távolmaradás az eredményhirdetésről	A csapat és tornász végső pontszámát és eredményét érvénytelenítik (szuperior zsűri által)
Szólitás vagy zöld jelzés nélkül bemutatott gyakorlat	Végső pontszám= 0,0 pont.
Csapat vétségek	
A csapat versenyzői rossz sorrendben lépnek a szerhez.	1,00 pont levonás a csapat adott szeren elért pontszámából (a szuperior zsűri elnöke által)
A hivatalos bemelegítési idő figyelmen kívül hagyása	1,00 pont levonás minden egyes alkalommal (a szuperior zsűri elnöke által alkalmazva)
Öltözettel kapcsolatos vétségek a csapatversenyek során	1,0 pont levonás a csapat végső pontszámából (a szuperior zsűri elnöke által), az adott versenyen egy alkalommal

2.5 cikk – Tornászok esküje

„Minden tornász nevében ígérem, hogy a Világbajnokságokon (vagy bármely más hivatalos FIG versenyen) az adott versenyt szabályozó rendelkezéseket tiszteletben tartjuk, és magunkra érvényesnek tekintjük azokat. Doppingszerek és drogok alkalmazása nélkül, igazi sportemberhez méltó viselkedéssel veszünk részt az eseményen, a sportág dicsőségére és minden tornász becsületére.”

3. szakasz – Edzőkre vonatkozó rendelkezések

3.1 cikk Edzők jogai

Az edzők számára garantált jogok:

- a) Segíteni a rá bízott tornászt vagy csapatot a szer megemelésére, új elem értékelésére vonatkozó írásos kérvények beadásában.
- b) Segíteni a rá bízott tornászt vagy csapatot a pódiumon a melegítés során, minden szeren.
- c) Segíteni a tornásznak, vagy csapatnak a szer előkészítésében. A szerek előkészítését elvégezhetik az edzők a következő rotációra, ha az adott rotációban versenyző utolsó tornász befejezte a gyakorlatát az adott szeren, és nyilvánosságra hozták a pontszámát.
- d) Felemelni a tornászt függő pozícióba gyűrűn és nyújtón.
- e) Jelen lenni a pódiumon a zöld lámpa jelzése után, hogy eltávolítsa a dobantót korláton.
- f) Jelen lenni a pódiumon a gyűrű és a nyújtó gyakorlat alatt biztonsági okokból.
- g) Segíteni, vagy tanáccsal ellátni a tornász a leesést követő időben minden szeren, és az első és második ugrás között.
- h) Tornászának pontszámát nyilvánosan közzé tegyék közvetlenül a gyakorlat után, vagy az adott versenyt szabályozó rendelkezéseknek megfelelően.
- i) Bármely szeren segíteni a tornászt sérülés, vagy a szer meghibásodása esetén.
- j) Óvást benyújtani a superior zsűrinek a gyakorlat nehézségi értékelésére vonatkozóan (ld. 3.4 cikk).
- k) Kérelmezni a superior zsűrinél az idő és vonal levonások felülvizsgálatát.

3.2 cikk Edzők felelőssége

- a) Ismerje a Szabálykönyvet, és annak megfelelően viselkedjen.
- b) Beadni a versenyzők sorrendjét és az egyéb olyan információkat az adott versenyre vonatkozóan, melyeket a FIG Szabálykönyv és/vagy FIG Technikai Szabályzat előír.
- c) Tartózkodni a szer magasságának megváltoztatásától, a dobantóból a rugók kivételétől és áthelyezésétől.
- d) Tartózkodni a verseny késleltetésétől, a bírók rálátásának zavarásától, és minden más zavaró magatartástól, illetve a más résztvevők jogainak megsértésétől.
- e) Tartózkodni attól, hogy a gyakorlat során a tornászhoz beszéljen, illetve más módon segítse (jeladás, bekiabálás, biztatás, stb..).
- f) Tartózkodni attól, hogy aktív bírókkal, és/vagy a küzdőtéren kívül lévő személyekkel beszélgetésbe elegyedjen (kivéve csapat orvos és delegációvezető).
- g) Tartózkodni minden más fegyelmezetlen vagy sértő viselkedéstől.
- h) A verseny teljes ideje alatt fair és sportszerű módon viselkedni.
- i) Sportszerűen részt venni minden eredményhirdetésen.

MEGJEGYZÉS: Lásd a levonásokat a vétségekért és sportszerűtlen viselkedésért

A küzdőtéren belül engedélyezett edzők száma:	
Kvalifikációs és csapat döntő versenyek:	
Teljes csapatok	1 vagy 2 edző
Egyéni versenyzővel induló nemzetek	1 edző
Egyéni összetett és egyéni szerenkénti döntők.	
Minden tornász	1 edző

3.3 cikk Büntetések

Edző viselkedése

A szuperior zsűri elnöke által (a szuperior zsűrivel való egyeztetés alapján)	A FIG hivatalos és regisztrált versenyein
A tornász/csapat eredményét közvetlenül nem befolyásoló viselkedés	
Sportszerűtlen viselkedés (érvényes a verseny minden szakaszára).	1. alkalommal – Sárga lap az edzőnek (figyelmeztetés)
	2. alkalommal – Piros lap és az edző eltávolítása a versenyről*
Egyéb kirívó, fegyelmezetlen vagy sértő viselkedés (érvényes a verseny minden szakaszára),	Azonnal piros lap, és az edző eltávolítása a versenyről*
Az edző, a tornász/csapat eredményére közvetlen hatással lévő viselkedése esetén	
Sportszerűtlen viselkedés, pl. a verseny meg nem engedett késleltetése vagy félbeszakítása, beszélgetés aktív bírókkal a verseny alatt, kivéve óvás esetén a D1 bíró, a gyakorlat során beszél a tornászhoz, jelt ad, bekiabál, biztatja, stb.	1. alkalom – 0,50 (tornásztól v. csapattól/verseny) és sárga lap az edzőnek (figyelmeztetés), ha az edző beszél aktív bíróval
	1. alkalom – 1,00 (tornásztól v. csapattól/verseny) és sárga lap az edzőnek (figyelmeztetés), ha az edző agresszívan beszél aktív bíróval
	2. alkalom – 1,00 (tornásztól/csapattól az eseményen), piros lap az edzőnek és eltávolítás a versenyerületről*
Más zavaró, fegyelmezetlen és sértő viselkedés, pl. az előírt személyek helytelen jelenléte verseny során, a versenyerületen, stb.	– 1,00 (tornásztól/csapattól az eseményen), piros lap az edzőnek és eltávolítás a versenyerületről*

Megjegyzés: Ha egy csapat két edzője közül az egyiket kizárják a versenyerületről, egy másik edzőre le lehet cserélni **egy alkalommal**, a teljes verseny során.

1. vétség = sárga lap

2. vétség = piros lap, mellyel az edzőt kizárják a következő verseny szakaszokról

* amennyiben a csapatot csak egy edző kíséri, az edző bent maradhat a versenyen, de a következő Világbajnokságra, Olimpiára nem lesz akkreditálható.

3.4 cikk Óvás

TR-nak megfelelően (Technikai Szabályzat).

3.5 cikk Edzők esküje

„Minden edző és az összes, a versenyző közelében dolgozó résztvevő nevében ígérem, hogy a sportszerűség és az etikusság elveinek megfelelően viselkedem, az Olimpiai mozgalom alapelveinek megfelelően. Arra kötelezzük magunkat, hogy a tornászokat a fair play-re és dopping mentes sportra neveljük, és hogy tiszteletben tartsanak minden FIG szabályt, mely a Világbajnokságot szabályozza.”

4. szakasz – A technikai bizottságra vonatkozó rendelkezések

4.1 cikk Férfi Technikai Bizottság elnöke

A **férfi technikai bizottság elnöke**, vagy megbízottja a szuperior zsűri elnöke. Az ő és a szuperior zsűri feladatai:

- a) A verseny általános technikai irányítása a Technikai Szabályzatnak megfelelően.
- b) A bírói értekezletek és eligazítások összehívása és elnöklése.
- c) A Bírói Rendelkezések adott versenyre vonatkozó előírásainak alkalmazása.
- d) Elbírálni az új elemek besorolására, a nyújtó és/vagy gyűrű felemelésére vonatkozó kérvényeket, és az egyéb felmerülő kérdéseket. Általában ezeket a döntéseket a Férfi Technikai Bizottság hozza meg.
- e) Megbizonyosodni róla, hogy a Munkatervben meghatározott időrend betartásra kerül.
- f) Ellenőrizni a szer felügyelők munkáját, és közbeavatkozni, amennyiben az szükségesnek tűnik. Általánosságban elmondható, hogy a pontszám nyilvános megjelenítése után már nem lehet azon módosítani, kivéve azokat az eseteket, amikor óvás, idő- vagy vonal hibák helyesbítése történik.
- g) Elbírálni az óvásokat a leírtaknak megfelelően.
- h) A szuperior zsűri tagjaival együttműködve figyelmeztetni vagy lecserélni bármely bírói minősítésben dolgozó személyt, aki elégtelenül működik, vagy megszegi esküjét.
- i) video elemzést készíteni (a verseny után) a TC-vel, hogy a bíraskodás hibáit meghatározzák, és a bírók értékelésének eredményét megküldeni a FIG Szakági Bizottságának.
- j) Felügyelni a szerek méreteinek ellenőrzését a FIG Szernormáknak megfelelően.
- k) Szokatlan és speciális körülmények között nevezhetnek bírót a versenyre.
- l) Jelentést tenni a FIG Végrehajtó Bizottság felé, melyet a FIG főtitkárnak kell megküldeni, amint lehetséges, de legkésőbb a versenyt követő 30 napon belül, melynek a következőt kell tartalmaznia:
 - Általános megjegyzések a versenyről, beleértve a speciális eseteket és tanulságokat a jövőre nézve
 - Részletes elemzés a bírók teljesítményéről (3 hónapon belül), valamint javaslattétel a szankciókra az olyan bírók ellen, akik nem teljesítették az elvárásokat.
 - Részletes lista minden beavatkozásról (pontszám módosítások a felmutatás előtt és után).
 - D-zsűri pontjainak technikai elemzése

4.2 cikk Férfi Technikai Bizottság

A verseny minden szakaszában a férfi technikai bizottság tagjai, vagy megbízottjaik töltik be a szuperior zsűri, és a szerek felügyelő bírói feladatait. Felelősségi köreik:

- a) Részt venni a bírói értekezletek levezetésében és a felügyeletük alá tartozó szerek bíróinak iránymutatást adni a megfelelő munkavégzéshez.
- b) A Bírói Rendelkezések alkalmazása, ellenőrizni a fair pontozást és a következetességet az érvényes szabályoknak és követelményeknek megfelelően.
- c) Szimból írással lejegyezni az egész gyakorlatot.
- d) Kiszámolni a D és E pontszámot (kontroll pontszám) a D, R és E panelek értékelése érdekében.
- e) Ellenőrizni a gyakorlatok értékelését és végső pontszámának meghatározását.
- f) Az edzésen, a bemelegítés és a verseny során használt szereket ellenőrizni a FIG Szernormáknak megfelelően.

5. szakasz – Szerzsűrire vonatkozó rendelkezések és a szerzsűri felépítése

5.1 cikk Felelősségi körök

Minden bíró teljes mértékben és függetlenül felelős a pontszámáért. A szerzsűri minden tagjának kötelessége:

- a) Átfogó tudással rendelkezni:
 - a FIG Technikai Szabályzatról
 - a szabálykönyvről (Kód)
 - a FIG Bírói Szabályzatról
 - minden más olyan technikai információról, mely szükséges lehet számára a verseny során
- b) A versenynek megfelelő kategóriával rendelkezni, melyen pontoznak
- c) Széleskörű tudással rendelkezni a napjaink tornájáról, megérteni a szabályok célját, okát, értelmezését és alkalmazását.
- d) Részt venni minden tervezett értekezleten az adott verseny előtt (kivételes, elkerülhetetlen esetek az adott alkalomnak megfelelően kerülnek elbírálásra a FIG MTC által)
- e) Ragaszkodni minden olyan szervezési vagy bíráskodási utasításhoz, melyet a versenyt kormányzó szervek adnak (pl. a pontozó rendszer üzemeltetőjének utasításai)
- f) A pódiumtréningen való részvétel nem kötelező az összes bíró számára, hacsak a verseny direktívájában ez előírásra nem kerül.
- g) Minden szerhez megfelelő felkészültséggel rendelkezni
- h) Képesnek lenni a különböző, szükséges feladatok ellátására, többek között:
 - Megfelelően kitölteni bármely pontozó lapot
 - A számítógépes vagy mechanikus eszközök megfelelő használata
 - Megkönnyíteni a verseny hatékony lefutását
- i) Legyen jól felkészült, kipihent, éber és jelenjen meg pontosan egy órával, vagy a munkaterv utasításainak megfelelően, a verseny kezdete előtt.
- j) A FIG előírásainak megfelelő öltözékben jelenjen meg (sötétkék zakó, szürke nadrág, fehér ing és nyakkendő), kivéve azokat a versenyeket, ahol az egyenruhát a szervező bizottság biztosítja.

A verseny folyamán a bírónak kötelező:

- a) Minden időben szakmailag megfelelő módon viselkedni, és példát mutatni fegyelmezett és etikus viselkedésből
- b) Betölteni az 5.4 cikkben foglalt funkciókat
- c) Minden gyakorlatot alaposan, gyorsan, objektíven és fair módon értékelni, kétség esetén a tornász javára döntve
- d) Megőrizni a személyes pontszámaik egy példányát
- e) A számára kijelölt helyen maradni (kivéve a D1 zsűri engedélyével) és tartózkodni a tornászokkal, edzőkkel, delegáció vezetőikkel vagy más bírókkal folytatott beszélgetéstől

A nem-megfelelő értékelésért és viselkedésért a bírót az aktuális FIG Bírói Szabályzatának és/vagy az adott versenyt szabályozó technikai szabályzatnak megfelelően büntetik.

5.2 cikk Jogok

A szuperior zsűri beavatkozásakor a bírónak joga van megmagyarázni a maga által adott pontszámot és beleegyezni (vagy nem) a változtatásba. Egyet nem értés esetén a bírót felülbírálhatja a szuperior zsűri, erről a bírót azonnal értesíteni kell.

Egy bíróval szemben elkövetett önkényes tett esetén a bírónak joga van fellebbezni a

- a) superior zsűri felé, ha az önkényeskedést a szer felügyelő bírója követte el
- b) fellebbezési zsűri felé, ha az önkényeskedést a superior zsűri követte el

5.3 cikk A szerzsűri összetétele

A szerzsűri (Bírói panelek)

A hivatalos FIG versenyeken, Világbajnokságokon és Olimpiai Játékokon a szerzsűri a D-panelből (Difficulty - nehézség), az E-panelből (Execution - kivitelezés).

- A D-bírókat a FIG Technikai Bizottság sorsolja és jelöli ki a hatályos FIG Technikai Szabályzatnak megfelelően.
- E-bírói panelekbe és támogató pozíciókba a TC felügyelete alatt sorsolják a bírókat a hatályos Technikai Szabályzatnak, vagy az adott versenyt szabályozó Bírói Szabályzatnak megfelelően.
- R-bírókat a FIG Elnökségi megbízatása alapján jelölnek ki.

A szerzsűri összetétele a különböző versenytípusokon

VB és Olimpia	Nemzetközi meghívásos
9 bírói panel	Minimum 6 bírói panel
2 D-panel bíró	2 D-panel bíró
5 E-panel bíró	4 E-panel bíró (ajánlott)

Vonal és időmérő bírók

- Kettő (2) vonalbíró a talajra
- Egy (1) vonalbíró az ugrásra
- Egy (1) időmérő talajra
- Egy (1) időmérő a korlát bemelegítési idő mérésére

A bírói panelek módosítása egyéb nemzetközi versenyeken, nemzeti és helyi versenyeken megengedett.

5.4 cikk A szerzsűri feladatai

5.4.1 cikk A D-panel feladatai

- a) A D-panel bíróinak az egész gyakorlatot le kell írniuk szimból írással, önállóan értékelni és részrehajlás nélkül, közösen meg kell határozniuk a D-pontszámot. A megbeszélés engedélyezett.
- b) A D panel felvezeti a D-pontszámot a számítógépbe.
- c) A D-pontszám a következőkből áll:
 - Az elemek értéke (Nehézségi érték) az elemtáblázatnak megfelelően.
 - Kapcsolati érték, az egyes szerekre vonatkozó speciális szabályok alapján
 - A bemutatott speciális elemcsoport követelmények (ECSK) számát és értékét.

D1 bíró feladatai:

- a) Összekötőként működik a szerzsűri és a szer felügyelő zsűri között. A szer felügyelő zsűri értekezik a superior zsűrivel, ha szükséges.
- b) Koordinálja az időmérő és vonalbírók, valamint a titkárok munkáját.
- c) Biztosítja a szer hatékony működését, valamint a bemelegítési idő ellenőrzését.

- d) Felvillantja a zöld fényt, vagy más nyilvánvaló jelzéssel jelzi a tornásznak, hogy 30 mp-en belül meg kell kezdenie a gyakorlatát.
- e) Biztosítja a neutrális levonások (idő, vonal, viselkedési hibák) alkalmazását a végső pontszámból, a pontszám felmutatása előtt.
- f) Biztosítja, hogy a rövid gyakorlatért járó levonást megfelelően alkalmazzák.
- g) Biztosítja, hogy a következő levonásokat alkalmazzák:
 - Bejelentkezés hiánya a gyakorlat előtt, és kijelentkezés hiánya utána
 - Érvénytelen, „0” ugrás bemutatása
 - Edzői asszisztálás: Ugrás, gyakorlat és leugrás (DMT) alatt

A D-panel feladatai a versenyt követően:

Írásos jelentést kell beadniuk a TC Elnök számára, a következő információkkal:

- Lista a szabálysértésekről, félreérthető és megkérdőjelezhető döntésekről, a tornász számának és nevének megjelölésével
- Minden gyakorlat tartalma a MTC elnöke és a szer felügyelője számára a hivatalos FIG nyelvek egyikén, a versenytől számított 2 héten belül.

5.4.2 cikk Az E-panel feladatai:

- a) A gyakorlatot figyelemmel kísérni, értékelni a hibákat és alkalmazni az oda vonatkozó levonásokat helyesen, önállóan, más bírókkal való megbeszélés nélkül
- b) Jegyezni kell a levonásokat
 - Az általános hibákért
 - A technikai összeállítási hibákért
 - A testhelyzetbeli hibákért
- c) Ki kell tölteniük a pontozó lapot, olvasható aláírással ellátni azt, vagy be kell vinniük a levonásaikat a számítógépbe.
- d) Képesnek kell lenniük a személyes jegyzeteiket az összes gyakorlatról bemutatni.

5.5 cikk Az időmérő, vonalbírók és titkárok feladatai

5.5.1 cikk Időmérők és vonalbírók

Az időmérő és vonalbírók a brevet-vel rendelkező bírók közül kerülnek kisorsolásra, hogy a következő feladatokat ellássák:

Vonalbírók:

- Meghatározzák a kilépést talajon és ugráson és egy piros zászló felemelésével jelezzék azt.
- Értesítsék a D1 bírót a hibáért és levonásért, aláírják és beadják a megfelelő írásos jelentést.
- Ugráson ellenőrizni a melegítés során bemutatott ugrások számát.

Időmérő bírók:

Mérjék a gyakorlat hosszát (talaj)

- Biztosítsák a bemelegítési idő betartását korláton.
- Talajon hallható jelzést adjanak a tornásznak 65 másodpercnél és 75 másodpercnél.
- Értesítsék a D1 bírót a hibáért és levonásért, aláírják és beadják a megfelelő írásos jelentést.
- Ahol nincs számítógépes rendszer, az időmérőnek pontosan fel kell jegyeznie a megengedett időn túli időt.

5.5.2 cikk A titkárok feladatai

A titkároknak ismerniük kell a CoP-t és számítógépes ismeretekkel is rendelkezniük kell. Általában a szervező bizottság jelöli ki őket. A D1 bíró felügyelete alatt ők felelősek a számítógépbe bevitt adatok helyességéért:

- Csapatrend és tornászok sorrendjének betartása
- Zöld és piros jelzőfény megfelelő működtetése
- Végző pontszám helyes felmutatása
- Mérjék a leesési időt
- Ellenőrizték, hogy a gyakorlatot akkor kezdje meg a tornász, amikor a zöld fény világít.

5.6 cikk – Ülésrend

A bírókat úgy kell elhelyezni, hogy zavartalan rálátásuk legyen az egész gyakorlatra, így lehetővé téve, hogy teljesítsék értékelési feladatukat.

- A D-panel bíróinak kell a szer közepével egy vonalban lenniük.
- Az időmérő(k) a szerzsűrínél ülnek bármelyik oldalon.
- A talaj vonalbírói a két egymással szemközti sarokban ülnek, és a két, hozzájuk közel eső vonalat figyelik.
- A vonalbíró ugráson a leérkezési terület távolabbi végénél ül.
- Az E bírók elhelyezése a D paneltől számítva az óra mutató járásának megfelelően történik, vagy a versenybírók helye egyenes vonalban kerül kijelölésre: D2, E1, E2 és E3 bírók a D1 bírótól számítva bal oldalon, míg a Titkár, E7, E6, E5 és R4 bírók a jobb oldalon.

Az ültetési rendben a hely adottságaitól függően el lehet térni.

5.7 cikk Bírói eskü (TR 7.12)

A világbajnokságon, és más fontos nemzetközi eseményeken a bíróknak a bírói esküjükhöz kell tartaniuk magukat.

„Minden bíró és hivatalos személy nevében ígérem, hogy a Világbajnokságokon (vagy bármely más hivatalos FIG versenyen) teljes pártatlansággal, a versenyt szabályozó szabályok tiszteletével és betartásával veszek részt, a sportszellem igaz lelkületével.”

5.8 cikk – MAG Új elemek elnevezése

- Nemzetközi szinten első alkalommal egy hivatalos FIG 1, 2, vagy 3 versenyen került bemutatásra (FIG Technikai delegált jelenlétében, vagy a nélkül)
- Legalább C értékű elem, és bemutatása során a megfelelő értéken bemutatva
- Az elem nehézségét és nevét a Technikai Bizottság az elem bemutatását követő elemzését követően adják meg.
- Ha ugyanazon a versenyen több mint egy tornász mutatja be ugyanazt az elemet, az új elemet minden tornászról elnevezik.
- A tornász szövetségének felelőssége hogy egy videó felvételt benyújtson a FIG-nek a javasolt új elemről a versenyt követően a lehető leghamarabb. Továbbá a verseny technikai delegáltja (TD) benyújtja a hivatalos videó anyagot, az eredeti, az edző által benyújtott videót és rajzot – ha van ilyen, és minden részletet az előzetes értékeléssel kapcsolatban az adott versenyről a FIG Technikai Bizottság elnökének, amilyen hamar lehetséges.

II. RÉSZ – A GYAKORLATOK ÉRTÉKELÉSE

6. szakasz – A versenygyakorlat értékelése

6.1 cikk Általános szabályok

1. Két különálló pontszám, „D” és „E” kerül kiszámításra minden szeren.

- A D-panel határozza meg a D-pontszámot, a gyakorlat összeállítását, míg az E-panel az E-pontszámot a gyakorlat kivitele és művészi hatása, összeállítási követelmények, technika és testhelyzet alapján.
- A „D” pontszám a következőkből áll:
 - 10 elem (junioroknál 8) nehézségi értékének összege, a legértékesebb 9 (junioroknál 7) elem, de maximum 5 elem azonos elemcsoportból, valamint a legrás értéke. Ha a bírónak a 9 elemet (junioroknál 7) azonos értékű elemekből kell kiválasztania, melyek azonban különböző elemcsoportokhoz tartoznak, a tornász javára kell döntenie. Miután a bíró meghatározta a 9 (junioroknál 7) elem és a legrás értékét, ellenőriznie kell, hogy 5-nél több elemet ne számoljon azonos elemcsoportból (talajon mindig a legrás elemcsoportját kell először figyelembe venni).

1. példa:

I	III	I	II	III	III	III	III	I	II	IV
A	B	B	B	B	B	B	C	C	C	D
	B	B	B	B	B	B	C	C	C	D

2. példa:

III	III	I	II	II	III	III	III	III	I	IV
B	B	B	B	B	B	D	D	D	D	D
B		B	B	B		D	D	D	D	D

Félkövér betűkkel a beszámítható elemek vannak kiemelve.

- Kapcsolati érték, az egyes szerekre vonatkozó speciális szabályok alapján
- Az elemcsoport követelményeket kiváltó elemeknek a 10 beszámításra kerülő elem között kell szerepelniük (junioroknál 8).
- Az „E” pontszám 10 pontból indul, és tizedenként kerülnek belőle levonásra az alábbi hibák:
 - Esztétikai és kiviteli hibák összessége.
 - Technikai és összeállításbeli hibák összessége.
- A kiviteli, esztétikai, technikai és összeállításbeli hibákért adott legmagasabb és legalacsonyabb levonás kiesik. A bennmaradó pontszámok átlagértékét vonjuk le 10 pontból ahhoz, hogy meghatározzuk a végső „E” pontszámot.

6.2 cikk – Végső pontszám meghatározása

1. A végső pontszámot a D-pontszám és az E-pontszám összeadásával kapjuk meg.
2. A gyakorlatok értékelésére vonatkozó szabályok alkalmazása és a végső pontszám meghatározása a verseny minden szakaszán (kvalifikáció, csapat döntő, egyéni összetett döntő, szerenkénti döntő) ugyanúgy történik, kivéve ugráson, ahol a kvalifikációra és a szerenkénti döntőre speciális szabályok vonatkoznak (13. szakasz).
3. Az egyéni összetett pontszám a hat szeren elért végső pontszámok összege.

4. A csapat pontszáma az adott versenyt szabályozó Technikai Szabályzat figyelembevételével kerül kiszámításra.
5. A csapat döntőre, az egyéni összetett döntőre és a szerenkénti döntőkre való kvalifikáció és az azokban való részvétel az adott versenyt szabályozó Technikai Szabályzatnak megfelelően lehetséges.
6. A végső pontszámot általában a pontozási rendszer személyzete számítja ki, de a felmutatás előtt a szer felügyelőjének jóvá kell azt hagynia.
7. A hivatalos FIG versenyeken a D-zsűri által egyénileg adott „D” pontszám és az E-zsűri által adott „E” pontszám (a 10 pontból levont, bent maradó átlag E pontszám) az eredményjelzőn megjelenítésre kerül. Minden egyes E zsűritag által adott E pontszámnak meg kell jelennie a kiadott eredménylistán. Minden egyéb versenyen a D pontszámot, az E pontszámot és a végső pontszámot kell felmutatni.

6.3 cikk – Rövid gyakorlat

A gyakorlat bemutatásáért a tornász maximum 10,00 pontos E-pontot érthet el:

A D-panel neutrális/semleges levonásokat alkalmaz a végső pontszámból, ha a tornász rövid gyakorlatot mutat be.

Elemek száma	Neutrális levonás (ND)	
	Felnőtt	Junior
10	0	NA
9	0	NA
8	0	0
7	3,0	0
6	4,0	0
5	5,0	3,0
4	6,0	4,0
3	7,0	5,0
2	8,0	6,0
1	9,0	7,0
0	10	10

7. szakasz – D-pontszámra vonatkozó rendelkezések (DV)

7.1 cikk – Nehézség

1. Talajon, lólengésen, gyűrűn, korláton és nyújtón a következő nehézségi értékekkel számolunk minden versenyen:

Nehézség	A	B	C	D	E	F	G	H	I
Érték	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70	0,80	0,9
2. A lehetséges mértékben csak önálló elemek találhatók az elemtáblázatban. Minden elemnek önálló nehézséget adnak, és azonosítási számmal látják el.
3. Az elemtáblázatban nem szereplő elemeket nehézségi értékelésre a FIG hivatalos versenyén legalább 24 órával a pódiumedzés előtt be kell nyújtani a szuperior zsűri elnökének. Helyi, nemzeti és egyéb nemzetközi versenyeken a technikai felügyelet adhat előzetes nehézségi értékelést.
4. A gyakorlat során a versenyző megismételhet egy elemet (vagy azonos számmal ellátott elemet), de az ismételt elemet a D pontszám megállapításánál nem lehet figyelembe venni. Lásd a kiegészítő szabályokat az elemismétlésre vonatkozóan a kápáslovon és a gyűrűn, a 11. és 12. szakaszban.
5. Azok az elemek, melyek már nem szerepelnek az elemtáblázatban, nehézségi érték nélküli elemek.
6. Az azonos cellában, különböző értékkel feltüntetett elemek, bemutatathatók a gyakorlaton belül, és mindkettőt be lehet számolni a D pontszámba.

7.2 cikk – Elemcsoportok és leugrás (DMT) követelmények

1. Az elemcsoportok és leugrás, mint értékelési kategóriák kialakításának célja, hogy a bíró értékelni tudja az előírt mozgásfajtákat, és túl a tornász személyes preferenciáin és technikai képességein rákényszerítsenek a gyakorlat összeállításánál felhasznált mozdulatok sokszínűségére.
 2. Minden szeren három elemcsoport került kialakításra, I, II és III jelöléssel, és a talajt leszámítva egy leugrás csoport, IV jelöléssel.
 3. A gyakorlatban mind a három elemcsoportból legalább egy elemet be kell mutatni a tornásznak.
 4. Egy elem csak annak az elemcsoportnak a követelményét elégítheti ki, amely csoportba az elemtáblázatban besorolásra került.
 5. Minden elemcsoport követelmény teljesítéséért (a 10 beszámítható elemet figyelembe véve) 0,5 pontot ad a D-zsűri.
 6. Minden gyakorlatot a leugrás elemcsoportba sorolt szabályos leugrással kell befejezni (lásd a speciális szabályokat a talajra és az ugrásra vonatkozóan a 10. és 13. szakaszban). Nem szabályszerű leugrások a következők:
 7. A leugrás elemcsoport követelmény esetében a következő szabályokat kell alkalmazni:
 - A vagy B értékű leugrás 0,00 p. (nem teljesíti a követelményt).
 - C értékű leugrás +0,30 p. (részben teljesíti a követelményt).
 - D vagy magasabb értékű +0,50 p. (teljes mértékben teljesíti a követelményt).
- Junioroknál:
- A értékű leugrás 0,00 p. (nem teljesíti a követelményt).
 - B értékű leugrás +0,30 p. (részben teljesíti a követelményt).
 - C vagy magasabb értékű +0,50 p. (teljes mértékben teljesíti a követelményt).

7.3 cikk Kapcsolati értékek

1. Ez az értékelési kör lehetőséget nyújt a D-zsűri számára, hogy speciális elemkapcsolatokat értékeljen. Ennek megfelelően ezek a kapcsolati pontok lehetővé teszik, hogy különbséget tegyünk a gyakorlatok között, melyek speciális elemkapcsolatokat tartalmaznak, a szereknél részletesen leírtaknak megfelelően.
2. Kapcsolati értéket csak közvetlen kötésben, nagy hiba nélkül bemutatott magas értékű elemeknél lehet adni.

7.4 cikk A D-panel értékelése

1. A D-zsűri feladata, hogy értékelje a gyakorlat tartalmát, meghatározza a megfelelő D-pontszámot minden szeren, a 10-15. szakaszban meghatározott módon. A 7.4 szakaszban felsorolt esetek kivételével a D zsűri kötelezően elfogad és értékeli minden megengedett elemet, amely megfelelően kerül bemutatásra.
2. A tornásztól elvárt, hogy csak olyan elemeket mutasson be a gyakorlatában, melyeket biztonságosan, esztétikusan és technikailag megfelelően tud bemutatni. Rendkívül rossz technikával bemutatott elemeket a D-zsűri nem fogad el, az E-zsűri pedig levonásokat alkalmaz érte.
3. Minden elem tökéletes kivitellel és befejező helyzettel van meghatározva.
4. Az az elem, melyet a D-zsűri nem fogad el, nem kap elemértéket.
5. A D-zsűri nem fogadja el azokat az elemeket, melyek bemutatása jelentősen eltér az előírt végrehajtástól. Az alábbi okokból, de nem kizárólag ezekből fakadóan nem fogad el elemet a D-zsűri:
 - a) Ha talajon az elemet a tornász a talaj területen kívül kezdi meg (lásd 10. szakasz 10.2.3 a).
 - b) Ha ugráson a tornász érvénytelen ugrást mutat be, a 13. szakaszban meghatározottaknak megfelelően.
 - c) Ha nyújtón olyan elemet mutat be a tornász, melyben hozzáér a lába a szerhez, vagy lábról indítja az elemet (lásd 15. szakasz).

- d) Ha bármely szeren olyan tartásos elemet mutat be a tornász terpesztett lábbal, mely nem szerepel az elemtáblázatban.
 - e) Ha az elem olyan mértékben eltér a leírt követelményektől, hogy már nem egyezik az azonosító számával vagy követelményeivel (lásd: A. Függelék 3.i), például:
 - i. Erőelem bemutatása szinte kizárólag lendületből. vagy fordítva
 - ii. Nyújtott testhelyzetű elem bemutatása látható zsugor vagy bicska helyzettel, vagy fordítva. Ezekben az esetekben az elemet akként értékeljük, ahogy a tornász bemutatta.
 - iii. Normál esetben zárt lábbal végrehajtott erőelem bemutatása terpesztett lábbal.
 - iv. Tartásos erőelem bemutatása jelentősen hajlított karral.
 - v. Gyűrűn kézállásban bemutatott, vagy kézállásban végződő elem bemutatása úgy, hogy a tornász a lábával vagy lábfejével a hevederhez támaszkodik.
 - f) Ha az elemet segítségadással mutatja be a tornász.
 - g) Ha a tornász leesik, vagy a szerre esik az elem bemutatása közben, vagy megváltoztatja, vagy félbeszakítja bármely más okból.
 - h) Ha a tornász leesik, vagy a szerre esik az elem bemutatása közben, anélkül, hogy elérné a befejező helyzetet, és ez megakadályozza a folytonos mozgásban, legalább egy lengés erejéig.
 - i) Ha egy tartásos erőelem, vagy egy sima tartásos elem nincs kitartva.
 - j) Ha egy emelés (tolódás) vagy ereszkedés olyan tartásos erőelemből indul, amit valamilyen oknál fogva nem fogadtak el, vagy nem értékelték.
 - k) Ha egy fordulattal bemutatott elem, a legtöbb szeren, 90°-nál nagyobb mértékben hiányos vagy túlfordult, vagy egy lendületi elem a tökéletes véghelyzettől 45°-nál nagyobb mértékben eltér (lásd: Függelék A 3.i). Néhány különleges esetben, elsősorban ugráson, a csavar 90°-os hiánya vagy túlfordulása azt eredményezheti, hogy a D-zsűri másik elemként értékeli az ugrást.
 - l) Ha kápáslovon a haránt- vagy oldaltámaszban bemutatott elem több mint 45°-kal eltér a helyes támaszhelyzettől az elem nagyobb része alatt.
 - m) Ha tartásos erőelem, vagy sima erőelem bármely szeren több mint 45°-kal eltér a vízszintes test, kar vagy lábhelyzettől.
6. Minden esetben a D-zsűri feladata olyan döntést hozni a tornában szerzett tapasztalatainak megfelelően, ami a torna sportág érdekeit szolgálja. Kérdéses esetekben a kérdést a tornász javára kell eldönteni.
 7. Az olyan, rendkívül rossz technikával bemutatott elemeket, melyeket a D-zsűri nem is fogad el, az E-zsűri nagy levonással értékeli.
 8. A Speciális Elemismétlés esetén a magasabb nehézségi értékű elemet számítjuk először.
 9. Lólengésen és talajon a leugrás nehézségi értékét számítjuk először.

7.5 cikk Elemismétlés

1. A gyakorlat nem ismételhető meg, csak abban az esetben, ha az a tornász hatáskörén kívülálló ok miatt szakad meg.
2. Ha a tornász a szerre esik, vagy leesik a szerről, eldöntheti, hogy a gyakorlatot tovább folytatja, vagy az elrontott elemet megismétli elemértékért. (Lásd: 9.2.5 cikk)
3. Nehézségi értékért vagy kapcsolati értékért nem ismételhető meg elem (azonos azonosítási számmal ellátott elem). Ez a szabály alkalmazandó az egy elemkapcsolaton belül bemutatott elemismétlésekre is (kivétel: bizonyos elemek és körök kápáslovon, melyek értéke nő, ha speciális kombinációkban kétszer kerülnek bemutatásra, és gyűrűn - lásd a 11. és 12. szakaszt).
4. Ha egy elemet bármilyen okból nem fogad el a D-zsűri, az nem teljesíthet elemcsoport követelményt sem.

7.6 cikk D zsűri értékelési táblázat

Tornász tevékenysége	D-zsűri értékelés:
Elemcsoport követelmény teljesítése	0,5 pont mindegyikért
Leugrás elemcsoport követelmény	A vagy B értékű leugrás = +0,0 p.
	C értékű leugrás = +0,3 p.
	D vagy magasabb értékű leugrás = +0,5 p.
Junioroknál:	A értékű leugrás = +0,0 p.
	B értékű leugrás = +0,3 p.
	C vagy magasabb értékű leugrás = +0,5 p.
Az elem el nem fogadásához vezető hibák (lásd: 7.4 és 9.4 cikkek)	Az elem nehézségi értékének el nem fogadása
Segítségadás az elem bemutatása közben	Az elem nehézségi értékének el nem fogadása
Nem tartja ki az elemet	Az elem nehézségi értékének el nem fogadása
Elemismétlés	Megengedett, ne nem kap értéket
Lábbal elrugaskodás leugrásnál, vagy nem megengedett leugrás	Nem fogadja el az elemet, és nem teljesíti a leugrás elemcsoport követelményét
Tartásos erőlemmnél terpesztett láb, vagy más tiltott elem	Az elem el nem fogadása

8. szakasz – E-pontszámra vonatkozó rendelkezések

8.1 cikk Gyakorlat kivitelezésének leírása

- A gyakorlat kivitelezése azokból a tényezőkből áll, melyek a napjaink tornájának lényegét jellemzi, és ezek hiányosságai jelentkeznek az E-zsűri által adott levonásban. Ezek a tényezők a következők:
 - A technika, összeállítás (gyakorlat felépítéssel szembeni általános elvárások), esztétika és kivitel.
- A gyakorlat kivitelezésének maximális értéke 10,0 pont.

8.2 cikk E-zsűri levonások számítása

- Az E-bírók egymástól függetlenül értékelik a gyakorlatot, és határozzák meg a levonásokat, a gyakorlat befejezését követően 20 másodpercen belül.
- Minden egyes gyakorlatot a tökéleteshez képest értékelnek. Minden eltérés ettől az elvárástól, levonást eredményez.
 - Az esztétika, kivitelezés, technika és összeállítás hibáért adott levonásokat maximum a gyakorlat kivitel 10,0 pontjáig adjuk össze.

8.3 cikk Útmutatás a tornászoknak

- A tornásztól elvárt, hogy csak olyan elemeket mutasson be a gyakorlatában, melyeket biztonságosan, esztétikusan és technikailag megfelelően tud bemutatni. A biztonságáért saját maga vállal felelősséget. Az E-zsűri feladata, hogy szigorúan alkalmazza a levonásokat az esztétikai, kiviteli, kompozíciós és technikai hibákért.
- Elvárt, hogy a tornász ne az esztétikus és technikailag helyes kivitel rovására növelje a D, nehézségi pontszámát.
- Minden gyakorlat egy alapállásból indított felugrással kezdődik, kizárólag korláton és nyújtón pár lépés nekifutással, vagy mozdulatlan függésből. A felugrást nem előzhetik meg, és nem szakíthatják meg elemek. Ez a szabály nem vonatkozik az ugrásra, ahol speciális szabályok érvényesek.
- A leugrást minden szerről és a talaj gyakorlat, valamint az ugrás befejezése álló helyzetben, zárt lábakkal kell befejezni. A talaj kivételével a leugrás végrehajtásához nem megengedett, hogy a tornász lábról rugaskodjon el a szerről.

9. szakasz – Technikai előírások

9.1 cikk Az E-panel értékelése

1. Az E-zsűri feladata a gyakorlatok értékelése esztétikai, kiviteli és technikai szempontból, valamint megítélni, hogy a gyakorlat mennyire felel meg az adott szerre jellemző összeállítási elvárásoknak (gyakorlat összeállítási követelmények). Az E-zsűri minden esetben az elemek tökéletes kivitelezését, és befejezését várja el (lásd A Függelék 2.).
2. A gyakorlat nehézségével az E-zsűrinek nem kell foglalkoznia. A bíró köteles egyformán levonni az azonos méretű hibákért, függetlenül attól, hogy milyen nehézségű az elem, vagy az elemkapcsolat, melyben elkövették.
3. Az E-zsűri bírónak (és a D-zsűri bírónak is) kötelessége, hogy napjaink tornájával kapcsolatban naprakész tudással rendelkezzenek, minden időben tudniuk kell, mi a legidősebb elvárás az elemek bemutatásával szemben, és tudniuk kell, hogyan változnak a sportág fejlődésével a szabályok. Ebben az összefüggésben tudniuk kell azt is, mit lehet, és mit indokolt elvárni, mi a kivételes és mi a speciális hatás (lásd Függelék A.3).
4. Az E-zsűri tagjainak észre kell venniük, ha egy alapvetően hiba nélkül bemutatott elem speciális hatásként vagy speciális célból kerül bemutatásra, és ebben az esetben tartózkodni a levonástól. Például:
 - i. Nyújtón, az óriáskör formája gyakran módosul a repülő elemek, vagy leugrás előkészítésénél. Ebben az esetben nem kell levonni, hogy a kör nem kézálláson haladt át, csak akkor, ha szükségtelen, vagy annyira eltúlzott, hogy rontja az esztétikus kivitelezést és nem felel meg a technikai elvárásoknak.
6. Ha bármely okból a bíró nem tud döntést hozni, a tornász javára kell döntenie a kérdésben.
7. Az E-bíró feladata, hogyha egy elemnél két egyértelmű hibát lát, kétszer vonjon le, pl. ha az elemben technikai és esztétikai hiba is van. Például a támaszcserénél korláton egyaránt le lehet vonni a nem megfelelő mozgáskiterjedést, és a hajlított térdet.

9.2 cikk Kiviteli és technikai hibák meghatározása

1. Minden elem tökéletes kivittel és befejező helyzettel van meghatározva. Lásd: Függelékek
2. A megfelelő bemutatástól való minden eltérés kiviteli vagy technikai hibának számít, és a bírónak ennek megfelelően le kell vonni azt. A kicsi, közepes és nagy hibákért járó levonás mértéke az tökéletestől való eltérés mértékétől függ. Az egyforma hajlításért, legyen az kar, láb, vagy test, minden alkalommal egyforma levonás jár.
3. A következő levonások járnak minden felismerhető esztétikai és technikai hibáért, amellyel a kivitelezés eltér az elvárt tökéletes előadástól. Ezek a levonások az elem, vagy gyakorlat nehézségére való tekintet nélkül alkalmazandók.

Kis hiba	0,1 pont
Közepes hiba	0,3 pont
Nagy hiba	0,5 pont
Esés	1,0 pont

 - a) Kis hibák: (levonás = 0,1)
 - i. Minden kis eltérésért a tökéletes véghelyzettől és a tökéletes technikai kivitelezéstől.
 - ii. Minden kis korrekció a kézfej, lábfej vagy testhelyzetben.
 - iii. Minden kis eltérés az esztétikai és technikai elvárásoktól.
 - b) Közepes hibák: (levonás = 0,3)
 - i. Minden közepes eltérésért a tökéletes véghelyzettől és a tökéletes technikai kivitelezéstől.
 - ii. Minden jól látható és jelentős korrekció a kézfej, lábfej vagy testhelyzetben.
 - iii. Minden jól látható és jelentős eltérés az esztétikai és technikai elvárásoktól.
 - c) Nagy hibák: (levonás = 0,5)
 - i. Minden nagymértékű eltérésért a tökéletes véghelyzettől és a tökéletes technikai kivitelezéstől.
 - ii. Minden nagy vagy komoly korrekció a kézfej, lábfej vagy testhelyzetben.
 - iii. Minden teljes közlendület.

- iv. Minden nagy vagy komoly eltérés az esztétikai és technikai elvárásoktól.
- d) Esés és segítség: (levonás = 1,0)
- Ha a tornász leesik, vagy a szerre esik az elem bemutatása közben, anélkül, hogy elérné a befejező helyzetet, és ez megakadályozza a folytonos mozgásban, legalább egy lengés erejéig (pl. jól látható függő helyzet nyújtón, vagy határozott támasz helyzet a kápáslovon a kérdéses elem után), vagy más módon pillanatnyi kontrollvesztés egy elem leérkezése vagy visszafogása során.
 - 1,0 pont a maximális levonás egy olyan elemnél, melyből el/leesik a tornász, ez magába foglalja az összes lépést, támaszt a talajon vagy szőnyegen és az esést is. Levonás más kiviteli hibákért továbbra is jár ez elemért (magasság, leérkezés előkészítő nyitás, elégtelen csavar).
 - Segítségadás az elem során, mely hozzásegíti a tornászt az elem végrehajtásához.
4. Az összes szeren, a gyakorlat végén, ha a tornász nem mutat be leugrást, de szándékosan a lábára érkezik, nem kell levonni az esésért járó levonást.
5. Leesés után, a gyakorlatot 30 másodpercen belül lehet folytatni, és a tornász elvégezhet szükséges számú elemet, vagy mozdulatot, hogy visszatérjen a kiinduló helyzetbe, de ezen elemeket és mozdulatokat is tökéletes kivittel kell bemutatni. A tornász megismételheti a rontott elemet, és a zsűri értékeli is azt, kivéve, ha a rontás a leugrás során következett be (kivéve kápáslovon), vagy ugráson.
6. A kiviteli hibákat, mint például hajlított térd, hajlított karok, rossz tartás vagy testhelyzet, szegényes mozgásritmus, túl kicsi mozgáskiterjedés, stb. a 9.2 és 9.3 pontban soroljuk fel, és minden esetben levonásra kerülnek, az elvárt tökéletestől való eltérés mértékének megfelelően.
7. A kiviteli hibákat, mint hajlított karok, lábak vagy test, a következők szerint kategorizáljuk:

Kis hiba	Közepes hiba	Nagy hiba
Enyhe hajlítás	Erős hajlítás	Extrém hajlítás

Pontosabb meghatározásért a következő alapelveket kell követni az eltérések meghatározásáért:

Hiba	Szögeltérés	Levonás
Enyhe hajlítás	>0°-45°	0,1
Erős hajlítás	>45°-90°	0,3
Extrém hajlítás	>90°	0,5 + elemértéken nem kapja meg a tornász

E szabály alól csak a következők jelentenek kivételt:

- Korláton: láb behajlítása mielőtt a tornász eléri a függőleges pozíciót Moy, óriáskör elemeknél ÉS Bhavsar típusú elemek után.
- Nyújtón: láb hajlítás lendítés közben ÉS karhajlítás a repülő elemek utáni visszafogásnál.

A Szabálykönyvben megtalálhatók az ezekre az esetekre vonatkozó speciális levonások.

8. Tartásos helyzeteknél és tolodásoknál a karnak (és ahol releváns, a testnek) egyenesnek kell maradnia az elem kivitelezése során. Ha a kar és/vagy test behajlik bármely pillanatban, a levonás a következők szerint alakul:

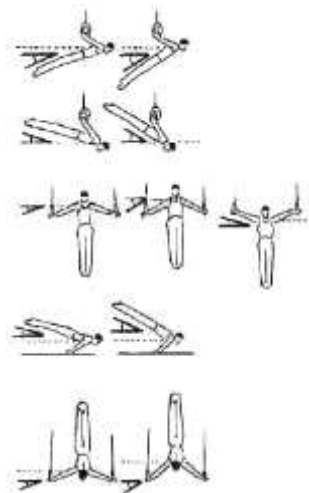
Hiba	Szögeltérés	Levonás
Kis	0°-15°	0,1

Közepes	$>15^{\circ}-30^{\circ}$	0,3
Nagy	$>30^{\circ}-45^{\circ}$	0,5
Nagy	$>45^{\circ}$	0,5 + elemértéken nem kapja meg a tornász

9. Tartásos erőelemeknél és egyéb tartásos elemeknél, bármely szeren, a tökéletes testhelyzettől való szögeltérés határozza meg a technikai hiba nagyságát, és ennek megfelelően a technikai levonást:

Kis hiba	Közepes hiba	Nagy hiba
15° -ig	$>15^{\circ}-30^{\circ}$	$>30^{\circ}$ $>45^{\circ}$ + elemértéket nem kapja meg a tornász

Példák:



- a) A 30° -os vagy annál nagyobb eltérés a kitartott pózban nagy levonást eredményez az E-zsűrinél. Továbbá, 45° -os vagy annál nagyobb eltérés esetén a D-zsűri nem fogadja el az elemet.
10. Egy olyan tartásos elemből induló tolódás, melyet a D-zsűri valamely oknál fogva nem fogadott el, szintén nem kap értéket. A rákövetkező erőelem rész értékelhető, ha a technikai követelményeknek megfelel.
11. Ha egy tolódás olyan tartásos elemből indult, melyben levont a zsűri a nem megfelelő helyzetért, ugyanezt a levonást, maximum 0,30 pontig alkalmazni kell, ha ez a hibás helyzet könnyebbé tette a tolódást. Ezt csak abban az esetben kell alkalmazni, ha egy magas helyzetben megtartott, vagy technikailag rossz kivitelezésű tartásos elem megkönnyíti az ebből a helyzetből indított tolódás végrehajtását (pl. nem vonatkozik a hibás üléstartásból, rossz fogásból, vagy nem megfelelő ideig kitartott tartásos elemből indított tolódásra). Ezt a levonást csak akkor kell alkalmazni, ha a két egymást követő erőelemnél nagy hibát kell vonni.
12. A tökéletes véghelyzettől való eltérésért lendületi elemeknél is alkalmazni kell a szögeltérés levonását. Legtöbb esetben a tökéletes véghelyzet tökéletes kézállásként került meghatározásra, vagy kápáslovon a pároskörzésnél tökéletes haránt vagy oldal támaszhelyzetként. Lendületi elemeknél a következők érvényesek:
- a) Talajon, kápáslovon, gyűrűn, korláton és nyújtón, lendületi elemek gyakran kerülnek bemutatásra úgy, hogy csak „átlendül” a tornász kézálláson, és nem pontosan kézállásban fejezi be az elemet, máskülönben a gyakorlat ritmusa megtörne. Ezért a kézállástól való kis szögeltérés, 15° -ig megengedett az elem véghelyzeténél. Kis levonást kell alkalmazni, ha a kézállástól $>15^{\circ}-30^{\circ}$ tér el a tornász.
- b) Kápáslovon, a pároskörzésnél, és a legtöbb elemnél a kiinduló és a befejező helyzet is tökéletes

- haránt- vagy oldaltámasz helyzet, 15°-os eltérés megengedett. A szögeltérésért járó megfelelő levonást minden egyes alkalommal alkalmazni kell, amikor a gyakorlatban a hiba előfordul. Ez azt jelenti, hogy az E-zsűri minden egyes ferde pároskörnél alkalmazza a levonást, míg a D-zsűri nem fogja figyelembe venni az elemet, ha a szögeltérés meghaladja a 45°-ot az elem nagyobb része alatt.
13. Lendületi elemeknél, a kézálástól való eltérést a következők szerint kell levonni (lásd még a nyújtó kiegészítő szabályát a 15.2 cikkben):
- 15°-ig nincs levonás
 - >15°-30° kis hiba
 - >30°-45° közepes hiba
 - >45° nagy hiba, és a tornász nem kapja meg az elemértéket (D-zsűri)
- Megjegyzés: A véghelyzet >45° eltérése lendületi elemeknél (vagy csavaros elemeknél >90°) nagy levonást eredményez az E-zsűrinél, és a D-zsűri nem fogadja el az elemet. Néhány esetben azokat az elemeket, ahol hiányzik a csavarból, alacsonyabb értékű elemként el lehet fogadni, a befejezett csavarok számát figyelembe véve.
14. Gyűrűn tartásos elembe befejezett lendületi elemnél a vállak és/vagy a test nem emelkedhetnek a tartásos elem befejező helyzetének magassága fölé. Ha a vállak a tartásos elem befejező helyzetének magassága fölé emelkednek, a levonás:
- 15°-ig kis hiba
 - >15°-30° közepes hiba
 - >30°-45° nagy hiba
 - >45° nagy hiba és a tornász nem kapja meg az elemértéket (D-zsűri)
15. Minden tartásos elemet minimum 2 másodpercig meg kell tartani, ami akkor kezdődik, amikor a tartásos helyzetet eléri a tornász, és minden mozgás befejeződik. A nem megfelelően kitartott elemeknél nagy levonást kell alkalmazni, és a D-zsűri nem fogadja el.
- 2 másodperc nincs levonás
 - Kevesebb, mint 2 másodperc közepes hiba
 - Nincs kitartás nagy hiba, és a D-zsűri nem számítja az elemet
16. A rossz leérkezésért járó levonásokat a 9.4 cikkben részletezzük. A helyes leérkezés egy előkészített leérkezés, nem pedig az, mikor a tornász a szerencsének köszönhetően álló helyzetbe érkezik. Az elemeket olyan tökéletes technikával kell bemutatni, hogy a tornász a leérkezés előtt befejezze a forgást, és/vagy kiegyenesítse a testhelyzetet.
17. Leérkezés és leugrás lábra érkezéssel, levonás nélkül
- Biztonsági okokból megengedett, hogy szaltós elemek leérkezésekor a tornász lába ne legyen teljesen összezárva (de csak annyira, hogy sarkaikat össze tudják zárni). A leérkezést követően a tornásznak össze kell zárnia a sarkát anélkül, hogy a lábának elejét felemelné. Ezt egy enyhe lábujjhegyre emelkedéssel végezhető, a sarok felemelkedhet a szőnyegről. A karok sem végezhetnek felesleges lendítéseket, teljes kontroll alatt kell lenniük.

Talajfogás (ellépés, szökkenés, karkörzés nélkül)	Értékelés
A leérkezés kissé nyitott lábakkal, a tornásznak ezt követően össze kell zárnia a sarkát anélkül, hogy a lábának elejét felemelné.	Nincs levonás
Nyitott talajfogás, a terpesz szűkebb, mint a vállszélesség, és a tornász felemeli egyik lábát, hogy zárja a lábait, vagy nem zárja a lábait sarokemeléssel	0,10 pont levonás, nyitott érkezésért
Nyitott talajfogás, a terpesz szélesebb, mint a vállszélesség, és a tornász felemeli egyik lábát, hogy zárja a lábait, vagy nem zárja a lábait	0,30 pont levonás, nyitott érkezésért

Megjegyzés:

- Minden egyéb kiviteli levonás (a szaltó repülő szakaszában, vagy a nyításban) hozzáadódik a leérkezés levonásaihoz, melyeket fentebb említettünk.
18. Leérkezésnél a kis ellépést úgy definiáljuk, hogy a lépés vagy elszökkenés hossza egy lábfejnyi. Ennél

nagyobb távolság nagy ellépésként vagy nagy elszökkenésként kerül értékelésre, és közepes levonást eredményez.

19. A további technikai levonások a 9.4 cikkben kerülnek meghatározásra, és a szerre jellemző levonások a szerekre vonatkozó fejezetekben.

9.3 cikk Gyakorlat összeállítással kapcsolatos elvárások

1. A gyakorlat összeállítással kapcsolatos elvárások azoknak az elvárásoknak az összessége, mely segít megérteni a tornász teljesítményét minden szeren, mint például a talaj terület teljes kihasználása; lendületi elemek megállás nélkül; elemismétlés elkerülése; stb. Ezek szerspecifikusan kerülnek meghatározásra minden szerre, a rá vonatkozó fejezetben kerülnek felsorolásra.
2. A gyakorlat összeállítási hibák közé tartoznak a következők, de nem kizárólag ezek azok:
 - a) Indokolatlan nagy lábnyitás (közepes hiba = 0,30 levonás az E-zsűritől)
 - i. A tornász nem mutathat be elemet olyan lábnyitással, mely nem szolgál kifejezett célt, vagy rontja az esztétikus előadást. Például, korláton támaszcseré vagy szökkenő fordulat lábterpesztéssel; nyújtón és korláton harántterpesztéssel bemutatott elemek; gyűrűn keresztfüggés, fecske vagy kézállás lábterpesztéssel; stb. A legtöbb elem, melynél követelmény a lábterpesztés, felsorolásra került az elemtáblázatban.
 - b) Elemismétlés
 - i. Az elemek megismétlése gyakorlaton belül megengedett, de nem kap nehézségi értéket, és kapcsolati értéket sem. Ennek ellenére az E-zsűri értékeli azokat.
 - c) Ledobások, üres- és közlendületek (közepes és nagy hiba = 0,30 vagy 0,50 pont levonás az E-zsűri által)
 - i. Üres lendület az a lendület, amelynek a végén a tornász nem mutat be elemet, vagy nem ér el új támasz vagy függő helyzetet, vagy más fogásmódot (közepes hiba az E-zsűrinél).
 - ii. Közlendület a két egymást követő üres lendület (nagy hiba az E-zsűrinél).
 - iii. Ledobás az a hátrafelé lendület támaszban, vagy felkartámaszban, mely simán hátrafelé irányul, és egy alacsonyabb függő vagy támasz helyzetbe érkezik vele a tornász (még ha fogásváltás is van közben) (közepes hiba az E-zsűrinél).
 - d) Lábak leengedése kézállásba lendülésnél vagy tartásos helyzetnél.

A táblázat bemutatja, lábak leengedéséért járó levonásokat a kézállásba lendülésnél:

Bírói tevékenység		Szögtérés az eredeti helyzettől
E-zsűri	D-zsűri	
-0,1 kicsi	-	0-15°
-0,3 közepes	-	>15°-30°
-0,5 nagy	-	>30°-45°
-0,5 nagy	-	>45°

9.4 cikk E-zsűri levonások

Ezeket a levonásokat minden szeren és a talajon is alkalmazza az E-zsűri, ha a vonatkozó hiba felmerül. Lásd a szerspecifikus levonásokat a 10-15 szakaszban szerre jellemzően felsorolva.

Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
Esztétikai és kiviteli hibák levonása			
Nem felismerhető pozíciók (zsugor, bicska, nyújtott testű)	+	+	
Kéz- vagy fogásigazítás minden alkalommal	+		
Ellépés vagy szökkenés kézállásban (minden lépés vagy szökkenés)	+		
Szer, vagy talaj érintése lábbal vagy lábfejjel	+		
Szer vagy talaj megütése			+
Edző hozzáér a tornászhoz, de nem segíti a gyakorlat során		+	
Gyakorlat megszakadása esés nélkül			+
Hajlított karok, hajlított lábak, terpesztett lábak	+	+	+
Rossz helyzet vagy testtartás, tartásbeli hibák javítása a véghelyzetnél	+	+	+
Szaltók térd vagy lábnyitással	≤Vállszélesség	>Vállszélesség	
Lábak terpesztve a leérkezéskor	≤Vállszélesség	>Vállszélesség	
Leérkezéskor bizonytalanság, kis igazítás a láb helyzetén, vagy kiterjedt karlendítés	+		
Egyensúlyvesztés leérkezéskor, esés vagy támasz nélkül (Maximum -1,0 összesen a lépésekért és szökkenésekért)	Kis egyensúlyvesztés, kicsi ellépés vagy elszökkenés, 0,10/lépés vagy szökkenés	Nagy ellépés vagy elszökkenés, vagy szőnyeg érintése 1 vagy 2 kézzel	
Elesés, vagy támasz 1 vagy 2 kézzel bármely leérkezés során			1.0
Esés a leérkezés során anélkül, hogy a tornász lába érné először a szőnyeget			1.0 és a D-zsűri nem értékeli az elemet
Atipikus lábterpesztés		+	
Más esztétikai hibák	+	+	+

Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
Levonás a technikai hibákért			
Eltérés a kézállásban vagy azon keresztül vezető lendületi elemeknél vagy a körzéses elemeknél	15° - 30°	>30° - 45°	>45° és az elemet nem értékeli a D-zsűri
Szögeltérés a tökéletes tartásos helyzetnél	15°-ig	>15° - 30°	>30° - 45° >45° és az elemet nem értékeli a D-zsűri
Tolódás rosszul megtartott tartásos elemekből	A levonás egyenlő azzal, amit a tartásos elemért alkalmaztunk (max. 0,3)		

Elégtelen fordulat	30°-ig	>30° - 60°	>60° - 90° >90° és az elemet nem értékeli a D-zsűri
Szaltós és repülő elemeknél a mozgáskiterjedés, magasság elégtelensége	+	+	
Hozzáadott vagy közbeiktatott kéztámasz	+		
Erőelem lendületből vagy fordítva (lásd: Gyűrű)	+	+	+
Tartásos elem időtartama (2 mp)		Kevesebb, mint 2 mp.	Nincs mozgásszünet és D-zsűri nem fogadja el
Felfelé haladó mozgás megszakítása	+	+	
Kézállásba irányuló elemeknél lábak süllyesztése (eredeti helyzetből)	0 - 15°	>15°-30°	>30° - 45° > 45° D-zsűri nem fogadja el
Bizonytalanság a kézállásban, vagy leesés kézállásból	+	lendülés vagy nagy egyensúlyzavar	
Leesés vagy szerre esés			1,0
Közlendület, vagy ledobás		Fél, vagy ledobás	teljes
Segítségadás az elem teljesítéséhez			1.0, és nem fogadja el a D-zsűri
Nyitás hiánya a leérkezés előkészítésénél	+	+	
Más technikai hibák	+	+	+

III. RÉSZ Szerek

- Talaj
- Lólengés
- Gyűrű
- Ugrás
- Korlát
- Nyújtó

10. szakasz: Talaj

Méret: 12 m x 12 m

10.1 cikk Gyakorlat leírása

A talaj gyakorlat elsősorban akrobatikus elemek és más elemek kombinációjából áll, mint például egyensúlyi rész, hajlékonysági elemek, kézállások, koreográfiai kombinációk, melyek mind harmonikus, ritmikus gyakorlatot alkotnak, és mellyel a tornász az egész talajterületet bejárja (12x12 m).

10.2 cikk Gyakorlat tartalma és összeállítása

10.2.1 cikk Információk a gyakorlat bemutatásáról

1. A tornásznak a gyakorlatot a talajterületen belülről kell elkezdenie, alapállásból, zárt lábakkal. A gyakorlat értékelése az első lábmozdulattól kezdődik.
2. További kiviteli és összeállítási elvárások:
 - a) A gyakorlatot teljes egészében a talajterületen belül kell végrehajtani. Talajterületen kívül bemutatott elemeket a D-zsűri nem fogadja el, az E-zsűri pedig alkalmazza érte a levonásokat.
 - i. A talajgyakorlathoz használható területet határoló vonalak, vagy eltérő színű anyagok jelzik. A határoló vonalak a talaj terület részét képezik. A tornász ráléphet a vonalra, de nem léphet át a vonalon, vagy a külső rész színére.
 - ii. A jelölt talajterületről való kilépést két vonalbíró ellenőrzi, akik egy átló két ellentétes végénél ül, közel a talajterülethez, hacsak a versenykiírásban másképp nem kerül meghatározásra. Mindkét vonalbíró a hozzá közelebb eső két vonalat felügyeli. Ha a tornász kilép, a vonalbíró jelzi azt a D1 bírónak, a következő kritériumoknak megfelelően:
 - Kérkezés, vagy talajérintés a talajterületen kívül egy lábbal vagy egy kézzel = 0,10
 - Két lábbal, két kézzel vagy egy lábbal és egy kézzel, vagy bármely más testrészrel talajérintés a talajterületen kívül = 0,30
 - Kérkezés a talajterületen kívül = 0,30
 - A talajterületen kívülről indított elemeknek nincs nehézségi értéke.A D1- bírónak le a megfelelő levonást a gyakorlat végső pontszámából.
 - iii. Ha egy tornász kilép a talajterületen kívülre, a talajterületre visszatéréshez szükséges lépéseket nem vesszük számításba.
 - b) A talajgyakorlat maximális hossza 75 másodperc, melyet időmérővel ellenőriznek. Nincs minimum idő. Az időmérő bíró hallható jelzést ad 65 másodpercnél, és 75 másodpercnél, hogy jelezze, hogy a gyakorlat maximális előírt idejét jelezze. A gyakorlat idejét az első lábmozdulattól kezdve mérik a leugrás (dismount) végéig, amit álló helyzetben, zárt lábakkal kell a tornásznak befejeznie. Ha a talajgyakorlat hossza nem felel meg az előírt időnek, az időmérő jelzi a D1 bírónak, aki alkalmazza a megfelelő levonást a végső pontszámából.

- c) A teljes talajterületet ki kell használni. Nincs szabályozva, hogy a tornász hány alkalommal használhatja ugyanazt az átlót akrobatikus sorokhoz. De ugyanazt az átlót nem használhatja a tornász háromnál többször egymás után. Ha a tornász háromszor használta ugyanazt az átlót egymás után, egy oldalon melletti sort kell bemutatnia, hogy egy eddig nem használt sarokhoz érjen.
 - Az oldalon menti sor <12 m (Írányok: A-B, B-C, C-D, D-A)
 - Minden más akrobatikus sor átlós sor.
 Továbbá, a tornásznak mind a négy sarkot használnia kell. Ha az utolsó sor egy addig még nem használt sarok felé viszi a tornászt, ezt kielégíti a követelményt. Ha a gyakorlat során a tornász nem érinti az összes sarkot, 0,3 neutrális levonást kell alkalmazni a D1 bírótól. Ha egy átlót a versenyző 4-szer használ egymás után, a D1 bírótól 0,3 neutrális levonást alkalmaz.
 - d) Az akrobatikus elemek előtt nem megengedett 2 másodperces, vagy annál hosszabb megállás (szünet). Az egyszerű karmozgások bemutatása álló helyzetben ugyanúgy megállásnak minősülnek, így a két másodperc mérése abban a pillanatban kezdődik, amikor a tornász álló helyzetben van.
 - e) Minden akrobatikus elemet vagy sorozatot láthatóan jól kontrollált érkezéssel kell bemutatni, mielőtt nem-akrobatikus elemmel folytatná a tornász a gyakorlatot. Az ilyen átmeneteknél nem engedélyezett a pillanatnyi bizonytalan érkezés.
 - f) A gyakorlatot akrobatikus elemmel kell zárni, melyben páros lábra érkezik a tornász.
 - g) A tornász ne használjon sima lépéseket, hogy a sarokba érkezzen. Sima lépésnek számít, ha a tornász koreográfia nélkül változtat helyet a talajterületen (koreográfia: $\geq 180^\circ$ fordulás, ugrás, vízszintes fölötti lábemelés a lépés során, stb.)
 - h) Az esztétikai és technikai hibákért adott levonásokat elemenként számítjuk, nem pedig minden egyes szaltóért az adott elemben.
3. A gyakorlat kivételért adható levonások teljes listáját lásd a 9. szakaszban, és a levonások összegzésénél a 9.4 és 10.3 cikkekben.

10.2.2 cikk Információk a D pontszámáról

1. Az elemcsoport követelmények a következők
 - I. Nem akrobatikus elemek
 - II. Akrobatikus elemek előre
 - III. Akrobatikus elemek hátra
2. A leugrás nem lehet az I. elemcsoportból.
3. Kötelező egy duplaszaltós elemet bemutatni a 10 (junioroknál 8) számítandó elem között.
4. Információ a nehézségről és elemcsoportokról:
 - a) Az akrobatikus elemeket be lehet mutatni elemkapcsolatban, de önállóan kapnak nehézségi értéket.
 - b) Talajon egy elem csak egy elemcsoport követelményét teljesíti. Ha egy elemet a tornász leugrásként mutat be (II. és III. elemcsoport), csak a leugrás követelményét teljesíti, és ugyanabból a csoportból legalább még egy elemnek szerepelnie kell a gyakorlatban, hogy a megfelelő pontszámot az elemcsoport követelmény teljesítéséért megkapja. A leugrásként bemutatott elemet kell először számításba venni az öt elemcsoport követelmény összeszámolásánál, kivéve elemismétlés esetén.
 - c) Minden Arabian elem a hátrafelé irányuló akrobatikus elemek csoportjába tartozik, például az Arabian dupla szaltó fél fordulattal = dupla szaltó 1/1 fordulattal (D érték).
5. Információk az elemkapcsolatokról (CV).
 - D vagy magasabb + B vagy C = 0,1, D vagy magasabb + D vagy magasabb = 0,2
 - Elemkapcsolatot adhatunk az elemet megelőző vagy azt követő elemmel,
 - Ahhoz, hogy a kapcsolati értéket a tornász megkapja, minden elemnek a 10 nehézségi értéket kapó elem között kell lennie (junioroknál 8).
 - Nem adható kötési érték az egymás után következő csavarral bemutatott szaltókért (pl. hátra szaltó 5/2 csavarral, előre szaltó 1/1 csavarral).
 - Ha egy tornász két vagy több elemet kapcsolatban mutat be, de nagy levonást kap bármilyen okból, a kapcsolati bónuszt nem kapja meg a szóban forgó elemkapcsolatért.

6. Egyéb információk és szabályok:

- a) Egy és fél szaltók kézről ellökődve indítással nem megengedettek
- b) Szaltó kigurulások, vagy hasonfekvésbe ugrások nem engedélyezettek nehézségi értékért.
- c) Minden olyan elem, melynél engedélyezett a kigurulás, vagy a mellő támaszba érkezés, felsorolásra került az elemtáblázatban. Biztonsági okokból új elemként ilyen már nem adható be.
- d) Ha nincs az elemtáblázatban külön jelölve, a páros köröknek és Thomas-köröknek azonos értéke és azonosító száma van. Terpesztett lábbal végzett kanyarlati elemek nincsenek engedélyezve.
- e) Az elemtáblázatban nem szereplő, terpesztett lábbal végrehajtott tartásos erőelemek nem megengedettek.
- f) Azokat az elemek, melyek két erő részből állnak, úgy kell bemutatni a nehézségi érték megszerzéséért, hogy mindkét pozícióban megálljon a tornász, vagy ha csak az egyik pozícióban van mozgásszünet, alacsonyabb nehézségi értéket ítélnék az elemért. Példa: Manna (1 mp) és emelés kézállásba (a kézállás nincs kitartva) = C érték a Mannáért.
- g) Minden páros kör és Thomas-kör mellő támaszból kezdődik, és ott ér véget.
- h) Az I.82 elem értéke nem emelhető előtte vagy utána bemutatott elemekkel.

Alapelv, hogy csak akrobatikus elem érhet D értékűnél többet.

- i) Minden japán kézállásban össze kell zárni a lábakat, és a fej és talaj távolsága maximum egy kézfej szélességnyi lehet.
- j) ha egy tornász lelép, vagy leengedi a lábát és érinti a talajt emelés kézállás közben, nem kaphat az emelés kézállás nehézségi értéket. De a kézállásért megkaphatja a nehézségi értéket, ha kitartja 2 mp-ig.
- k) Számos akrobatikus elemet nem lehet leértékelni, ha részben zsugor helyzetben kerül bemutatásra. Például: nyújtott testű előre szaltó dupla csavarral, megkaphatja a duplacsavar értékét, ha a láb behúzása és csukódás zsugor helyzetbe a második csavar során történik, de alkalmazni kell a nem megfelelő testhelyzetért járó levonást (9.4 cikk).

7. Speciális elemisméltések

- a. Maximum 2 erőelemet (beleértve az erőemelést kézállásba is) lehet egy gyakorlaton belül bemutatni, hogy értéket kapjon.

Az erőelemek az I.1-I.48-ig elemek, kivéve:

- I.19 - kézállás (2 mp)
- I.31 -1/2 vagy 1/1 támla kézállásban, vagy kézállásba

- b. Maximum 2 pároskör, Thomas-kör vagy orosz kanyarlat lehet egy gyakorlatban, hogy értéket kapjon.

8. Az elemek el nem fogadására vonatkozó további szabályok, és a D-pontszám egyéb tulajdonságai a 7 szakaszban kerültek felsorolásra, a levonások összefoglalása 7.6 cikkben található.

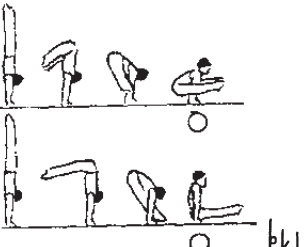
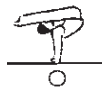
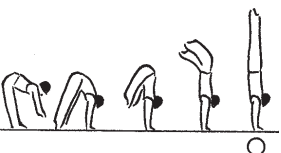
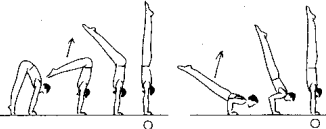
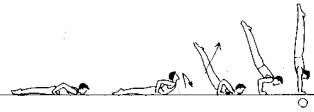
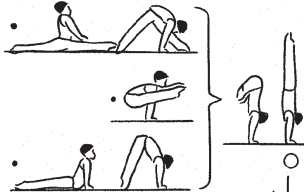
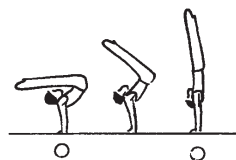
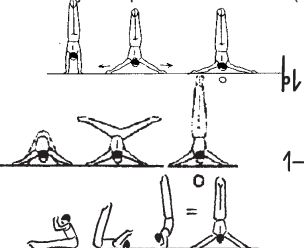
10.3 cikk Talajgyakorlatnál alkalmazott speciális levonások

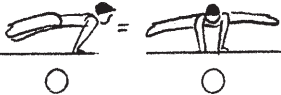
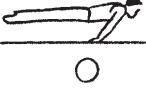
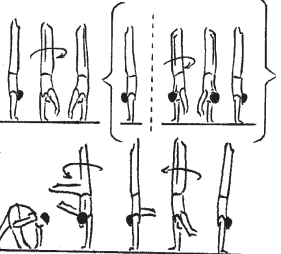
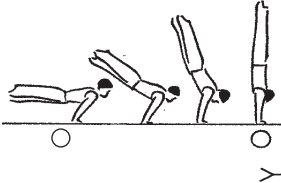
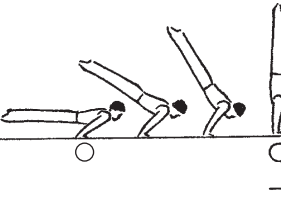
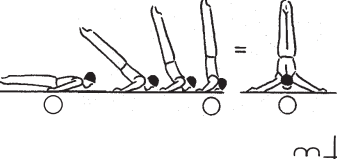
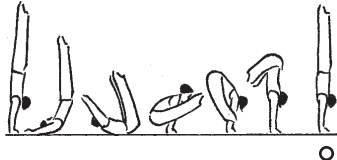
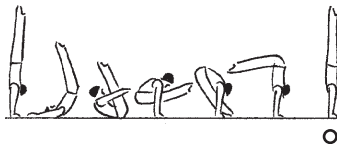
D zsűri

Hiba	Kicsi 0,01	Közepes 0,03	Nagy 0,05
75 mp-nél hosszabb gyakorlat	≤ 2 mp.	>2-5 mp	< 5 mp
Kiérkezés, vagy talajérintés a talajterületen kívül egy lábbal vagy egy kézzel	+		
Két lábbal, két kézzel vagy egy lábbal és egy kézzel, vagy bármely más testrészrel talajérintés a talajterületen kívül		+	
Kiérkezés a talajterületen kívül		+	
A versenyző nem érinti mind a négy sarkát a talajterületnek (indulás vagy érkezés)		+	
Egymás után háromnál többször használja a versenyző ugyanazt az átlót		+(egyszer a gyakorlat során)	
Nincs duplaszáltós elem a gyakorlatban (csak felnőttek)		+	
A talajterületen kívülről indított elemek	Nincs értéke		

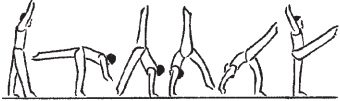
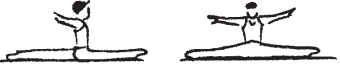
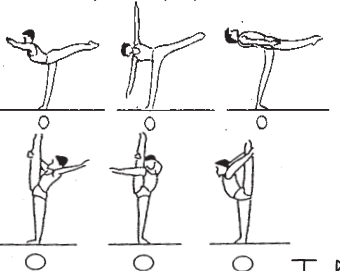
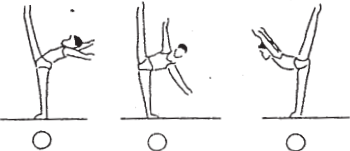
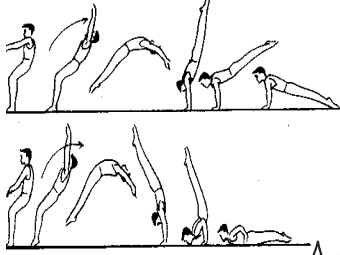
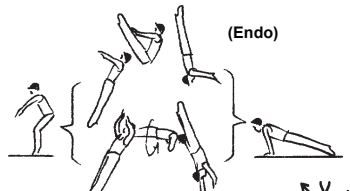
E zsűri

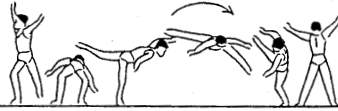
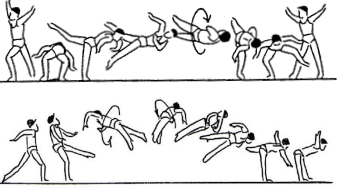
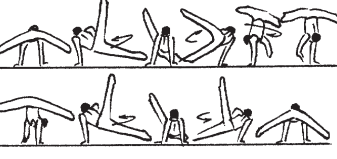
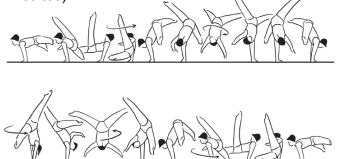
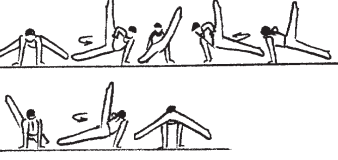
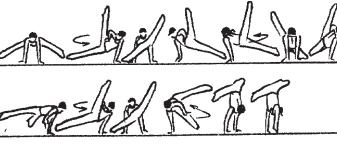
Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
Akrobatikus elem elégtelen magassága	+	+	
Statikus elemeknél ízületi mozgékonyág hiánya	+	+	
Elemek kigurulással kéztámasz nélkül bemutatva		Támasz kézháton	Támasz nélkül
2 mp vagy annál hosszabb megállás elem vagy akrobatikus sor előtt	+		
Pillanatnyi talajfogás kontrollálatlansága (átmeneteknél is)	+	+	+
Sima lépés vagy helyváltoztatás a sarokba érkezéshez	+		
Ugrás hasonfekvésbe szaltóból érkezés után			+

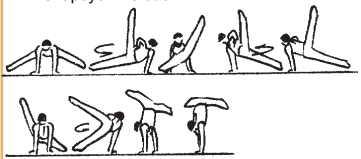
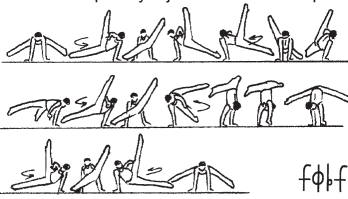
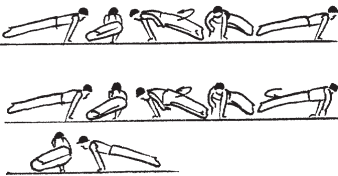
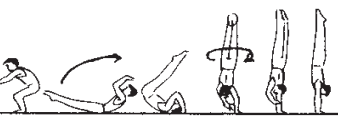
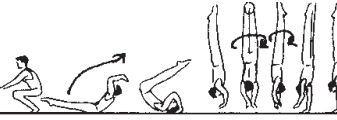
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Elements non-acrobatiques - Non-acrobatic Elements - Elementos no acrobáticos					
1. De l'appui renvs. s'abaisser à l'équerre ou à l'équerre écartée (2 s.). <i>From hdst. lower to L-sit or strad. L-sit (2 s.).</i> <i>Desde ap. inv., bajar a ángulo o ángulo p. ab. (2 s.).</i> 	2. Équerre, jambes levées à la vertical (2 s.). <i>V-sit (2 s.).</i> <i>Ángulo, piernas verticales (2 s.).</i> 	3. Équerre, jambes à l'horizontal (2 s.). <i>V-sit with legs horiz. (2 s.).</i> <i>Ángulo piernas horizontales (2 s.).</i> (Manna) 			
7. De la station jambes éc., appui renv. (2 s.). <i>From straddle stand, press to hdst. (2 s.).</i> <i>Desde el ap. piernas ab., apoyo invertido (2 s.).</i> 	8. S'élever corps fléchi, bras tendus ou corps tendu, bras fléchi à l'appui renv. (2 s.). <i>Piked body, str. arm or str. body, bent arm press to hdst. with legs together (2 s.).</i> <i>Elevare cuerpo flex., brazos ext. o cuerpo ext., brazos flex. al apoyo invertido (2 s.).</i> 	9. l'Équerre jambes vert.(2 s.) et s'élever à l'appui renv. (2 s.). Aussi jambes écartées dans la phase finale. <i>V-sit (2 s) and press to hdst. (2 s.). Also final phase with straddle.</i> <i>Ángulo piernas verticales (2 s.) y elevarse al apoyo invertido (2 s.). También con la fase final con piernas abiertas.</i> 	10. l'Équerre jambes horiz.(2 s.) et s'élever à l'appui renv. (2 s.). Aussi jambes écartées dans la phase finale. <i>Manna (2 s.) and press to hdst. (2 s.). Also final phase with straddle.</i> <i>Ángulo piernas horiz. (2 s.) y elevarse al apoyo inv. (2 s.). También con la fase final con piernas abiertas.</i> 		
13. De la position couchée faciale, avec élan s'élever à l'appui renversé (2 s.). <i>Rock to hdst. from prone position (2 s.).</i> <i>Desde la posición acostada facial, con impulso elevarse al apoyo invertido (2 s.).</i> 	14. Appui renv. du gr. écart. éq. écartée ou de l'appui facial (2 s.). <i>Press from split, L-sit strad. or front sup. (2 s.).</i> <i>Apoyo invertido desde Spagat, o ángulo piernas abiertas (2 s.).</i> 		16. Du Manna (2 s.), renversement a l'appui renversé (2 s.). <i>From Manna (2 s.), turn over (dislocation) to handstand (2 s.).</i> <i>Desde Manna (2 s.), dislocar al apoyo invertido (2 s.).</i> 		
19. Appui renversé (2 s.). <i>Handstand (2 s.).</i> <i>Apoyo invertido (2 s.).</i> 	20. S'élever lent. ou s'abaisser ou élan à la croix renv. (2 s.). <i>Press or lower or swing to Japanese hdst. (2 s.).</i> <i>Subir o bajar o impulso a cristo invertido (2 s.).</i> 	21. Du gr. écart. s'élever lent. à la croix renversé (2 s.). <i>From split press to Japanese handstand (2 s.).</i> <i>Desde spagat elevarse lentamente a cristo invertido (2 s.).</i> 			

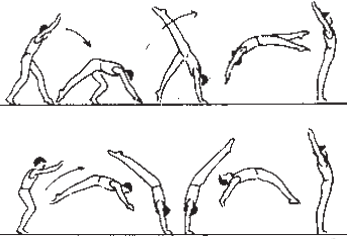
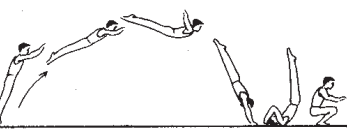
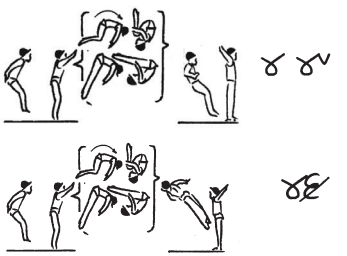
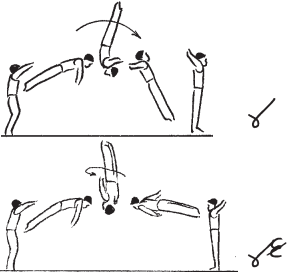
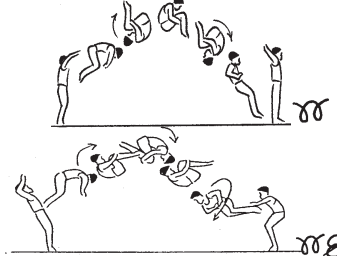
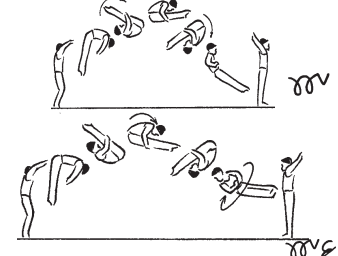
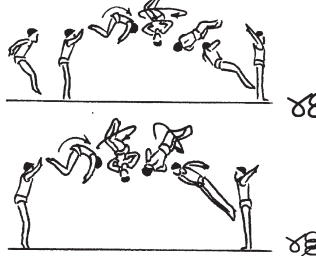
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Elements non-acrobatiques - Non-acrobatic Elements - Elementos no acrobáticos					
25. Appui facial horizontal jambes écartées (2 s.). <i>Support scale, legs straddle (2 s.).</i> Apoyo facial horizontal piernas abiertas (2 s.). 	26. Appui facial horizontal. (2 s.). <i>Support scale (2 s.).</i> Apoyo facial horizontal (2 s.). 	27. Hirondelle (2 s.). <i>Swallow (2 s.).</i> Hirondelle (2 s.). 	28.	29.	30.
31. ½ ou 1/1 tour en app. renv. ou à l'app. renv. <i>½ or 1/1 turn in handstand or to handstand.</i> ½ o 1/1 giro en apoyo inv. o al apoyo invertido. 	32. De l'appui facial horizontal ec. (2 s.) s'élever à l'appui renversé (2 s.). <i>From straddled support scale (2 s.) press hdst. (2 s.).</i> Desde el ap. facial horizontal piernas abiertas, (2 s.) elevarse al apoyo invertido (2 s.). 	33. De l'appui facial horizontal 2 s. s'élever à l'appui renversé (2 s.). <i>From support scale 2 s. press handstand (2 s.).</i> Desde apoyo facial horizontal, 2 s. elevarse al ap. inv. (2 s.). 	34. De l'hirondelle 2 s. s'élever lent. à la croix renversé. (2 s.). <i>From Swallow 2 s. press to Japanese hdst. (2 s.).</i> Desde hirondelle 2 s. elevarse a cristo inv. (2 s.). (Alvaríño) 	35.	36.
37. De l'équerre, éc., tour arr. à la station. <i>From L-sit, etc., turn over bwd. to stand.</i> Desde ángulo piernas abiertas voltear a la posición. 	38.	39.	40.	41.	42.
43.	44. Roulé éc à l'appui renversé (2 s.). <i>Endo roll to handstand (2 s.).</i> Rodar piernas abiertas al apoyo invertido (2 s.). 	45. Roulé carpé à l'appui renversé (2 s.). (jambes serrées) <i>Endo roll piked to handstand (2 s.). (legs together)</i> Rodar en carpa al apoyo invertido (2 s.). (piernas juntas) 	46.	47.	48.

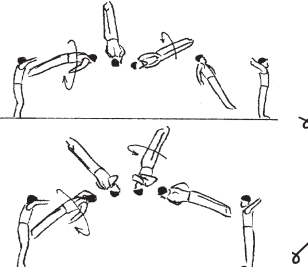
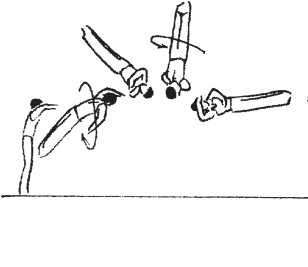
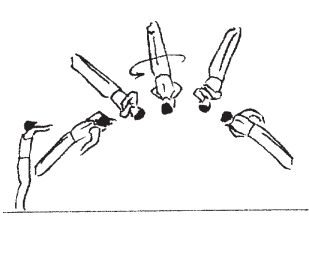
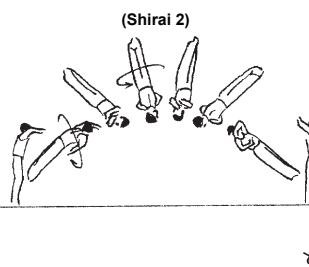
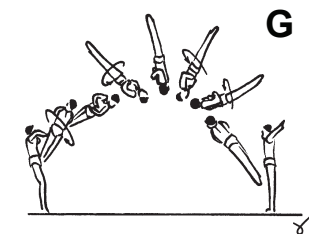
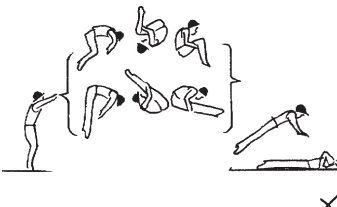
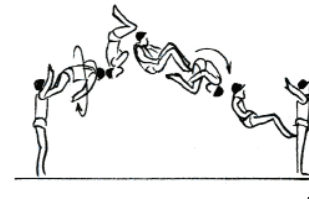
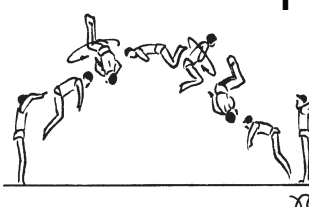
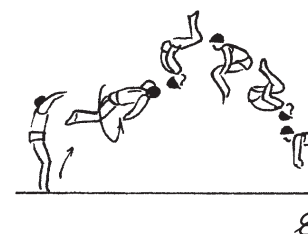
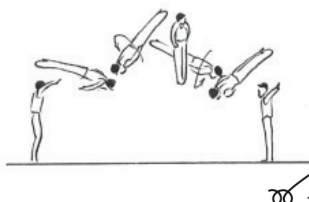
- Ne doivent pas venir nécessairement depuis l'appui tendu renversé pour être reconnus.
* - Does not need to come from handstand to be recognised.
- No es necesario venir desde el apoyo invertido para ser reconocido.

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Elements non-acrobatiques - Non-acrobatic Elements - Elementos no acrobáticos					
49. Renversement avant. <i>Forward walkover.</i> Paloma.  ∩ x	50.	51.	52.	53.	54.
55. Grand écart transversal ou latéral (avec arrêt). <i>Cross or side split (stop required).</i> Spagat de frente o lat. (se necesita parar).  ⊥	56.	57.	58.	59.	60.
61. Toutes les balances (2 s.). <i>Any standing scale (2 s.).</i> Todas las planchas (2 s.).  T P	62. Toutes les balances éc. 180°, sans appui des mains (2 s.). <i>Any standing scale with 180° straddle, no hand hold (2 s.).</i> Todas las planchas piernas abiertas 180°, sin apoyo de manos (2 s.).  Y	63.	64.	65.	66.
67. Saut en arrière à l'appui ou couché facial. <i>Jump bwd. to front support.</i> Salto atrás al apoyo acostado facial.  Λ	68. Saut en arrière avec carpe - tendu ou av. 1/1 t. à l'appui facial. <i>Jump bwd. with pike-stretch or with 1/1 turn to front support.</i> Salto atrás en carpa - extendido o adelante con 1/1 g al apoyo acostado facial.  (Endo) v v	69.	70.	71.	72.

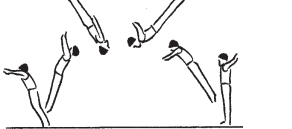
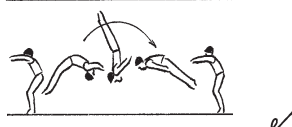
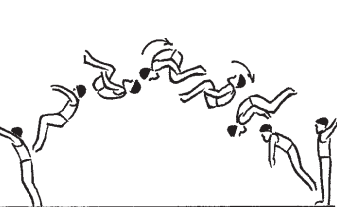
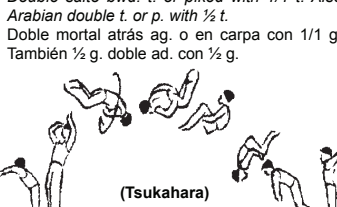
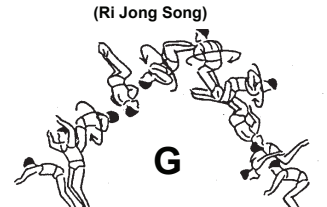
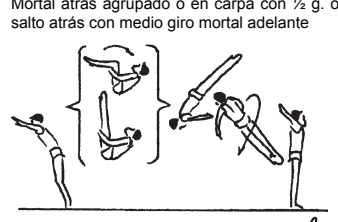
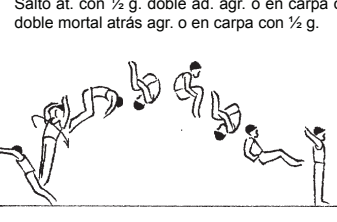
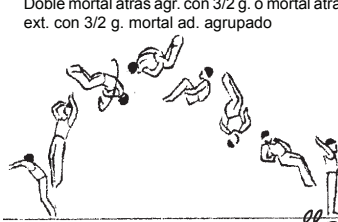
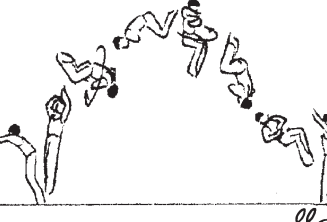
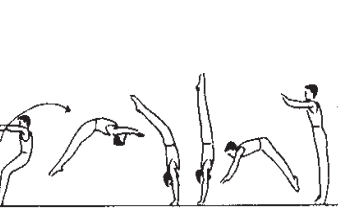
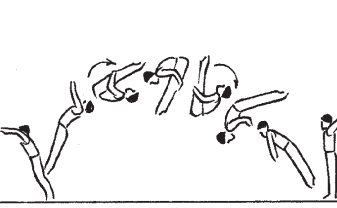
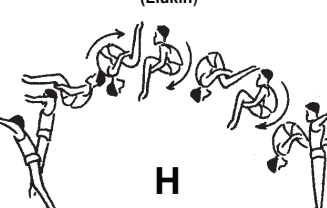
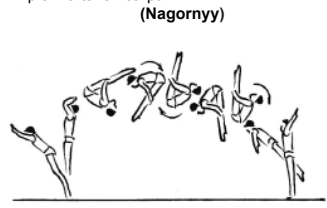
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Elements non-acrobatiques - Non-acrobatic Elements - Elementos no acrobáticos					
73. Papillon. <i>Butterfly.</i> Papillon.  B	74. Papillon avec 1/1 tour avant ou arrière. <i>Butterfly with 1/1 twist fwd. or bwd.</i> Papillon con 1/1 giro adelante o atrás. (Tong Fei)  B E	75. Papillon avec 2/1 tour. <i>Butterfly with 2/1 twist.</i> Papillon con 2/1 giros.  B E	76.	77.	78.
79. 1 cercle des jambes serrées ou écartés. <i>1 circle or flair.</i> 1 molino o molino piernas abiertas.  f f	80. Cercles des jambes serrées ou écartées à l'appui renversé. <i>Circles or flair to handstand.</i> Molinos o molinos piernas abiertas al apoyo invertido.  f b	81. Cercles d. jambes à l'appui renv. et s'abaisser en cercles des jambes éc. ou cercles d. jamb. <i>Flair or circle to hdst. continue to flair or circle.</i> Molinos o molinos piernas abiertas al apoyo invertido y bajar a molinos o molinos p. ab. (Gogoladze)  f b f	82. Cercles d. jambes saut arr. à l'ap renv. avec 360° et s'abaisser cercles des jambes éc. (2 saut). <i>Flair hopping with 360° t. bwd. thr. hdst and back to flair (2 hops).</i> Molinos p. ab. salto atrás con 360° al apoyo invertido con giro y bajar a molino p. abiertas. (2 saltos).  f b f	83.	84.
85.	86. De l'appui renversé s'abaisser en cercles des jambes écartées ou serrées. <i>Lower from hdst. to flair or circle.</i> Desde el apoyo invertido bajar a molinos o molinos piernas abiertas.  b f	87.	88.	89.	90.
91. Cercles d. jambes écartés avec ½ pivot. <i>Flair with ½ spindle.</i> Molinos o molinos p. abiertas con ½ giro.  f φ	92. Cercles d. jambes écartés avec 1/1 pivot (dans 2 cercles). <i>Flair with 1/1 spindle (in 2 circles).</i> Molinos o m. piernas abiertas con 1/1 giro (en dos molinos).  f φ	93. Cercles d. jambes écartés a >270 pivot (dans 2 cercles) directement à l'appui renverse. <i>Flair with >270 spindle (in 2 circles) directly to handstand.</i> Molinos p. abiertas con giro >270 (en 2 molinos) directement al ap. inv.  f φ b	94.	95.	96.

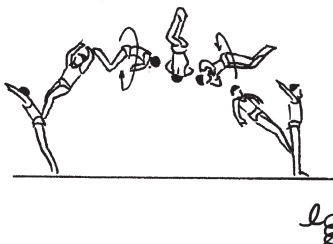
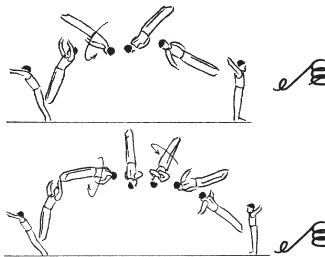
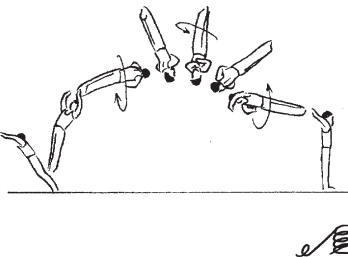
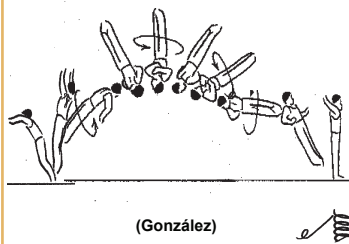
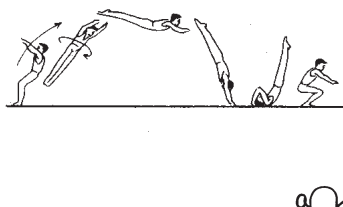
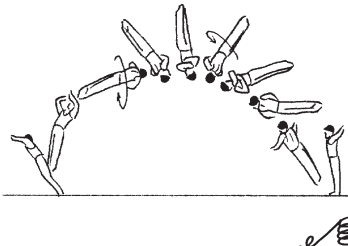
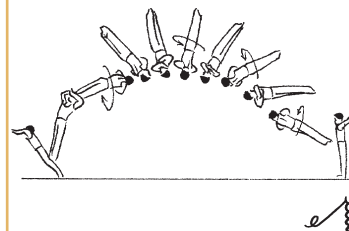
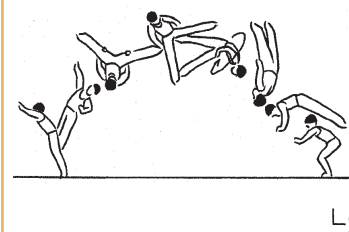
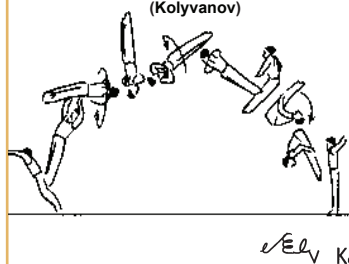
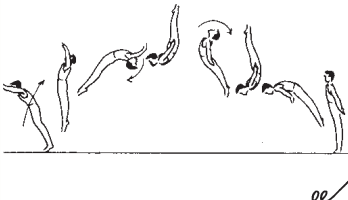
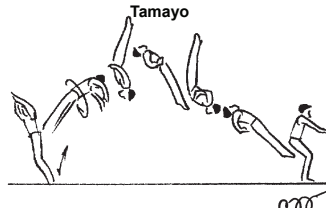
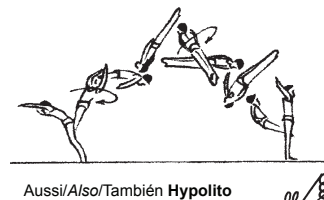
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Elements non-acrobatiques - Non-acrobatic Elements - Elementos no acrobáticos					
97.	98. Cercles d. jambes écartés. a ½ pivot à l'appui renv. <i>Flair with ½ spindle to handstand.</i> Molinos o molinos piernas abiertas con ½ giro al apoyo invertido. 	99.	100. Cercles d. jamb. éc. a >270 pivot (dans 2 cercles) direct. à l'app. renv et s'abais. en cerc. des jamb. éc. ou cercl. d. jamb. <i>Flair with > 270° spindle (in 2 circles) directly to handstand and continue to circle or flair.</i> Molinos p. ab. con giro > 270° (en 2 molinos) direc. al ap. inv. y bajar a molino o molino p. ab. 	101.	102.
103. Facial russe avec 360° ou 540°. <i>Russian wendeswing with 360° or 540°.</i> Rusa facial con 360° o 540°. 	104. Facial russe avec 720° ou 900°. <i>Russian wendeswing with 720° or 900°.</i> Rusa facial con 720° o 900°. 	105. Facial russe avec 1080° ou plus. <i>Russian wendeswing with 1080° or more.</i> Rusa facial con 1080° o más. (Fedorchenko) 	106.	107.	108.
109. Rouler en arrière à l'appui renv. avec ½ t. <i>Roll bwd. through hdst. with ½ t.</i> Rodar atrás al apoyo invertido con ½ g. 	110. Rouler en arrière avec 1/1 t. sauté à l'appui renversé. <i>Roll bwd. with hop 1/1 t. through hdst.</i> Rodar atrás con 1/1 g. saltado al ap. invertido. 	111.	112.	113.	114.
115.	116.	117.	118.	119.	120.

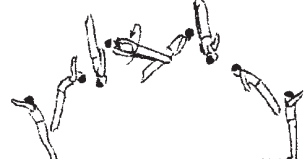
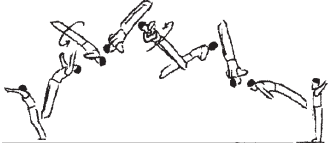
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Parties acrobatiques en avant - <i>Acrobatic elements forward</i> - Elementos acrobáticos adelante					
1. Renversement avant. <i>Forward handspring or flyspring.</i> Paloma adelante o flic flac adelante. 	2.	3.	4. Renversement salto avant groupé à station. <i>Handspring salto fwd. tuck.</i> Paloma mortal agrupado. (Morandi) 	5.	6.
7. Saut de poisson. <i>Dive roll.</i> Tigre. 	8.	9.	10.	11.	12.
13. Salto avant groupé ou carpé, aussi avec ½ t. <i>Salto fwd. tucked or piked, also with ½ t.</i> Mortal ad. agr. o en carpa, también con ½ g. 	14. Salto avant tendu, aussi avec ½ t. <i>Salto fwd. straight, also with ½ t.</i> Mortal adelante ext., también con ½ g. 	15.	16. Double salto avant groupé, aussi avec ½ t. <i>Double salto fwd. tucked, also with ½ t.</i> Doble mortal ad. agrupado, también con ½ g.. 	17. Double salto avant carpé, aussi avec ½ t. <i>Double salto fwd. piked, also with ½ t.</i> Doble mortal ad. en carpa, también con ½ g. 	18.
19.	20. Salto av. groupé avec 1/1 t., aussi avec 3/2 g. <i>Salto tucked with 1/1 t., also with 3/2 t.</i> Mortal ad. agr. con 1/1 g., también con 3/2 g. 	21.	22.	23.	24.

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Parties acrobatiques en avant - Acrobatic elements forward - Elementos acrobáticos adelante					
25.	26.	27. Salto av. tendu avec 1/1 t., aussi avec 3/2 g. <i>Salto fwd. str. with 1/1 t., also with 3/2 t.</i> Mortal ad. ext. con 1/1 g., también con 3/2 g. 	28. Salto av. tendu avec 2/1 t. <i>Salto fwd. str. with 2/1 t.</i> Mortal ad. ext. con 2/1 g. 	29. Salto av. tendu avec 5/2 t. <i>Salto fwd. str. with 5/2 t.</i> Mortal ad. ext. con 5/2 g. 	30. Salto av. tendu avec 3/1 t. <i>Salto fwd. str. with 3/1 t.</i> Mortal ad. ext. con 3/1 g. (Shirai 2) 
31.	32.	33.	34.	35.	36. Salto av. tendu avec 7/2 t. <i>Salto fwd. str. with 7/2 t.</i> Mortal ad. ext. con 7/2 g. (Goshima) 
37.	38. Salto av. gr. ou ca. à l'appui facial. <i>Salto fwd. t. or p. to front support.</i> Mortal adelante agrupado o en carpa al apoyo acostado facial. 	39.	40.	41. Double salto avant groupe avec 1/1 t. <i>Double salto fwd. tucked with 1/1 turn.</i> Doble mortal adelante agrupado con 1/1 giro. 	42. Double salto avant groupé avec 3/2 t. <i>Double salto fwd. tucked with 3/2 turn.</i> Doble mortal adelante agrupado con 3/2 giro. (Zapata) 
43.	44.	45.	46. Saut en av. 1/2 t. et double salto arr. gr. <i>Jump fwd. with 1/2 t. to dbl. salto bwd. t.</i> Salto ad. con 1/2 g. y doble mortal at. ag. (Deferr) 	47.	48. Double salto avant tendu avec 3/2 t. <i>Double salto fwd. str. with 3/2 turn.</i> Doble mortal adelante extendido con 3/2 giro. (Zapata 2) 

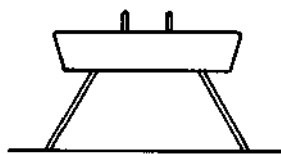
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Parties acrobatiques en avant - <i>Acrobatic elements forward</i> - Elementos acrobáticos adelante					
49.	50.	51.	52.	53.	54.
55.	56.	57.	58.	59.	60.
61.	62.	63.	64.	65.	66.
67.	68.	69.	70.	71.	72.

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Parties acrobatiques en arrière - Acrobatic elements backward - Elementos acrobáticos atrás					
1. Salto arrière groupé ou carpé. <i>Salto backwards tucked or piked.</i> Mortal atrás agrupado o en carpa.  	2. Salto arrière tendu. ou tempo. <i>Salto backwards str. or Tempo salto bwd.</i> Mortal atrás extendido o Tempo.  	3. Double salto arrière groupé. <i>Double salto bwd. tucked.</i> Doble mortal atrás agrupado. 	4. Double salto arrière gr. ou carpé avec 1/1 t. Aussi saut en arr. avec ½ t. et dbl. salto av. gr. ou carpé avec ½ t. <i>Double salto bwd. t. or piked with 1/1 t. Also Arabian double t. or p. with ½ t.</i> Doble mortal atrás ag. o en carpa con 1/1 g. También ½ g. doble ad. con ½ g.  (Tsukahara)	5. Double salto arrière groupe avec 2/1 t. <i>Double salto bwd. tucked with 2/1 t.</i> Doble mortal atrás agrupado con 2/1 g. 	6. Double salto arrière groupé avec 3/1 t. <i>Double salto bwd. tucked with 3/1 t.</i> Doble mortal atrás agrupado con 3/1 g. (Ri Jong Song)  G
7. Salto arrière groupé ou carpé avec ½ t. ou salto arr. gr. ou carpé avec ½ t. <i>Salto backwards tucked or piked w. ½ t. or Arabian tucked or piked.</i> Mortal atrás agrupado o en carpa con ½ g. o salto atrás con medio giro mortal adelante 	8. Salto arrière tendu avec ½ t. ou salto arr. tendu avec ½ t. ou 1/1 t. <i>Salto backwards str. w. ½ t. or 1/1 t.</i> Mortal atrás extendido con ½ g. o salto atrás con medio giro mortal adelante ext. o 1/1 giro 	9.	10. Saut en arr. avec ½ t. et dbl. salto av. gr. ou carpé ou double salto arr. gr. ou carpé avec ½ t. <i>Arabian double tucked or piked or double salto bwd. t. or p. with ½ t.</i> Salto at. con ½ g. doble ad. agr. o en carpa o doble mortal atrás agr. o en carpa con ½ g. 	11. Double salto arrière groupé arr. avec 3/2 t. ou salto arr. tendu avec 3/2 t. et salto av. groupé. <i>Double salto bwd. t. with 3/2 t. or Salto bwd. str. 3/2 to fwd. salto tucked</i> Doble mortal atrás agr. con 3/2 g. o mortal atrás ext. con 3/2 g. mortal ad. agrupado  Aussi/Also/También Korosteljev	12. Double salto arrière groupé avec 5/2 t. <i>Double salto bwd. tucked with 5/2 t.</i> Doble mortal atrás agrupado con 5/2 g. 
13. Renversement arrière. <i>Back handspring.</i> Flic flac. 	14.	15. Double salto arrière carpé. <i>Double salto bwd. piked.</i> Doble mortal atrás en carpa. 	16.	17.	18. Triple salto arrière groupé. <i>Triple salto bwd. tucked.</i> Triple mortal agrupado. (Liukin)  H
19.	20.	21.	22.	23.	24. Triple salto arrière carpé. <i>Triple salto bwd. piked.</i> Triple mortal en carpa. (Nagornyy)  I

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Parties acrobatiques en arrière - Acrobatic elements backward - Elementos acrobáticos atrás					
25.	26. Salto arrière groupe avec 3/2 t. Salto backwards tucked w. 3/2 t. . Mortal atrás agr. con 3/2 g.	27. Salto arrière tendu avec 3/2 t. ou 2/1 t. Salto bwd. str. with 3/2 t. or 2/1 t. Mortal atrás ext. con 3/2 g. o 2/1	28. Salto arrière tendu avec 5/2 t. Salto bwd. str. with 5/2 t. Mortal atrás ext. con 5/2 g.	29. Salto arrière tendu avec 7/2 t. Salto bwd. str. with 7/2 t. Mortal atrás ext. con 7/2 g.	30.
				 (González)	
31. Saut en arrière avec ½ t. et saut de poisson. Jump bwd. with ½ t. to roll fwd. Salto atrás con ½ g. y tigre.	32.	33.	34. Salto arrière tendu avec 3/1 t. Salto bwd. str. with 3/1 t. Mortal atrás ext. con 3/1 g.	35.	36. Salto arrière tendu avec 4/1 t. Salto bwd. str. with 4/1 t. Mortal atrás ext. con 4/1 g. (Shirai / Nguyen)
					
37.	38.	39.	40.	41. Double salto écarté avec 1/1 t. Double salto straddled with 1/1 t. Doble mortal lateral piernas ab. con 1/1 g. (Lou Yun)	42. Salto arr. tendu avec 2/1 t. et salto arr. carpée. Salto bwd. str. with 2/1 t and salto bwd piked. Mortal atrás ext. con 2/1 g. y mortal at. en carpa. (Kolyvanov)
				 Ly	 Kolyvanov
43.	44.	45.	46. Double salto arrière tendu. Double salto bwd. straight. Doble mortal atrás extendido.	47. Salto arr. avec ½ t. double salto av. ou double salto arrière tendu avec ½ t. Arabian double salto straight or double salto bwd. straight with ½ t. Salto ½ g. doble mortal ad. o doble mortal atrás extendido con ½ g. Tamayo	48. Double salto arrière t. avec 3/2 t. ou salto arr. avec ½ t. double salto av. avec 1/1 t. Double salto bwd. str. with 3/2 t. or arabian Jump bwd. to dbl. salto fwd. str. with 1/1 t. Doble mortal atrás extendido con 3/2 g. o salto ½ g. doble mortal ad. con 1/1 g.
				 Aussi/Also/También Hypolito	

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Parties acrobatiques en arrière - <i>Acrobatic elements backward</i> - Elementos acrobáticos atrás					
49.	50.	51.	52.	53. Double salto arrière tendu avec 1/1 t. ou salto arr. avec ½ t. double salto av. avec ½ t. <i>Double salto bwd. straight with 1/1 t. or arabian Jump bwd. to dbl. salto fwd. str. with ½ t.</i> Doble mortal atrás extendido con 1/1 g. o salto ½ g. doble mortal ad. con ½ g.	54. Double salto arrière t. avec 2/1 t. <i>Double salto bwd. str. with 2/1 t.</i> Doble mortal atrás extendido con 2/1 g.
				 Aussi/Also/También Penev	
55.	56.	57.	58.	59.	60. Double salto arrière t. avec 5/2 t. <i>Double salto bwd. str. with 5/2 t.</i> Doble mortal atrás ext. con 5/2 t.
					 G
61.	62.	63.	64.	65.	66. Double salto arrière t. avec 3/1 t. <i>Double salto bwd. str. with 3/1 t.</i> Doble mortal atrás ext. con 3/1 g. (Shirai 3)
					 H
67.	68.	69.	70.	71.	72.

11. szakasz: Lólengés



Magasság: 105 cm a szőnyeg tetejétől, 115 cm a talajtól.

11.1 cikk: Gyakorlat leírása

A napjaink lólengés gyakorlata a ló különböző részein bemutatott változatos támaszhelyzetekből áll, különböző típusú kör lendületekből zárt, vagy terpesztett lábakkal, láblendítésekből, ollókból és kézálláson átlendülésekből fordulattal vagy a nélkül. Minden elemet lendülettel kell végrehajtani, annak a legkisebb megtörése nélkül az egész gyakorlat során. Erő- és tartásos elemek nem megengedettek.

11.2 cikk: Gyakorlat tartalma és összeállítása

11.2.1 cikk Információk a gyakorlat bemutatásáról

1. A gyakorlatot állásból kell kezdenie a tornásznak. Egy közelítő lépés, vagy szökkenés megengedett. A gyakorlat értékelése abban a pillanatban kezdődik, amikor a tornász lába elhagyja a talajt.
2. További kiviteli, technikai és összeállítási elvárások:
 - a) A gyakorlatot kizárólag lendületi elemekből kell összeállítani, látható mozgásszünet és erőlködés nélkül.
 - b) Páros- és Thomas-körök során ferde helyzetek nem megengedettek. A páros körök és Thomas-körök csak oldaltámasz, vagy haránttámasz helyzetben mutathatók be. Továbbá minden fordulattal elvégzett elemet oldal- vagy haránttámasz helyzetben kell elkezdeni és befejezni.
 - c) Ideális esetben a párosköröket és Thomas-köröket teljes kinyúlással kell bemutatni. A mozgáskiterjedést minden egyes elemnél egyesével le kell vonni. A pároskörök bemutatásánál az enyhén domborított testhelyzet megengedett. A csípőszöget minden egyes elemben külön technikai hibaként kell levonni páros körök és Thomas-körök esetén.
 - d) A kanyarlatokat zárt lábbal kell bemutatni. A terpesztett lábbal végrehajtott kanyarlatok atipikus elemnek minősülnek, és ennek megfelelően levonásra kerülnek, teljes körönként (9.4 cikk).
 - e) Az ollók és egylábás lendületek során a tornásznak jelentős lábemelést és nagy lábterpesztést kell végrehajtaniuk.

Kiterjedés	Levonás
Váll vonala fölött	0,0
Váll vonala és a csípő vízszintes síkja között	0,1
Vízszintes sík alatt	0,3



A fenti ábra meghatározza, hogy milyen levonások alkalmazhatók az egy lábás lendítések, lendületek és ollók előtt, alatt és után.

- f) A kézállásos elemeket teljesen nyújtott karokkal kell elérni, anélkül, hogy a lendület láthatóan megtörne és a tornász láthatóan erőlködne.

- g) A pároskörökből és Thomas-körökből indított kézállás leugrások, vagy pároskörbe vagy Thomas-körbe (vagy támaszba) visszatérő elemeknél kiviteli hibákért járó levonásokat kell alkalmazni pillanatnyi megállásért, hajlított karokért, a csípő visszaeséséért és bizonytalanságért a kézállásba emelés, a támlák és a kézállásból való leereszkedés közben is, valamint a páros- és Thomas-körök kinyújtásának hiányaért is az elem befejezésekor. Nem jár levonás a kézállásba emelésnél a csípő hajlításáért.
- h) A sima kézállás leugrás, vagy a legalább 270° támlát tartalmazó leugrás oldaltámaszhelyzetből indítva át kell hogy haladjon a ló teste fölött, haránthelyzetbe érkezve a ló hosszanti tengelyével megegyező irányba nézve kell érkezni, a szer felőli kézzel támaszhelyzetben a lovon. Ha ezek a követelmények nem teljesülnek, a leugrást mint atipikus element értékelik, és 0,3 pont levonást alkalmaznak a támlázási hibáért (9.4 cikk)
- i) Elvárások az ollókézállásokkal szemben:
- Elvárt a tornásztól, hogy erőlködés, bizonytalanság nélkül lendüljön kézállásba, végig nyújtott csípővel.
 - Az ollókézállásnál a hangsúlyozott csípőhajlítást és látható erőlködést külön-külön levonja az E zsűri.
 - Az erőltetett lendülést és/vagy a csípő vagy lábak súllyesztését az E zsűri levonja az ollókézállásnál.
 - Az ollókézállásnál kézállásban zárni kell a lábakat.
- j) Pontosítások az ollókézállás elemek értékelésére, kápáról történő lelépés(ek) esetén:
- Lélepés a kápáról egy kézzel és visszalépés egy kápára = D érték (D zsűri) és -0,3 + egyéb kiviteli levonások nem tervezett támaszért (E zsűri).
 - Lélepés a kápáról egy kézzel, visszalépés nélkül a kápára = D érték (D zsűri) és -0,5 + egyéb kiviteli levonások nem tervezett támaszért (E zsűri).
 - Lélepés a kápáról két kézzel = D zsűri nem fogadja el az elemet és -0,5 vagy 1,0 pont levonás (attól függően, hogy a tornász folytatja-e a gyakorlatot, vagy leesik) + egyéb kiviteli levonások nem tervezett támaszért (E zsűri).
- k) A kézállás leugrást kivéve minden egyéb leugrást úgy kell végrehajtani, hogy a leérkezés előtt a test legalább 30°-kal a vállvonal magasságában meghúzott vízszintes sík fölött legyen. 30° alatti szög esetén, a lólengés speciális hibáit tartalmazó táblázatban (11.3 cikk) foglaltaknak megfelelően kell alkalmazni a levonásokat.
- l) Ha a tornász úgy hiszi, hogy nem kap nehézségi értéket a leugrásáért, bármilyen leugrást bemutathat (csak egy alkalommal) 30 másodpercen belül az eredeti leugráshoz képest. Ha az eredeti leugrásért nagy levonást kapott a tornász, és azt megismétli, a nagy levonást -1,0-ra növeli az E zsűri.
3. A gyakorlat kivitelért adható levonások teljes listáját lásd a 9. szakaszban, és a levonások összegzésénél a 9.4 és 11.3 cikkeken.

11.2.2 cikk Információk a D pontszámáról

1. Az elemcsoport követelmények a következők:
 - I. Egylábás lendületek és ollók.
 - II. Pároskörök és Thomas körök orsóval, vagy anélkül és kézállással, vagy anélkül, vetődések, orosz kanyarlatok, floppok és kombinált elemek.
 - III. Vándor típusú elemek, beleértve a Kroll, a Tong Fei, a Wu Guonian, Roth és orsó vándor elemeket.
 - IV. Leugrások
2. Egyéb információk és szabályok:
 - a) Általános:
 - a.1) Amíg másként nincs jelölve, minden körzés (beleértve a vándorokat, orsókat és floppokat) mellső támasz helyzetben kezdődik és végződik.
 - a.2) Amíg nincs külön jelölve minden 1/2 fordulat (csehkör „varázs”, Stöckli és reverse Stöckli)

ugyanazzal az értékkel bír.

- a.3) Amíg nincs külön jelölve, minden elem ott kezdődik, ahol egyelemszerkezet elkezdődik, és ott ér véget, ahol egy új kezdődik, a következők szerint (kivétel a kombinált elemsorokra vonatkozó előírások):

- i. A szökkenő elemek vége, amikor a szökkenés, vagy szökkenések befejeződnek. A pároskör vagy Thomas-kör akkor fejeződik be, mikor a tornász elkezd a következőt.
- ii. Körzés és olló elemek akkor érnek véget, amikor a másik elem kezdődik.
- iii. Orsónak akkor van vége, mikor az orsó fordulat megáll.
- iv. Egy mellsőtámaszos elem (kanyarlat) akkor ér véget, amikor a kanyarlat mozdulat véget ér.
- v. Vándor típusú elemek haránt támaszhelyzetben akkor ér véget, mikor a vándor mozdulatot, vagy a haránt támasz helyzetet megtöri egy pároskör, vagy más elem, vagy más módon befejeződik.
- vi. Hogy megkönnyítsék a vándor elemek nehézségének értékelését, az elem befejezettnek tekinthető abban a pillanatban, mikor a vándor véget ér, mellső támasz helyzetben mindkét kéz a ló megfelelő részén van.
- vii. A Magyar és Sivadó vándor kötésénél egy pároskör közös lehet, és így megkapja a D+D nehézséget. Ahhoz, hogy két vándor között a pároskör A értéket kapjon, a pároskört teljesen be kell fejezni mellső támaszból mellső támaszba.
- viii. A szabálykönyvnek megfelelően a Belenki, Urzica és Moguilny (III. ECS) kezdődhet haránt támaszt helyzetből (kifelé arccal is), így 90°-kal kevesebb fordulat az első ÉS az utolsó fordulatban, vándorral a ló egyik végéről a másikra.

- a.4) Minden oldaltámaszban végrehajtott vándor kiinduló helyzete 1-2 és befejező helyzete 4-5 elegendő, hogy teljesítse a követelményeket.

- a.5) Hogy tovább egyszerűsítsük a leesésre vonatkozó szabályokat, minden az EGII és EGIII elemcsoportban felsorolt elem elfogadásához szükséges, hogy egy, a CoP-ban jelölt elem kövesse. Az egyetlen kivétel, ha a tornász egy fél körzést (páros láb előre lendítést) mutat be, melyet fél láb körzés vagy olló követ.

Például: Egy kápn: L, L, S, S a körzést egy lábbal fejezi be a tornász, melyet egy láb lendítés vagy olló követ. A D zsűri megadja az E elemértéket és egy elemérték nélküli elemet. Ha a vándor során a tornász leesik, nem kap részpontszámot sem. Abban az esetben, ha a leesés a következő elem megkezdése után következik be, az előző elemért megkapja a tornász az értéket.

- a.6) Minden Sohn és Bezugo típusú elem állásból indítva (és nem pároskörből) két értékkel alacsonyabbat ér, mint ahogy az elemtáblázatba besorolásra került. Sohn és Bezugo elemek úgy kerültek meghatározásra, hogy két kápn történő támaszból 360° fordulattal kerüljön bemutatásra, mely mellső támaszban két kápn fejeződik be. Ha a tornász nem két kézzel a két kápn fejezi be, nem adható érték ezekért az elemekért.

- a.7) Oroszt kanyarlat leugrás haránt helyzetből, kifelé arccal indítva csak akkor ér teljes értéket leugrásként, ha kanyarlati leugrás a befejezett orosz kanyarlat után következik.

- a.8) A Wu Guonian bemutatásakor legalább 360°-ot kell fordulnia a testnek egy vagy két kézen a kápák között. A Wu Guonian után a tornász bármely a CoP-ban felsorolt elemet bemutathat (R180, R360, stb.)

- a.9) A következő elemek értékét nem növeli, ha egyéb elemeket köt hozzá a tornász:

- Vetődés - kanyarlat - vetődés (III.58, Moguilny)
- Kanyarlat - vetődés - kanyarlat (III.64, Belenki)

- a.10) Pontosítás a hátrafelé vándorok kiindulóhelyzeténél: a tornász megkezdheti ezeket az elemeket hátsó támaszban a ló végén, kifelé arccal, mindkét kezével a bőrön.

b) Pároskörök

- b.1) Minden alapelemet bel lehet fejezni haránt vagy oldaltámaszban (egy kápn is) negyed fordulattal anélkül, hogy az az elem szerkezetét vagy értékét módosítaná.

- b.2) A kápara fellépés 1/4 fordulattal vagy a nélkül, B értékű pároskörnek számít 1/4 fordulattal egy kápn, és a flop sorozat kezdő elemeként számítható (II.14 elem).

c) Kézállás

- c.1) Nem lesz az elem értéke magasabb, ha az ollókézállást fordulattal mutatja be a tornász.

- c.2) Nem lesz az elem értéke magasabb, ha a kézállást (páros- vagy Thomas-körből) a fordulattal a kápán mutatja be a tornász. A kézállásban támlázást többségében a bőrön kell bemutatni.
- c.3) Kézállásban 3/3 vándor bemutatásakor (gyakorlaton belül vagy leugrásnál) látható egykezes „támasz helyzetet” kell a tornásznak bemutatnia a ló mindkét végén, hogy a 3/3 vándor emelje az elem értékét. Nem értékelődik fel az elem további hozzáadott fordulatokért egy pároskörből vagy ollóból bemutatott kézálláson belül (lásd a lenti táblázatot).
- c.4) A pároskörből vagy Thomas-körből bemutatott kézállás értékét növeli:

1. Kézállás leugrás pároskörből vagy Thomas-körből

	Kézállás		
	“B”	“C”	“D”
450° fordulat VAGY 3/3 vándor*	C	D	E
450° fordulat ÉS 3/3 vándor*	D	E	F

*3/3 vándor legalább 270° támlával

2. Kézállás páros- vagy Thomas-körből és lelendülés pároskörbe vagy Thomas-körbe

	Kézállás		
	“B”	“C”	“D”
Lelendülés pároskörbe vagy Thomas-körbe	C	D	E
360° fordulattal VAGY 3/3 vándorral*	D	E	F
360° fordulattal ÉS 3/3 vándorral*	E	F	G

*3/3 vándor legalább 180° támlával

- c.5) Erőltetett lendülettel és/vagy a csípő vagy láb süllyesztéssel bemutatott ollókézállás, vagy a páros- vagy Thomas-körzésből kézállásba lendülés (a leugrásokat is beleértve) nehézségi értékét a D zsűri megadja, de az E zsűri levonja a hibákat. Habár, nagy hiba esetén nem fogadja el a kézállást vagy a leugrást a D zsűri. Nagy levonás esetén a tornász -0,5 levonást kap, és csak az esztétikai hibákat vonják le (lábak, lábfejek, hajlított kar, szerhez érés, stb.). Nem alkalmazzák az erőlködésért, csípőszögért adható levonást.
- c.6) Minden egy kápán bemutatott ollókézállásnál követelmény a kézváltás, vagy a kápaváltás, hogy nehézségi értéket kapjon.

d) Kombinált elemek

- d.1) Van lehetőség bizonyos elemek kombinálására egy kápán. Két kombinálható elem típus vagy felsorolva a II. elemcsoportban.

- i. Flop típusú elemek lehetnek a következő elemek kombinációi egy kápán: pároskör oldaltámaszban (1/4 fordulattal vagy anélkül), direkt Stöckli B és/vagy direkt Stöckli A; Bertoncélj és 3/4 Bezugo EGII.81:
 - A DSA csak az elemsor elején kerülhet bemutatásra
 - Bertoncélj és 3/4 Bezugo EG II.81 csak az elemsor elején kerülhet bemutatásra
 - Ilyen kombinált elemek (floppok) csak D,E vagy F értéket kaphatnak (pl. 3 vagy 4 elem)
 - Kivételnek számít egy D flop Thomas-körzéssel bemutatva E értéket kap, egy E flop pedig F lesz. Csak egy ilyen flop kombináció szerepelhet egy gyakorlatban nehézségi értékért

Ezt a szabályt az alábbi példák részletesebben szemléltetik:

- DSB + DSB + DSA = D értékű flop.
 - Pároskör egy kápán + DSB + DSB + DSA = E értékű flop.
 - Bertoncélj + Egy kápás kör + DSB=E értékű flop
- ii. Páros körök és/vagy Stöckli A vagy B, Bertoncélj és 3/4 Bezugo kombinálása orosz kanyarlattal egy kápán. A kör és/vagy a Stöckli B (Bertoncélj és 3/4 Bezugo meg

kell hogy előzze) megelőzheti, vagy a kör és/vagy Stöckli B követheti az orosz-kanyarlatot. Ezeknek együtt kell szerepelniük, mint 2 egymást követő kör, hogy két flop kombinált sorozatnak része legyen. DSA csak a sorozat – flop – végén lehet. A gyakorlat során csak egy ilyen kombináció alkalmazható. Egy gyakorlatban az csak egy ilyen sorozat szerepelhet.

Orosz		1 flop	2 flop
R18 vagy R27 (B)	+		D
R36 vagy R54 (C)	+	D	E
R72 vagy R90 (D)	+	E	F
R108 (E)	+	F	G

Bertoncelj/ Bezugo 3/4 + Körzés kápán	Orosz		
	+	R18 vagy R27 (B)	E
	+	R36 vagy R54 (C)	F
	+	R72 vagy R90	G
	+	R108 (E)	H

- iii. Bármikor, ha egy kombinált elemről beszélünk, a tornász nem mutathatja be ugyanazt az egy elemet háromszor egymás után közvetlen kötésben.
 - iv. A floppokat és kombinált elemeket legalább egy pároskörnek el kell választania, melyben a tornász legalább egy kézzel lelép a kápáról.
 - v. A DSB-t mellső oldaltámasz helyzetben kell befejezni egy kápán.
- d.2) Semmilyen más kettős elem nem kap magasabb értéket. Például: Ha a tornász 2 pároskört vagy 2 DSB-t mutat be bármely helyzetben, csak az első körért vagy DSB-ért kap értéket, és a D zsűri nem veszi figyelembe a következőt.
- d.3) DSA közben 1/4 befelé és 1/4 kifelé fordulatot kell bemutatni.
- e) Orsók
- e.1) A 2. elemcsoportban felsorolt orsókat akár pároskörben, akár Thomas-körben maximum két kör alatt kell bemutatni (3 mellső támasz helyzet az eredeti kiinduló helyzet után) a D értékért.
 - e.2) Két D értékű 1/1 orsó (ECS II.) van a Szabálykönyvben:
 - Terpesztett lábbal, oldaltámaszban 1/1 orsó maximum két kör alatt. II.28 elem
 - Haránt vagy oldal támaszban 1/1 orsó maximum két kör alatt. II.34 elem
Mindkettő bemutatható egy gyakorlaton belül.

f) Leugrás

- f.1) A lólengés az egyetlen szer, ahol a leugrást meg lehet ismételni (csak egy alkalommal), ha a tornász úgy érzi, nem kapott értéket a leugrásért esés vagy nagy levonás miatt. Az ismétlést a rendelkezésre álló időn belül kell végrehajtani. Ha a tornász lelép a pódiumról (már a lépcső is úgy számít), a gyakorlat befejezettnek minősül.
- f.2) Megismételt leugrás esetén a tornásznak 30 másodperce van visszamászni a szerre, és bemutatni egy bármely típusú és értékű leugrást elemértékért és a IV. elemcsoport bónuszáért.
- f.3) Példák a megismételt lólengés leugrásra:

1. példa

Elem	Tornász	D zsűri értékelés	E zsűri értékelés
Stöckli kézállásba 270° támlával, 3/3 vándor leugrás kísérlet	Leesik a kézállásba emelés során	Nincs érték, vagy bónusz	-1,0 és minden a leesést megelőző levonás

Megismételt Stöckli kézállásba 270 ° támlával, 3/3 vándor leugrás a megengedett időn belül	Sikeresen megismétli a Stöckli kézállásba 270° támlával, 3/3 vándor leugrást levonás nélkül	D érték (0,4) +0,5 bónusz	-0,0
--	---	---------------------------	------

2. példa

Elem	Tornász	D zsűri értékelés	E zsűri értékelés
Stöckli kézállásba 450° támlával, 3/3 vándor leugrás kísérlet	A tornász lába nagy szögeltéréssel lesüllyed, majd	Nincs érték, vagy bónusz	-0,5 a láb süllyesztésért, és más esztétikai hibák
Megismételt Stöckli kézállásba 450° támlával, 3/3 vándor leugrás a megengedett időn belül	Sikeresen megismétli a Stöckli kézállásba 450° támlával, 3/3 vándor leugrást levonás nélkül	E érték (0,5) és 0.5 elemcsoport bónusz	Az első kísérlet lesüllyedő lábért járó -0,5 pont levonást -1,0 leesésért járó levonásra kell módosítani, és a második kísérlet minden felmerülő hibáját levonni.

3. példa

Elem	Tornász	D zsűri értékelés	E zsűri értékelés
1080° orosz kanyarlati leugrás kísérlet	Leesés 900°-nál	Nincs értéke	-1,0 és minden a leesést megelőző levonás
Megismételt 1080° orosz kanyarlati leugrás kísérlet a megengedett időn belül	Sikeresen megismétli az 1080° orosz kanyarlati leugrást	D értéke (0,4) +0,5 bónusz	-0,1 lábnyitásért

A 3. példánál a bíró nem mindig tudja meghatározni, hogy az első orosz kanyarlat leugrás kísérlet volt-e.

3. Speciális elemismétlések

- Egy gyakorlaton belül maximum két 3/3 vándor mutatható be haránttámaszban (előre és/vagy hátra). Ez csak a következő nyolc vándorra vonatkozik:
 - III.39 Előre vándor haránt támasszal a bőrön, kápán, kápán, bőrön (3/3) (1-2-4-5).
 - III.40 Bármely más vándor előre haránt támasszal a ló másik végére (3/3).
 - III.41 Vándor előre haránt támasszal mindkét kápa fölött.
 - III.42 3/3 vándor haránt támasszal szökkenéssel.
 - III.45 Mellső haránt támasz a ló végén, vándor előre 2 kör az 1. kápaig, és a 2. kápara 1/4 fordulattal oldaltámaszba a ló másik végére (3/3)
 - III.51 Hátra vándor haránt támasszal a bőrön, kápán, kápán, bőrön (3/3) (5-4-2-1)
 - III.52 Bármely más vándor hátra haránt támasszal a ló másik végére (3/3).
 - III.53 Vándor hátrafelé haránt támasz helyzetben a két kápa fölött (3/3).
- Egy gyakorlaton belül maximum két orosz kanyarlat mutatható be értékért, beleértve a leugrást is. A kápas lovon ezek a speciális elemismétlési szabályok szélesebb körben alkalmazandók: bármely második orosz kanyarlat a ló végén, beleértve a leugrást is, vagy a második orosz kanyarlat a kápák között elemismétlésnek tekintendő.
A következő példák illusztrálják ezt a szabályt: Orosz kanyarlat a ló végén 1080° fordulattal + orosz kanyarlat 720° stöcklibe = nincs érték + C érték. Orosz kanyarlat a kápák között 720° fordulattal + Orosz kanyarlat 1080° fordulattal a kápák között = nincs érték + E érték. Orosz kanyarlat a kápák között 360° fordulattal + Orosz kanyarlat a ló végén 1080° fordulattal + Orosz kanyarlat 360° fordulattal fopba = C érték + nincs érték + B érték (a leugrást kell először számolni)
- Egy gyakorlaton belül maximum két kézállás pároskörből, Thomas-körből, ollóból mutatható be értékért, a leugrást nem beleszámítva.
- Maximum két (3/3) orosz kanyarlat vándor elem használható fel a gyakorlatban nehézségi

értékért. Ez a szabály csak a következő vándorokra vonatkozik:

- III.70 Támasz helyzet a ló végén, orosz kanyarlat előre a ló másik végére a kápák érintése vagy a kápák közé való belépés nélkül (oldal támaszból oldaltámasz, oldalból haránt, harántból oldal, harántból haránt).
 - III.75 Támasz egy kápán, orosz kanyarlat előre a ló másik végére, a kápák érintése vagy a kápák közé való belépés nélkül (oldaltámaszból oldaltámaszba, oldaltámaszból haránttámaszba).
 - III.76 Támaszból 1-2, 3/3 vándor orosz kanyarlatban 630° vagy több fordulattal
 - III.77 Bármely 3/3 vándor orosz kanyarlattal 720° vagy annál több fordulattal
 - III.81 Oldal támasz helyzet kápával a kezek között, orosz kanyarlatok 360° fordulattal vándor a ló másik végére oldal támaszba.
 - III.82 Bármely orosz kanyarlat 360° fordulattal és 3/3 vándorral.
 - III.89 A bőrön haránt támasz helyzetből orosz kanyarlat 360° vagy 540° fordulattal a kép kápa fölött.
- e) Maximum 2 3/3 vándor orsóval lehet a gyakorlatban nehézségi értékért. Ez a szabály csak a következő elemekre vonatkozik:
- III.23 A ló egyik végéről oldal vándor 2 x ½ orsóval a másik végére.
 - III.28 3/3 haránt vándor előre ½ orsóval az egyik kápáról a másik kápa fölött.
 - III.29 3/3 vándor a két kápa fölött ½ orsóval.
 - III.35 3/3 vándor haránt támasszal Thomas körrel 1/1 orsó két körzés alatt
- f) Maximum két orsó elem megengedett a gyakorlatban nehézségi értékért. Ez a szabály csak a következő orsókra vonatkozik:
- II.28 Bármely oldal támasz helyzet 1/1 orsóval lábterpesztéssel maximum két kör alatt
 - II.29 Bármely oldal támasz helyzet 1/1 orsóval kéztámasszal a másik oldalon és visszatéréssel (maximum 2 kör vagy Thomas kör)
 - II.30 Oldal támasz, 1/1 orsó mindkét kápa a kezek között (páros kör vagy Thomas)
 - II.34 Bármely 1/1 orsó maximum két kör alatt
 - II.35 Haránt támasz, 1/1 orsó mindkét kézzel a kápák között, maximum két kör
 - II.41 1/1 orsó terpesztett vagy zárt lábbal a kápán, maximum két kör alatt.
- g) Maximum két Bezugó típusú elem megengedett, beleértve az elemkombinációt és a kézállást is.
- h) Maximum két Sohn típusú elem, beleértve a kombinációt és a kézállást is.
4. Az elemek el nem fogadására vonatkozó további szabályok, és a D-pontszám egyéb tulajdonságai a 7 szakaszban kerültek felsorolásra, a levonások összefoglalása 7.6 cikkben található.

11.3 cikk Lólengésen alkalmazott speciális levonások

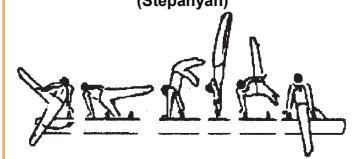
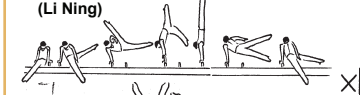
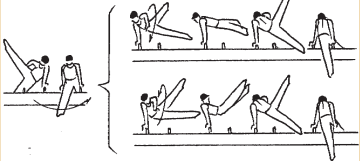
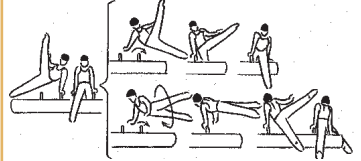
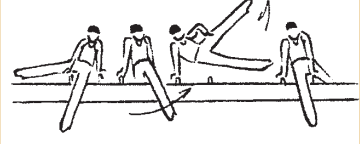
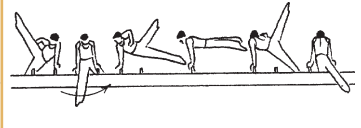
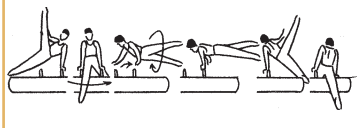
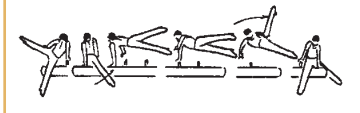
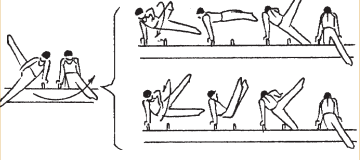
D zsűri

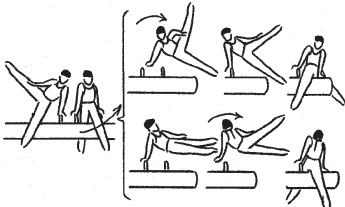
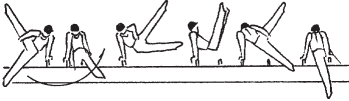
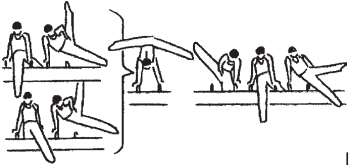
Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
Nem használja a tornász a ló mint a három részét.		+	

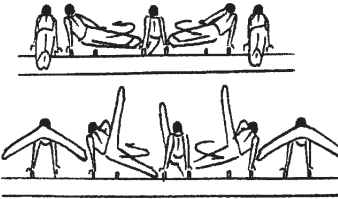
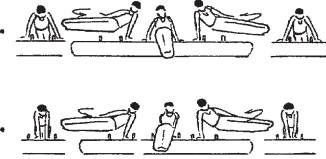
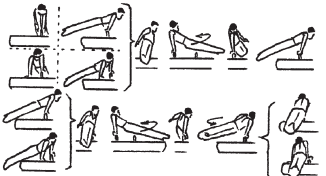
E zsűri

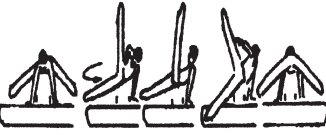
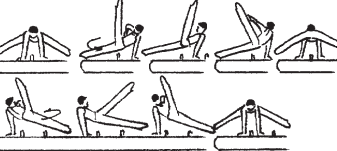
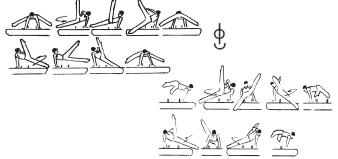
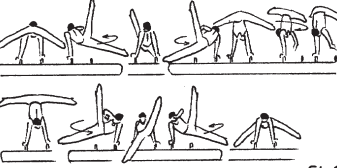
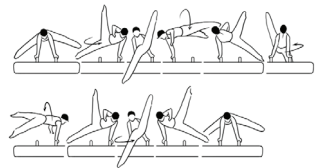
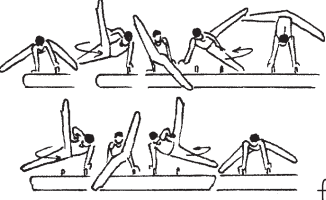
Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
Megfelelő mozgáskiterjedés hiánya ollóknál és egy lábas lendületeknél.	+	+	
Kézállás látható erőlködéssel vagy hajlított karral.	+	+	+
Mozgásszünet, vagy megállás kézállásban.	+	+	+
Csípőhajlítás köröknél.	+	+	
Test kinyúlásának hiánya páros köröknél és Thomas-köröknél. Minden elemnél	+		
Lábnyitás az elemek közben.	0°-30°	>30°-60°	>60°-90°
Szögeltérés a haránt támaszban köröknél és vándoroknál.	>15°- 30°	>30°- 45°	>45° nem fogadja el a D zsűri az elemet.

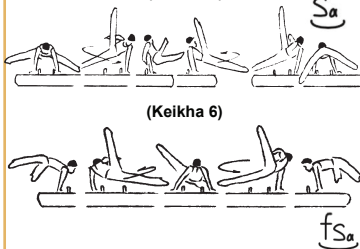
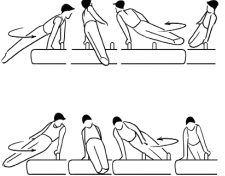
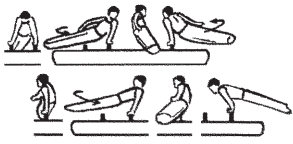
Leérkezés ferdén, vagy nem a ló hossz tengelyének irányába néző arccal	+ eltérés >45°	+ eltérés 90°	
Nem kézállásból történő leugrás esetén a testhelyzet a váll magasságában meghúzott vízszintes síktól való 30° alatt marad		+	
Ollókézállás hajlított csípővel.	+	+	+ nem fogadja el az elemet
Extra 1/2 lendület felugráskor a lábak oldalcseréje nélkül		+	
Bizonytalanság a kézállás leugrásban, támla problémák.	+	+	
Kézállásba irányuló elemeknél lábak süllyesztése (eredeti helyzetből)	0 - 15°	>15°-30°	>30° - 45° >45° elem nincs elfogadva

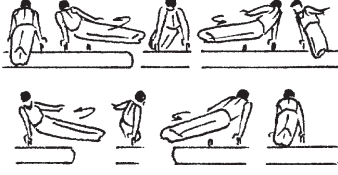
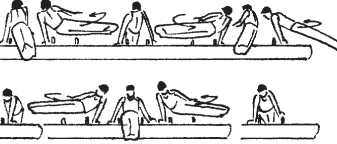
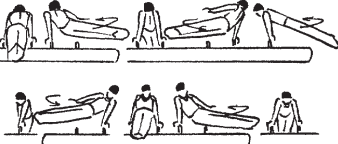
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Élans d'une jambe et ciseaux - Single leg swings and scissors - Impulsos de una pierna y tijeras					
1. Ciseau avant. Scissor forward. Tijera adelante.  X	2.	3. Double ciseau avant avec transport latéral par l'ATR. Double Scissor Fwd. with Travel Sideways through Handstand. Tijera doble adelante con desplazamiento lateral a través del apoyo invertido. (Stepanyan)  X	4. Ciseau av. avec ¼ t. par l'ATR sur 1 arçon (aussi avec ¼ t après), retour à l'ap. jambes éc. transversal. Scissor fwd. w. ¼ t. thr. hstd. on 1 p. (also with ¼ t. after), lower to sup. w. strad. legs. Tijera ad. con ¼ g. por el ap. inv. sobre 1 arco, (también con ¼ g. después) bajar al ap. p. ab. (Li Ning)  (Bryan)  X	5.	6.
7. Ciseau avant avec ½ t. Scissor forward with ½ t. Tijera ad. con ½ g.  X	8. Ciseau avant avec saut latéral (aussi avec 1/2 t.). Scissor forward with hop swd. (also with 1/2 t.). Tijera ad. con salto lateral (también con 1/2 g.).  X	9. Ciseau av. avec saut latéral d'une extrême à l'autre (3/3). Scissor fwd. with hop swd. from one end to the other (3/3). Tijera adelante con salto lateral de un extremo al otro (3/3).  X	10.	11.	12.
13. Ciseau arrière. Scissor backward. Tijera atrás.  X	14. Double ciseau avant (¼ t. av. et ¼ t. arr.). Double scissor fwd. (¼ t. fwd. a. ¼ t. bwd.). Doble tijera ad. (¼ g. ad. y ¼ g. at.).  X	15. Double ciseau av. (¼ t. av. et ¼ t. arr.) avec transport latéral. Double scissor fwd. (¼ t. fwd. a. ¼ t. bwd.) with travel sdw. Doble tijera ad. (¼ g. ad. y ¼ g. at.) con desplazamiento lateral.  X	16. Double ciseau av. avec salto latéral d'une extr. à l'autre (3/3). Double scissor forward with hop sideways from one end to the other (3/3). Tijera doble con salto lat. desde un extremo al otro (3/3). (Mikulak)  X	17.	18.
19. Ciseau arrière avec ½ t. Scissor backward with ½ turn. Tijera atrás con ½ g.  X	20.	21. Élan en arr. avec ¼ t. par l'app. renvs. sur 1 arç. (aussi avec ¼ t après), retour à l'app. jamb. éc. et das l'autre bras. Swing bwd. w. ¼ t. thr. hstd. on 1 p. (also with ¼ t. after), lower to sup. w. strad. legs. Impulso at. con ¼ g. por el ap. inv. sobre 1 arco, (también con ¼ g. desp.) volver al ap.p. ab.  X	22.	23.	24.

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Élans d'une jambe et ciseaux - Single leg swings and scissors - Impulsos de una pierna y tijeras					
25.	26. Ciseau arrière avec saut lat. (aussi avec ½ t.). <i>Scissor bwd. with hop swd. (also with ½ t.).</i> Tijera atrás con salto (también con ½ g.). 	27. Ciseau arrière avec saut latéral d'une extr. à l'autre (1-2 à 4-5). <i>Scissor bwd. with hop swd. from one end to the other (1-2 to 4-5).</i> Tijera atrás con salto lat. de un extremo al otro (1-2 a 4-5). 	28.	29.	30.
31.	32. Double ciseau arrière (¼ t. av. et ¼ t. arr.) <i>Double scissor bwd. (¼ t. fwd. a. ¼ t. bwd).</i> Doble tijera atrás (¼ g. ad. y ¼ g. atrás). 	33.	34.	35.	36.
37.	38. Mouvement éc. d. jamb. en arr. par l'app. renvs. et retour à l'app. jamb. éc. transv. <i>Leg cut or undercut bwd. through hdst. and lower to support w. strad. legs.</i> Movimiento p. abiertas atrás por el apoyo invertido y volver al ap. p. abiertas transversalmente. 	39.	40.	41.	42.
43.	44.	45.	46.	47.	48.

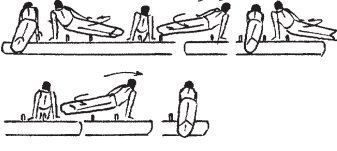
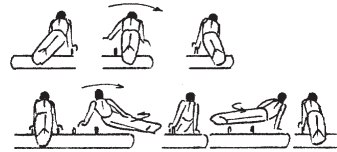
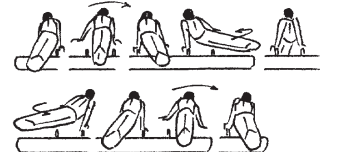
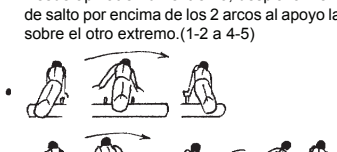
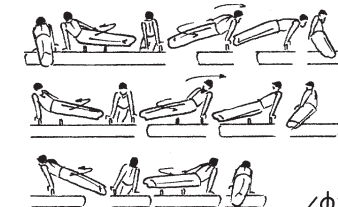
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Cercles des jambes serrées et éc. avec ou sans pivots et appuis renversé, passés dorsaux, russes faciaux, flop et éléments combinés.- Circle and flairs, with and/or without spindles and handstands, Kehrswings, Russian w., flops and combined elements - Molinos, molinos p. abiertas, con o sin giros y apoyo invertido, Keres, Rusas, flops y elementos combinados					
1. Tout cercle des jambes ou cercle éc. (Thomas) en appui latéral. <i>Any circle or flair in side support.</i> Todo molino o molinos p. abiertas ap. lateral.  (Thomas) L f	2. Cercle d. jambes en appui latéral sur 1 arçon. <i>Circle in side support on 1 pommel.</i> Molino en apoyo lateral sobre 1 arco.  L				
7.	8. Cercle en appui latéral avec app. sur chaque extrémité ou entre les arçons. <i>Circle with support outside pommels or between the pommels in side support.</i> Molino en apoyo lateral con ap. sobre cada extr. o entre los arcos.  L				
13. Cercles d. jamb. en appui facial transv. sur l'extr. <i>Circles in cross support frontways on end.</i> Molinos en apoyo facial transv. sobre el extr.  L	14. Cercles des jambes en appui transversal sur 1 arçon (de ou avec ¼ t. avant). <i>Circles in cross support on 1 pommel (from or to ¼ t. fwd.).</i> Molinos en apoyo transversal sobre un arco (desde o con ¼ g. ad.).  L				
19. Cercles des jambes en appui dorsal transversal sur l'extrémité. <i>Circles in cross support rearways on end.</i> Molinos en apoyo dorsal transversal sobre el extremo.  L	20. Cercles des jambes en appui transversal entre les arçons. <i>Circles in cross support between the pommels.</i> Molinos en apoyo transversal entre los arcos.  L				

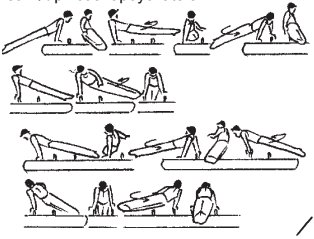
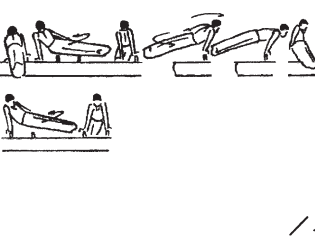
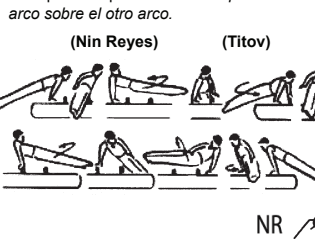
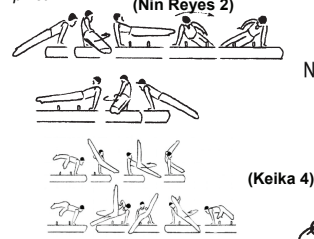
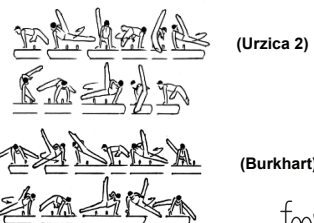
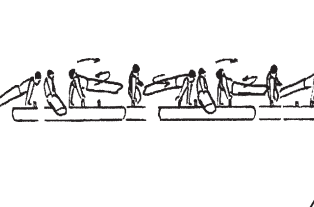
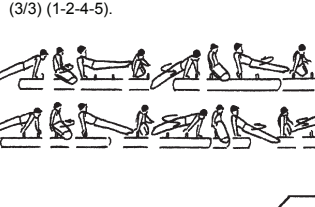
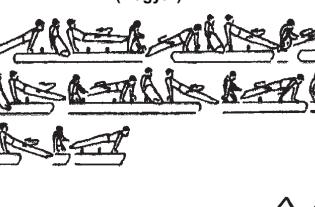
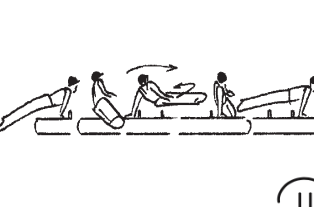
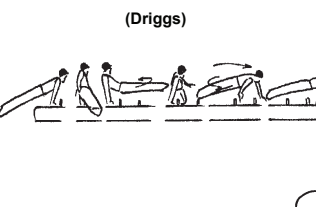
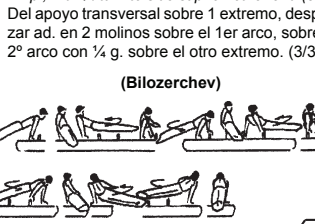
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Cercles des jambes serrées et éc. avec ou sans pivots et appuis renversé, passés dorsaux, russes faciaux, flop et éléments combinés.- Circle and flairs, with and/or without spindles and handstands, Kehrswings, Russian w., flops and combined elements - Molinos, molinos p. abiertas, con o sin giros y apoyo invertido, Keres, Rusas, flops y elementos combinados					
25. Tout, 1/4 pivot sur l'extrémité. Any 1/4 spindle on the end. Cualquier 1/4 pivot al final. 	26. Tout 1/2 pivot sur l'extrémité. Any 1/2 spindle on the end. Cualquier 1/2 pivot al final. 	27. Appui latéral, 1/2 pivot av. les ac. entre les mains (cercles d. jambes éc. ou cercles d. jambes). Side support, 1/2 spindle with both pommels between the hands (flair or circle). Apoyo lateral, 1/2 pivot adelante arcos entre las manos (flair o molino). (Keikha 2) 	28. Tout 1/1 pivot en appui latéral dans max. 2 c. des jambes éc., 1 arçon entre les mains. Any side support pommel between hands 1/1 spindle w. legs straddle inside max. 2 circles. Cualquier ap. lat. arcos entre las manos 1/1 pivot máx. en 2 flair. 	29. Tout app. lat. 1/1 pivot av. les arçons entre les mains (cercles d. jamb. éc. ou cerc. d. jamb). Any side support 1/1 spindle with hand support to the other side and return (max. 2 flairs or circles). Cualquier ap. lat. 1/1 pivot con apoyo de mano al otro lado y volver (máx. 2 flair o molinos). (Eichorn) 	30. Tout 1/1 pivot av. les ac. entre les mains (cercles d. jambes éc. ou cercles d. jambes). Any 1/1 spindle with both pommels between the hands (flair or circle). Cualquier 1/1 pivot adelante arcos entre las manos (flair o molinos). (Keikha 1) 
31. 	32. 	33. 	34. Tout 1/1 pivot dans max. 2 cercles. Any 1/1 spindle within max. 2 circles on the end. Cualquier 1/1 pivot en máx. 2 molinos el final.  (Magyar)	35. Appui facial transv., 1/1 pivot av. mains entre les arc. max. 2 cercle. Cross support, 1/1 spindle with hands between the pommels max. 2 circles. Apoyo facial transv., 1/1 pivot ad. manos entre los arcos (máx. 2 molinos).. 	36. 
37. 	38. 	39. Cercle éc. ou cercles à l'app. renvs. (avec ou sans 1/2 t.) et retour au cercle éc. ou cercle. Flair or circle through hdst. (with or without 1/2 t.) and lower to flair or circle. Molino o flair al apoyo inv. (con o sin 1/2 g.) y volver a molino o flair. (Tippelt) 	40. 	41. 1/1 pivot dans les arçons dans max. 2 cercles de jambes serrées ou écartées. 1/1 spindle w. legs straddle or together on the pommels inside max. 2 circles. 1/1 pivot en los arcos máx. en 2 molinos piernas abiertas o cerradas. (Berki) 	42. 
43. 	44. 	45. 	46. Cercle éc. avec transport sauté arr. à l'app. renvs. et retour à cercle d. jambes ou cercle éc. Flair with hop travel bwd. through hdst. and lower to circles or flairs. Flair con desplaz. de salto atrás al ap. inv. y volver a molino o flair. 	47. 	48. 

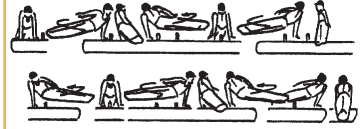
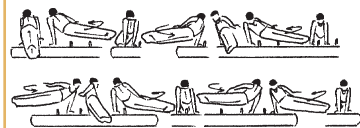
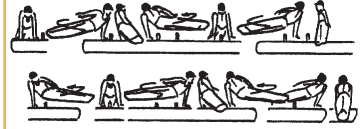
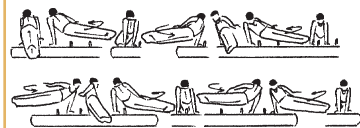
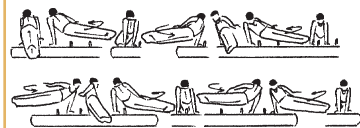
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Cercles des jambes serrées et éc. avec ou sans pivots et appuis renversé, passés dorsaux, russes faciaux, flop et éléments combinés.- Circle and flairs, with and/or without spindles and handstands, Kehr-swings, Russian w., flops and combined elements - Molinos, molinos p. abiertas, con o sin giros y apoyo invertido, Keres, Rusas, flops y elementos combinados					
49.	50. Stöckli directe A (SDA) sur les arçons ou arçon entre les mains <i>Direct Stöckli A (DSA) on the pommels or pommel between hands.</i> Stöckli directa A (SDA), en los arcos o arco entre las manos.	51.	52. Stöckli directe A (SDA) à l'extérieur des arçons. <i>Direct Stöckli A (DSA) outside pommels.</i> Stöckli Directa A (SDA) fuera de los arcos. (Keikha 3)	53.	54. Stöckli inv., DSA ou cercles sur l'arçon jambes écartées a l'a.t.r. 3/3 transport (av.- arr.) avec 360° t. et s'abaisser aux cercles des jambes écartés. <i>Reverse Stöckli, DSA or pommel circle strad. through hdst., 3/3 travel (fwd.- bwd), 360° turn to flairs.</i> Stöckli inv., SDA o molino en un arco p. ab. al ap. inv., 3/3 (ad.- at.) desplaz., 360° g. a molino p. abiertas. (Busnari)
	 S _a		 f _s _a		 S _o f
55.	56. Stöckli direct B (SDB). <i>Direct Stöckli B (DSB).</i> Stöckli directa B (SDB).	57.	58.	59.	60.
	 S				
61. Passé dorsal avant avec ½ t. (double dorsal). <i>Double rear (kehr).</i> Pase dorsal adelante con ½ g. (doble dorsal).	62.	63.	64.	65. Passé dorsal avec 1/1 t. sur 1 arçon. <i>Kehr with 1/1 turn on 1 pommel.</i> Pase dorsal con 1/1 g. sobre 1 arco. (Sohn)	66.
 k				 k _o	
67.	68. Passé dorsal avec 270° t. sur 1 arçon (technique Sohn) de l'appui transversal a latéral. <i>Kehr with 270° t. on 1 p. (Sohn technique) from cross to side support.</i> Pase dorsal con 270° g. en 1 arco (técnica Sohn) desde apoyo transversal a lateral.	69. Passé dorsal avec 270° t. dans 1 arçon (technique Sohn) de l'appui latéral a transversal. <i>Kehr with 270° t. on 1 p. (Sohn technique) from side to cross support.</i> Pase dorsal con 270° g. en 1 arco (técnica Sohn) desde apoyo lateral a transversal. (Bertoncelj)	70.	71.	72.
	 k _o	 k _o			

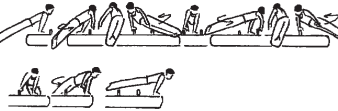
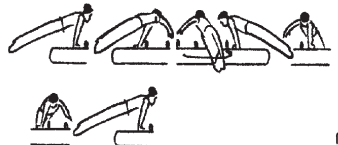
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Cercles des jambes serrées et éc. avec ou sans pivots et appuis renversé, passés dorsaux, russes faciaux, flop et éléments combinés.- Circle and flairs, with and/or without spindles and handstands, Kehr-swings, Russian w., flops and combined elements - Molinos, molinos p. abiertas, con o sin giros y apoyo invertido, Keres, Rusas, flops y elementos combinados					
73.	74. Tramelote directe. Direct Tramlot. Tramelot directo. 	75.	76.	77.	78.
79. Passé facial avant avec ½ t. à l'appui facial lat. sur l'extr., de l'appui latéral, en utilisant 1 ou 2 arçons. Wendeswing fwd. w. ½ t. to sup. fw. on the end, from side support using 1 or 2 pommels. Pase fac. ad. con ½ g. al ap. fac. lat. sobre el extr., desde apoyo lateral usando 1 o 2 arcos. 	80. Stöckli inversé, tour 180° (ou 270° dans un cercle à partir d'un arçon). Reverse Stöckli, 180° (or 270° from one pommel) turn in one circle. Stöckli invertida, 180° (o 270° de giro desde un arco) en un molino. 	81. Stöckli inversé avec 270° t. (technique Bezugo) depuis 1 arçon à l'appui transv. dans 1 arçon. Reverse Stöckli with 270° t. (Bezugo technique) from 2 pommels to cross support on 1 pommel. Stöckli invertida con 270° g. (técnica Bezugo desde 2 arcos al apoyo transvers. en 1 arco) (Davtyan) 	82.	83. Stöckli inversé avec 360° t. sur 1 arçon. Reverse Stöckli with 360° t. on 1 pommel. Stöckli invertida con 360° g. sobre 1 arco. (Bezugo) 	84.
85.	86.	87.	88. Tchèue dorsal, appui sur l'extrémité des arçons. Czechkehre outside p. Checa dorsal, ap. sobre el extremo de los arcos. (Pinheiro) 	89.	90.
91. Costal allemand. Schwabenflank. Costal alemana. 	92. Tchèue dorsal sur les arçons ou arçon entre les mains. Czechkehre on the pommels or pommel between hands. Checa dorsal en los arcos o arco entre las manos. 	93.	94.	95.	96.

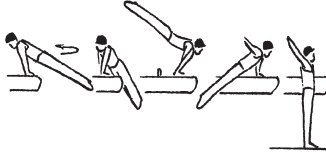
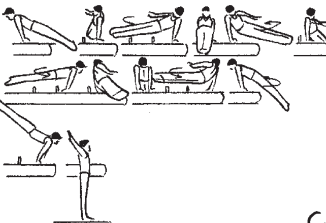
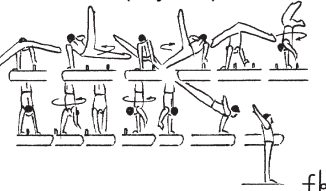
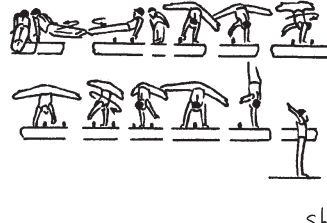
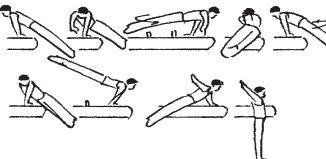
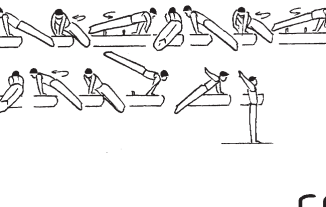
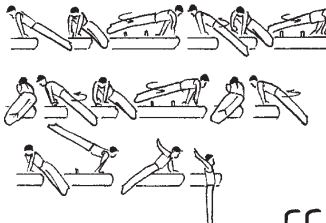
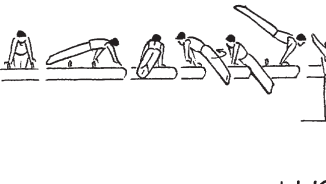
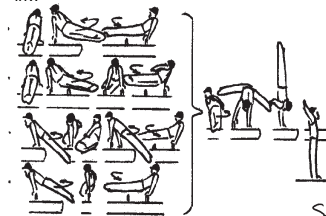
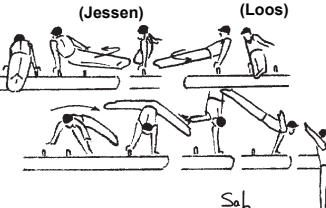
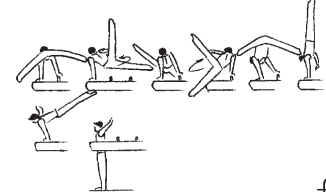
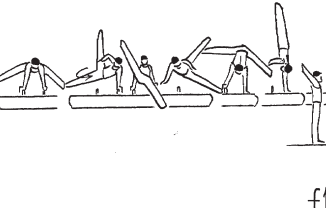
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Cercles des jambes serrées et éc. avec ou sans pivots et appuis renversé, passés dorsaux, russes faciaux, flop et éléments combinés.- Circle and flairs, with and/or without spindles and handstands, Kehr-swings, Russian w., flops and combined elements - Molinos, molinos p. abiertas, con o sin giros y apoyo invertido, Keres, Rusas, flops y elementos combinados					
97. Facial russe avec 180° ou 270°. <i>Russian wendeswing with 180° or 270°.</i> Rusa facial con 180° o 270°.	98. Facial russe avec 360° ou 540°. <i>Russian wendeswing with 360° or 540°.</i> Rusa facial con 360° o 540°.	99. Facial russe avec 720° ou 900°. <i>Russian wendeswing with 720° or 900°.</i> Rusa facial con 720° o 900°.	100. Facial russe avec 1080° et plus. <i>Russian wendeswing with 1080° or more.</i> Rusa facial con 1080° y más.	101.	102.
103. Sur le cheval ou, facial russe avec 180° ou 270°, aussi avec transport. <i>On the leather, Russian wendeswing with 180° or 270° also with travel.</i> Sobre el caballo, rusa facial con 180° o 270°, también con desplazamiento.	104. Sur le cheval, facial russe avec 360° ou 540°. <i>On the leather, Russian wendeswing with 360° or 540°.</i> Sobre el caballo, rusa facial con 360° o 540°.	105. Sur le cheval, facial russe avec 720° ou 900°. <i>On the leather, Russian wendeswing with 720° or 900°.</i> Sobre el caballo, rusa facial con 720° o 900°.	106. Sur le cheval, facial russe avec 1080° et plus. <i>On the leather, Russian wendeswing with 1080° or more.</i> Sobre el caballo, rusa facial con 1080° o más.	107.	108.
109.	110. Facial russe avec 180° ou 270° sur 1 arçon ou entre les arçons. <i>Russian wendeswing with 180° or 270° on 1 p. or between the pommels.</i> Rusa facial con 180° o 270° sobre 1 arco o entre los arcos.	111. Facial russe avec 360° ou 540° sur 1 arçon ou entre les arçons. <i>Russian wendeswing with 360° or 540° on 1 pommel or between the pommels.</i> Rusa facial con 360° o 540° sobre 1 arco o entre los arcos.	112. Facial russe de 720° ou. 900° sur 1 arçon ou entre les arçons. <i>720° or 900° Russian wendeswing on 1 pommel or between the pommels.</i> Rusa facial con 720° o 900° sobre 1 arco o entre los arcos.	113. Facial russe de 1080° ou plus sur 1 arçon ou entre les arçons. <i>1080° Russian wendeswing or more on 1 pommel or between the pommels.</i> Rusa facial 1080° o más en 1 arco o entre los arcos.	114.
115.	116.	117.	118.	119.	120.

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Transports incluant Krolls, Tong Fei, Wu Guoniang, Roth et transport avec pivots. - Travel type elements, including Krolls, Tong Fei, Wu Guonian, Roth and Traveling Spindles - Desplazamientos, incluyendo Krolls, Tong Fei, Wu Guonian, Roth desplazamientos con giro.					
1. Cercles d. jambes avec tout transport en appui latéral (1/3)(aussi avec ¼ tour). <i>Circles with any travel in side support (1/3) (also with ¼ t.).</i> Molino con cualquier desplazamiento en apoyo lateral (1/3) (también con ¼ g.). 	2. Cercles des jambes avec tout transport avant à l'appui latéral (3/3). <i>Circles with any travel in side support (3/3).</i> Molinos con cualquier desplazamiento en apoyo lateral (3/3). 	3. Tout transport à l'appui latéral (3/3), mains entre les arçons. <i>Any travel in side support (3/3), hands between pommels.</i> Cualquier desplazamiento en apoyo lateral (3/3), manos entre los arcos. 	4. Tout transport par-dessus les 2 arçons à l'appui latéral sur l'autre extrém. (3/3) au dessus des 2 arçons. <i>Any travel in side support (3/3). over both pommels.</i> Cualquier desplazamiento en apoyo lateral por encima de los 2 arcos. 	5.	6.
7.	8. Cercles d. jambes avec tout transport sauté en appui latéral. <i>Circles with any hop travel. in side support (1/3).</i> Molinos con cualquier desplazamiento adelante de salto al apoyo lateral (1/3). 	9. Cercles d. jambes avec tout transport av. sauté 2 x à l'appui latéral (3/3). <i>Circles with any hop tr. 2x in side support (3/3).</i> Molinos con cualquier desplazamiento de salto 2 veces en apoyo lateral (3/3). 	10. De l'appui facial latéral sur une extrém., transport latéral sauté par-dessus les 2 arçons à l'appui dors. latéral sur l'autre extrém. <i>From side sup. on one end, travel hop over both p. to side sup. on other end (1-2 to 4-5).</i> Desde ap. lat en un extremo, desplazamiento de salto por encima de los 2 arcos al apoyo lat. sobre el otro extremo.(1-2 a 4-5) 	11.	12.
13.	14.	15.	16.	17. De l'appui latéral à côté des arçons, transport lat. sauté par-dessus l. 2 arçons à l'appui fac. lat. à côté des arçons sur l'autre extrém. (1-1 a 5-5). <i>From side sup. beside the p., travel hop o. 2 p. to sup. fwd on other end (1-1 to 5-5).</i> De ap. lat. al lado del arco, desplaz. lat saltado por encima de los 2 arcos al ap. facial lat al lado del arco sobre el otro extremo (1-1 a 5-5). (Yamawaki) 	18.
19.	20. Tout transport avec ½ pivot à l'appui transversal (1/3 transport). <i>All travels with ½ spindle in cross support (1/3 travel).</i> Todo desplazamiento con ½ pivot en apoyo transversal (desplazamiento 1/3). 	21. Tout transport avec ½ pivot à l'appui transversal (½ ou 2/3 transport). <i>All travels with ½ spindle in cross support (½ or 2/3 travel).</i> Todo desplazamiento con ½ pivot en apoyo transversal (desplazamiento ½ o 2/3). 	22.	23. D'une extrémité, transport latéral avec 2 et ½ pivot sur l'autre extrémité. <i>From an end side travel with 2x ½ spindle to other end.</i> Desde un final, desplazamiento lateral con dos ½ pivot, al otro final. 	24.

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Transports incluant Krolls, Tong Fei, Wu Guoniang, Roth et transport avec pivots. - Travel type elements, including Krolls, Tong Fei, Wu Guonian, Roth and Traveling Spindles - Desplazamientos, incluyendo Krolls, Tong Fei, Wu Guonian, Roth desplazamientos con giro.					
25.	26. Cercles des jambes avec transport avant ou arrière avec ¼ pivot à l'appui latéral. <i>Travel fwd. or bwd. with ¼ spindle to side support.</i> Molinos con desplazamiento adelante o atrás con ¼ pivot al apoyo lateral. 	27. Tout transport avec ½ pivot. <i>All travels with ½ spindle in side support.</i> Todo, desplazamiento con ½ pivot en apoyo lateral. 	28. Tout transport avant 3/3 avec ½ pivot sur un arçon par-dessus l'autre arçon. <i>Any travel fwd. 3/3 with ½ Spindle from one pommel over the other pommel.</i> Cualquier desplaz. 3/3 con ½ pivot desde un arco sobre el otro arco. (Nin Reyes) (Titov)  NR	29. Transport 3/3 avec ½ pivot par-dessus les deux arçons. <i>Travel 3/3 over both pommels with ½ Spindle.</i> Desplazamiento 3/3 sobre los dos arcos con ½ pivot. (Nin Reyes 2)  NR₂ (Keika 4)	30.
31.	32.	33.	34.	35. Tout transport. 3/3 en cercle éc. avec 1/1 pivot en 2 cercles. <i>Any 3/3 travel in flairs with 1/1 Spindle inside 2 circles.</i> Cualquier despla. 3/3 en flair con 1/1 piv. en 2 m.  (Urzica 2) (Burkhart) f m f	36.
37.	38. Transport avant en appui transversal (½ ou 2/3). <i>Travel fwd. in cross support (½ or 2/3).</i> Desplazamiento ad. en ap. transversal (½ o 2/3). 	39. Transport av. avec appui sur le cheval. sur chaque arc. et sur l'autre extrémité. (3/3) (1-2-4-5). <i>Travel fwd. in cross support with support on leather, pommel, pommel, leather(3/3) (1-2-4-5).</i> Desplazamiento adelante con apoyo sobre el caballo sobre cada arco y sobre el otro extremo (3/3) (1-2-4-5). 	40. Tout autre transport av. sur l'autre extrém. (3/3). <i>Any other travel fwd. in cross support to other end (3/3).</i> Todo desplazamiento ad. sobre el otro extremo (3/3). (Magyar) 	41. Transport av. (3/3) en appui transv. sur les 2 arçons. <i>Travel forward in cross support over both pommels.</i> Desplazamiento ad. en apoyo transversal sobre los 2 arcos. 	42. Transport av. (3/3) en appui transv. av. saut. <i>3/3 cross support travel fwd. with hop.</i> Desplazamiento ad. (3/3) en apoyo transversal adelante de salto. (Driggs)  ↪
43.	44.	45. De l'appui transv. sur 1 extr., transp. av. dans 2 cercles d. jambes sur le 1er arçon, sur le 2e. arçon avec ¼ t. sur l'aut. extrém. à l'appui lat. (3/3). <i>Fr. cr. sup. on end, tr. fwd. in 2 circles to 1st p., to 2nd p., with ¼ turn to side sup. on other end (3/3).</i> Del apoyo transversal sobre 1 extremo, desplazar ad. en 2 molinos sobre el 1er arco, sobre el 2º arco con ¼ g. sobre el otro extremo. (3/3). (Bilozherchev) 	46.	47.	48.

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8																		
EG III: Transports incluant Krolls, Tong Fei, Wu Guoniang, Roth et transport avec pivots. - Travel type elements, including Krolls, Tong Fei, Wu Guonian, Roth and Traveling Spindles - Desplazamientos, incluyendo Krolls, Tong Fei, Wu Guonian, Roth desplazamientos con giro.																							
49. Cercle des jambes avec transport en arrière en appui transversal d'une partie du cheval ou arçon à l'autre (1/3). <i>Travel bwd. in cross sup. from one horse part or pommel to another (1/3).</i> Molino con desplaz. atrás en ap. transversal de una parte del caballo u arco al otro (1/3). 	50. Transport arrière en appui transversal (1/2 ou 2/3). <i>Travel bwd. in cross support (1/2 or 2/3).</i> Desplazamiento atrás en apoyo transversal (1/2 o 2/3). 	51. Transport arrière avec appui sur le cheval. sur chaque arc. et sur l'autre extr. (3/3) (5-4-2-1). <i>Travel bwd. in cross sup with support on leather, pommel, pommel, leather (3/3) (5-4-2-1).</i> Desplazamiento atrás con ap. sobre el caballo sobre cada arco y sobre el otro extremo (3/3) (5-4-2-1). 	52. Tout autre transport ar. sur l'autre extrém. (3/3). <i>Any other travel bwd. in cross support to other end (3/3).</i> Todo desplazamiento atrás hacia el otro extremo (3/3.). (Sivado) 	53. Transport arr. en appui transv. av. saut au dessus des 2 arçons. <i>Travel backward in cross support over both pommels.</i> Desplazamiento at. en apoyo transversal sobre los dos arcos. (Kurbanov) 	54. 	55.	56.	57. De l'appui sur 1 extrême, double dors. par-dessus le 1er arçon Stöckli arr. par-dessus le 2e arçon à l'appui latéral, arçon entre les mains. <i>From support on end, kehr fwd. around 1st p., rev. Stöckli around 2nd p. to side sup., p. betw. hands.</i> Del apoyo sobre 1 extr., doble dorsal por encima del 1er arco, Stöckli invertida sobre el 2º en apoyo lat. arco entre las manos, desde apoyo lat. usando 1 o 2 manos.  (Urzica) Ur	58. Passé dorsal av., Stöckli renv., passé dorsal av. <i>Kehre fwd., rev. Stöckli, kehre fwd.</i> Pase dorsal ad., Stöckli inv., pase dorsal ad. (Moguiny)  Mo	59.	60.	61.	62.	63.	64. Passé dorsal arrière, passé dorsal av., passé dorsal arrière. <i>Kehre bwd., kehre fwd., kehre bwd.</i> Pase dorsal atrás, pase dorsal adelante, pase dorsal atrás. (Belenki)  Be	65.	66.	67.	68.	69.	70. Depuis l'appui à l'extr., transport facial russe en avant jusqu'à l'autre extrémité sans appui sur ou autre les arçons (latéral. à lat., transv. à lat., lat. -à transv., transv. à transv.). <i>From sup. on end, Russian wendeswing fwd. to other end without sup. on or btw. the p. (side to side support, side to cross, cross to side, cross to cross).</i> Del apoyo en el extr., doble facial rusa de un extr. al otro sin apoyo sobre o entre los arcos (lat. - lat., lat. - transv., transv. - lateral, transv. - transv.).  (Tong Fei) Tf	71.	72.
55.	56.	57. De l'appui sur 1 extrême, double dors. par-dessus le 1er arçon Stöckli arr. par-dessus le 2e arçon à l'appui latéral, arçon entre les mains. <i>From support on end, kehr fwd. around 1st p., rev. Stöckli around 2nd p. to side sup., p. betw. hands.</i> Del apoyo sobre 1 extr., doble dorsal por encima del 1er arco, Stöckli invertida sobre el 2º en apoyo lat. arco entre las manos, desde apoyo lat. usando 1 o 2 manos.  (Urzica) Ur	58. Passé dorsal av., Stöckli renv., passé dorsal av. <i>Kehre fwd., rev. Stöckli, kehre fwd.</i> Pase dorsal ad., Stöckli inv., pase dorsal ad. (Moguiny)  Mo	59.	60.	61.	62.	63.	64. Passé dorsal arrière, passé dorsal av., passé dorsal arrière. <i>Kehre bwd., kehre fwd., kehre bwd.</i> Pase dorsal atrás, pase dorsal adelante, pase dorsal atrás. (Belenki)  Be	65.	66.	67.	68.	69.	70. Depuis l'appui à l'extr., transport facial russe en avant jusqu'à l'autre extrémité sans appui sur ou autre les arçons (latéral. à lat., transv. à lat., lat. -à transv., transv. à transv.). <i>From sup. on end, Russian wendeswing fwd. to other end without sup. on or btw. the p. (side to side support, side to cross, cross to side, cross to cross).</i> Del apoyo en el extr., doble facial rusa de un extr. al otro sin apoyo sobre o entre los arcos (lat. - lat., lat. - transv., transv. - lateral, transv. - transv.).  (Tong Fei) Tf	71.	72.						
61.	62.	63.	64. Passé dorsal arrière, passé dorsal av., passé dorsal arrière. <i>Kehre bwd., kehre fwd., kehre bwd.</i> Pase dorsal atrás, pase dorsal adelante, pase dorsal atrás. (Belenki)  Be	65.	66.	67.	68.	69.	70. Depuis l'appui à l'extr., transport facial russe en avant jusqu'à l'autre extrémité sans appui sur ou autre les arçons (latéral. à lat., transv. à lat., lat. -à transv., transv. à transv.). <i>From sup. on end, Russian wendeswing fwd. to other end without sup. on or btw. the p. (side to side support, side to cross, cross to side, cross to cross).</i> Del apoyo en el extr., doble facial rusa de un extr. al otro sin apoyo sobre o entre los arcos (lat. - lat., lat. - transv., transv. - lateral, transv. - transv.).  (Tong Fei) Tf	71.	72.												
67.	68.	69.	70. Depuis l'appui à l'extr., transport facial russe en avant jusqu'à l'autre extrémité sans appui sur ou autre les arçons (latéral. à lat., transv. à lat., lat. -à transv., transv. à transv.). <i>From sup. on end, Russian wendeswing fwd. to other end without sup. on or btw. the p. (side to side support, side to cross, cross to side, cross to cross).</i> Del apoyo en el extr., doble facial rusa de un extr. al otro sin apoyo sobre o entre los arcos (lat. - lat., lat. - transv., transv. - lateral, transv. - transv.).  (Tong Fei) Tf	71.	72.																		

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Transports incluant Krolls, Tong Fei, Wu Guoniang, Roth et transport avec pivots. - Travel type elements, including Krolls, Tong Fei, Wu Guonian, Roth and Traveling Spindles - Desplazamientos, incluyen- do Krolls, Tong Fei, wu Guonian, Roth desplazamientos con giro.					
73.	74.	75. De l'appui sur 1 arçon, double fac. russe d'une extr. à l'autre sans appui sur et entre les arçons (ap. lat. au lat., transv. au lat.). <i>From sup. on 1 p., Russian wendeswing fwd. to other end without sup. on or btw. the p. (side to side support, side to cross support).</i> Del ap. en 1 arco., doble facial rusa de un extr. al otro sin apoyo sobre o entre los arcos (ap. lat a lat., transversal a lat. o lat. a transversal). 	76. De l'appui 1-2 ,transport russe 3/3 avec min 630°. <i>From sup. 1-2., 3/3 travel in Russian type wendeswing with 630° or more turning.</i> Desde el ap. 1-2, 3/3 desplazamiento en rusa facial con giro de 630° o más. 	77. Tout transport 3/3 dans Facial russe avec 720° ou plus tours. <i>Any 3/3 travel in Russian type wendeswing with 720° or more turning.</i> Todo desplazamiento 3/3 en rusa facial con 720° o más giros. (Wu Guonian) 	78.
79.	80.	81. De l'appui lat. avec l'arçon entre les mains, facial russe 360° avec transp. à l'autre extrém. <i>From side support pommel between hand, russian wendeswing 360° with travel to the other end in side support.</i> Desde apoyo lat. arco entre manos, rusa 360° con despl. al otro extremo en apoyo lateral. (Kroll) 	82. Tout facial russe avec 360° t. et transport 3/3. <i>Any Russian wend. with 360° t. and 3/3 travel.</i> Toda rusa facial con 360° g. y desplaz. 3/3. (Roth) 	83.	84.
85.	86.	87.	88. Stöckli inversé de l'appui transversal dans une arçon a l'autre. <i>Reverse Stöckli from cross support on one end to the other.</i> Stöckli invertida desde apoyo transversal en un extremo al otro. (Abu Alsoud) 	89. Sur le cheval, en appui transversal, facial russe avec 360° or 540° au - dessus les arçons. <i>On the leather, from cross support, Russian wendeswing with 360° or 540° over both pommels.</i> En el cuerpo, desde apoyo transversal, rusa facial con 360° o 540° por encima de los dos arcos. (Vammen) 	90.
91.	92.	93. Stockli inverse de l'app transv. terminé sur l'arçon le plus éloigné <i>Reverse Stöckli from cross support on end to the far pommel</i> Stöckli invertida desde apoyo transversal de un extremo al arco más lejano. (Romero) 	94.	95.	96.

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG IV: Sorties - Dismounts - Salidas					
1. Facial allemand (du cercle ou cercle jambes écartées). <i>Wende (from circle or flair).</i> Alemana facial (desde Molino o Molino piernas abiertas).  <i>Cs</i>	2. Chaguinian suivi de facial allemand. <i>Chaguinian to wende.</i> Chaguinian seguida de alemana facial.  <i>Cg</i>	3.	4. Sur l'extrémité, cercles ou cercles écartées par l'appui renverse avec 3/3 transport et 450° ou plus t. <i>From side sup. on end, circle or flair to hdst. and travel 3/3 with 450° or more turn.</i> Sobre el extremo, molino o molino p. ab. por el ap. inv. con desplaz. 3/3 y 450° o más giros. (Kolyvanov)  <i>f b E+</i>	5. SDA a l'appui renversé 3/3 avec 450° ou plus. <i>DSA to hdst. 3/3 with 450° or more turn.</i> SDA al apoyo invertido 3/3 con 450° o más.  <i>S b E+</i>	6.
7.	8. Sur l'extr., double facial russe avec 360° ou 540°. <i>On the end, Russian wendeswing with 360° or 540°.</i> Sobre el extremo, rusa facial 360° o 540°.  <i>r</i>	9. Sur l'extr., double fac. russe avec 720° ou 900°. <i>On the end, Russian wende. with 720° or 900°.</i> Sobre el extremo, rusa facial 720° o 900°.  <i>r r</i>	10. Sur l'extr., double facial russe avec 1080° ou plus. <i>On the end, Russian wendeswing with 1080° or more.</i> Sobre el extremo, rusa facial 1080° o más.  <i>r r r</i>	11.	12.
13.	14. De l'appui facial latéral, passé facial av. avec ½ t. à l'appui facial latéral et facial allemand. <i>Fr. s. sup. fw., wendeswing fwd. w. ½ t. to sup. fw. followed by Schwabenflank a. wende off.</i> Del ap. facial lat., pase facial adelante con ½ g. al apoyo facial lateral y alemana facial.  <i>W C s</i>	15. Stöckli inv. ou SDA o cercle dans une arçon par l'app. renverse. <i>DSA, rev. Stöckli or circle on one pommel through hdst.</i> Stöckli inv. o SDA o molino en un arco por el ap. inv.  <i>S b</i>	16. SDA ou Stöckli inv. avec saut arr. par l'app. renvs. sur l'autre extr. <i>DSA or rev. Stöckli with hop bwd. through hdst. on other end.</i> SDA o Stöckli inv. con salto at. por el ap. inv. sobre el otro extremo. (Jessen) (Loos)  <i>S b</i>	17.	18.
19.	20. Cercle d. jambes ou cercle éc. par l'appui renvs. (aussi avec ¾ t. avec ou sans transport). <i>Circle or flair through hdst. (also with ¾ t. with or without travel).</i> Molino o molino p. abierto por el apoyo invertido (también con ¾ g. con o sin desplazamiento).  <i>f b</i>	21. Cercle des jambes ou cercle écarté et transport sauté arrière par l'appui renversé. <i>Circle or flair with hop travel bwd. thr. hdst.</i> Molino o molino piernas abiertas y desplazamiento de salto atrás por el apoyo invertido.  <i>f ↑ b</i>	22. Russe 180° d'une extrémité à l'autre à la sortie en app. tendu renversé <i>180° Russian from one end of the horse to the other end through Handstand to dismount.</i> Rusas 180° desde un final del caballo al otro a través del apoyo inv de salida. (Pellerin)  <i>S b</i>	23.	24.

12. szakasz: Gyűrű



Magasság: 290 cm a talajtól.

12.1 cikk Gyakorlat leírása

A gyűrű gyakorlat nagyjából egyenlő arányú lendületi, erő és tartásos elemből áll. Ezeket a részeket a tornász függésben, támasz helyzetben vagy azon át, vagy kézállásban vagy azon át végzi, és dominánsan nyújtott karral. Napjaink gyűrűgyakorlatának karakterét a folyamatos átmenetek jellemzik a lendületi és erőelemek között, mely során a nyújtott karral végrehajtott elemeknek kell dominálnia.

12.2 cikk Gyakorlat tartalma és összeállítása

12.2.1 cikk Információk a gyakorlat bemutatásáról

1. A tornász alapállásból ugrik fel, vagy segítik fel a gyűrűre függésbe, zárt lábakkal, mozdulatlanul, rendezett tartással. A gyakorlat értékelése akkor kezdődik, amikor a tornász lába elhagyja a talajt. Nem megengedett, hogy az edző kezdő lökést adjon a tornásznak.
2. A gyakorlatnak függésből kell indulnia, melyben a karok függőlegesek és nyújtottak. A tornász nem hajlíthatja be a karját az első elem megkezdéséhez, csak akkor, ha az az elem végrehajtásához szükséges. Példa: Felkelep és alálendülés hátrafelé bármikor kezdhető hajlított karral a gyakorlat során.
3. Amikor az elem megengedi, nyújtott karú végrehajtást kell alkalmazni. Az elemtáblázatban szerepelnek azok az elemek, melyek hajlított karral bemutatathatók. A tornász csak abban az esetben hajlíthatja be a karját, amikor egyik elemből átmegy a másikba, ha ez elengedhetetlenül szükséges a következő elem megfelelő kivitelezéséhez.
4. A tartásos elembe befejezett lendületi elemeknél, vagy tolódásoknál a vállak és/vagy test nem emelkedhet a tökéletes pozíció fölé. Ez a levonás különbözik a tartásos elem hibáinak levonásától. Példa: Lendület hátra keresztfüggésbe 25°-nál és ereszkedés a keresztfüggésbe, 10°-on megtartva – 0,3 + 0,1 levonás.
5. A hátrafelé lendületet támaszban, ami nem vezet értékelhető részhez csak egy alacsonyabb függő vagy támasz helyzetbe érkezik vele a tornász, az E-zsúri levonja. Egy tipikus példa ilyen ledobásra gyűrűn: billenés támaszba, lendület hátra, lelendülés függésbe, támaszba lendülés előre.
6. Összeállítási hibák -0,30 pont levonással. Példa: Honma támaszba, majd emelés ülőtartásba, VAGY terpesz ülőtartásból lábzarás ülőtartásba, VAGY billenés támaszba, majd emelés ülőtartásba
7. Egy olyan helyzet 2 másodpercnél hosszabb időn át való megtartása, mely nincs listázva, minden alkalommal levonást eredményez. Például: fordított bicska, hátsó és fordított függés.
8. További technikai, esztétikai és kiviteli elvárások a gyakorlat összeállítással szemben:
 - a) A tartásos helyzeteket közvetlenül, nyújtott karral kell elérni anélkül, hogy a testhelyzetet, vagy testtartást korrigálni kéne.
 - b) A tartásos erőelemeknél a gyűrűkarikák befogása nem megengedett. A befogás azt jelenti, amikor a tornász behajlítja a csuklóját, hogy ezzel előnyt szerezzen az elem bemutatásakor, minden alkalommal 0,1 pont levonás jár érte. Szabályos fogás: a csukló egyenes, az ujjaknak nem kötelező a karikát körbeölelni. Megjegyzés: A kezek pozíciója a gyűrűkarikán (egyenes csuklóval és nyitott ujjakkal) nem módosítja az elem értékét.
 - c) Csak azoknál a hajlított karral kivitelezett, kézállásban befejezett elemeknél, melyeknél a szükséges technika lehetővé teszi a hevederek minimális érintését az alkarral nem jár levonás a heveder érintéséért (II.25 és II.26 elemek – csak hajlított karral).
9. A gyakorlat kivitelért adható levonások teljes listáját lásd a 9. szakaszban, és a levonások összegzésénél a 9.4 és 12.3 cikkekben.

12.2.2 cikk Információk a D pontszámról

1. Az elemcsoport követelmények a következők:
 - I. Billenés és lendületi elemek, és lendületek kézállásba vagy azon keresztül (2 mp).
 - II. Erőelemek és tartásos elemek (2 mp).
 - III. Lendületek tartásos elemekbe (2 mp).
 - IV. Leugrások
2. Egy lendület kézállásba (2 mp) kötelező a gyakorlatba, és a 10 nehézségi értékért beszámításra kerülő elem közé kell kerülnie (juniorok esetében 8 elem).
3. Elemismétlés (azonos Kód azonosító szám)
 - a) Az ismételt elemeket nem lehet számításba venni a D pontszám megállapításánál. Gyűrűn ez a szabály kiterjesztésre került, e szerint a II és/vagy III elemcsoportból nem szabad több mint 3 elemet közvetlenül egymás után bemutatni. Az ilyen soron következő 4. elem (II és/vagy III elemcsoportból) elemismétlésnek minősül, és a D zsűri nem fogadja el azt.
 - b) Ha a tornász több elemet szeretne bemutatni a gyakorlatában a II és/vagy III elemcsoportból, az első három egymást követő elem után egy legalább B értékű lendületi elemet az I elemcsoportból be kell mutatnia (kivéve billenések, billenés hátra, vagy azonos cellában lévő elemek) az első és második II és/vagy III elemcsoportba tartozó elem vagy elemek láncolata között. Ennek a lendületi elemnek legalább B értékűnek kell lennie, és szerepelnie kell a 10 beszámítandó elem (junioroknál 8) között ahhoz, hogy elfogadja a zsűri.
 - c) Minden a II. és III. elemcsoportba tartozó elemre vonatkozik ez a szabály, függetlenül attól, hogy a beszámítandó 10 elem között van-e vagy sem, továbbá azokra az elemekre is, melyeket rossz technikai kivitelezés miatt nem vesznek számításba.
4. Speciális elemismétlések
 - a) Az ismételt elemeket (azonos azonosító szám) nem lehet számításba venni a D pontszám megállapításánál. Ez a szabály gyűrűn oly módon van kiterjesztve, hogy minden elemcsoportból maximum egy befejező tartásos erőelemért ad a zsűri nehézségi értékért. Ezért, példának okáért csak két keresztfüggést (normál, ülő-, vagy magasülőtartásos) vagy két támaszmérleget (normál, vagy terpesztett) mutathat be a tornász egy gyakorlaton belül nehézségi értékért (egyik a II elemcsoportból, másik pedig a III-ból).
 - b) Maximum 2 Guczoghy és 2 Li Ning típusú elemet lehet egy gyakorlaton belül bemutatni, a harmadik ilyen típusú elem bemutatása elemismétlésnek számít.
5. Egyéb információk és szabályok:
 - a) Azokat a tartásos erőelemeket, melyeknél a tornász a helyes testhelyzettől, kar vagy lábhelyzettől több mint 45°-kal eltér, a D zsűri nem fogad el. Példa: Keresztfüggés, >45° válszöggel, támaszmérleg >45° csípőszöggel
 - b) Tolódásokat és emeléseket, melyeket egy tartásos elemből indít a tornász, és 2 másodpercig megtartja a véghelyzetet, csak akkor kerülnek elfogadásra, ha a megelőző tartásos elemet is elfogadta a zsűri, és ha ezt az elemet is kitarthatja a tornász.
 - c) Azok a lendületi elemek, melyeket tartásos erőelemmel köt a tornász, de ehhez irányt kell változtatnia (pl. előltámasz fecskébe, előltámasz fordított keresztfüggésbe, stb.) két elemként kerülnek számításra.
 - d) Minden magasülőtartást függőleges lábbal kell bemutatni.
 - e) A gyűrűhevederek keresztezése és a Li Ning függésben befejezett elemek bemutatása nem megengedett, összeállítási hibaként kerülnek levonásra.
 - f) Junioroknál a függésbe történő hátra szaltók nem megengedettek.
 - g) A hátsó függésből indított kereszt függés vagy kereszt függés magasülőtartással nem növeli a keresztfüggés (vagy bármely más erőelem) értékét. Ha bármilyen keresztfüggést hátsó függésből indít a tornász, a két elem külön-külön megkapja eredeti nehézségi értékét (jelen esetben B és C).

12.2.3 cikk Elem végrehajtás értékelése D és E pont

1. Minden tartásos elemet 2 másodpercig kell megtartani. A kitartás akkor kezdődik, mikor minden testrész elérte a statikus helyzetet, beleértve a vállakat és a lábfejeket is. A D zsűri nem fogadja el nehézségi értékre és/vagy elemcsoport követelményre az elemet, ha nincs mozgásszünet.
2. Jonasson/Yamawaki elemeket folyamatos lendülettel kell végrehajtani, és a vállak vonalának a gyűrű magassága fölé kell emelkednie. Ha az elem bemutatása során egyértelmű támaszhelyzetet mutat a tornász, az elemet nem fogadják el, és 0,5 pont levonást alkalmaznak. Ebben az esetben nem módosítható az érték Honma támaszba és előre lelendülés elemekre, nem fogadja el a zsűri külön értékként. Az elemeket lassan bemutatva elfogadja a zsűri, de közepes vagy kis levonást alkalmaz.
3. A tartásos elembe befejezett lendületi elemnél és tolódásoknál a vállak nem emelkedhetnek a tartásos elem befejező helyzetének magassága fölé. Ha az eltérés a tökéletes testhelyzettől nagyobb mint 45° , az elem nem kap elemértéket és 0,5 pont levonást eredményez. Ebben az esetben a befejező tartásos helyzet elfogadható, ha a technikai követelményeknek megfelelően kerül bemutatásra. Példa:
 - Szaltó előre keresztfüggésbe, a keresztfüggésbe való beérkezésnél 45° fölött, 0,5 pont levonás alkalmazása mellett B érték a keresztfüggésnek, ha a kritériumoknak megfelel.
 - Keresztfüggésből tolódás 45° fölé és onnan fecske, 0,5 pont levonás mellett D érték a fecskéért, ha a kritériumoknak megfelelően kerül bemutatásra.
4. Kézállásba lendületeknél, vagy tartásos helyzetben befejezett lendületeknél ha a lábakat több mint 45° -kal lejjebb engedi a tornász, az elemet nem fogadja el a zsűri, és 0,5 pont levonást kell alkalmazni.
5. Tolódást függésből lassan, nyújtott karral és egyenes testtel kell végrehajtani, hogy elkerülje a levonást a tornász, vagy azt, hogy átsorolják az elemet lendületi elemnek. Ha több mint 45° karhajlítást mutat a tornász a végrehajtás során, az elemet a zsűri nem fogadja el, és 0,5 levonást alkalmaz. Lásd 9.4.2.8 cikk Szögeltérések.
6. Fecskét vízszintes helyzetben kell megtartani, teljesen egyenes testtel, és a vállaknak a gyűrűkarikák alsó vonala között kell lennie. A karoknak szélesen, a felső testtől távol kell lenniük. A karok testhez érése kis levonást eredményez, míg a karok érzékelhető megtámasztása a felső testen közepes levonást von maga után.
7. Támaszmérleget akkor ismeri el a zsűri, ha a vállak teljesen a gyűrűkarikák legfelső pontjának magassága fölött vannak. A testnek teljesen nyújtott, vízszintes helyzetben kell lennie. A karok helyzete pl. kissé széles támasz, vagy kezek kifordítása nem változtat az elem nehézségi értékén.
8. A Nakayama elemnek tökéletesen hátsó függő mérlegen kell keresztül haladnia ahhoz, hogy elkerülje a tornász a kiviteli levonást és az elem el nem fogadásának lehetőségét.
9. Ha a tornász tolódást mutat be egyik tartásos elemből a másikba, elvárt, hogy jól látható elmozdulás legyen (legalább egy test szélességnyi) a két elem között. Ha a tolódás nem tökéletes helyzetből indul, kiviteli hibákat von le a zsűri. Ha csak minimális a testhelyzet változtatása, csak a végső elemet értékeli a zsűri. Példa: hátsó mérleg, tolódás fecskébe.
10. A billenés típusú elemek lendületi elemek, melyeket mély csukódásból tisztán látható dinamikus lendítéssel kell bemutatni. A billenés, III.47 elem minimális csukódással és inkább erőből mintsem lendületből végrehajtva levonást eredményez.
11. A lassú átfordulással végrehajtandó elemeket, mint az Azariant folyamatos lassú átfordulással és végig egyenes testtel kell végrehajtani. Bármely variáció E zsűri levonást eredményez, és az elem el nem fogadásához vezethet.
12. Az elemek el nem fogadására vonatkozó további szabályok, és a D-pontszám egyéb tulajdonságai a 7 szakaszban kerültek felsorolásra, a levonások összefoglalása 7.6 cikkben található.

12.3 cikk Gyűrűn alkalmazott speciális levonások

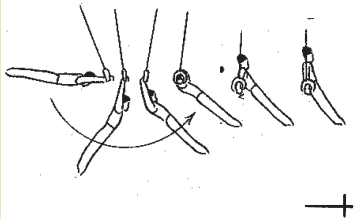
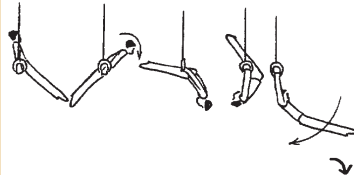
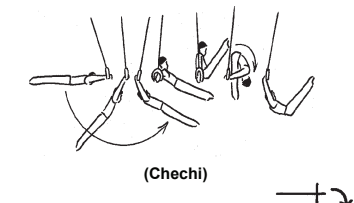
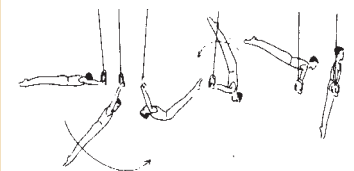
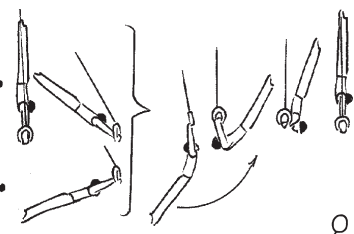
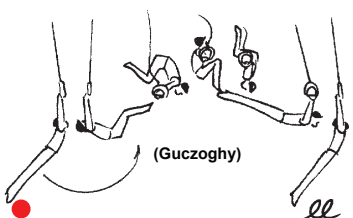
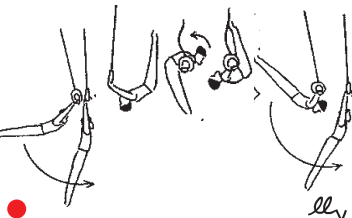
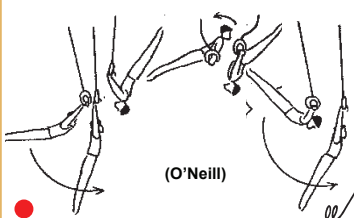
D zsűri

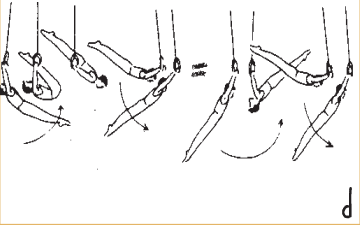
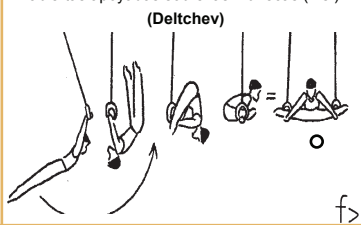
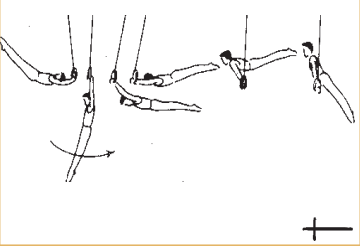
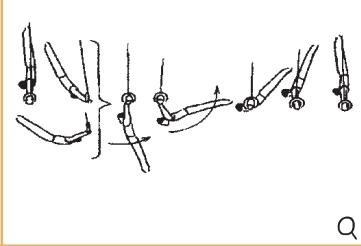
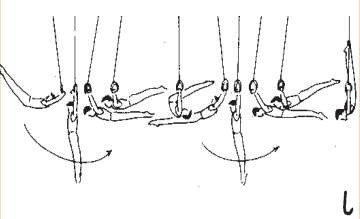
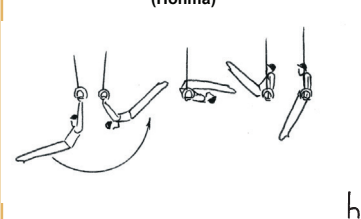
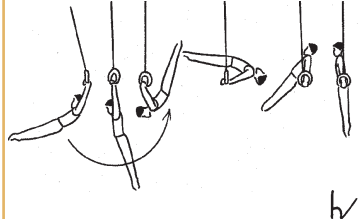
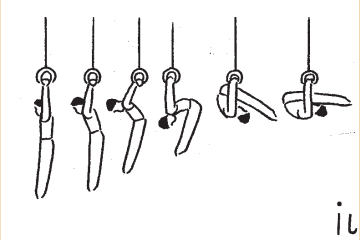
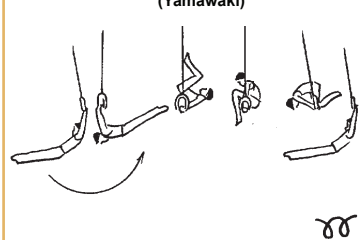
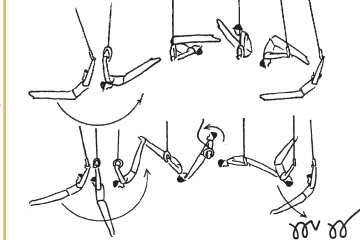
Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
Nincs lendület kézállásba.		+	

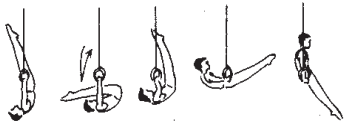
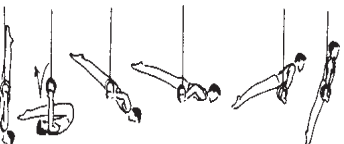
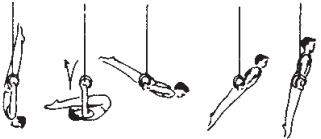
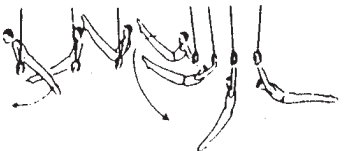
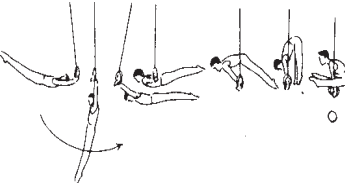
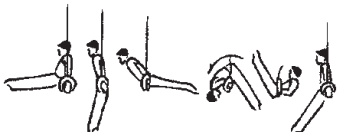
E zsűri

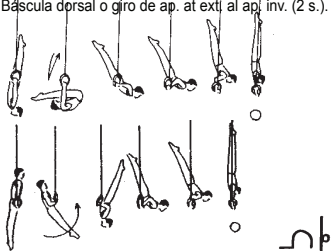
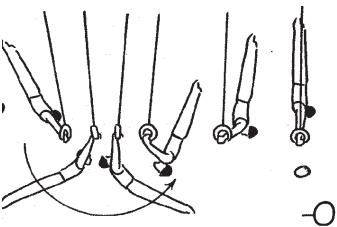
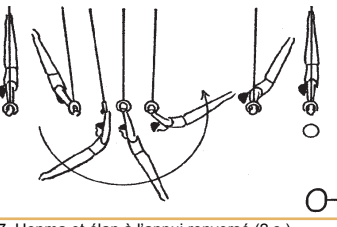
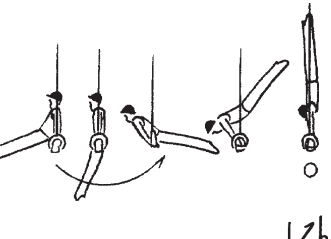
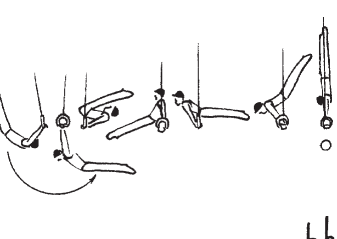
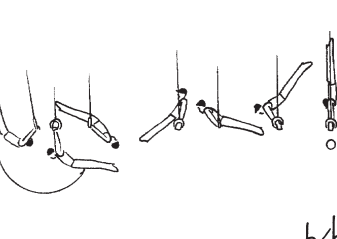
Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
------	------------	--------------	-----------

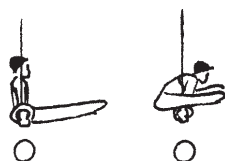
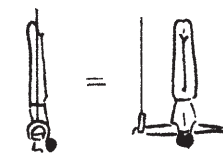
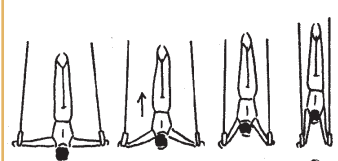
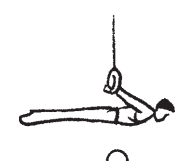
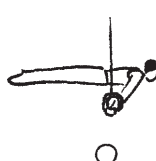
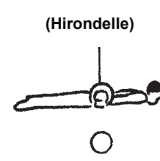
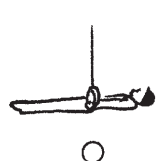
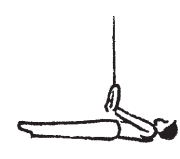
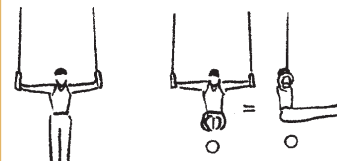
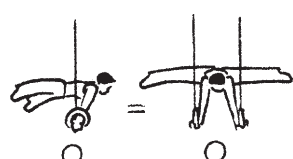
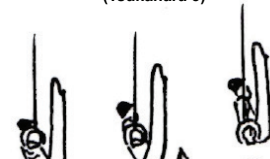
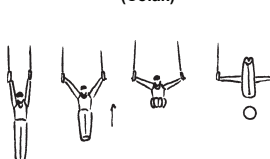
Terpesztett lábak vagy más szegényes kivitelezés a szerre való felugrás vagy felemelés közben		+	
Előkészítő lendület a gyakorlat megkezdése előtt		+	
Az edző lendületet az a tornásznak.	+		
Hátra lendület utáni lelendülés.		+	
Jonasson és Yamawaki elemeknél lassú mozgás, mozdulat folytonosságának megtörése vagy támaszhelyzet	+	+	+ és elem el nem fogadása
Hevederek keresztezése bármely elemnél.		+	
Nem felsorolt elem kitartása 2 mp-ig vagy tovább	Minden alkalommal		
Kompozíciós hiba.		+	
Befogás az erőelemeknél (minden alkalommal).	+		
Hajlított karral lendül a tornász egy tartásos erőelembe, vagy a tartásos helyzet elérésekor.	+	+	+
A heveder érintése karral, lábbal, vagy más testrészszel.		+	
Támasz a hevederen lábbal vagy lábfejjel.			+ nem fogadja el az elemet a D zsűri
Leesés kézállásból.			+ nem fogadja el az elemet a D zsűri
A hevederek erőteljes kilengése.	Elemenként		
Magas megelőző tartásos elemből tolódás tartásos helyzetbe (a levonást a 2. elemre is alkalmazni kell).	+	+	
Test érintése vagy támasz a felsőtesten karral fecske bemutatása közben	+	+	
Lendületi elem erőből történő bemutatása	+	+	

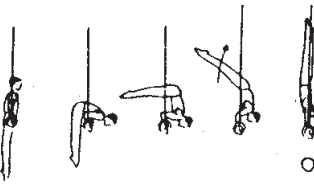
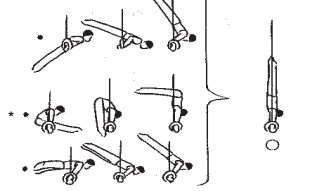
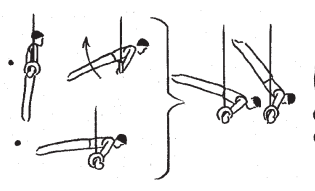
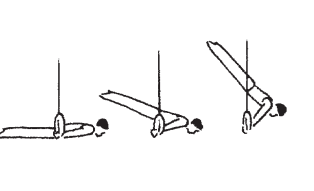
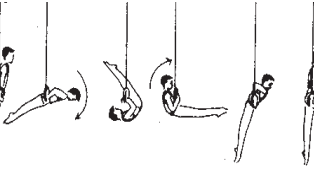
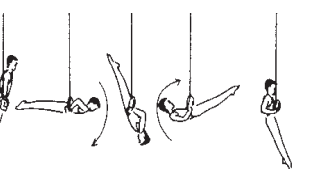
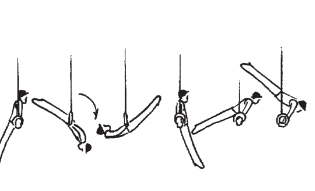
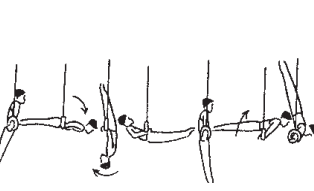
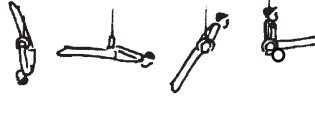
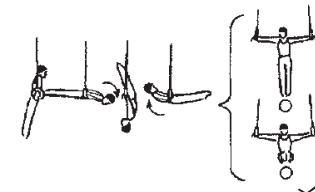
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Bascules et éléments d'élan, élan pour ou à l'appui renversé (2 s.).- Kip and swing elements & swings through or to handstand - Básculas y elementos de impulso e impulsos al o por el apoyo invertido.					
1. Établissement avant à l'appui. <i>Uprise fwd. to support.</i> Dominación adelante al apoyo. 	2.	3.	4.	5.	6.
7. Depuis toute position en appui, de l'hirondelle ou d'élan arrière à l'appui, roulé en avant à la suspension. <i>From any support scale, swallow or swing bwd in support, roll forward to bwd swing in hang.</i> Desde cualquier plancha, hirondele, o impulso at. en apoyo, rodar ad. a impulso at. por la susp.. 	8. #1 et contre-salto av. à l'élan en arrière par la susp. <i>#1 and counter salto fwd. to bwd swing in hang.</i> #1 y contra salto ad. a impulso atrás por la susp. 	9.	10.	11.	12.
13.	14.	15.	16.	17.	18.
19. Établissement en avant en tournant en arrière à l'appui. <i>From hang, felge upward to support.</i> Dominación adelante volteando atrás al apoyo. 	20. Établissement en avant en tournant en arrière par l'appui renversé. <i>Swing fwd. through hdst.</i> Dominación adelante volteando atrás al apoyo invertido. 	21. Double tour d'appui arrière groupé à la susp. <i>Tucked double felge bwd. to hang.</i> Doble giro de apoyo atrás ag. a la suspensión. 	22. Double tour d'appui arrière carpé à la susp. <i>Piked double felge bwd. to hang.</i> Doble giro de apoyo atrás en carpa a la susp. 	23. Double tour d'appui arrière tendu à la susp. <i>Straight double felge bwd. to hang.</i> Doble giro de apoyo atrás extendido a la susp. 	24.

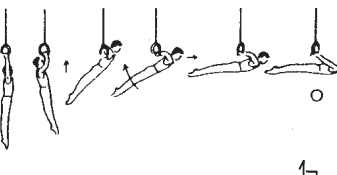
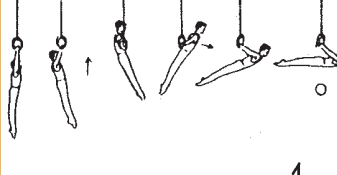
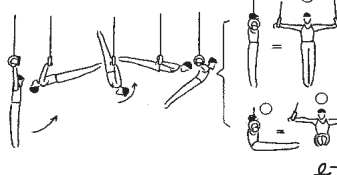
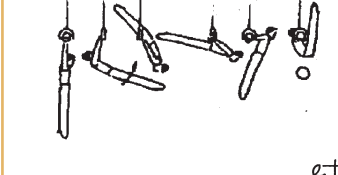
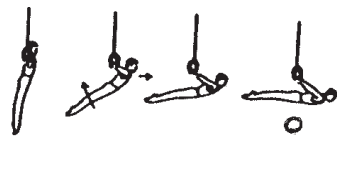
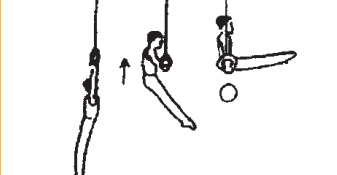
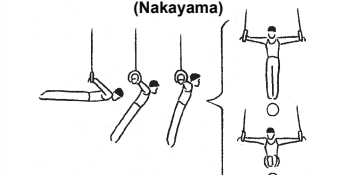
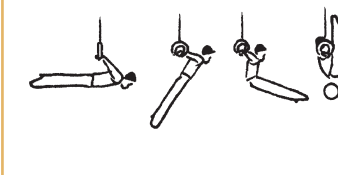
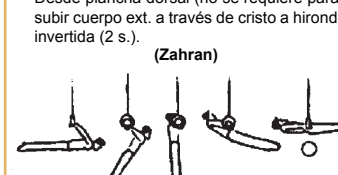
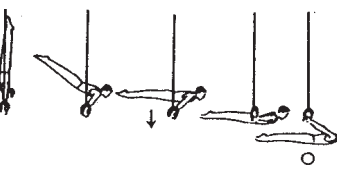
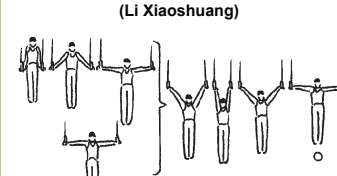
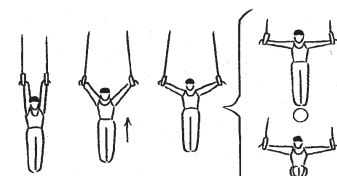
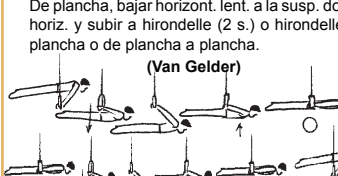
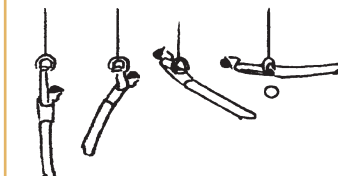
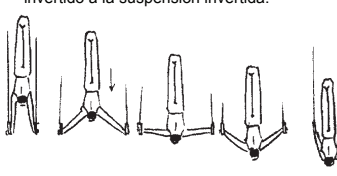
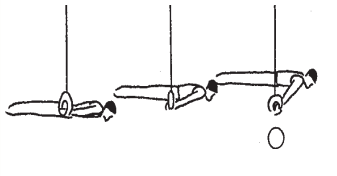
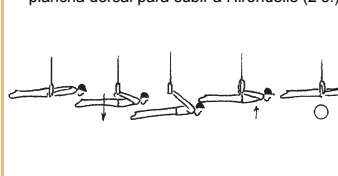
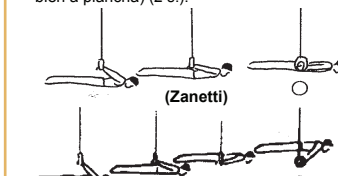
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Basculés et éléments d'élan, élan pour ou à l'appui renversé (2 s.).- Kip and swing elements & swings through or to handstand - Básculas y elementos de impulso e impulsos al o por el apoyo invertido.					
25. Renversement arrière carpé ou tendu. <i>Dislocate bwd. piked or straight.</i> Dislocación atrás agrupada o en carpa. 	26. Établissement en avant en tournant en arrière à l'appui jambes éc appuyées sur les poignets (2 s.). <i>Felge upward to support with straddled legs supported above the rings (2 s.).</i> Dominación adelante voltear atrás al apoyo p. abiertas apoyadas sobre las muñecas (2 s.). (Deltchev) 	27.	28.	29.	30.
31. Établissement arrière à l'appui. <i>Uprise bwd. to support.</i> Dominación at. al apoyo. 	32. Établissement arr. tendu par l'app. renvs. <i>Uprise bwd. str. through handstand.</i> Dom. at. extendido por el apoyo invertido. 	33.	34.	35.	36.
37. Renversement avant carpé ou tendu. <i>Inlocate piked or straight.</i> Dislocación adelante en carpa o extendido. 	38. Élan en suspension en arrière, renversement avant à l'appui. <i>Backward swing to salto fwd. piked to support.</i> Lanzarse en suspensión atrás dislocando ad. al apoyo. (Honma) 	39. Honma tendu. <i>Honma straight.</i> Honma extendida. 	40.	41.	42.
43. De la suspension, renversement avant lentement. <i>Slow inlocate from hang.</i> De la suspensión dislocación adelante. 	44.	45. Double salto d'appui avant gr. à la suspension. <i>Double salto fwd. tucked to hang.</i> Doble mortal de apoyo adelante agrupado a la suspensión. (Yamawaki) 	46. Double salto d'appui avant ca. ou tendu à la susp. <i>Double salto fwd. piked or straight to hang.</i> Doble mortal de apoyo ad. en carpa o ext. a la susp. (Jonasson) 	47.	48.

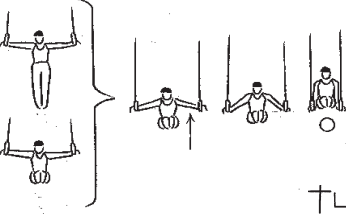
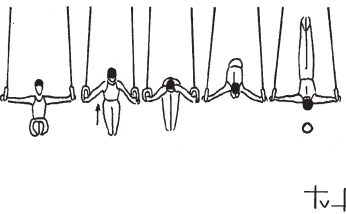
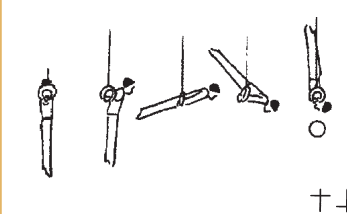
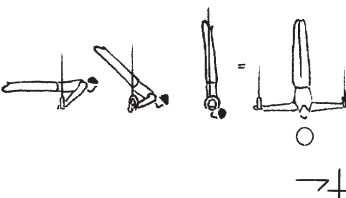
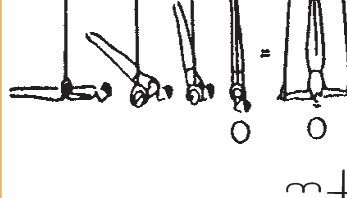
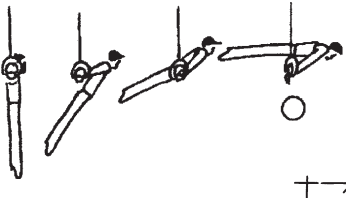
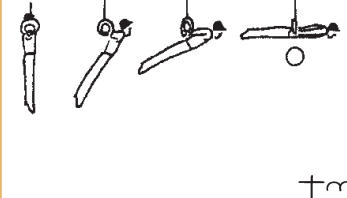
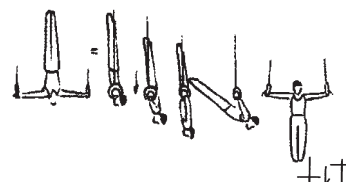
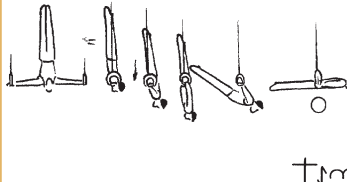
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Basculas et éléments d'élan, élans pour ou à l'appui renversé (2 s.).- Kip and swing elements & swings through or to handstand - Básculas y elementos de impulso e impulsos al o por el apoyo invertido.					
49. Bascule à l'appui. <i>Kip to support.</i> Kippe al apoyo. 	50.	51.	52.	53.	54.
55. Bascule dorsale à l'appui. <i>Back kip with bent arms to support.</i> Báscula con brazos doblados dorsal al apoyo. 	56. Bascule dorsale à l'appui. <i>Back kip to support.</i> Báscula dorsal al apoyo. 	57.	58.	59.	60.
61. Élan av. à l'élan arrière en suspension. <i>Fwd. swing to swing bwd. in hang.</i> Impulso ad. a impulso atrás a la suspensión. 	62. Établissement arrière à l'équerre écartée (2 s.). <i>Uprise bwd. to straddled L-sit (2 s.).</i> Dominación atrás a ángulo piernas abiertas (2 s.). 	63. De l'appui, salto av. carpé à l'appui. <i>Bwd. swing, salto piked to support.</i> Del apoyo mortal ad. en carpa al apoyo. 	64.	65.	66.
67. De l'appui ou de la croix tour d'appui arrière carpé ou tendu à l'appui. <i>From support or cross, felge bwd. piked or straight with bent arms to support.</i> Desde el apoyo o cristo, giro de apoyo atrás en carpa o extendido al apoyo, con brazos dobl. 	68.	69.	70.	71.	72.

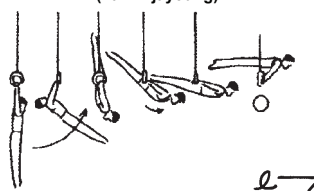
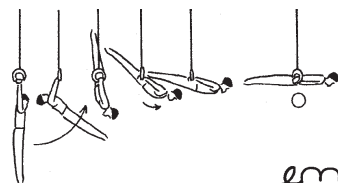
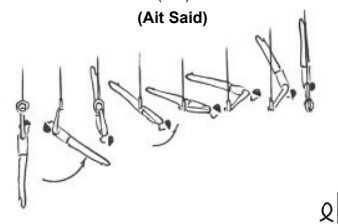
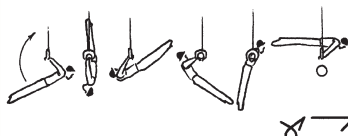
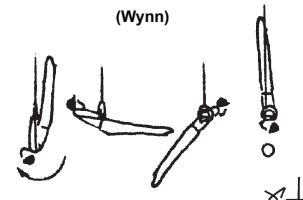
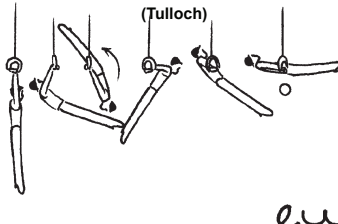
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG I: Bascules et éléments d'élan, élans pour ou à l'appui renversé (2 s.).- Kip and swing elements & swings through or to handstand - Básculas y elementos de impulso e impulsos al o por el apoyo invertido.											
73.	74. Bascule dorsale or tour d'appui arrière tendu à l'appui renversé. (2 s.). Back kip or roll bwd str. with bent arms to handstand (2 s.). Báscula dorsal o giro de ap. at extl al ap. inv. (2 s.). 			75. Établissement en avant en tournant en arrière à l'appui renversé (2 s.). Swing bwd. or giant swing fwd to hdst. (2 s.). Impulso at. o molino atrás al ap. invertido (2 s.). 			76.	77.			78.
79.	80.			81. Établissement arrière ou grand tour à l'appui renversement (2 s.). Uprise bwd. or giant swing to handstand (2 s.). Molino atrás (2 s.). 			82.	83.			84.
85.	86. De l'appui élan à l'appui renversé (2 s.). From support swing bwd. to handstand (2 s.). Desde apoyo impulso al apoyo invertido (2 s.). 			87. Honma et élan à l'appui renversé (2 s.). Honma and swing bwd. to handstand (2 s.). Honma e impulso al apoyo invertido (2 s.). 			88. Honma tendu et élan à l'appui renversé (2 s.). Honma str. and swing bwd. to handstand (2 s.). Honma ext. e impulso al apoyo invertido (2 s.). 			89.	90.
91.	92.			93.			94.	95.			96.

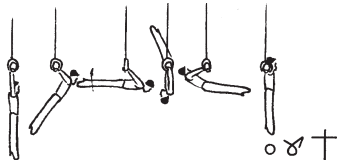
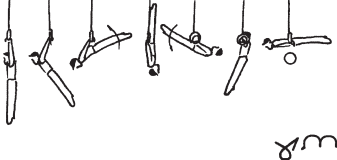
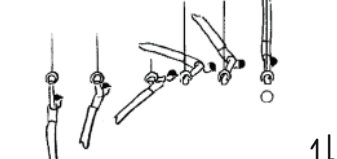
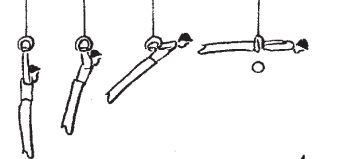
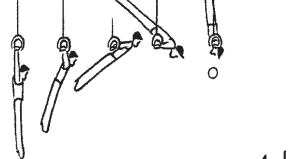
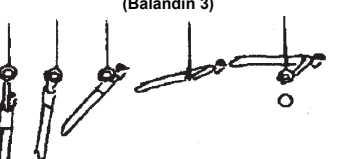
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG II: Éléments de force et maintien (2 s.) - Strength elements and hold elements (2 sec.) - Elementos de fuerza y mantenimiento (2 seg.)											
1. Équerre (2 s.) ou équerre écartée (2 s.). L-sit (2 s.) or straddled L-sit (2 s.). Ângulo (2 s.) o ângulo pernas abertas (2 s.).		2. Équerre, jambes levées vert. (2 s.). V-sit (2 s.). Ângulo, pernas elevadas verticalmente (2 s.).		3. Croix renversée (2 s.). Inverted cross (2 s.). Cristo invertido (2 s.).		4. De la croix renv., s'élev à l'appui renv. (2 s.). Press from inverted cross to handstand (2 s.). De cristo inv., elev. al apoyo invertido (2 s.).		5.		6.	
											
L >		N		+		+ b					
7. Suspension dorsale horizontale (2 s.). Hanging scale rearways (back lever) (2 s.). Suspensión dorsal horizontal (2 s.).		8.		9. Appui facial horizontal (2 s.). Support scale (planche) (2 s.). Apoyo facial horizontal (2 s.).		10. Appui facial horizontal entre les anneaux (hirondelle) (2 s.). Support scale at ring height (swallow or maltese cross) (2 s.). Apoyo facial horizontal entre las anillas (2 s.).		11. Hirondelle inversée (2 s.). Inverted swallow (2 s.). Hirondelle invertida (2 s.).		12.	
											
J				J		3		3			
13. Suspension faciale horizontale (2 s.). Hanging scale frontways (front lever) (2 s.). Suspensión facial horizontal (2 s.).		14. Toutes croix (2 s.). Any cross (2 s.). Qualquer cristo (2 s.).		15. Équerre, jambes levées vert. (2 s.). V cross (2 s.). Cristo en ângulo p. verticales (2 s.).		16.		17.		18.	
											
L		+ +		+							
19. Appui facial horizontal éc. (2 s.). Support scale straddled (2 s.). Apoyo facial horizontal piernas abiertas (2 s.).		20.		21.		22. Équerre, jambes levées vert. à équerre, jambes levées vert. (2 s.). V Cross, press to V-sit (2 sec.). De cristo p. vert. subir a ângulo p. vert. (2 s.)		23. Établissement en force, bras tendus équerre, jambes levées vert. (2 s.). Vertical pull up with str. arms to V-cross (2 s.). Subir vert. brazos ext. a ângulo p. vert. (2 s.)		24.	
											
J						+ N		+ it			

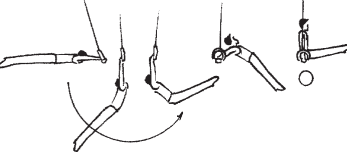
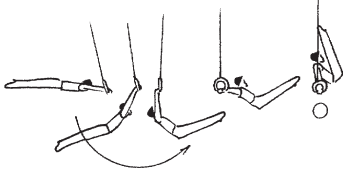
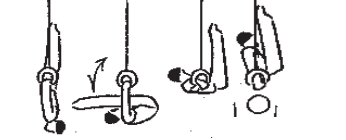
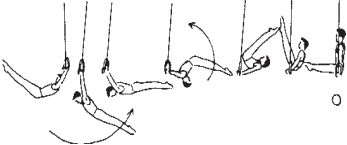
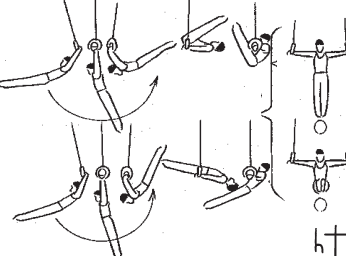
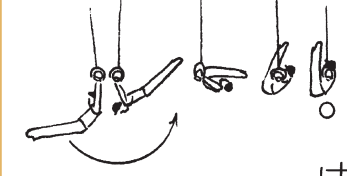
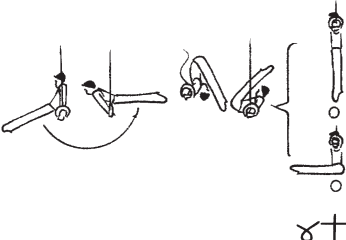
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Éléments de force et maintien (2 s.) - <i>Strength elements and hold elements (2 sec.)</i> - Elementos de fuerza y mantenimiento (2 seg.)					
25. S'élever corps et bras fléchis à l'appui renvs. (2 s.). <i>Press to hdst. with bent body and bent arms (2 s.).</i> Elevarse cuerpo y b. flex. al apoyo inv. (2 s.).  - Aussi jambes écartés - Also straddle legs. - También piernas abiertas	26. S'élev. corps t. et bras fl. ou corps fl. et bras t. ou de l'app. fac. horiz. éc. à l'app. renv. (2 s.). <i>Press to hdst. with str. body a. bent arms or b. body. a. str. arms, or fr. strad. sup. lever (2 s.).</i> Elev. cuerpo ext. y b. flex. o cuerpo ext. y b. flex. o del ap. fac. horiz. p. ab. al apoyo inv. (2 s.).  * Aussi jam. ec./ also strad. legs / También p. ab.	27. S'élev. corps tendu et bras tendus ou de l'appui fac. horiz. à l'appui renversé (2 s.). <i>Press to hdst. with str. body and str. arms or from sup. lever (2 s.).</i> Elevarse cuerpo y b. ext. al apoyo invertido o del apoyo facial horizontal (2 s.). 	28. De l'hirondelle, s'élever corps tendu et bras t. a l'appui renversé (2 s.). <i>Press to hdst. with str. body and str. arms from swallow (2 s.).</i> Elevarse cuerpo ext. y brazos ext. desde hirondelle al ap. invertido (2 s.). 		30.
31. Tour d'appui av. lentement carpé à l'appui. <i>Slow roll fwd. piked with bent arms, to support.</i> Giro de apoyo ad. lentamente en carpa con brazos doblados al apoyo. 	32. Tour d'appui av. lentement tendu à l'appui. <i>Slow roll fwd. straight with bent arms, to support.</i> Giro de apoyo ad. lentamente ext. al apoyo. 	33. Tour d'appui av. tendu lentement, à l'appui renverse. (2 s.). <i>Slow roll fwd. straight to handstand (2 s.).</i> Giro de apoyo ad. ext lentamente, al apoyo invertido (2 s.). 	34. Tour d'appui av. tendu lentement, à la croix renverse. (2 s.). <i>Slow roll fwd. straight to inverted cross (2 s.).</i> Giro de apoyo ad ext. lentamente a cristo invertido (2 s.). 	35.	36.
37.	38. Abaissement arriéré en tournant lentement, corps tendus, à équerre écarté (2 s.). <i>Slow roll bwd. slowly and straight. body to L sit (2 s.).</i> Giro lento de apoyo atrás con cuerpo extendido a ángulo (2 s.). 	39. Tour d'appui av. tendu lentement, à la croix ou croix angle (2 s.). <i>Slow roll fwd. straight to cross or L-cross (2 s.).</i> Giro lento de apoyo adelante cuerpo y a cristo o cristo en ángulo (2 s.). 	40.	41.	42.
43.	44.	45.	46.	47.	48.

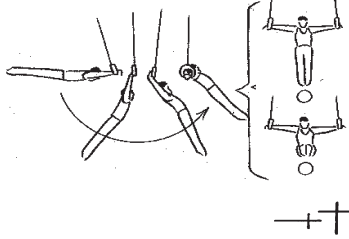
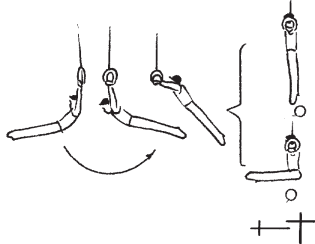
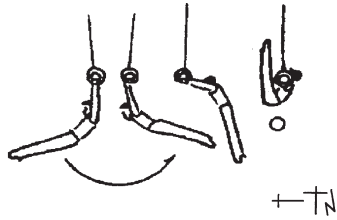
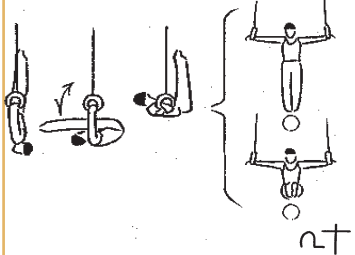
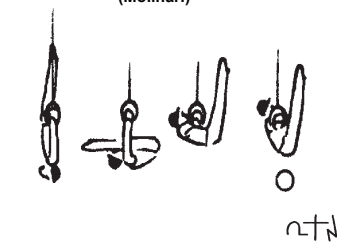
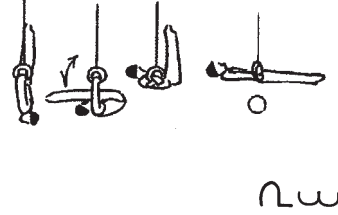
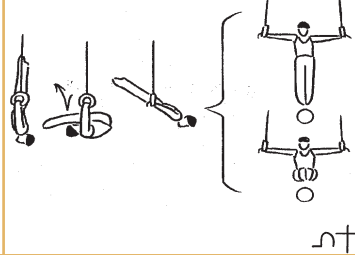
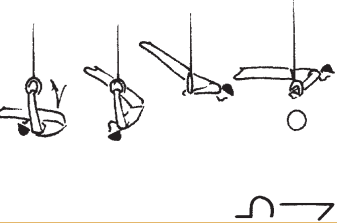
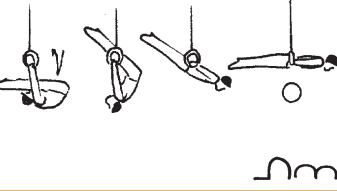
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Éléments de force et maintien (2 s.) - <i>Strength elements and hold elements (2 sec.)</i> - Elementos de fuerza y mantenimiento (2 seg.)					
49.	50. Établissement en force, bras fléchis à la suspension dorsal horizontal (2 s.). <i>Vertical pull up with bent arms to hanging scale rearways (2 s.).</i> Dominación a fuerza, b. flex. a la suspensión dorsal horizontal (2 s.). 	51. Établissement en force, bras tendus à la susp. dorsale horizontal (2 s.). <i>Vertical pull up with straight arms to hanging scale rearways (2 s.).</i> Dominación a fuerza, brazos extendidos a la suspensión dorsal horizontal (2 s.). 	52. Tour en arrière lente corps tendu à la croix ou croix angle (2 s.). <i>Slow Roll bwd. with-straight body to cross or L-cross (2 s.).</i> Volteo lento atrás cuerpo ext a cristo o cristo en ángulo (2 s.). (Azarian) 	53. Azarian à la croix jambes levées en V (2 s.). <i>Azarian to V Cross (2 s.).</i> Azarian a cristo en V (2 s.). (Tay) 	54.
55.	56. De la croix ou croix angle, tourner en av. à la suspension dorsal horizontal (2 s.). <i>Fr. cross or L-cr., move fwd. to back lever (2 s.).</i> De cristo o cristo en ángulo, voltear atrás a la suspensión dorsal horizontal (2 s.). 	57. Établissement en force, bras tendus à équerre écarté (2 s.). <i>Vertical pull up to L-sit (2 s.).</i> Dominación a fuerza, b. ext. a ángulo (2 s.). 	58. De ou par la susp. dors. horiz., établis. en force bras tendus à la croix ou croix angle (2 s.). <i>From or through hanging scale rearways, pull to cross or L-cross (2 s.).</i> De o por la sus. dorsal horiz., dominación a fuerza a cristo o cristo en ángulo (2 s.). (Nakayama) 	59. Nakayama à la croix jambes levées en V (2 s.). <i>Nakayama to V cross (2 s.).</i> Nakayama a cristo en V (2 s.). (NG Kiu Chung) 	60. De la susp. dorsal horiz. (aucun maintien requis), monter corps tendu en passant par la croix à la position hirondelle inversée (2 s.). <i>Through hanging scale rearways (no hold required) pull with str. body through cross to inv. swallow (2 s.).</i> Desde plancha dorsal (no se requiere parada) subir cuerpo ext. a través de cristo a hirondelle invertida (2 s.). (Zahran) 
61.	62. De l'appui renverse, s'abaisser horizontal à la suspension dorsal horizontal (2 s.). <i>From hdst., lower horiz. to back lever (2 s.).</i> Del apoyo invertido bajar horizontal a la suspensión dorsal horizontal (2 s.). 	63. De l'appui ou la croix, s'abaisser lent. bras t. à la susp. et établis. en force, à la croix (2 s.). <i>From sup. or cross, lower slowly to hang, and pull with str. arms to cross (2 s.).</i> Del apoyo o cristo, bajar lentam. a la susp. y dominación a fuerza b. ext a cristo (2 s.). (Li Xiaoshuang) 	64. Établissement en force, à la croix ou croix angle (2 s.). <i>Vertical pull up to cross or L-cross (2 s.).</i> Dominación a fuerza, a cristo o cristo en ángulo (2 s.). 	65. De la planche, s'abaisser horiz. lent. à la susp. dorsal horiz. et s'élever à l'hirondelle (2 s.) ou de l'hirondelle à la planche ou planche à planche. <i>From planche, lower horiz. and slowly to hanging scale rw. and press to swallow (2 s.) or from swallow same to planche or planche to planche.</i> De plancha, bajar horizont. lent. a la susp. dors. horiz. y subir a hirondelle (2 s.) o hirondelle a plancha o de plancha a plancha. (Van Gelder) 	66. Établissement en force, à hirondelle inversée (2 s.). <i>From hang vertical pull up, slowly with straight arms through cross to inverted swallow (2 s.).</i> Desde la susp. subir lentamente con brazos ext. a través de cristo a cristo inv. (2 seg.) 
67.	68. De l'appui renverse, s'abaisser en passant par la croix renverse à la suspension renversée. <i>From handstand, lower slowly through inverted cross to inverted hang.</i> Del apoyo invertido, bajar lentamente por cristo invertido a la suspensión invertida. 	69.	70. De l'hirondelle, s'élever à l'appui fac. horiz. (2 s.). <i>From swallow, press to support scale (2 s.).</i> De hirondelle elevarse al apoyo fac. horiz. (2 s.). 	71. De Hirondelle, s'abaisser horiz. lent. à la susp. dors. horiz. et s'élever à l'hirondelle. (2 s.). <i>From swallow, lower slowly to hanging scale, press to swallow (2 s.).</i> Desde Hirondelle, bajar horiz. lentamente a plancha dorsal para subir a Hirondelle (2 s.). 	72. De la susp. dors. horiz., s'élever à l'hirondelle (aussi à l'appui fac. horiz.) (2 s.). <i>From hanging scale rw. press to swallow (also to Support Scale) (2 s.).</i> De la susp. dors. horiz., elev. a hirondelle (también a plancha) (2 s.). (Zanetti) 

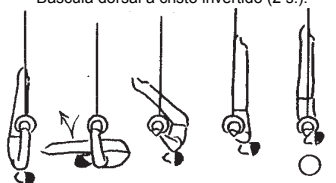
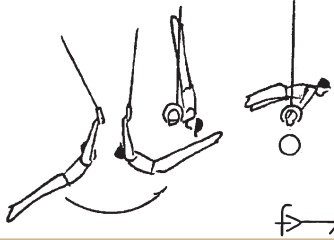
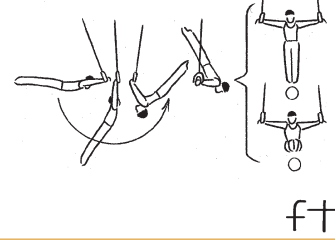
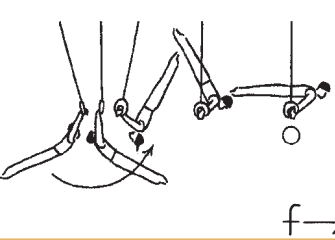
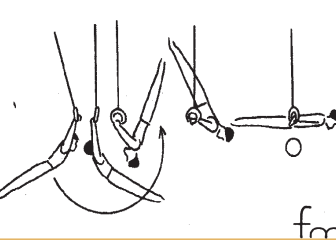
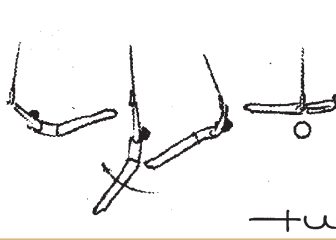
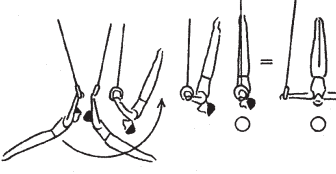
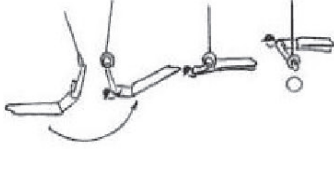
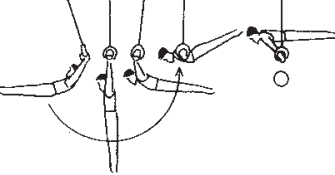
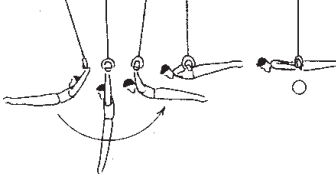
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Éléments de force et maintien (2 s.) - Strength elements and hold elements (2 sec.) - Elementos de fuerza y mantenimiento (2 seg.)					
73.	74.	75. De la croix ou croix angle, établis. de force à l'équerre (2 s.). <i>From cross or L-cross, press to L-sit (2 s.).</i> De cristo o cristo en ángulo, dominación a fuerza a ángulo (2 s.). 	76. De la croix angle, s'élever à la croix renvs. (2 s.). <i>From L-cross, press to inverted cross (2 s.).</i> De cristo en ángulo, elevarse a cristo inv. (2 s.). 	77. De la croix s'élever corps tendu à la croix renvs (2 s.). <i>From cross, press with straight body to inverted cross (2 s.).</i> De cristo elevarse cuerpo ext. a cristo inv. (2 s.). 	78.
79.	80.	81.	82. De l'appui facial horizontal, s'élever à la croix renverse (2 s.). <i>From support lever, press to inverted cross (2 s.).</i> Del apoyo facial horizontal, elevarse a cristo invertido (2 s.). 	83. De l'hirondelle, s'élever à la croix renvs. (2 s.). <i>From swallow, press to inverted cross (2 s.).</i> De Hirondelle, elevarse a cristo invertido (2 s.). 	84.
85.	86.	87.	88. De la croix, s'élever direct à l'appui facial horizontal (2 s.). <i>From cross, press to planche without first going to support (2 s.).</i> De cristo, elevarse directamente al apoyo facial horizontal (2 s.). 	89. De la croix, s'élever à l'hirondelle (2 s.). <i>From cross, press to swallow (2 s.).</i> De cristo, elevarse a Hirondelle (2 s.). 	90.
91.	92.	93.	94. De la croix renvs. s'abaisser à la susp. renvs. et établis. lent. en tourn. en arrière à la croix. (2 s.). <i>From inverted cross lower slowly to inverted hang and felge bwd. slowly to cross (2 s.).</i> De cristo inv., bajar a la suspensión inv. y dominar lentamente volteando atrás a cristo (2 s.). (Vorobiov) 	95. De la croix renvs. s'abaisser à la susp. renvs. et établis. lent. en tourn. en arr. à l'hirondelle. (2 s.). <i>From inverted cross lower slowly to inverted hang and felge bwd. slowly to swallow (2 s.).</i> De cristo invertido, bajar a la suspensión inv. y dominar lent. volteando atrás a hirondelle (2 s.). (Jotchev) 	96.

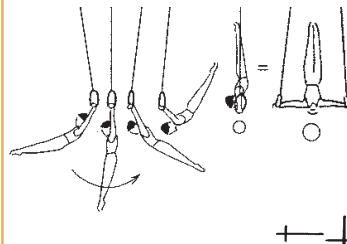
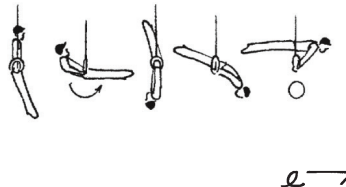
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Éléments de force et maintien (2 s.) - <i>Strength elements and hold elements (2 sec.)</i> - Elementos de fuerza y mantenimiento (2 seg.)					
97.	98.	99.	100.	101. Tour en arrière lent. corps et bras tendus à l'appui facial horizontal (2 s.). <i>Roll bwd. slowly with str. arms and body to free sup. scale (2 s.).</i> Voltar. atrás lentamente cuerpo y brazos ext al apoyo facial horizontal (2 s.). (Yan Mijayoung) 	102.
103.	104.	105.	106.	107. Tour en arrière. lent. corps tendus à l'hirondelle (2 s.). <i>Slow Roll bwd. with str. body to swallow (2 s.).</i> Volteo lento atrás cuerpo ext. hirondelle (2 s.). 	108.
109.	110.	111.	112.	113. Tour en arr. lent. corps et bras tendus à l'ATR en passant par l'hirondelle. <i>Roll backward slowly with straight arms and body to handstand through swallow.</i> Volteo lento at. cuerpo y brazos ext. al ap. inv. a través de hirondelle (2 s.). (Ait Said) 	114.
115.	116.	117.	118. Tour d'appui avant lentement, passer par la croix pour terminer à l'app. facial horiz. (2 sec.). <i>Slow-roll fwd. with straight body through cross and press to support scale without first going to support (2 s.).</i> Rodar ad. lentam. cuerpo ext. a través de cristo a plancha sin ir previamente al ap. (2 s.). (Ng Kiu Chung 2) 	119. Tour d'appui avant lentement, corps tendus, passer par la croix à la croix inversée (2 s.). <i>Slow roll fwd. with straight body through cross to inverted cross (2 s.).</i> Rodar lentamente ad. con cuerpo ext. a través de cristo a cristo invertido (2 s.). (Wynn) 	120. Azarian à l'hirondelle renverse (2 s.). <i>Azarian to inverted Swallow (2 s.).</i> Azarian a hirondelle invertida (2 s.). (Tulloch) 

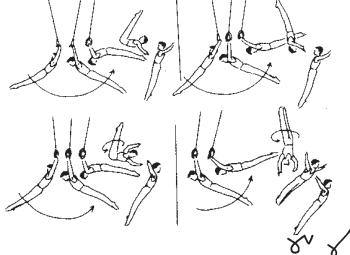
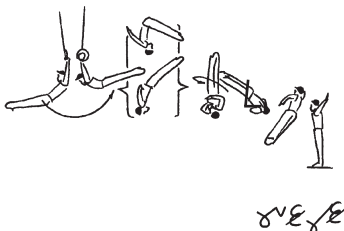
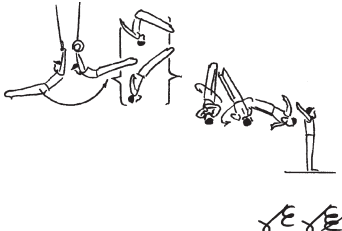
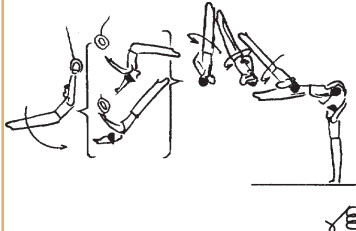
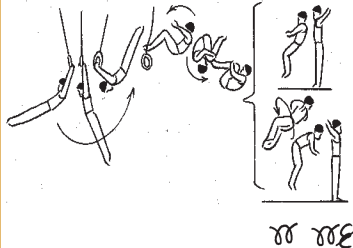
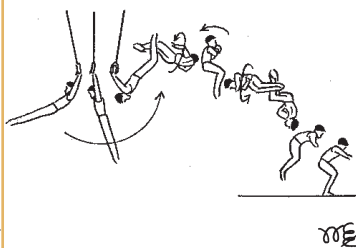
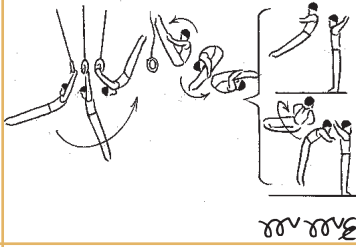
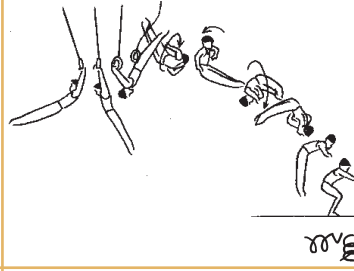
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Éléments de force et maintien (2 s.) - <i>Strength elements and hold elements (2 sec.)</i> - Elementos de fuerza y mantenimiento (2 seg.)					
121.	122.	123.	124. Tour d'appui avant lentement, corps tendus, à la croix (2 sec.) ou à la croix en équerre (2 sec.), aussi de la suspension inversée. <i>Slow roll fwd. with str. body o Cross or L-Cross (2 s.), also from inverted hang.</i> Rodar lent. ad. cuerpo a cristo o cristo en ángulo (2 s.), también desde susp. inv. (Davtyan) 	125. Tour d'appui avant lentement, corps tendus, passer par la croix pour terminer à l'hirondelle (2 s.). <i>Slow roll forward with straight body through cross to swallow (2 sec).</i> Rodar lent. ad. cuerpo ext. a través de cristo a hirondelle. (Pham 2) 	126. De la suspension dorsale établissement en force, corps tendus à la croix renverse. (2 s.). <i>Through hang rearways press and straight body to inverted cross (2 s.).</i> Desde plancha dorsal subir con cuerpo ext. a cristo invertido (2 s.). (Carmona) 
127.	128.	129.	130. De la susp. s'élever corps et bras tendus à l'ATR en passant par l'appui. <i>From hang vertical pull up support and press to hdst. with straight body and straight arms..</i> Desde las susp. dom. a fuerza, al ap. inv. con cuerpo y brazos extendidos. (Cingolani) 	131. De la susp. établis. en force, à l'hirondelle (2 s.). <i>From hang vertical pull up to swallow (2 s.).</i> Desde las susp. dom. a fuerza, a hirondelle (2 s.). (Balandin 1) 	132. De la suspension établissement en force à la croix renverse. (2 s.). <i>From hang vertical pull up to inv. cross (2 s.).</i> Desde las suspensión dominación a fuerza a cristo invertido (2 s.). (Balandin 2) 
133.	134.	135.	136.	137. De la susp. établis. en force, pour l'hirondelle à la planche (2 s.). <i>From hang vertical pull up thr. swallow to sup. scale (2 s.).</i> Desde las susp. dom. a fuerza, a través de hirondelle a plancha (2 s.) (Balandin 3) 	138.
139.	140.	141.	142.	143.	144.

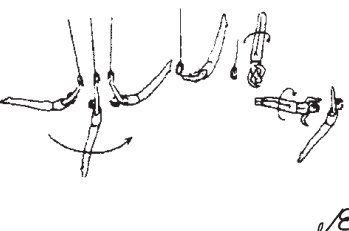
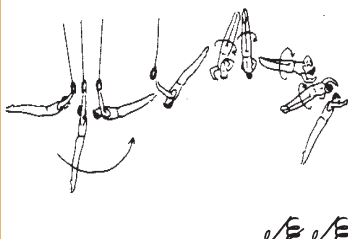
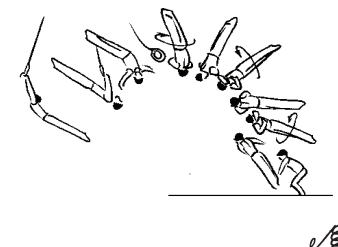
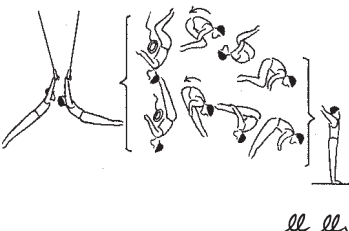
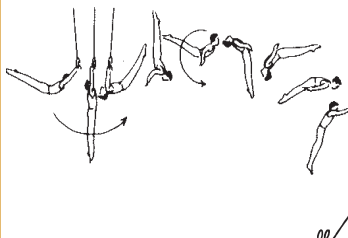
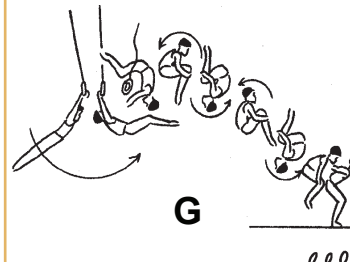
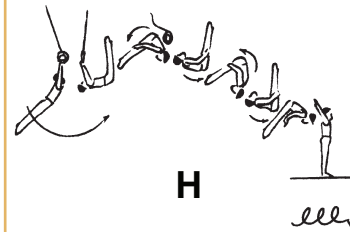
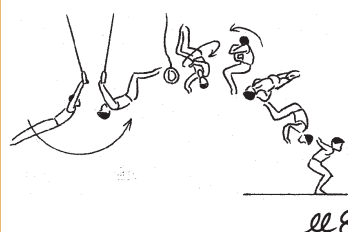
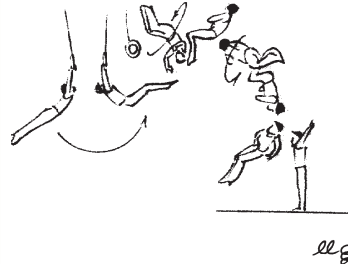
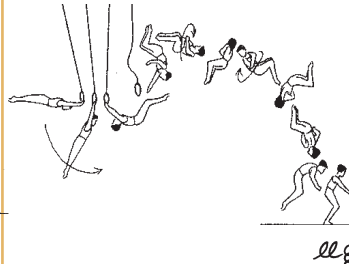
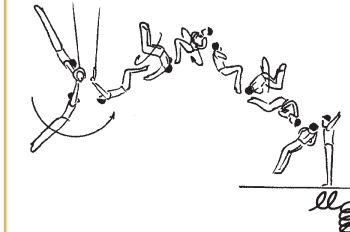
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Élans menant à un élément de maintien en force (2 s.) - <i>Swing to Strength hold elements (2 sec.)</i> - Impulso a elementos de mantenimiento a fuerza (2 seg.)					
1.	2. Établissement avant à l'équerre (2 s.). <i>Uprise fwd. to L-sit, (2 s.).</i> Dominación adelante. a ángulo (2 s.). 	3. Établis. av. à l'équerre jambes levées vert (2 s.). <i>Uprise fwd. to V-sit (2 s.).</i> Dominación ad. a ángulo p. verticales (2 s.). 	4.	5.	6.
7.	8. Bascule à l'équerre (2 s.). <i>Kip to L-sit (2 s.).</i> Kipe ángulo (2 s.). 	9. Bascule à l'équerre jambes lev. vertical (2 s.). <i>Kip to V-sit (2 s.).</i> Kipe a ángulo p. verticales (2 s.). 	10.	11.	12.
13.	14. Élancer en suspension en arrière, renversement avant à l'équerre (2 s.). <i>Backward swing to salto fwd. p. to L-sit (2 s.).</i> Lanzarse en suspensión atrás dislocando ad. a ángulo (2 s.). (Honma) 	15.	16. Honma à croix ou croix angle (2 s.). <i>Honma to cross / L-cross (2 s.).</i> Honma a cristo o cristo en ángulo (2 s.). 	17. Honma à la croix équerre jambes vertical (2 s.). <i>Honma to V cross (2 s.).</i> Honma a cristo en V (2 s.). (Tanaka) 	18.
19.	20.	21.	22. De l'appui, salto av. c. à la croix ou croix angle (2 s.). <i>Bwd. swing, salto fwd p. to cross or L-cross (2 s.).</i> Del apoyo mortal c. a cristo o cristo en áng. (2 s.). 	23.	24.

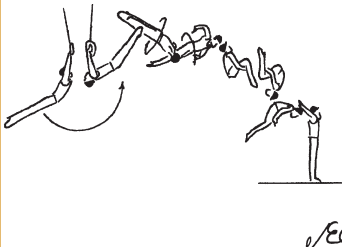
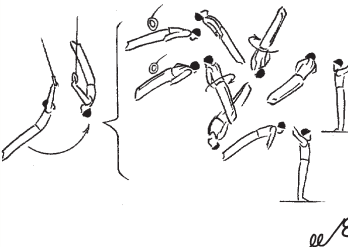
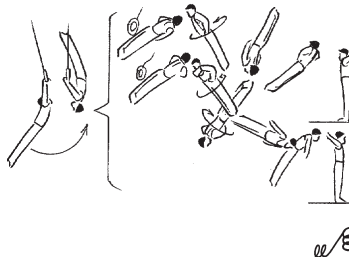
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Élans menant à un élément de maintien en force (2 s.) - <i>Swing to Strength hold elements (2 sec.)</i> - Impulso a elementos de mantenimiento a fuerza (2 seg.)					
25.	26.	27. Établissement. avant à la croix ou croix à l'équerre (2 s.). <i>Uprise fwd. to cross or L-cross (2 s.).</i> Dominación ad. a cristo o cristo en ángulo (2 s.). 	28.	29.	30.
31.	32.	33. Établissement. en arrière à la croix ou croix angle (2 s.). <i>Uprise bwd. to cross or L-cross (2 s.).</i> Dominación atrás a cristo o cristo en ángulo (2 s.). 	34. Établissement arrière à la croix jambes levées en V (2 s.). <i>Uprise bwd. to V cross (2 s.).</i> Dominación atrás a cristo en V (2 s.). (Kato) 	35.	36.
37.	38.	39. Bascule à la croix ou croix angle (2 s.). <i>Kip to cross, or L-cross (2 s.).</i> Kipe cristo o cristo en ángulo (2 s.). 	40. Bascule à la croix équerre jambes l. vert. (2 s.). <i>Kip to V cross (2 s.).</i> Kipe cristo ángulo piernas verticales (2 s.). (Molinari) 	41.	42. Bascule à hirondelle inversée. (2 s.). <i>Kip to inverted swallow (2 s.).</i> Kipe a hirondelle invertida (2 s.). 
43.	44.	45. Bascule dorsale à la croix ou croix angle (2 s.). <i>Back kip to cross or L-cross (2 s.).</i> Báscula dorsal a cristo o cristo en ángulo (2 s.). 	46. Bascule dorsale à l'appui facial horiz. (2 s.). <i>Back kip to support scale (2 s.).</i> Báscula dorsal al apoyo fac. hor. (2 s.). 	47. Bascule dorsale à l'hirondelle (2 s.). <i>Back kip to swallow (2 s.).</i> Báscula dorsal a hirondelle (2 s.). 	48.

A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG III: Élans menant à un élément de maintien en force (2 s.) - <i>Swing to Strength hold elements (2 sec.)</i> - Impulso a elementos de mantenimiento a fuerza (2 seg.)											
49.	50.		51.		52.		53. Bascule dorsale à la croix renversée. (2 s.). <i>Back kip to inverted cross (2 s.).</i> Báscula dorsal a cristo invertido (2 s.).		54.		
											
55.	56. Établissement. en av. en tournant en arrière à l'appui facial horizontal écarté (2 s.). <i>Felge upward to support scale straddled (2 s.).</i> Dominación adelante volteando atrás al apoyo facial horizontal piernas abiertas (2 s.).		57. Établissement. en av. en tournant en arrière à la croix ou croix angle (2 s.). <i>Felge upward to cross or L-cross (2 s.).</i> Dominación adelante volteando atrás a cristo o cristo en ángulo (2 s.).		58. Établissement. en av. en tournant en arrière à l'appui facial horizontal. (2 s.). <i>Felge upward to support scale (2 s.).</i> Dominación adelante volteando atrás al apoyo facial horizontal. (2 s.).		59. Établissement. en av. en tournant en arrière à l'hirondelle (2 s.). <i>Felge upward to Swallow (2 s.).</i> Dominación adelante volteando atrás a hiron-delle (2 s.)		60. Etabliss. av. à Hironnelle inv. (2 s.). <i>Uprise forward. to inverted swallow (2 s.).</i> Domin. ad. a hironnelle invertida (2 s.). (Rodrigues)		
											
61.	62.		63.		64.		65. Établissement en avant en tournant en arrière à la croix renversée (2 s.). <i>Felge upward to invert. cross (2 s.).</i> Dominación adelante volteando atrás a cristo invertido (2 s.).		66.		
											
67.	68. Établissement. en arrière à l'appui facial horizontal écarté (2 s.). <i>Uprise bwd. to support scale straddled (2 s.).</i> Dominación atrás al apoyo facial horizontal piernas abiertas (2 s.).		69.		70. Établissement. en arrière à l'appui facial horizontal (2 s.). <i>Uprise bwd. to support scale (2 s.).</i> Dominación atrás al apoyo facial horiz. (2 s.).		71. Établissement. en arrière à l'hirondelle (2 s.). <i>Uprise bwd. to sup. scale at ring height (2 s.).</i> Dominación atrás à Hironnelle (2 s.).		72.		
											

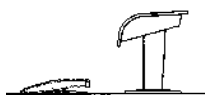
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG III: Élans menant à un élément de maintien en force (2 s.) - <i>Swing to Strength hold elements (2 sec.)</i> - Impulso a elementos de mantenimiento a fuerza (2 seg.)											
73.		74.		75.		76.		77.Établissement arrière à la croix renvs. (2 s.). <i>Uprise bwd. to inverted cross (2 s.).</i> Dominación atrás a cristo invertido (2 s.). 		78.	
79.		80.		81.		82.Tour d'appui arrière tendu à l'appui facial horizontal (2 s.). <i>Felge bwd. straight to free sup. scale. (2 s.)</i> Felge atrás extendida desde el apoyo a plancha. (2 s.) 		83.		84.	
85.		86.		87.		88.		89.		90.	
91.		92.		93.		94.		95.		96.	

A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG IV: Sorties - Dismounts - Salidas											
1. Salto avant carpé ou tendu aussi avec ½ t. Salto fwd. piked or straight, also with ½ t. Mortal ad. en carpa o ext. también con ½ g.		2. Salto avant carpé ou tendu avec 1/1 t. Salto fwd. piked or straight with 1/1 t. Mortal ad. en carpa o extendido con 1/1 g.		3. Salto avant carpé ou tendu avec 3/2 t. Salto fwd. piked or straight with 3/2 t. Mortal ad. en carpa o extendido con 3/2 g.		4. Salto avant carpé ou tendu avec 2/1 t. Salto fwd. piked or straight with 2/1 t. Mortal adelante en carpa o extendida con 2/1 g.		5.		6.	
											
7.		8.		9. Double salto av. groupé ou groupé avec ½ t. Double salto fwd. tucked or tucked with ½ t. Doble mortal ad. agrupado o agrupado con ½ g.		10. Double salto av. groupé avec 3/2 t. (aussi 1/1 t.). Double salto fwd. tucked with 3/2 t (also 1/1 t.). Doble mortal ad. agr. con 3/2 g. (tamb. 1/1 g.). (Fischer)		11.		12.	
											
13.		14.		15.		16. Double salto av. carpé ou carpé avec ½ t. Double salto fwd. piked or piked with ½ t. Doble mortal ad. en carpa con ½ g o en carpa con ½ g. (Balabanov)		17. Double salto av. carpé avec 3/2 t. (aussi 1/1 t.). Double salto fwd. piked with 3/2 t. (also 1/1 t.). Doble mortal ad. en carpa con 3/2 g. (tamb. 1/1 g.).		18.	
											
19.		20.		21.		22.		23.		24.	

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG IV: Sorties - Dismounts - Salidas					
25. Salto arrière carpé ou tendu aussi avec ½ t. Salto bwd. piked or straight also with ½. Mortal atrás en carpa o ext. también con ½ g.  lv ✓	26. Salto arrière tendu avec 1/1 t. Salto bwd. straight with 1/1 t. Mortal atrás extendido con 1/1 g.  lv ✓	27. Salto arrière tendu avec 2/1 t. ou 3/2 t. Salto bwd. straight with 2/1 t. or 3/2 t. Mortal atrás extendido con 2/1 g. o 3/2 g.  lv ✓ ✓	28.	29. Salto arrière tendu avec 3/1 t. Salto bwd. straight with 3/1 t. Mortal atrás extendido con 3/1 g.  lv ✓	30.
31.	32. Double salto arrière groupé ou carpé. Double salto bwd. tucked or piked. Doble mortal atrás agrupado o en carpa.  ll lv	33. Double salto arrière tendu. Double salto bwd. straight. Doble mortal atrás extendido.  ll ✓	34.	35.	36. Triple salto arrière groupé. Triple salto bwd. tucked. Triple mortal atrás agrupado.  G lll
37.	38.	39.	40.	41.	42. Triple salto arrière carpé. Triple salto bwd. piked. Triple mortal atrás en carpa. (Whittenburg)  H lll
43.	44.	45. Double salto arrière groupé avec ½ ou 1/1 t. Double salto bwd. t. with ½ or 1/1 t. Doble mortal at. agr. con ½ o 1/1 g.  ll ✓	46. Double salto arrière groupé avec 3/2 t. Double salto bwd. t. with 3/2 t. Doble mortal atrás agrupado con 3/2 g.  ll ✓	47. Double salto arrière groupe avec 2/1 t. Double salto bwd. t. with 2/1 t. Doble mortal atrás agrupado con 2/1 g.  ll ✓	48. Double salto arrière groupe avec 5/2 t. Double salto bwd. t. with 5/2 t. Doble mortal atrás agrupado con 5/2 g. (Tuuha)  ll ✓

A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG IV: Sorties - Dismounts - Salidas											
49.	50.	51. Salto arrière tendu avec 1/1 t. et salto groupé. Salto bwd. str. with 1/1 t. and salto t. Mortal atrás extendido con 1/1 g. y mortal atrás agrupado.		52. Double salto arrière tendu avec ½ ou 1/1 t. Double salto bwd. straight with ½ or 1/1 t. Doble mortal extendido con ½ o 1/1 g.		53.		54. Double salto arrière tendu avec 3/2 ou 2/1 t. Double salto bwd. straight with 3/2 or 2/1 t. Doble mortal extendido con 3/2 o 2/1 g.			
											
55.	56.	57.	58.	59.	60.						
61.	62.	63.	64.	65.	66.						
67.	68.	69.	70.	71.	72.						

13. szakasz: Ugrás



Magasság: 135 cm a talajtól mérve

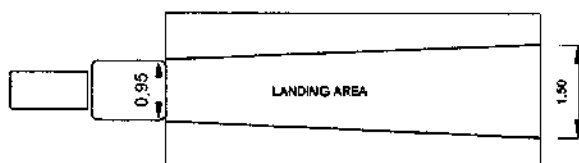
13.1 cikk Ugrás leírása

A tornásznak egy ugrást kell bemutatnia, kivéve a kvalifikációt az ugrás fináléra és az ugrás finálét, ahol két különböző ugráscsoportból két ugrást kell bemutatnia. Minden ugrás a nekifutással kezdődik, ezt követi a dobantóról való elrugaszkodás két lábról (ezt megelőzheti rundell is), az ugróasztalra zárt lábbal, és egy rövid támaszhelyzet az ugróasztalon két kézzel. Az ugrás tartalmazhat egy, vagy több fordulatot a test két tengelye körül. Az első ugrás után a tornász késlekedés nélkül visszatér a nekifutó csík végére, és a D1 zsűri jelzése után bemutatja második ugrását.

13.2 cikk Tartalom és összeállítás

13.2.1 cikk Információk a gyakorlat bemutatásáról

1. Az ugrást a tornász alapállásból kezdi, a nekifutás maximum 25 méter, melyet az ugróasztal első felétől a nekifutó csík végét jelző kockáig mérünk. Az ugrás a tornász első lépésével vagy felugrásával kezdődik, de az értékelés csak attól a pillanattól, amikor a lába a dobantót érinti. A nekifutás hosszát jelölni kell a nekifutó csíkon vagy mellette.
2. Az ugrás az ugróasztal mögött, zárt állásban ér véget, az asztal felé arccal, vagy annak háttal.
3. A tornász elrugaszkodhat a dobantóról szemben, vagy háttal az ugróasztalnak két lábbal. Az egyetlen elem, amit a dobantó előtt bemutathat a tornász, egy rundell. Ilyen ugrásokhoz kötelező a biztonsági gallér használata, melyet a verseny szervezőinek kell biztosítani. A rundell kezdetű ugrásoknál a használható egy hivatalos kéztámasz szőnyeg, melyet a verseny szervezője biztosít.
4. Olyan ugrások, melyekben az első ívben szaltót mutat be a tornász, vagy terpesztett lábbal kell végrehajtani, tilosak és az elemtáblázatban sem szerepelnek.
5. A tornásznak a tervezett testhelyzetet nyilvánvalóan és határozottan fel kell vennie az ugrás során (zsugor, bicska vagy nyújtott testhelyzet). A nem felismerhető testhelyzetet az E zsűri levonja, és a D zsűri alacsonyabbra értékelheti az ugrást.
6. Alapok az E-panel értékeléséhez
 - a) Első repülő szakasz a kétkezes támaszig.
 - b) Második repülő szakasz, beleértve az ellökődést az ugróasztalról a leérkezésig. A tornásznak az ellökődés után határozott emelkedő mozgáspályát kell bejárnia.
 - c) Testhelyzet a pillanatnyi támasznál.
 - d) Levonások az asztal meghosszabbított tengelyétől való eltérésért.
 - e) Technikai kivitelezés a teljes ugrás során.
 - f) Leérkezés.
7. Leérkezés szabályai:
 - a) A tornásznak mindkét lábbal a jelölt érkezési területen kell érkeznie az ugrásból. A területet az ugróasztal jobb és bal oldalán a középvonal meghosszabbításával kell feljelölni az alábbi rajznak megfelelően.



Ezeket a vonalakat jól láthatóan jelölni kell a leérkező szőnyegen. A tornász ráléphet a vonalra, de nem léphet át a vonalon. A leérkező szőnyeget, melyre az érkezési terület határait feljelölték olyan módon kell rögzíteni, hogy a verseny során ne csússzon el.

- b) Az ugrás során bemutatott csavarokat a leérkezés előtt be kell fejezni. A be nem fejezett csavarokért a megfelelő levonásokat kell alkalmazni, ha a csavarból több mint 90° hiányzik, a D zsűri nem fogadja el az elemet, és alacsonyabb értékű elemmé minősíti.
 - c) Nem jár vonal levonás, ha a tornász a leérkező szőnyeg végén áthalad. Normál vonal levonásokat kell alkalmazni, ha kilépnek vagy kiszökkennek a leérkezési zónán kívülre, mielőtt a szőnyeg végéhez elérnének.
- 8. A második repülő fázisban a tornász tömegközéppontjának láthatóan emelkednie kell az ellökődést követően.
 - 9. A zsugor vagy bicska szaltóval bemutatott ugrásoknál a leérkezést megelőzően láthatóan nyitni kell a testhelyzetet. A nem megfelelően előkészített leérkezés (nincs nyitás) technikai hibát jelez, és általában levonást eredményez technikai hibaként, és az érkezés hibájaként.
 - 10. A gyakorlat kivitelért adható levonások teljes listáját lásd a 9. szakaszban, és a levonások összegzésénél a 9.4 és 13.3 cikkekben.

13.2.2 cikk Információk a D pontszámáról

- 1. A kvalifikáció, csapat finálé és egyéni összetett döntő versenyeiben a tornásznak egy ugrást kell bemutatnia. A tornásznak két ugrást kell bemutatnia a kvalifikációban az ugrás fináléra és az ugrás fináléban, melynek két különböző ugráscsoportból kell lennie.
 - I csoport Egy szaltóval bemutatott ugrások összetett fordulatokkal
 - II csoport Kézenátfordulás kezdetű ugrások egyszerű csavarokkal, vagy anélkül és minden dupla előre szaltó
 - III csoport Kézenátfordulás oldalra és Tsukahara ugrások egyszerű csavarokkal vagy anélkül és minden duplaszaltó hátra
 - IV csoport Rundell kezdetű ugrások
- 2. Minden ugrás fel van sorolva, számozva és értékelve van az elemtáblázatban, a megfelelő csoportban. A következő általános szabályok érvényesek:
 - a) Curevo jellegű ugrások értéke ugyanakkora, mint a kézenátból indított, azonos csavart tartalmazó ugrásoknak.
 - b) Kasamatsu jellegű ugrások értéke ugyanakkora, mint a Tsukaharából indított ugrásoknak.
 - c) Yurchenko jellegű ugrások értéke ugyanakkora, mint a Tsukaharából vagy Kasamatsuból indított azonos ugrásoknak.
 - d) Amíg másképp nincs feltüntetve, a rundell kezdetű ugrások 1/2 fordulattal az első ívben 0,20 ponttal magasabb nehézségi értékkel bírnak, mint az azonos kézenátfordulással indított ugrások.
 - e) Amíg másképp nincs feltüntetve, a rundell kezdetű ugrások 3/4 vagy 1/1 fordulattal az első ívben 0,60 ponttal magasabb nehézségi értékkel bírnak, mint az azonos Tsukaharával indított ugrások.
- 3. Minden egyes ugrás saját nehézségi értékkel bír a mozgás összetettségének megfelelően.
- 4. Minden egyes ugrás bemutatása előtt a szabálykönyvben feltüntetett ugrásszámot fel kell mutatni a D zsűrinek. Ezt megteheti a tornász, vagy egy asszisztens a világító táblával. Hiba esetén nem jár büntetés.

Példa: #319 - a #3 jelenti az ugráscsoportot; a #19 az ugrást a csoporton belül.
- 5. A tornásznak a tervezett testhelyzetet nyilvánvalóan és határozottan fel kell vennie az ugrás során (zsugor, bicska vagy nyújtott testhelyzet). A nem megfelelő testhelyzet miatt előfordulhat, hogy a D zsűri nem fogadja el az elemet, és alacsonyabb értékű elemmé minősíti. (lásd a testhelyzetek definícióit az A függelék 3 szakaszában) A tornásznak az azt ugrásszámot kell felmutatnia, amit be tud mutatni, nem annak, amit remél, hogy bemutat. Ez a figyelmeztetés különösen fontos a bicska és nyújtott testű helyzeteknél.
- 6. Csak a Yurchenko kezdetű ugrásoknál használható a kéztámasz szőnyeg, és ez csak lehetőség.
- 7. Az ugrás érvénytelen (0,00 pont a D és E zsűritől), ha:

- a) Az ugrás támaszhelyzet nélkül kerül bemutatásra, pl. egyik kéz sem, vagy csak egy kéz ér hozzá az ugróasztalhoz.
- b) Rundell kezdetű ugrásoknál biztonsági gallér használatának mellőzése
- c) Az ugrás olyan rosszul kerül bemutatásra, hogy a megkísérelt ugrást nem lehet felismerni, vagy a tornász a lábával rugaszkodik el az ugróasztalról
- d) Edzői asszisztálás az ugrás során
- e) A tornász nem a lábával ér először talajt. Ez azt jelenti, hogy legalább egy lábfejnek a leérkező szőnyeghez kell érnie, mielőtt bármely más testrész leér.
- f) A tornász szándékosan oldalirányban érkezik.
- g) A tornász tiltott ugrást mutat be (terpesztett lábbal, szaltóval az első ívben, vagy tiltott megelőző elemmel a dobantó előtt, stb.).
- h) Ha az első ugrást ismétli meg a tornász második ugrásként a kvalifikáció, vagy az ugrás szerenkénti döntő során

Minden olyan ugrásnál, amely 0,00 pontot ér, a D-panel és a szer felügyelő zsűri automatikusan video elemzést alkalmaz. Minden E bírónak be kell adni a levonását a bemutatott ugrás után. A D zsűri értesíti az E zsűri tagjait a „0” értékű ugrásról, és hogy ebben az esetben „0” E pontszámot nyújtsanak be.

- 8. Azoknál az ugrásoknál, melyeknek bemenete rundell és ½ fordulat az első ívben, lehetőség van a nem megfelelő fordulat miatt levonást alkalmazni. A levonásokat a hibatáblázatban leírtaknak megfelelően kell alkalmazni. Extrém esetben, ahol a fordulatból több mint 90° hiányzik a megfelelő helyzethez képest, az ugrást mint Yurchenko típusú ugrást értékelik.
- 9. A 30 másodperces melegítés alatt minden tornász két ugrást hajthat végre (maximum). Ez a verseny minden szakaszára vonatkozik, ahol a bemelegítés a pódiumon történik. A tornász akkor is jogosult a két ugrását bemutatni, ha a 30 másodperc letelik.
A vonalbíró felelős azért, hogy biztosítsa, a tornász maximum két ugrást mutasson be a bemelegítés során. A szabály figyelmen kívül hagyása esetén az első ugrásból 0,3 pont kerül levonásra.
- 10. A kvalifikáció, csapat finálé és egyéni összetett döntő versenyei:
 - Egy ugrást kell végrehajtani.
 - A kvalifikáció során az első ugrás számít be a csapatdöntőbe és/vagy az egyéni összetett döntőbe bejutásba.

A tornásznak két ugrást kell bemutatnia a **kvalifikációban** az ugrás fináléra és az **ugrás fináléban**, melynek két különböző ugráscsoportból kell lennie.

Kvalifikációban és az **ugrás fináléban** a két bemutatott ugrás pontszámának átlaga adja a tornász végső pontszámát.

- 11. Engedélyezett plusz nekifutások, a következőknek megfelelően, de az elfutásért 1,00 pont levonás jár (ha a tornász nem érintette a nekifutás során a dobantót, vagy a szert).
 - Ha 1 ugrást kell bemutatni, egy második nekifutás is engedélyezett, levonással. Harmadik nekifutás nem engedélyezett.
 - Ha 2 ugrást kell bemutatni, egy harmadik nekifutás is engedélyezett, levonással. Negyedik nekifutás nem engedélyezett.

13.3 cikk Speciális hibák és D zsűri levonások táblázata

Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
Leérkezés egy lábbal vagy egy kézzel az érkező területen kívül, vagy szőnyeg érintése egy lábbal vagy egy kézzel a leérkező területen kívül.	0,1 a végső pontszámból		
Két lábbal, két kézzel vagy egy lábbal és egy kézzel, vagy bármely más testrészrel talajérintés a leérkező területen kívül	0,3 a végső pontszámból		
Leérkezés a leérkező területen kívül	0,3 a végső pontszámból		

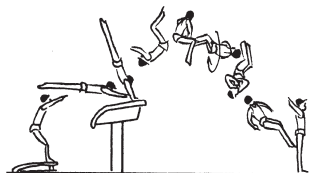
25 m nekifutás túllépése.	0,50 a végső pontszámból D1 zsűri által
Nem megengedett vagy érvénytelen ugrás.	0,00 pont jár az ugrásért D1 zsűri által
Rundell kezdetű ugrásoknál biztonsági gallér használatának mellőzése	0,00 pont jár az ugrásért.
1. ugrás megismétlése a kvalifikáció vagy a szerfinálé során.	0.00 pont jár az ugrásért.
Azonos csoportból bemutatott ugrások a kvalifikáció vagy a szerfinálé során.	2,00 pont levonás a 2. ugrásból
Több mint két ugrás végrehajtása a melegítés során	0,3 pont levonás az első ugrásból, ha két ugrást mutat be a versenyző a kvalifikáció és szerfinálé során
További nekifutás	1,00 pont levonás az érintett ugrásból

E zsűri levonások

Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
Kiviteli hiba az 1. ívben.	+	+	+
Technikai hiba az 1. ívben.	+	+	+
Kézállás helyzetben nem függőleges síkban halad át a tornász.	+	+	+
Kivitel hibák a 2. ívben.	+	+	+
Technikai hibák a 2. ívben.	+	+	+
Elégtelen magasság, nincs látható emelkedés.	+	+	+
Nyitás hiánya a leérkezés előkészítésénél	+	+	

EG I: Sauts avec salto simple et tours complexes - Single salto vaults with complex twists - Saltos con giros complejos

101. Renvs. av. et salto av. gr. avec 1/1 t. (Cuervo gr. a. 1/2 t.).
Hdspr. fwd. and salto fwd. t. w. 1/1 t. (Cuervo t. w. 1/2 t.).
Paloma mortal ad. agr. con 1/1 g. (Cuervo agr. con. 1/2 g.).



3.2

102. Renvs. av. et salto av. gr. avec 3/2 t. (Cuervo gr. a. 1/1 t.).
Hdspr. fwd. and salto fwd. t. w. 3/2 t. (Cuervo t. w. 1/1 t.).
Paloma mortal ad. agr. con 3/2 g. (Cuervo agr. con 1/1 g.).



3.6

(Kroll)

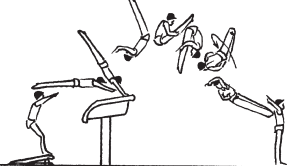
103. Renvs. av. et salto av. gr. avec 2/1 t. (ou Cuervo gr. a. 3/2 t.).
Hdspr. fwd. and salto fwd. t. w. 2/1 t. (or Cuervo t. w. 3/2 t.).
Paloma mortal ad. agr. con. 2/1 g. (o. Cuervo agr. con 3/2 g.).



4.0

(Canbas)

107. Renvs. av. et salto av. ca. avec 1/1 t. (Cuervo carpé a. 1/2 t.).
Hdspr. fwd. and salto fwd. p. w. 1/1 t. (Cuervo p. w. 1/2 t.).
Paloma mortal en carpa con 1/1 g. (Cuervo en carpa con 1/2 g.).



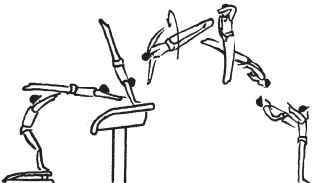
3.6

108. Renvs. av. et salto av. ca. avec 3/2 t. (Cuervo carpé a. 1/1 t.).
Hdspr. fwd. and salto fwd. p. w. 3/2 t. (Cuervo p. w. 1/1 t.).
Paloma mortal en carpa con 3/2 g. (Cuervo en carpa con 1/1 g.).



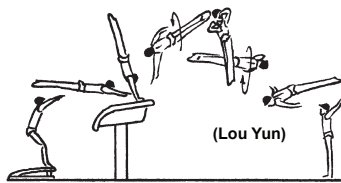
4.0

113. Renversement av. et salto av. tendu avec 1/1 t. (Cuervo tendu 1/2 t.).
Hdspr. fwd. and salto fwd. str. w. 1/1 t. (Cuervo str. 1/2 t.).
Paloma mortal ad. ext. con 1/1 g. (Cuervo ext. con 1/2 g.).



4.4

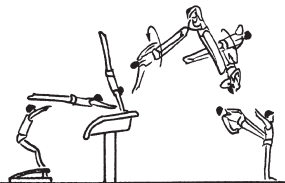
114. Renversement av. et salto av. tendu avec 3/2 t. (Cuervo tendu 1/1 t.).
Hdspr. fwd. and salto fwd. str. w. 3/2 t. (Cuervo str. w. 1/1 t.).
Paloma mortal ad. ext. con 3/2 g. (Cuervo ext. con 1/1 g.).



4.8

(Lou Yun)

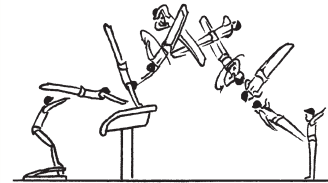
115. Renversement av. et salto av. tendu avec 2/1 t. (Cuervo tendu 3/2 t.).
Hdspr. fwd. and salto fwd. str. w. 2/1 t. (Cuervo str. 3/2 t.).
Paloma mortal ad. ext. con 2/1 g. (Cuervo ex. con 3/2 g.).



5.2

116. Renversement av. et salto av. tendu av. 5/2 t. Handspring fwd. and salto fwd. str. w. 5/2 t. Paloma mortal ad. ext. con 5/2 g.

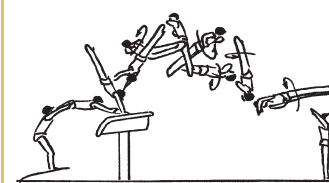
(Yeo 2)



5.6

117. Renvs. av. et salto av. tendu av. 3/1 t. Handspring fwd. and salto fwd. str. w. 3/1 t. Paloma mortal ad. ext. con 3/1 g.

(Yang Hak Seon)



6.0

119. Tsukahara gr. avec 3/2 t. ou Kasamatsu gr. avec 1/2 t.
Tsukahara t. w. 3/2 t. or Kasamatsu t. 1/2 t.
Tsukahara agrupado con. 3/2 g. o Kasamatsu agrupado con 1/2 g.



3.2

120. Tsukahara groupé avec 2/1 t. Tsukahara t. with 2/1 t. Tsukahara agrupado con 2/1 g.

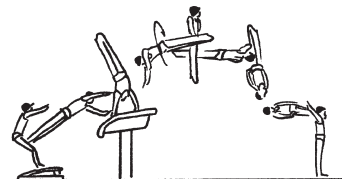


3.6

(Barbieri)

EG I: Sauts avec salto simple et tours complexes - Single salto vaults with complex twists - Saltos con giros complejos

125. Kasamatsu tendu avec $\frac{1}{2}$ t. ou Tsukahara tendu avec $\frac{3}{2}$ t.
Kasamatsu str. with $\frac{1}{2}$ t. or Tsukahara str. w. $\frac{3}{2}$ t.
 Kasamatsu extendido con $\frac{1}{2}$ g. o. Tsukahara extendido con $\frac{3}{2}$ g.



4.4

126. Kasamatsu t. avec $\frac{1}{1}$ t. ou Tsukahara t. avec $\frac{2}{1}$ t.
Kasamatsu str. w. $\frac{1}{1}$ t. or Tsukahara str. w. $\frac{2}{1}$ t.
 Kasamatsu ext. con $\frac{1}{1}$ g. o. Tsukahara ext. con $\frac{2}{1}$ g.

(Akopian)



4.8

131. Kasamatsu tendu avec $\frac{3}{2}$ t.
Kasamatsu str. with $\frac{3}{2}$ t.
 Kasamatsu extendido con $\frac{3}{2}$ g.

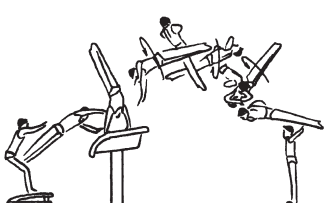
(Driggs)



5.2

132. Kasamatsu tendu avec $\frac{2}{1}$ t.
Kasamatsu str. with $\frac{2}{1}$ t.
 Kasamatsu extendido con $\frac{2}{1}$ g.

(López)



5.6

133. Kasamatsu tendu avec $\frac{5}{2}$ t. ou Tsukahara tendu avec $\frac{7}{2}$ t.
Kasamatsu str. with $\frac{5}{2}$ t. or Tsukahara str. with $\frac{7}{2}$ t.
 Kasamatsu extendido con $\frac{5}{2}$ g. o. Tsukahara ext. con $\frac{7}{2}$ g.



6.0

(Yonekura)

137.

138.

139.

140.

141.

142.

143.

144.

145.

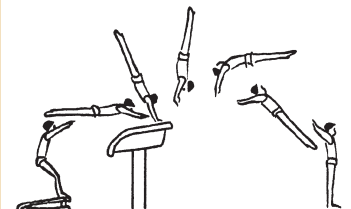
146.

147.

148.

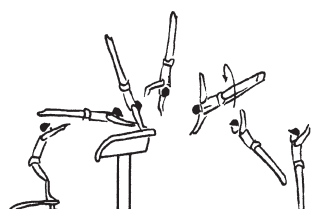
EG II: Renversements avant avec ou sans tours simples et tout double salto avant.- Handspring salto vaults with or without simple twists, and all double salto fwd.- Palomas con o sin giros y dobles mortales ad.

201. Renversement avant.
Forward handspring.
Paloma.



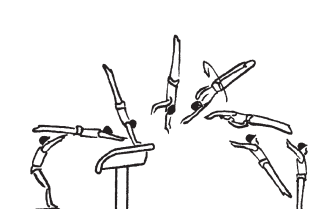
1.6

202. Renversement avant avec ½ t.
Forward handspring with ½ t.
Paloma con ½ g.



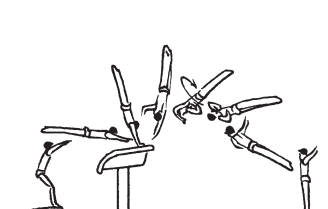
1.8

203. Renversement avant avec 1/1 t.
Forward handspring with 1/1 t.
Paloma con 1/1 g.



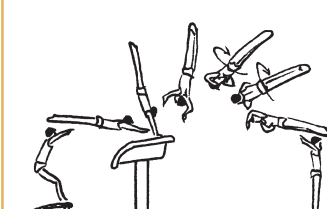
2.0

204. Renversement avant avec 3/2 t.
Forward handspring with 3/2 t.
Paloma con 3/2 g.



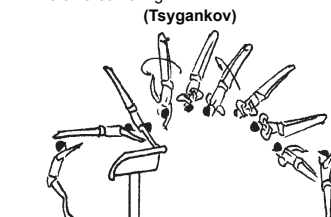
2.2

205. Renversement avant avec 2/1 t.
Forward handspring with 2/1 t.
Paloma con 2/1 g.



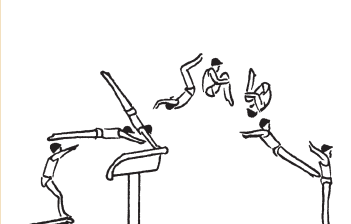
2.4

206. Renversement avant avec 5/2 t.
Forward handspring with 5/2 t.
Paloma con 5/2 g.



2.6

207. Renversement av. et salto av. gr.
Handspring fwd. and salto fwd. t.
Paloma mortal ad. agr.



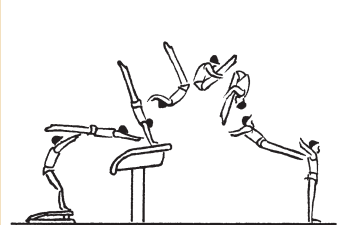
2.4

208. Renvs. av. et salto av. gr. avec ½ t. (ou Cuervo gr.).
Hdspr. fwd. and salto fwd. t. w. ½ t. (or Cuervo t.).
Paloma mortal ad. agr. con ½ (o. Cuervo agr.).



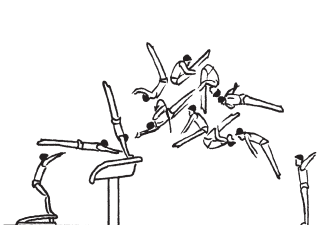
2.8

213. Renversement av. et salto av. ca.
Handspring fwd. and salto fwd. piked.
Paloma mortal en carpa.



2.8

214. Renvs. av. et salto av. ca. avec ½ t. (Cuervo ca.).
Hdspr. fwd. and salto fwd. p. w. ½ t. (Cuervo p.).
Paloma mortal en carpa con ½ g. (Cuervo carp.).



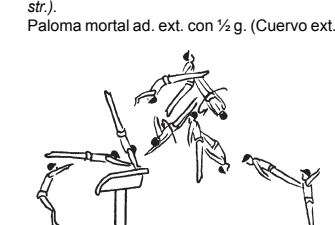
3.2

219. Renversement avant et salto av. tendu.
Handspring fwd. and salto fwd. str.
Paloma mortal adelante extendido.



3.6

220. Renversement av. et salto avant tendu avec ½ t. (Cuervo tendu).
Hdspr. fwd. and salto fwd. str. w. ½ t. (Cuervo str.).
Paloma mortal ad. ext. con ½ g. (Cuervo ext.).



4.0

209.

210.

211.

212.

215.

216.

217.

218.

222.

223.

224.

EG II: Renversements avant avec ou sans tours simples et tout double salto avant.- Handspring salto vaults with or without simple twists, and all double salto fwd.- Palomas con o sin giros y dobles mortales ad.

225. Renversement avant et double salto avant gr.
Handspring fwd. and dbl. salto fwd. t.
Paloma doble mortal agrupado.

(Roche)



5.2

226. Roche avec ½ tour.
Roche with ½ turn.
Roche con ½ giro.

(Dragulescu)



5.6

227.

228. Renv. av. et salto av. gr. avec ½ t. et salto arr. gr.
Handspring fwd. and salto fwd. t. w. ½ t. and salto bwd. t.
Paloma y mortal ad con ½ g. y mortal at. agr.
(Zimmerman)



5.6

229.

230.

231. Renversement av. et double salto av. carapé.
Handspring fwd. and dbl. salto fwd. piked.
Paloma doble mortal ad. en carpa.

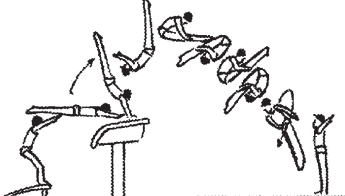
(Blanik)



5.6

232. Dragulescu carapé.
Dragulescu piked.
Dragulescu en carpa.

(RI Se Gwang 2)



6.0

233.

234.

235.

236.

237.

238.

239.

240.

241.

242.

243

244.

245.

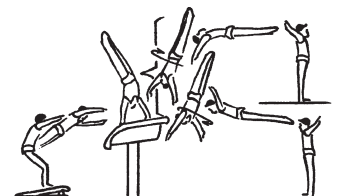
246.

247.

248.

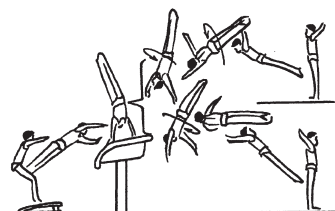
EG III: Renversements latéraux et Tsukahara avec ou sans tours simples et tout double salto arrière. - Handspring with ¼ or ½ turn in the 1st flight phase - Saltos con ¼ o ½ g. en la fase de vuelo

301. Renversement latéral avec ¼ t.
Handspring sw. with ¼ t.
Rondada con ¼ g.



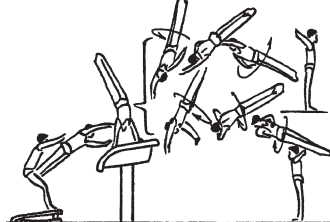
1.6

302. Renversement latéral avec 3/4 t.
Handspring sw. with 3/4 t.
Rondada con 3/4 g.



1.8

303. Renversement latéral avec 5/4 t.
Handspring sw. with 5/4 t.
Rondada con 5/4 g.



2.0

304.

305.

306.

307. Renversement lat. avec ¼ t. et salto arr. gr.
Handspring sw. w. ¼ t. a. salto bwd. t.
Rondada con ¼ g. y mortal atrás agrupado.
(Tsukahara)



2.2

308. Tsukahara carpé.
Tsukahara piked.
Tsukahara en carpa.



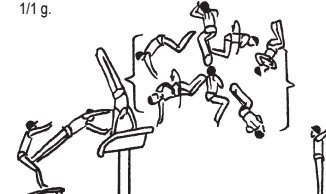
2.4

309. Tsukahara gr. avec ½ t.
Tsukahara t. with ½ t.
Tsukahara agrupado con ½ g.



2.4

310. Renversement latéral avec ¼ t. et salto av. gr.
avec ½ t. ou Tsukahara avec 1/1 t.
Hdspr. sw. w. ¼ t. a. salto fwd. t. w. ½ t. or Tsuk. t. w. 1/1 t.
Rond. con ¼ g. y mortal ad. agr. con ½ g. o Tsuk. agr. con 1/1 g.



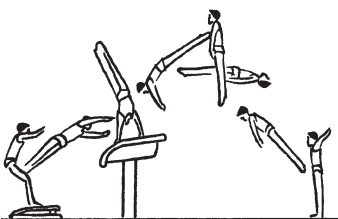
2.8

(Kasamatsu)

311.

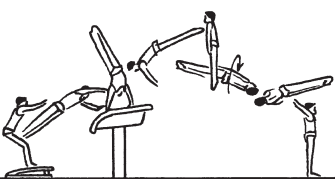
312.

313. Tsukahara tendu.
Tsukahara straight.
Tsukahara extendido.



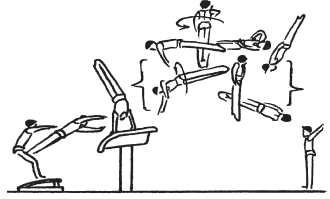
3.2

314. Tsukahara tendu avec ½ t.
Tsukahara str. with ½ t.
Tsukahara extendido con ½ g.



3.6

315. Tsukahara tendu a. 1/1 t. ou Kasamatsu t.
Tsukahara str. w. 1/1 t. or Kasamatsu str.
Tsukahara ext. con 1/1 g. o Kasamatsu ext.



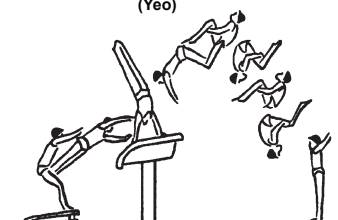
4.0

316.

317

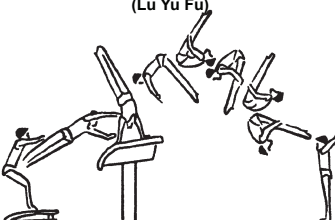
318

319. Tsukahara avec salto arrière gr.
Tsukahara with salto bwd. t.
Tsukahara con mortal atrás agrupado.
(Yeo)



5.2

320. Tsukahara avec salto arrière carpe.
Tsukahara with salto bwd. piked.
Tsukahara con mortal atrás en carpa.
(Lu Yu Fu)



5.6

321. Tsukahara double salto arrière gr. avec 1/1 t.
Double Tsukahara with 1/1 twist.
Doble Tsukahara con 1/1 giro.
(Ri Se Gwang)



6.0

322.

323.

324.

EG IV: Sauts à partir de rondade - Round off entry vaults.- Saltos con entrada de rondada

401. Rondade, renversement arrière.
Round off, handspring bwd.
Rondada, inversión atrás.



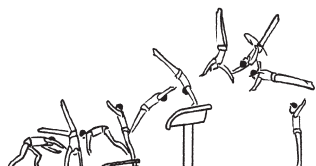
1.6

402. Rondade, renversement arrière avec ½ tour.
Round off, handspring bwd. with ½ turn.
Rondada, inversión atrás con ½ g.



1.8

403. Rondade, renversement arrière avec 1/1 tour.
Round off, handspring bwd. with 1/1 turn.
Rondada, inversión atrás con 1/1 g.



2.0

404.

405.

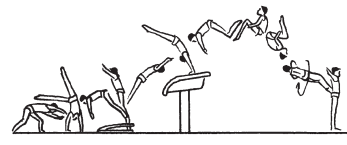
406.

407. Rondade, renversement arrière et salto arr. gr.
Round off, hdspr. bwd. and salto bwd. t.
Rondada, inversión atrás y mortal atrás agr.
(Yurchenko)



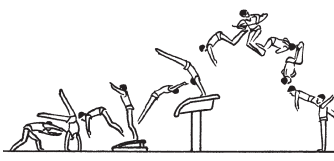
2.2

408. Yurchenko groupé avec ½ t.
Yurchenko t. with ½ t.
Yurchenko agrupado con ½ g.



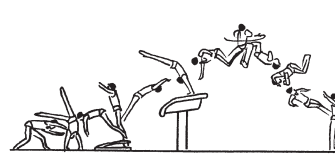
2.4

409. Yurchenko groupé avec 1/1 t.
Yurchenko t. with 1/1 t.
Yurchenko agrupado con 1/1 g.



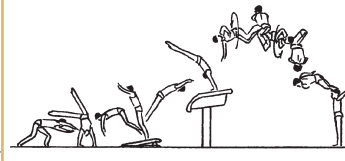
2.8

410. Yurchenko groupé avec 3/2 t.
Yurchenko t. with 3/2 t.
Yurchenko agrupado con 3/2 g.



3.2

411. Yurchenko groupé avec 2/1 t.
Yurchenko t. with 2/1 t.
Yurchenko agrupado con 2/1 g.



3.6

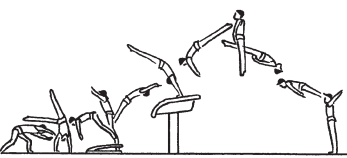
412.

413. Yurchenko carpé.
Yurchenko piked.
Yurchenko en carpa.



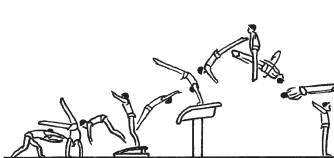
2.4

414. Yurchenko tendu.
Yurchenko straight.
Yurchenko ext.



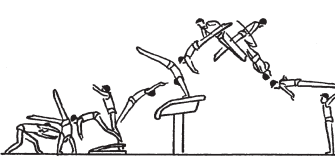
3.2

415. Yurchenko tendu avec ½ t.
Yurchenko straight with ½ t.
Yurchenko ext. con ½ g.



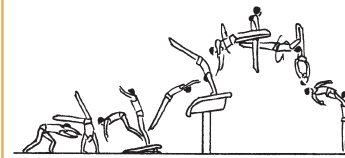
3.6

416. Yurchenko tendu avec 1/1 t.
Yurchenko straight with 1/1 t.
Yurchenko extendido con 1/1 g.



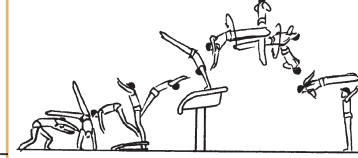
4.0

417. Yurchenko tendu avec 3/2 t.
Yurchenko straight with 3/2 t.
Yurchenko extendido con 3/2 g.



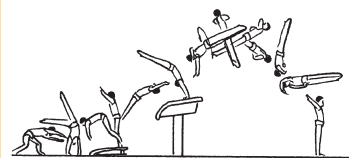
4.4

418. Yurchenko tendu avec 2/1 t.
Yurchenko straight with 2/1 t.
Yurchenko extendido con 2/1 g.



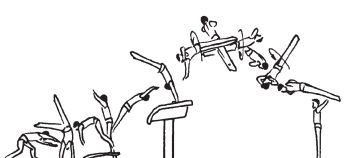
4.8

419. Yurchenko tendu avec 5/2 t.
Yurchenko straight with 5/2 t.
Yurchenko extendido con 5/2 g.
(Shewfelt)



5.2

420. Yurchenko tendu avec 3/1 t.
Yurchenko Straight 3/1 t.
Yurchenko extendido con 3/1 g.
(Shirai - KIM Hee Hoon)



5.6

421. Yurchenko tendu avec 7/2 t.
Yurchenko Straight 7/2 t.
Yurchenko extendido con 7/2 g.
(Shirai 2)



6.0

421.

422.

423.

EG IV: Sauts à partir de rondade - Round off entry vaults.- Saltos con entrada de rondada

425. Yurchenko et salto arr. gr.
Yurchenko and salto bwd. t.
Yurchenko y mortal at. agr.
(Melissanidis)



5.2

431. Rondade, ½ t. et renversement avant.
Round off, ½ t. and handspring fwd.
Rondada, ½ g. paloma.



1.8

437. Rondade, ½ t. et renversement avant et salto avant carpé.
Round off, ½ t. a. hdspr. fwd. and salto fwd. p.
Rondada, ½ g. paloma doble mortal en carpa.



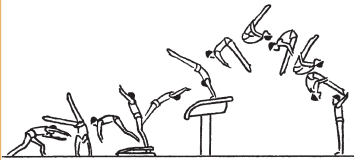
3.0

443. Rondade, ½ t. et renversement avant et salto avant tendu a. 2/1 t.
Round off, ½ t. and hdspr. fwd. and salto fwd. str. with 2/1 t.
Rondada, ½ g. paloma mortal ad. ext. con 2/1 g.



5.4

426. Melissanidis carpé.
Melissanidis piked.
Melissanidis en carpa.
(Yang Wei)



5.6

432. Rondade, ½ t. et renversement av. avec ½ t.
Round off, ½ t. and hdspr. fwd. with ½ t.
Rondada, ½ g. paloma con ½ g.



2.0

438. Rondade, ½ t. et renvs. av. et salto av. ca. avec ½ t.
Round off, ½ t. and hdspr. fwd. and salto fwd. p. with ½ t.
Rondada, ½ g. paloma mortal en carpa con ½ g.
(Nemov)



3.4

444. Rondade, ½ t. et renversement avant et salto avant tendu avec 5/2 t.
Round off, ½ t. and hdspr. fwd. and salto fwd. str. with 5/2 t.
Rondada, ½ g. paloma mortal ad ext con 5/2 g.
(Li Xiao Peng)



5.8

427.



2.2

433. Rondade, ½ t. et renv. av. avec 1/1 t.
Round off, ½ t. and hdspr. fwd. with 1/1 t.
Rondada, ½ g. paloma con 1/1 g.



3.8

445.



428.



2.6

434. Rondade, ½ t. et renversement av. et salto avant groupé.
Round off, ½ t. and hdspr. fwd. and salto fwd. tucked.
Rondada, ½ g. paloma mortal agrupado.



4.2 (Hutcheon)

446.



429.



3.0

435. Rondade, ½ t. et renversement avant et salto av. groupé avec ½ t.
Round off, ½ t. and hdspr. fwd. and salto fwd. tucked with ½ t.
Rondada, ½ g. paloma mortal agrupado con ½ g.



4.6

447.



430.



5.0

436. Rondade, ½ t. et renversement avant et salto avant tendu a. 3/2 t.
Round off, ½ t. and hdspr. fwd. and salto fwd. straight with 3/2 t.
Rondada, ½ g. paloma mortal ad. ext. con 3/2 g.



448.



EG IV: Sauts à partir de rondade - Round off entry vaults.- Saltos con entrada de rondada

449. Rondade, ½ t. et renversement av. et double salto avant groupé.
Round off, ½ t. a. hdspr. fwd. and double salto fwd. tucked.
 Rondada, ½ g. paloma doble mortal ad. agr.



5.4

455. Rondade, saut arrière avec 1/1 t. et renversement arrière.
Scherbo entry to back handspring.
 Entrada de Scherbo e inversión atrás.



2.2

461. Rondade, saut arrière avec 1/1 t. et renversement arrière et salto arrière groupé avec 1/1 t.
Scherbo entry to salto bwd. tucked with 1/1 turn.
 Entrada de Scherbo y mortal atrás agrupado con 1/1 g.



3.4

467. Rondade, saut arrière avec 1/1 t. et renversement arrière et salto arrière tendu.
Scherbo entry to salto bwd. straight.
 Entrada de Scherbo mortal at ext.

(Scherbo)



3.8

450.
 456. Rondade, saut arrière avec 1/1 t. et renversement arrière avec ¼ tour.
Scherbo entry to back handspring with ¼ turn.
 Entrada de Scherbo e inversión atrás con ¼ g.



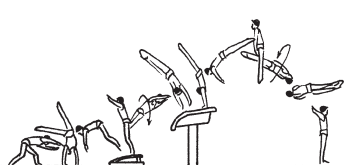
2.4

462. Rondade, saut arrière avec 1/1 t. et renversement arrière et salto arrière groupé avec 3/2 t.
Scherbo entry to salto bwd. tucked with 3/2 turn.
 Entrada de Scherbo y mortal atrás agrupado con 3/2 g.



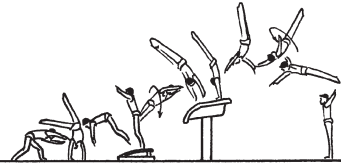
3.8

468. Scherbo avec ½ t.
Scherbo with ½ t.
 Scherbo con ½ g.



4.2

451.
 457. Rondade, saut arrière avec 1/1 t. et renversement arrière avec 1/1 tour.
Scherbo entry to back handspring with 1/1 turn.
 Entrada de Scherbo e inversión atrás con 1/1 g.



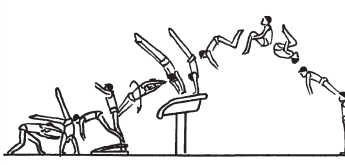
2.6

463.
 469. Scherbo avec 1/1 t.
Scherbo with 1/1 t.
 Scherbo con 1/1 g.



4.6

452.
 458. Rondade, saut arrière avec 1/1 t. et renversement arrière et salto arrière groupé.
Scherbo entry to salto bwd. tucked.
 Entrada de Scherbo y mortal atrás agr.



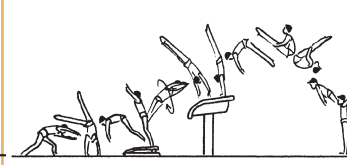
2.8

464.
 470. Scherbo avec 3/2 t.
Scherbo with 3/2 t.
 Scherbo con 3/2 g.



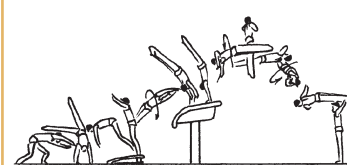
5.0

453.
 459. Rondade, saut arrière avec 1/1 t. et renversement arrière et salto arrière carpé.
Scherbo entry to salto bwd. piked.
 Entrada de Scherbo y mortal atrás en carpa.



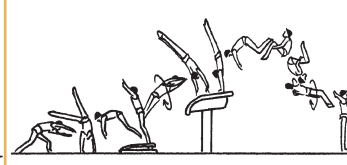
3.0

465.
 471. Scherbo avec 2/1 t.
Scherbo with 2/1 t.
 Scherbo con 2/1 g.
 (Shirai 3)



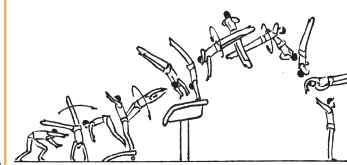
5.4

454.
 460. Rondade, saut arrière avec 1/1 t. et renversement arrière et salto arrière groupé avec ½ t.
Scherbo entry to salto bwd. tucked with ½ turn.
 Entrada de Scherbo y mortal atrás agrupado con ½ g.



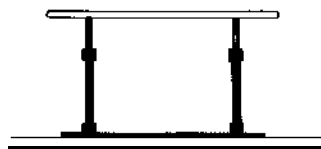
3.0

466.
 472. Scherbo avec 5/2 t.
Scherbo with 5/2 t.
 Scherbo con 5/2 g.



5.8

14. szakasz: Korlát



Magasság: 180 cm a szőnyeg tetejétől, 200 cm a talajtól.

14.1 cikk Gyakorlat leírása

Napjaink korlát gyakorlata dominánsan lendületi és repülő elemekből áll, melyeket az összes elemcsoportból választ ki a tornász, és folyamatos átmenetekkel mutatja be változatos függő, támasz helyzetekben úgy, hogy azzal a szer összes lehetőségét kiaknázza.

14.2 cikk Gyakorlat tartalma és összeállítása

14.2.1 cikk Információk a gyakorlat bemutatásáról

1. A tornász a gyakorlatot zárt alapállásból, kezdi felugrással, vagy nekifutással. A gyakorlat értékelése abban a pillanatban kezdődik, amikor a tornász lába elhagyja a talajt. Lendítés egy lábbal, vagy lépés a felugrásban nem engedélyezett. A két lábnak egyszerre kell elhagynia a talajt.
2. A felugráshoz egy dobantót lehet a szőnyeg tetejére helyezni.
3. Előkészítő elemek nem megengedettek. Ez azt jelenti, hogy bármely olyan elem, ami több mint 180°-ot fordul bármely testtengely körül, mielőtt a tornász megfogja a korlátot a kezével, nem megengedett.
4. További kiviteli és összeállítási elvárások:
 - a) Hátrafelé lendületet támaszban, vagy felkar függésben, ami nem vezet értékelhető részhez csak egy alacsonyabb függő vagy támasz helyzetbe érkezik vele a tornász, levonást eredményez, pl.
 - Hátrafelé lendület felkarfüggésben, lelendülés hosszúbillenéshez.
 - Hátrafelé lendület támaszban, lelendülés felkartámaszba.
 - Hátrafelé lendület támaszban, lelendülés függésbe.
 - Hosszú billenés felkarfüggésbe vagy pillanatnyi támaszba, és lelendülés felkarfüggésbe.
 - Kézállásból ereszkedés vállállásba, henger előre.
 - b) Egy kezes támasszal végrehajtott fordulatoknál nem engedélyezett extra támasz. Az olyan elemek, mint óriáskör fordulattal, hátultámaszba lendülés fordulattal, előltámaszba lendülés fordulattal, kelep, stb. befejezettnek tekintettek akkor, amikor az extra támasz bekövetkezik.
 - c) Minden függésből indított billenést nyújtott lábbal kell végrehajtani.
 - d) A következő elemek vagy elemek csoportja nem megengedett.
 - Erő- és tartásos elemek, melyek nem szerepelnek az elemtáblázatban.
 - Szaltók és leugrások függésből oldalt, egy karfán.
 - Junioroknál szaltók felkarra, és/vagy hajlított karú támaszba.
 - e) Az egy karfára végződő elemeket (Chiarlo, Piasecky, stb.) kézállásba kell befejezni, a kezek kicsit távol helyezkednek el egymástól. A vállak és test helyzetében egy enyhe eltérés a normális kézállástól engedélyezett a kezek nem természetes helyzetéből fakadóan. A túlzó kéztámasz távolságért és/vagy testhelyzet eltéréseért levonásokat alkalmaz a zsűri.
 - f) Minden Moynál és óriás körnél a láb akkor hajlítható be, ha a test eléri a vízszintest.
 - g) A szaltós elemekből visszafogás előtt nyitást kell bemutatni, ennek hiánya levonást eredményez. A nyitásnak vízszintesen, a korlát magasságában kell megtörténnie.
 - h) Az előltámaszt úgy kell végrehajtani, hogy a hát vízszintesen legyen egy síkban a karfákkal. 45°-kal a vízszintes alatt kis levonást, több mint 45° alatt közepes levonást kell alkalmazni.
 - i) Előltámasz L-ülőtartásba kivitelezésénél a 0,1 vagy 0,3 pont levonás alkalmazható a nem megfelelő

mozgáskiterjedésnél.

5. A gyakorlat kivitelért adható levonások teljes listáját lásd a 8. szakaszban, és a levonások összegzésénél a 14.3 cikkben.

14.2.2 cikk Információk a D pontszámról

1. Az elemcsoport követelmények a következők:
 - I. Elemek támaszban, vagy támaszon keresztül 2 karfán.
 - II. Felkarról indított elemek.
 - III. Hosszú lendületek függésben 1 vagy 2 karfán és alsó lendületek.
 - IV. Leugrások.
2. Nehézségi értékkel kapcsolatos információk:
 - a) Azoknál fordulattal bemutatott elemeknél, melyeknél a fordulatot a kézállásba lendülés vagy kézállásba szökkenés után hajtja végre a tornász, a fordulatot a zsűri nem az elem részeként kezeli. Példák: kelep vállbefordulással és szökkenés kézállásba fordulattal, vagy óriáskör félfordulattal szökkenés kézállásba, melyet fordulat(ok) követ(nek).
 - b) Amíg másként nincs jelölve, a hajlított karú támaszba visszafogással bemutatott elemek értéke és azonosító száma (SZASZ) ugyanaz, mint a felkarra visszafogással bemutatottaké. Amíg másként nincs jelölve, a hajlított karú támaszból indított elemek értéke és azonosító száma (SZASZ) ugyanaz, mint a felkar támaszból vagy azon keresztül bemutatottaké.
 - c) Amíg az elemtáblázatban másként nincs jelölve, a szokatlan, vagy fordított fogásból vagy fogásba végrehajtott elemek (alsó vagy felső fogás) értéke és azonosító száma (SZASZ) ugyanaz, mint az azonos normál fogásból vagy fogásba végrehajtott elemé.
3. Egyéb információk és szabályok:
 - a) Sok lendületi elem úgy van meghatározva, hogy kézállásban ér véget egy vagy két karfán. A kézállást nem kell kitartani, de az elemet úgy kell bemutatni, hogy az meggyőzően bizonyítsa, hogy ha akarná, a tornász meg tudná tartani a kézállást.
 - b) Különleges szabály: Az egy karfára haránt támaszba végrehajtott elemek értéke ugyanaz, mint a két karfára végrehajtotté, kivéve, ha eggyel növeli az értékét az, hogy Healy típusú elemmel kötésben mutatja be a tornász (a Healy elem értéke is növekszik eggyel) - rövid megállás engedélyezett az egy karfás kézállásban.
 - c) Az egy karfára végrehajtott elemek értéke eggyel nő, ha Healy típusú elemmel kötésben mutatja be a tornász, de csak akkor, ha a Healy-t nagy levonás nélkül mutatja be a tornász.
 - d) Egy karfára terpesztett lábbal bemutatott elemek értéke nem emelkedik, pl. Tippelt, Arican, stb.
 - e) Makuts típusú elemek értékelése az elem első része utáni megállással vagy szünettel:

Tornász	D-zsűri	E-zsűri
Rövid mozgásszünet az elem első része után	Elfogadja az elemet	-0,1 mozgásszünet, vagy megállás kézállásban
Megáll az elem első része után 1 mp-re (kevesebb, mint 2 mp)	Elfogadja az elemet	-0,3 mozgásszünet, vagy megállás kézállásban
Megáll az elem első része után 2 mp-re	Nem fogadja el az elemet	-0,5 mozgásszünet, vagy megállás kézállásban

Például: Makuts kézállásba, kevesebb, mint 1 mp megállás a 3/4 Dimaidov után, majd 3/4 Healy = E érték és -0,1 mozgásszünet, vagy megállás kézállásban

- f) Minden Healy-ben legalább 360° vagy több fordulatnak kell lennie ahhoz, hogy Healy-típusú

elemként fogadják el, egy vagy két karfáról, oldal helyzetből indítva

Megjegyzés: 3/4 Healy oldalhelyzetből B értékű, és az I.50 elemmel azonos kockában szerepel.

- g) Kivitelezési kivétel a Bavshar elemnél. Ezt az elemet úgy kell bemutatni, hogy a visszafogásnál nyitott vállszöges helyzetbe érkezik a tornász, a test egyenes és vízszintes. Ha a tornász a vízszintestől több mint 45°-kal és/vagy 90° vállszöggel hajtja végre, az elemért nem kapja meg a nehézségi értéket és egy egyszeri nagy levonást kell alkalmazni.
- h) Healy és Makuts típusú fordulatok, és előre szaltó támaszba típusú elemek extrém nagy karhajlítással (több mint 90°) a visszafogásnál nem kapják meg a nehézségi értéket.
- i) Dupla szaltó előre fél fordulattal bemutatható úgy, hogy a fordulat a legvégén van, vagy úgy is, hogy a második szaltó elején.
- j) Tippelt elem követelményei: A Tippelt lendületi elemnek számít, és mint ilyen, folyamatos mozgással kell bemutatni. A lábaknak emelkednie kell a visszafogás pillanatában a kézállás felé, anélkül, hogy leesnének a lábak, vagy láthatóan erőlködne a tornász. A lábak leesése, mozgás megtörése az emelésben vagy látható erőlködés esetén kiviteli hibákat vonnak le, és az elem el nem fogadásához vezethetnek.
- k) Fordulattal bemutatott kelek követelményei: Kelem egész fordulatot, III.108, úgy kell bemutatni, hogy közvetlenül kézállásban fejezze be a tornász anélkül, hogy a fogáson igazítani kellene. Kelep félfordulatnál III.107, maximum egy fogásigazítást mutathat be a tornász mielőtt elérné a kézállást. Ha a kelepet kettő vagy több fogásigazítással mutatja be a tornász, kelep negyed fordulatot, III.106, értékelnek helyette.

4. Speciális elemisméltések

- a) Szaltós elemek: egy gyakorlatban azonos elem csak egy variációban (testhelyzet/visszafogás) szerepelhet (azonos elemcsoportot belül) Ebben az esetben a magasabb értékűt kell számításba venni a nehézségért.

Néhány példa:

- Morisue zsugorban vagy bicskában.
- Belle zsugorban vagy bicskában.
- 5/4 szaltó előre kiterpesztéssel felkarfüggésbe vagy hajlított karú támaszba vagy támaszon keresztül függésbe/közvetlenül függésbe.

A következő elemekre együttesen vonatkozik ez a szabály: II.53, II.54, III.64, III.65, III.71, III.77

- b) Maximum két óriáskör kézállásba (III. 21, 22, 29, 30 42, 46, 48).

- c) Maximum két kelep kézállásba (III. 106, 107, 108, 114, 119, 120, 130, 131, 137).

- 5. Az elemek el nem fogadására vonatkozó további szabályok, és a D-pontszám egyéb tulajdonságai a 9 szakaszban kerültek felsorolásra, a levonások összefoglalása a 9.4 és 14.3 cikkeken található.

14.3 cikk Korlátgyakorlatnál alkalmazott speciális levonások

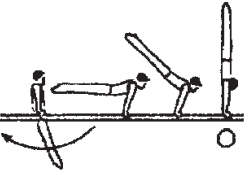
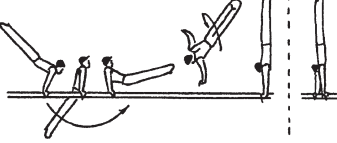
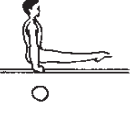
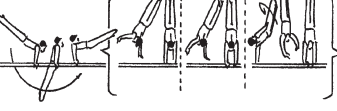
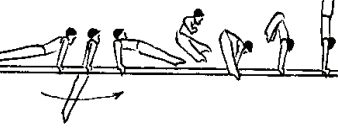
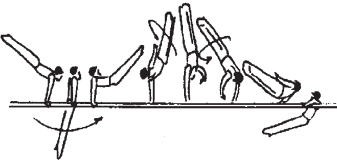
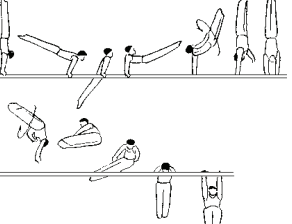
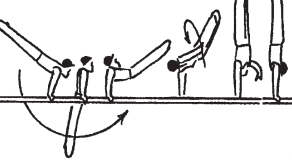
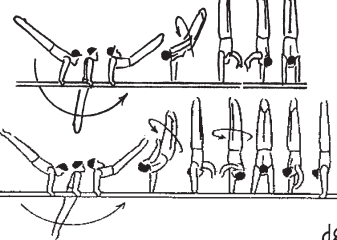
D zsűri

Hiba	Levonás
A hivatalos bemelegítési idő (50 mp) figyelmen kívül hagyása	0,3 pont levonás a végső pontszámból (D1 bírő) az egyéni versenyzőnél, vagy 1,00 pont levonás a csapat pontszámból csapat versenynél

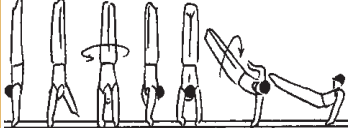
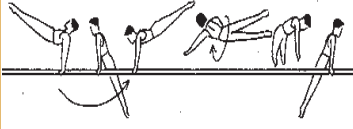
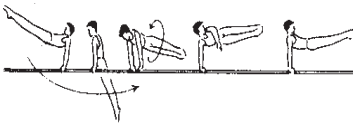
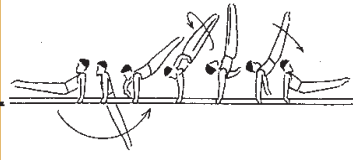
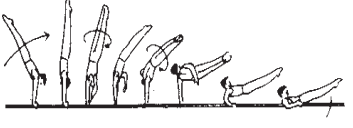
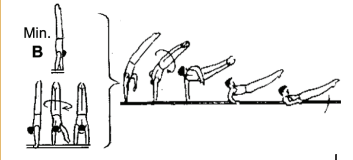
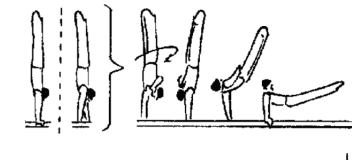
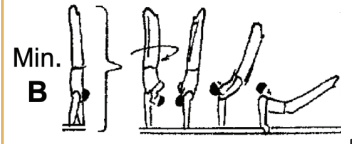
E zsűri

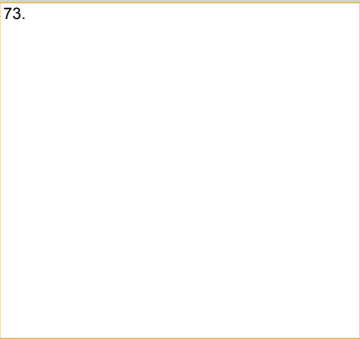
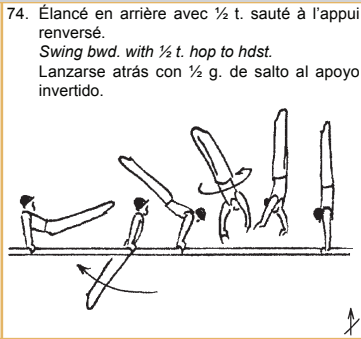
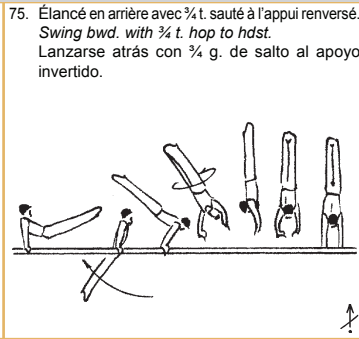
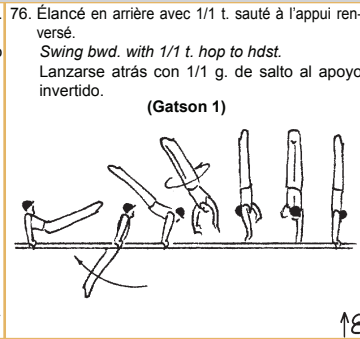
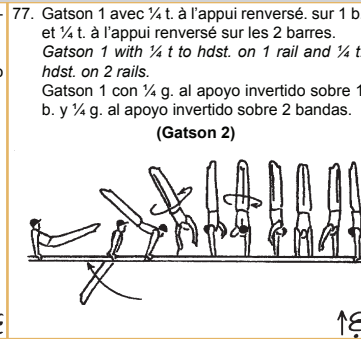
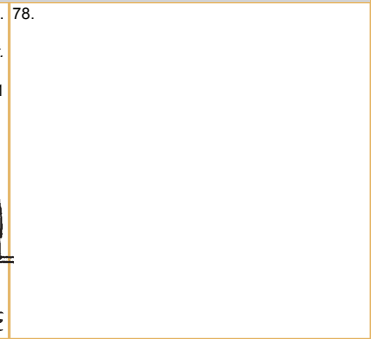
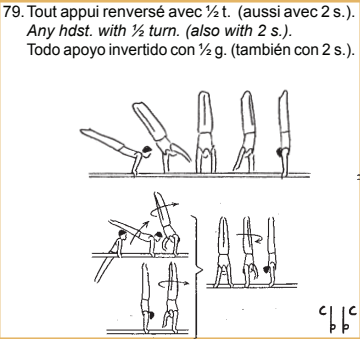
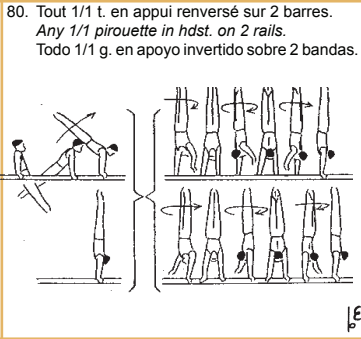
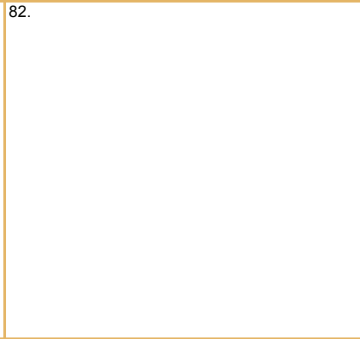
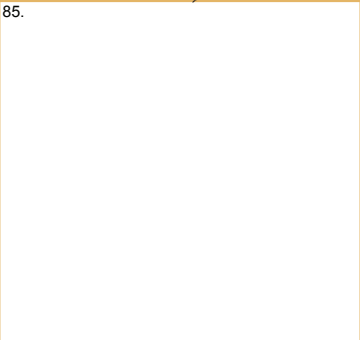
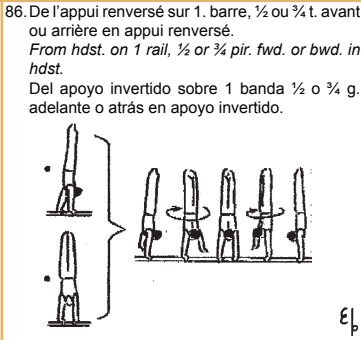
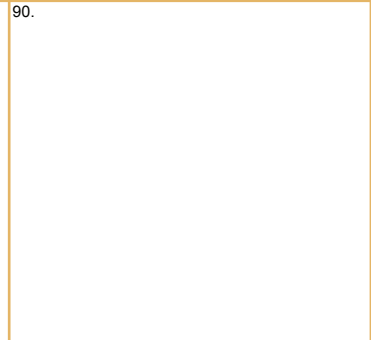
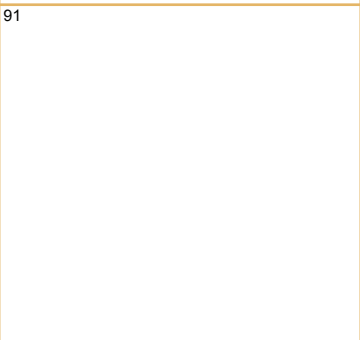
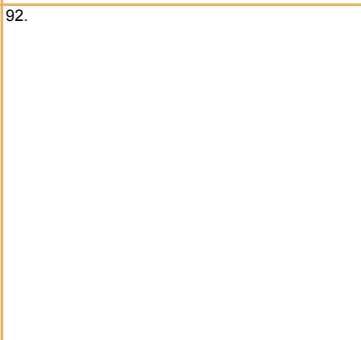
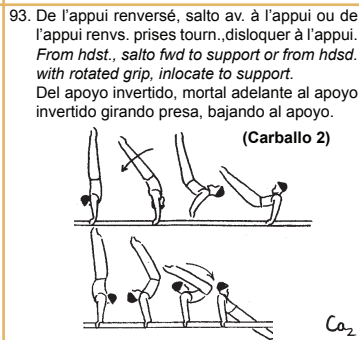
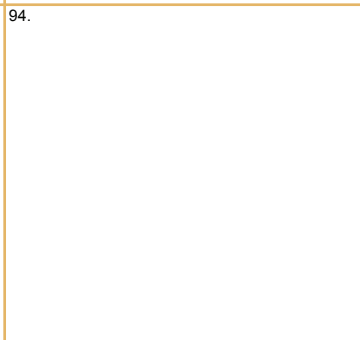
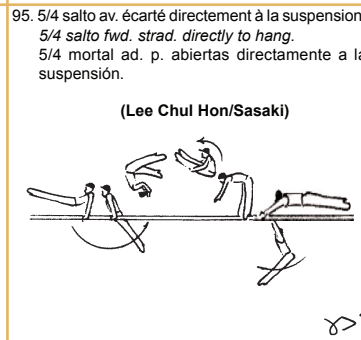
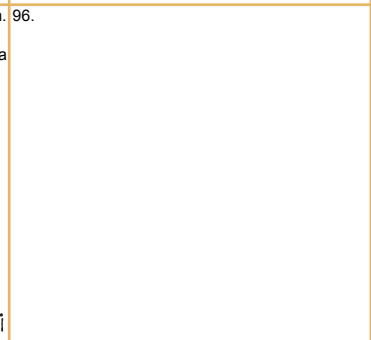
Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
Egy lábas lépés vagy lendítés a felugrásnál.		+	

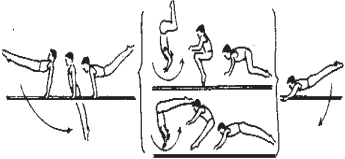
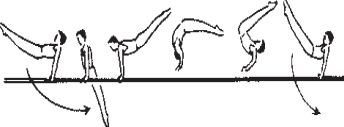
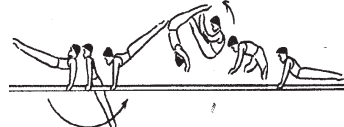
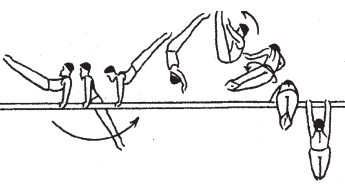
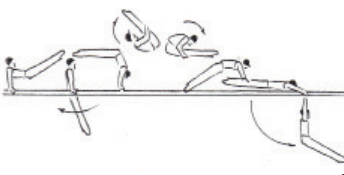
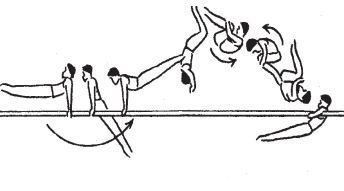
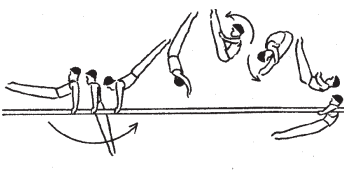
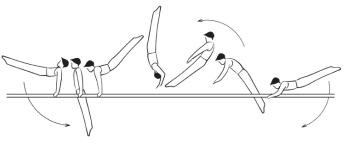
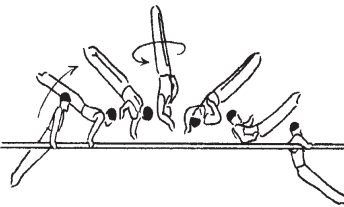
Hátra lendület utáni lelendülés.		+	
Bizonytalan pillanatnyi kézáláshelyzet 1 vagy 2 karfán.	+		
Chiarlo típusú elemek túlzott kéztávolsággal és/vagy testhelyzet eltéréssel (minden egyes)	+	+	+
Megelőző elem.			+
Lépés, vagy fogásigazítás kézáláshelyzetben.	+		
	minden alkalommal		
Nyitás elmulasztása szaltós elemeknél.	+	+	
Ellenőrizetlen visszakapás szaltó után.		+	+
Moy és óriáskör elemeknél lábhajlítás az előtt, hogy a vízszintest elérné a tornász.	+	+	
Bavshar vagy hasonló, vízszintes helyzetű függésbe visszafogó elemeknél hajlított lábbal lendül a tornász billenéshez		+	

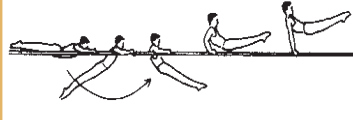
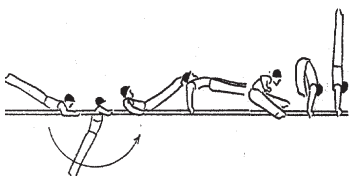
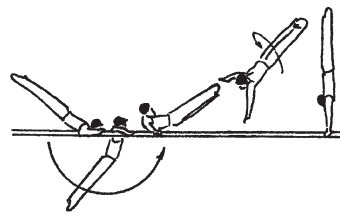
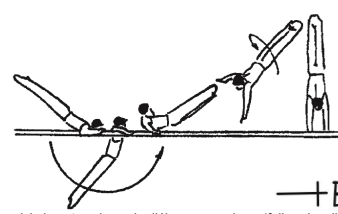
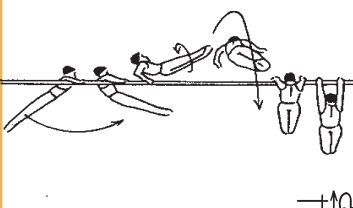
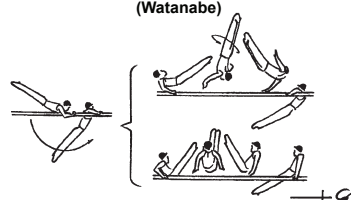
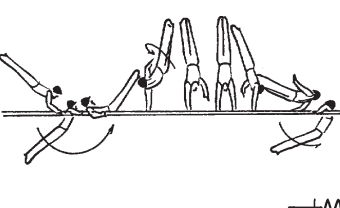
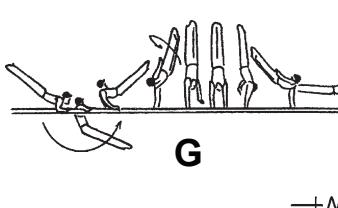
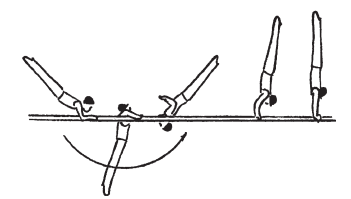
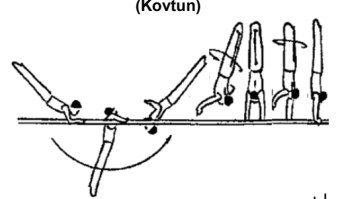
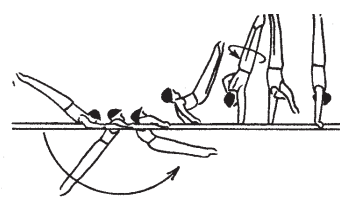
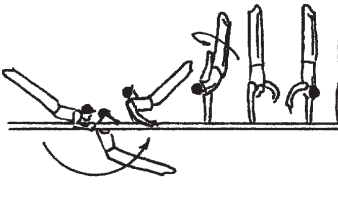
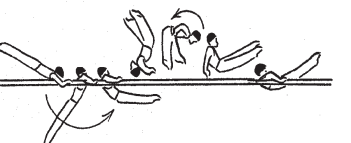
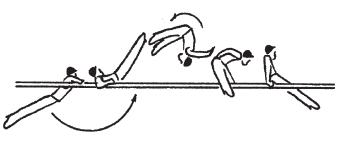
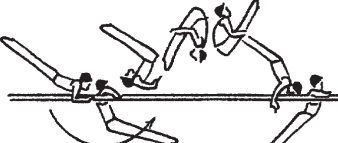
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Éléments en appui ou par l'appui sur les 2 barres - Elements in support or through support on 2 bars - Elementos en o por el apoyo sobre dos bandas					
1. Tout appui a élan renversé sur 1 ou 2 b.(2 s.). Any swing to handstand on 1 or 2 rails (2 s.). Todo apoyo invertido a impulso en 1 o 2 bandas (2 s.).  b	2. De l'appui bras fléchis, établis. av. et sauté avec ½ t. à l'appui. Bent arm swing fwd. to hop ½ t. to sup. Del apoyo flex. dominación adelante y salto con ½ g. al apoyo. (Kato)  Ka	3. Demi-tour en avant à l'appui renversé (sur 1 ou 2 barres). Stützkehr fwd. to hdst.(to 1 or 2 bars). Stützkehre adelante al apoyo invertido (en 1 o 2 bandas).  S			
7. Toutes les équerres (2 s.). Any L-sit on 1 or 2 rails (2 s.). Cualquier ángulo (2 s.).  L	8. Élan en avant avec 1/1 t. à l'appui brachial. Swing fwd. w. 1/1 t. to up. arm hang. Impulso adelante con 1/1 g. al apoyo braquial. (Carminucci)  SE	9. Passer les jambes éc. en arr. directement à la suspension. Straddle cut bwd. directly to hang Pasar las p. ab. atrás directamente a la susp. (Babos)  >i	10. Demi-tour en av. ou salto en arr. à l'appui renvs. lat. sur 1 b. (aussi av. ¼ t. ou ¾ à l'appui renvs.). Stützkehr fwd. or salto bwd. to hdst. sideways on 1 rail (also with additional ¼ or ¾ turn to hdst.). Stützkehre ad. o mortal atrás al apoyo inv. lat. sobre 1 brazo (también con ¼ o ¾ g. al apoyo inv.). (Bilozherchev - Peters) (Dimic)  S B		
13. Passer les jambes écartées en avant à l'appui ou l'équerre (2 s.). Straddle cut fwd. to support or L-sit (2 s.). Pasar las p. ab. ad. al apoyo o a ángulo (2 s.).  >L	14. Passer jambes éc. en arr. à l'appui renversé. Straddle cut bwd. to hdst. Pasar las p. abiertas atrás al apoyo invertido.  >b	15. Diamidov avec ½ tour à l'appui brachial. Diamidov and ½ turn to upper arms. Diamidov con ½ giro a braquial. (Salazar)  dE	16. ¾ Diamidov et sauté en app. dorsal à la susp. latérale. ¾ Diamidov and rear vault to side hang on 1 bar. ¾ Diamidov y salto dorsal a la suspensión lat. (De Freitas)  Df		
19. Passer jambes écartées en arrière à l'appui. Straddle cut bwd. to support. Pasar las piernas abiertas atrás al apoyo.  >	20. Passer jambes écartées en arrière et salto av. à l'appui brachial. Strad. cut bwd. and salto fwd. to up. arm hang. Pasar las piernas abiertas atrás y mortal ad. al apoyo braquial.  >x	21. Élan en av. 1/1 t. avec appui sur 1 bras à l'appui renversé. Swing fwd. w. 1/1 t. on 1 arm to hdst. Impulso ad. 1/1 g. con apoyo sobre 1 brazo al apoyo invertido. (Diamidov)  d d	22. Diamidov avec ¼ ou ½ t. à l'appui renversé. Diamidov with ¼ or ½ t. to hdst. Diamidov con ¼ o ½ g. al apoyo invertido.  dE		

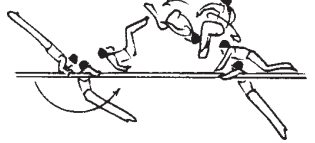
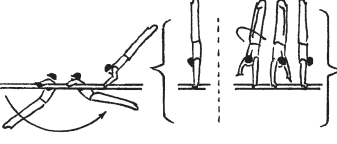
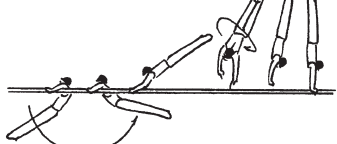
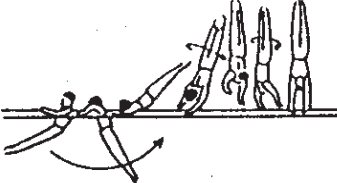
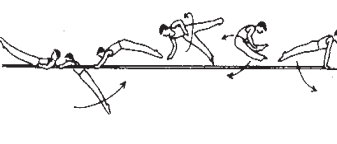
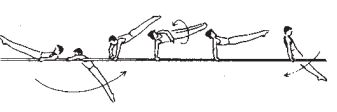
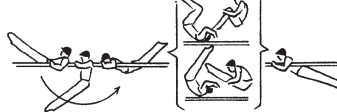
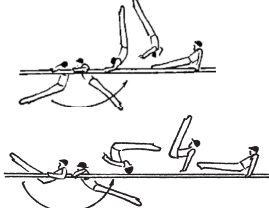
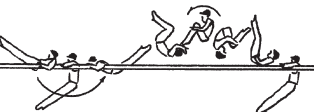
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG I: Éléments en appui ou par l'appui sur les 2 barres - Elements in support or through support on 2 bars - Elementos en o por el apoyo sobre dos bandas											
25.		26. S'élever corps t., bras fl. ou corps fl., bras t. à l'appui renversé, sur 1 ou 2 barres (2 s.) aussi j. écartées. Any press w. bent arm str. body, or str. arm bent body to hdst., on 1 or 2 rails (2 s.) also straddled. Elev. cuer. y b. flex. o cuer. flex. b. ext. al ap. inv., en 1 o 2 bandas (2 s.) también piernas ab.		27. Makuts à l'appui brachial ou ¼ Diamidov ¼ Healy à l'appui. Makuts to upper arm hang or ¼ Diamidov ¼ Healy to support. Makuts a braquial o ¼ Diamidov ¼ Healy al apoyo.		28. Demi-tour en avant avec 5/4 tour a l'a.t.r. sur un bras, et Healy à l'appui brachial. Swing forward with 5/4 t. on one arm through-hdst. and healy to up. arm. Impulso ad. con 5/4 g. al apoyo invertido en un brazo a través de healy al apoyo braquial.		29. ¼ Diamidov et ¼ Healy sur l'autre main à l'appui. ¼ Diamidov & ¼ Healy on the other hand to supp. ¼ Diamidov y ¼ Healy en la otra mano al apoyo. (Makuts)		30. Demi-tour en avant avec 5/4 tour a l'a.t.r. sur un bras, et Healy à l'appui. Swing forward with 5/4 t. on one arm through hdst. and healy to support. Impulso adelante con 5/4 g. al apoyo invertido en un brazo a través de healy al apoyo. (Zonderland)	
31.		32. Élan en av. à l'appui renversé et saut à l'appui. Swing fwd. to hdst., hop to support. Impulso ad. al apoyo invertido y salto al apoyo. (Carballo)		33. Salto arr. à l'appui renversé. Aussi arrivée sur 1 barre. Salto bwd to handstand. Also to one rail. Mortal atrás al apoyo invertido. También a una banda.		34. Salto arrière avec passer les jambes écartées. en avant à l'appui. Salto backward with straddle cut to support. Mortal atrás con pase de piernas abiertas adelante al apoyo.		35.		36.	
37.		38.		39.		40. Salto arrière à l'appui renversé sur 1 b. susp. (enchaîné avec des éléments de type Healy) Salto bwd to handstand 1 rail (connected to Healy type element). Mortal atrás al apoyo invertido sobre una banda (conectado con elementos del tipo Healy) (Rumbutis)		41.		42.	
43.		44.		45. Salto arrière avec ½ t. à l'appui. brachial. Salto bwd. with ½ t. to up. arm hang. Mortal atrás con ½ g. al apoyo braquial. (Toumilovich)		46. Double salto arrière gr. à l'appui brachial. Double salto t. to up. arm hang. Doble mortal agrupado al apoyo braquial. (Morisue)		47. Double salto arrière carpé à l'appui brachial. Double salto p. to up. arm hang. Doble mortal en carpa al apoyo braquial. (Huang Liping)		48. Double salto arrière gr. avec 1/2 t. à l'appui brachial. Double salto backwards with half turn to upper arm. Doble mortal atrás con medio giro a apoyo braquial. (Kuavita)	

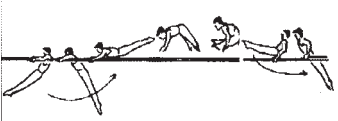
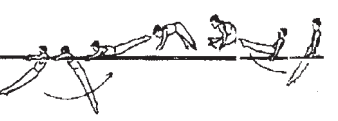
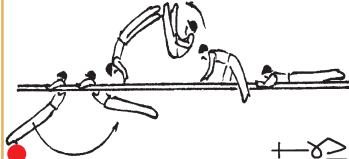
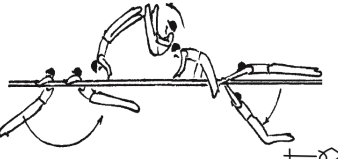
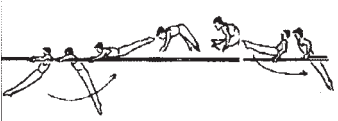
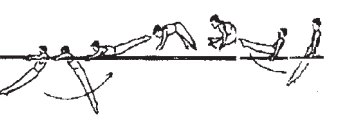
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG I: Éléments en appui ou par l'appui sur les 2 barres - Elements in support or through support on 2 bars - Elementos en o por el apoyo sobre dos bandas											
49.		50. L'appui renversé ¼ t. et ¼ t. à l'appui. Hdst. with ¼ t. and fall back to sup. with ¼ t. Del apoyo invertido ¼ g. y ¼ g al apoyo.		51. L'appui renversé. ¼ t. et ¼ t. à l'appui. Hdst. with ¼ t. and fall back to sup. with ¼ t. Del apoyo invertido ¼ g. y ¼ g al apoyo. (Brändström)		52. 3/2 salto arrière avec ½ t. à l'appui brachial. 3/2 salto bwd. with ½ t. to up. arm hang. 3/2 mortal atrás con ½ g. al apoyo braquial. (Suarez)		53.		54.	
55.		56.		57. Demi-tour en arrière en pass. les jambes écar-tées en arrière à l'appui. Stützkehr bwd. with straddle cut bwd. to sup. Stützkehrre atrás pasando las piernas abiertas atrás al apoyo.		58.		59.		60.	
61.		62. Demi-tour en arrière à l'appui. Stützkehr bwd. to support. Stützkehrre atrás al apoyo.		63. Demi-tour en arrière par l'appui renverse à l'appui. Stützkehr bwd. through hdst. to support. Stützkehrre atrás por el apoyo inv. al apoyo. (Novikov)		64.		65.		66.	
67.		68. Healy à l'appui brachial (aussi de l'appui ren-verse sur 1 barre). Healy to upper arm hang (also from hdst. on 1 rail). Healy al apoyo braquial (también del apoyo invertido sobre 1 b.).		69. Depuis une élément d'élan (min. B) l'appui renverse sur 1 b., Healy à l'appui brachial. Following a swing element (min. B) to hdst., hdst. on 1 rail, Healy to upper arm hang. Desde un elemento de impulso (mínimo B) al apoyo invertido sobre 1 banda, Healy al apoyo braquial.		70. Healy à l'appui (aussi de l'appui renversé sur 1 barre). Healy to support (also from hdst. on 1 rail). Healy al apoyo (también del apoyo invertido sobre 1 b.). (Healy)		71. Depuis une élément d'élan (min. B) à l'appui renv. sur 1 barre, Healy (360° ou plus) à l'appui. Following a swing element (min. B) to hdst on 1 rail, Healy (360° or more) to support. Desde un elemento de impulso (mínimo B) al apoyo invertido sobre 1 banda, Healy (360° o más) al apoyo. (Bejenaru)		72.	

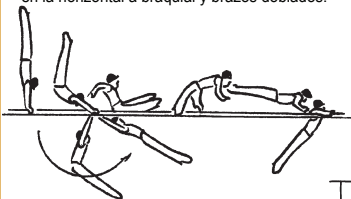
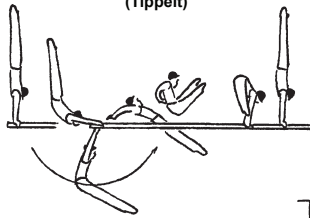
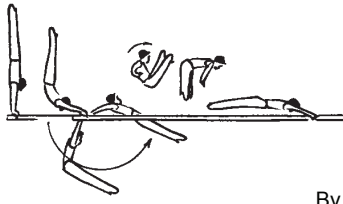
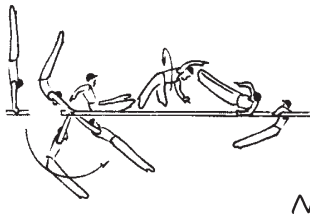
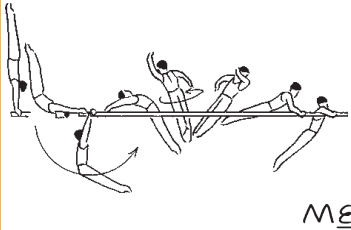
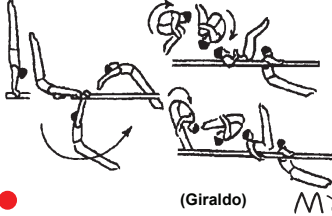
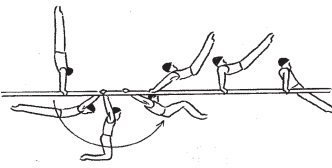
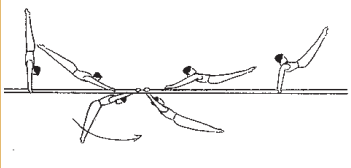
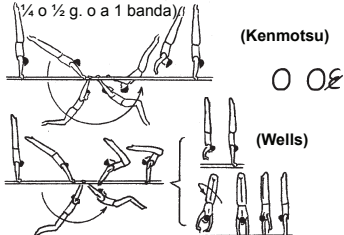
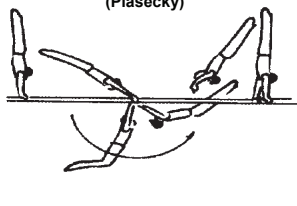
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Éléments en appui ou par l'appui sur les 2 bars - Elements in support or through support on 2 bars - Elementos en o por el apoyo sobre dos bandas					
73. 	74. Élané en arrière avec ½ t. sauté à l'appui renversé. <i>Swing bwd. with ½ t. hop to hdst.</i> Lanzarse atrás con ½ g. de salto al apoyo invertido. 	75. Élané en arrière avec ¾ t. sauté à l'appui renversé. <i>Swing bwd. with ¾ t. hop to hdst.</i> Lanzarse atrás con ¾ g. de salto al apoyo invertido. 	76. Élané en arrière avec 1/1 t. sauté à l'appui renversé. <i>Swing bwd. with 1/1 t. hop to hdst.</i> Lanzarse atrás con 1/1 g. de salto al apoyo invertido. (Gatson 1) 	77. Gatson 1 avec ¼ t. à l'appui renversé, sur 1 b. et ¼ t. à l'appui renversé sur les 2 bars. <i>Gatson 1 with ¼ t to hdst. on 1 rail and ¼ t. hdst. on 2 rails.</i> Gatson 1 con ¼ g. al apoyo invertido sobre 1 b. y ¼ g. al apoyo invertido sobre 2 bandas. (Gatson 2) 	78. 
79. Tout appui renversé avec ½ t. (aussi avec 2 s.). <i>Any hdst. with ½ turn. (also with 2 s.).</i> Todo apoyo invertido con ½ g. (también con 2 s.). 	80. Tout 1/1 t. en appui renversé sur 2 bars. <i>Any 1/1 pirouette in hdst. on 2 rails.</i> Todo 1/1 g. en apoyo invertido sobre 2 bandas. 	81. 	82. 	83. 	84. 
85. 	86. De l'appui renversé sur 1. barre, ½ ou ¾ t. avant ou arrière en appui renversé. <i>From hdst. on 1 rail, ½ or ¾ pir. fwd. or bwd. in hdst.</i> Del apoyo invertido sobre 1 banda ½ o ¾ g. adelante o atrás en apoyo invertido. 	87. 	88. 	89. 	90. 
91. 	92. 	93. De l'appui renversé, salto av. à l'appui ou de l'appui renv. prises tourn., disloquer à l'appui. <i>From hdst., salto fwd to support or from hdst. with rotated grip, inlocate to support.</i> Del apoyo invertido, mortal adelante al apoyo invertido girando presa, bajando al apoyo. (Carballo 2) 	94. 	95. 5/4 salto av. écarté directement à la suspension. <i>5/4 salto fwd. strad. directly to hang.</i> 5/4 mortal ad. p. abiertas directamente a la suspensión. (Lee Chul Hon/Sasaki) 	96. 

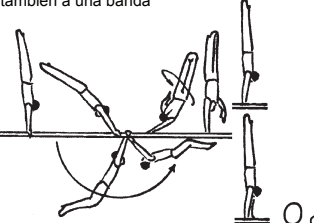
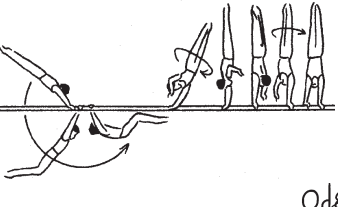
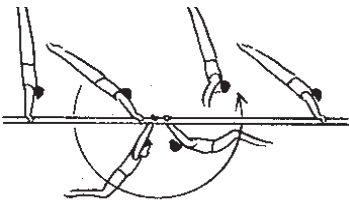
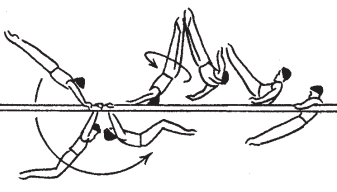
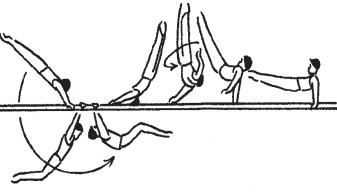
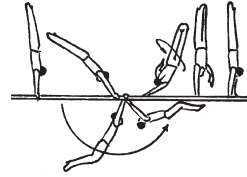
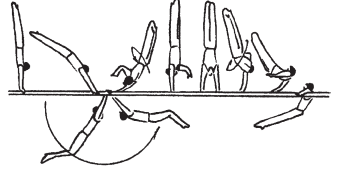
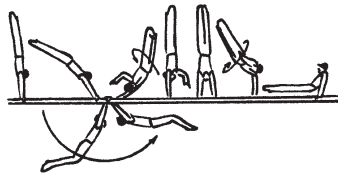
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Éléments en appui ou par l'appui sur les 2 barres - Elements in support or through support on 2 bars - Elementos en o por el apoyo sobre dos bandas					
97.	98. 5/4 salto av. groupé ou carpé à l'appui brachial. 5/4 salto fwd. t. or p. to upper arm hang. 5/4 mortal adelante agrupado o en carpa al apoyo braquial.  ●	99. Salto avant à l'appui. Salto fwd to support. Mortal adelante al apoyo.  ●	100. 5/4 salto avant écarté à l'appui brachial. 5/4 salto fwd. straddled to up. arm hang. 5/4 mortal adelante piernas abiertas al apoyo braquial.  ●	101. 5/4 salto avant écarté à l'appui bras fléchi. 5/4 salto fwd. strad. to bent arm sup. 5/4 mortal adelante piernas abiertas al apoyo brazos flexionados.  ●	102.
103.	104. Salto avant groupé ou carpé avec 1/4 t. à la suspension latérale sur 1 barre. Salto fwd. t. or p. with 1/4 t. to hang on 1 rail. Mortal adelante agrupado o en carpa con 1/4. a la suspensión lateral sobre 1 banda.  ●	105. Salto avant groupé ou carpé à la suspension. Salto fwd. piked. to hang. Mortal adelante en carpa a la suspensión. (Juarez 2)  ●	106. Double salto groupé avant à l'appui brachial. Double salto fwd. t. to up. arm hang. Doble mortal adelante agrupado al apoyo braquial.  ●	107. Double salto carpé avant à l'appui brachial. Double salto fwd. p. to up. arm hang. Doble mortal adelante en carpa al apoyo braquial.  ●	108.
109.	110.	111. 5/4 salto avant tendu à l'appui brachial. 5/4 salto forward str. to upper arm hang 5/4 mortal adelante extendido al apoyo braquial.  ●	112.	113. Salto av. avec 1/1 t. à l'appui brachial. Salto fwd. with 1/1 t. to up. arm hang. Mortal con 1/1 g. al apoyo braquial. (Urzica)  ●	114.
115.	116.	117.	118.	119.	120.

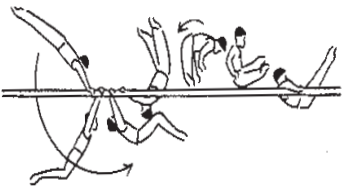
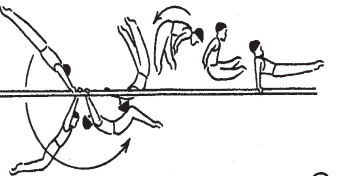
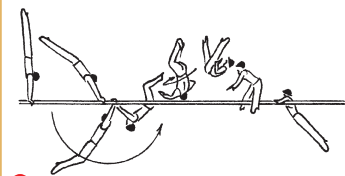
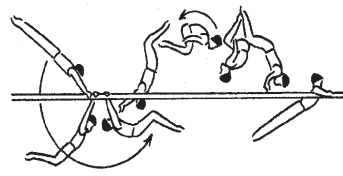
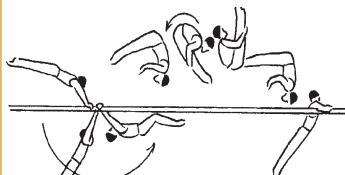
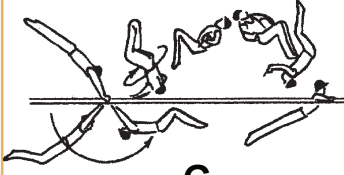
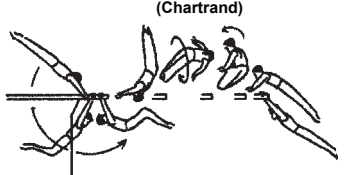
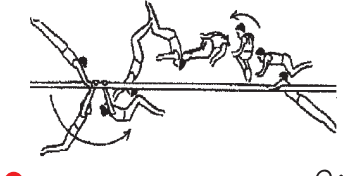
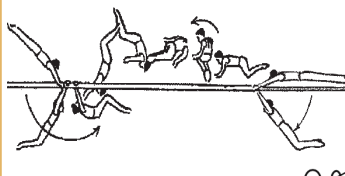
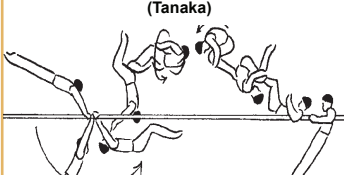
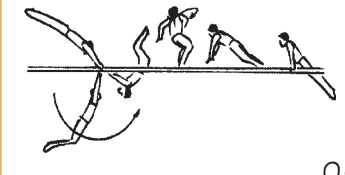
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG II: Éléments qui commencent à l'appui brachial - Elements starting in upper arm position - Elementos desde apoyo braquial											
1. Établissement en avant à l'appui. <i>Forward uprise to support.</i> Dominación ad. al apoyo.  +		2. Établissement en avant et passer les jambes en arrière l'appui renversé. <i>Fwd. uprise and straddle cut bwd to handstand.</i> Dominación adelante pasando las piernas atrás al apoyo invertido.  ++>		3. Établissement en avant et passer les jambes en arrière à la suspension. <i>Fwd. uprise and straddle cut bwd to hang.</i> Dominación adelante pasando las piernas atrás a la suspensión. (Muntean)  ++>				5. Établissement en avant avec ½ t. à l'appui renversé. <i>Fwd. uprise with ½ t. to handstand.</i> Dominación adelante con ½ g. al apoyo invertido.  ++S		6. Établ. avant avec 3/4 t. ou 1/4 t. à l'appui renv. <i>Fwd. uprise with Stüz. 3/4 t. or 1/4 t. to hdst.</i> Dom. ad. Stüz. 3/4 g. o 1/4 g al apoyo inv.  ++B suivi elem. type bascule d'élan sur une barre/follow. by glide kip one rail type el./seguido elem. del tipo larga en una banda	
7. Établissement en avant avec ¼ t. à la suspension latérale sur une barre <i>Fwd. uprise with ¼ t. to hang on 1 rail.</i> Dominación ad. con ¼ g. a la suspensión lateral al exterior.  ++		8. Rouler arrière avec ½ t. de l'appui brachial ou établis en avant et Kato sauté à l'appui. <i>Roll bwd. with ½ t. from up. arm. hang or Fwd. uprise to Kato hop to sup.</i> Rodar atrás con ½ g. desde el apoyo braquial o dominación ad. y Kato saltado al apoyo. (Watanabe)  ++E				10.		11. Établissement en avant avec Makuts à l'appui brachial. <i>Fwd. uprise to Makuts to upper arm.</i> Dominación adelante con Makuts a braquial.  ++Mk		12. Établissement. en av. avec Makuts à l'appui. <i>Fwd. uprise to Makuts to support.</i> Dominación adelante con Makuts al apoyo. (Tsolakidis 1)  ++Mk	
13.		14. Rouler arrière à l'appui renversé avec bras tendus. <i>Roll bwd to handstand with straight arms.</i> Rodar atrás al apoyo invertido con brazos ext.  ++		15. Rouler arrière à l'appui renversé avec 1/4 t. sur une barre. <i>Back toss from upper arm with 1/4 turn to one rail.</i> Rodar atrás desde braquial al ap. inv. con 1/4 de giro a una banda. (Kovtun)  ++		16.		17. Établissement en avant avec 1/1 t. à l'appui renversé. <i>Fwd. uprise with 1/1 t. to handstand.</i> Dominación adelante con 1/1 g. al apoyo inv. (Richards)  ++d		18. Établissement. en av. avec 3/2 t. à l'appui renvs. <i>Fwd. uprise with 3/2 t. to handstand.</i> Dominación adelante con 3/2 g. al apoyo inv. (Tsolakidis 2)  ++d	
19.		20. Salto arrière et pass. les jambes avant à l'appui brachial. <i>Salto bwd. with strad. cut to up. arm hang.</i> Salto atrás pasando las piernas adelante al apoyo braquial.  ● ++L		21. Rouler arrière et pass. les jambes av. à l'appui. <i>Roll bwd. with strad. cut to support.</i> Rodar atrás y pasar las piernas adelante al apoyo.  ++L		23. Rouler arrière et salto arrière groupé à l'appui brachial. <i>Roll bwd with salto bwd tucked to upper arm hang.</i> Rodar atrás y mortal atrás agrupado al apoyo braquial. (Dimitrenko)  ● ++ll		24. Rouler arrière et salto arrière carpé à l'appui brachial. <i>Roll bwd with salto bwd piked to upper arm hang.</i> Rodar atrás y mortal atrás en carpa al apoyo braquial. (Li Xiaopeng)  ● ++ll			

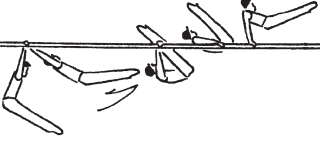
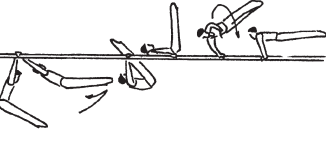
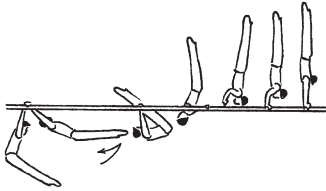
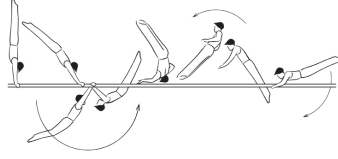
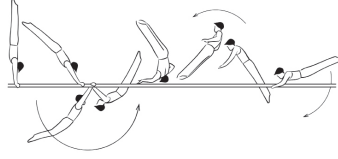
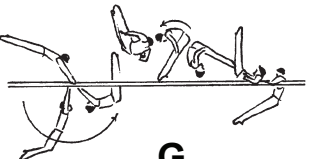
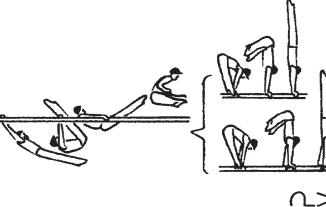
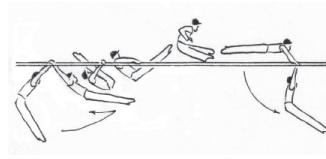
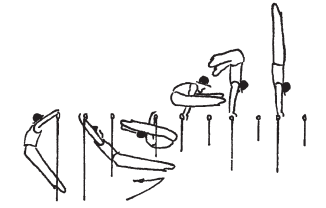
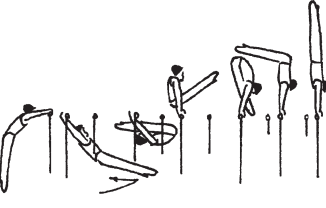
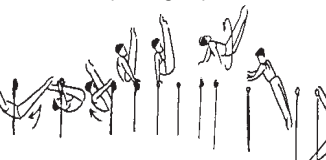
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Éléments qui commencent à l'appui brachial - Elements starting in upper arm position - Elementos desde apoyo braquial					
25.	26.	27.	28. Rouler arrière avec ½ t. gr. à l'appui brachial. <i>Roll bwd. with ½ t. tuck to upper arm hang.</i> Rodar atrás con ½ g. agrupado al apoyo braquial. (Harada)  	29. Rouler arrière avec ½ t. gr. à la susp. <i>Roll bwd. with ½ t. tuck to hang.</i> Rodar atrás con ½ g. agrupado a la suspensión. (Dalton)  	30.
31.	32. Établissement arrière à l'appui renversement (aussi avant ½ t). <i>Bwd. uprise to handstand (or w. ½ t).</i> Dominación atrás al apoyo invertido (también con ½ g.).  	33. Établissement arrière avec ½ t. sauté à l'appui renversé. <i>Bwd. uprise with ½ t. hop to handstand.</i> Dominación atrás con ½ g. saltar al apoyo invertido.  	34. Établissement arrière avec ¾ t. sauté à l'appui renversé sur 1 barre. <i>Bwd. uprise with ¾ t. hop to hdst. on 1 rail.</i> Dominación atrás con ¾ g. saltar al apoyo invertido sobre 1 banda.  	35.	36.
37.	38. Établissement arrière avec ½ t. et passer les jambes en arrière à l'appui brachial. <i>Bwd. uprise with ½ t. and straddle cut bwd to upper arm hang.</i> Dominación atrás con ½ g. y pasar las p. atrás al apoyo braquial.  	39. Établissement arrière avec ½ t. et passer les jambes en arrière à l'appui. <i>Bwd. uprise with ½ t. a. strad. cut bwd. to sup.</i> Dominación atrás con ½ g. y pasar las piernas atrás al apoyo.  	40.	41.	42.
43.	44. Établissement. arrière avec ½ t. à l'appui. <i>Bwd. uprise with ½ t. to support.</i> Dominación atrás con ½ g. al apoyo.  	45. Établissement arrière et 5/4 salto avant groupé, carpé à l'appui brachial. <i>Bwd. uprise and 5/4 salto fwd. t. to up. arm hang.</i> Dominación atrás y 5/4 mortal adelante agrupado, en carpa al apoyo braquial. (Yamawaki)  	46. Établissement arrière et salto av. carpé ou tendu à l'appui. <i>Bwd. uprise and salto fwd. p. or straight to sup.</i> Dominación at. y mortal ad. en carpa o extendido al apoyo.  	47. Établissement arrière et double salto av. groupé à l'appui brachial. <i>Bwd. uprise and double salto fwd. t. to up arm hang.</i> Dominación atrás y double mortal adelante agrup. a braquial.  	48.

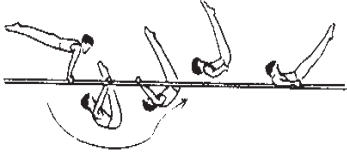
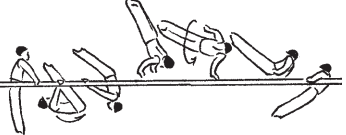
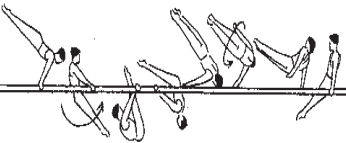
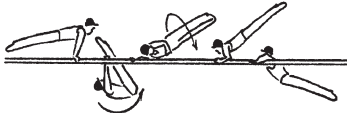
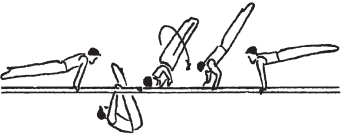
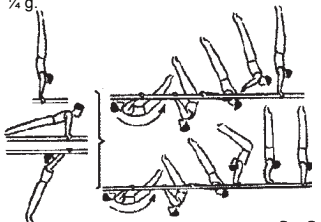
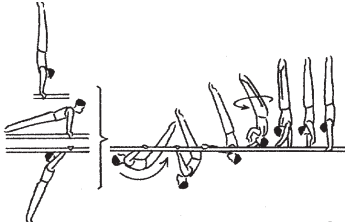
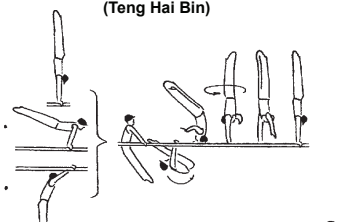
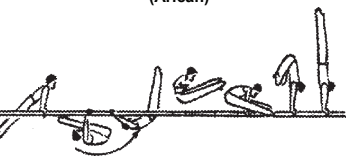
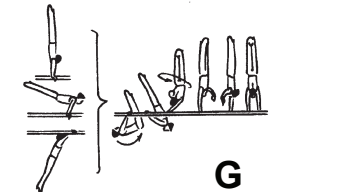
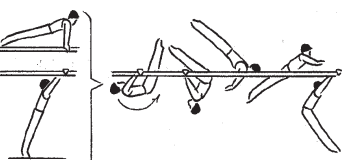
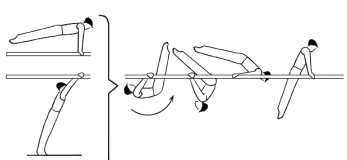
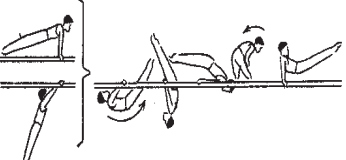
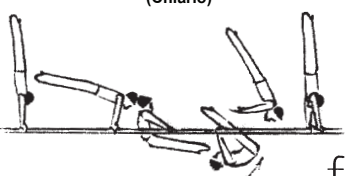
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Éléments qui commencent à l'appui brachial - Elements starting in upper arm position - Elementos desde apoyo braquial					
49.	50.	51.	52.	53. Établissement arrière et 5/4 salto av. écarté à l'appui brachial. Bwd. uprise and 5/4 salto fwd. straddled to up. arm hang. Dominación atrás y 5/4 mortal adelante piernas abiertas a braquial. (Pakhniuk 1)	54. Établissement arrière et 5/4 salto av. écarté à la suspension. Bwd. uprise and 5/4 salto fwd. straddled to hang. Dominación atrás y 5/4 mortal adelante piernas abiertas a la suspensión. (Pakhniuk 2)
					
55. Établissement arrière et passer les jambes écartées en avant à l'appui bras fléchis. Bwd. uprise and strad. cut or flank over to sup. bent arm. Dominación atrás pasando las piernas adelante al apoyo brazos flexionados.	56. Établissement arrière et passer les jambes écartées en av. à l'appui bras tendus. Bwd. uprise and strad. cut or flank over to sup. str. arm. Dominación atrás pasando las piernas adelante al apoyo brazos extendidos.	57.	58.	59.	60.
					
61.	62.	63.	64.	65.	66.
67.	68.	69.	70.	71.	72.

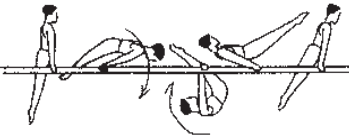
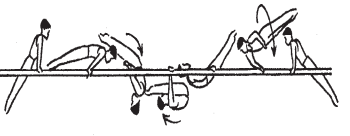
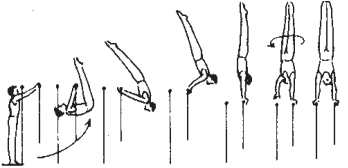
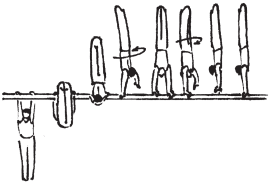
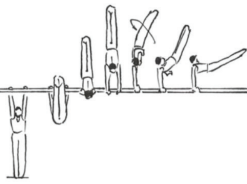
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG III: Éléments d'élans par la suspension sur 1 ou 2 barres et établissements en avant en tournant en arrière. - Long swings in hang on 1 or 2 bars and Underswings - Elementos de impulso por la suspensión sobre 1 o 2 bandas y dominaciones adelante volteando atrás.											
1.	2.	3. Élan av. passer jambes écartées en arrière reprise à l'appui brachial corps tendu a l'horizontal ou bras fléchis. <i>Swing forward, straddle cut backward, and regrasp with straight body at horizontal to bent and upper arm.</i> Impulso adelante pase piernas atrás y agarre ext. en la horizontal a braquial y brazos doblados.		4. Moy carpé avec passer jambes écartées en arrière à l'appui renversé <i>Moy piked with straddle bwd to hdst.</i> Moy en carpa con pase de piernas abiertas atrás al ap. inv.		5. Élan av. passe jamb. éc. en arr. corps tendu a l'horiz. <i>Swing forward, straddle cut backward, and regrasp with straight body at horizontal.</i> Imp. ad. pase piernas atrás y agarre ext. en la horiz.		6.			
								T		Bv	
7.	8. Moy carpé en passant les jambes ec. en arrière avec ½ t. a l'appui brachial (aussi jambes serrées). <i>Moy piked with stradd. cut bwd. and ½ t. to up. arm hang (also legs together).</i> Moy en carpa con piernas abiertas ½ g., al apoyo braquial (también con piernas cerradas).		9. Moy carpé avec 1/1 t. à l'appui brachial. <i>Moy piked with 1/1 t. to up. arm hang.</i> Moy en carpa con 1/1 g. al apoyo braquial.		10. Moy et salto av. groupé, carpé ou écarté a l'appui brachial. <i>Moy and salto fwd. t., p. or strad. to upper arm hang.</i> Moy y mortal adelante agrupado, en carpa o piernas abiertas al apoyo braquial.		11.		12.		
											
		ME		ME		Giraldo		MY			
13.	14. Moy à l'appui jambes fléchies (aussi sans lâcher prises). <i>Moy to support bent legs (also without grip release).</i> Moy al apoyo piernas dobladas (también sin dejar las presas).		15. Moy à l'appui avec les jambes tendues (aussi sans lâcher prises). <i>Moy to support str. legs (also without grip release).</i> Moy al apoyo p. ext. (también sin dejar las presas).		16.		17.		18.		
											
		Mz		M							
19.	20.	21. Grand tour arr. à l'appui renv. ou avec dislocation avant (aussi av. ¼ t ou ½ t. et sur 1 barre). <i>Giant swing bwd. to hdst. or with inlocation fwd. (also with ¼ or ½ turn and to one rail).</i> Molino al ap. inv. o con disloc. ad. (también con ¼ o ½ g. o a 1 banda)		22. Grand tour arrière à l'a.t.r. sur une barre (enchâné avec un élément de type Healy). <i>Giant swing bwd. to hdst. on one rail (connected to Healy type element).</i> Molino al apoyo invertido en una banda (conectado con un elemento del tipo Healy).		23.		24.			
											
		(Kenmotsu) O Oe		(Piasecky)							
		(Wells)									

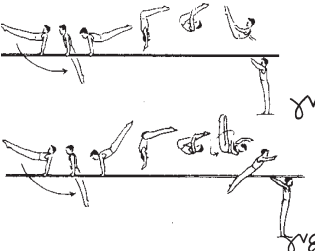
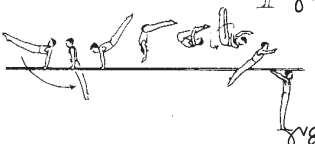
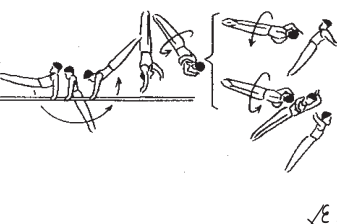
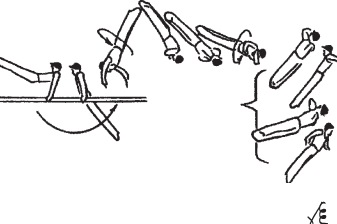
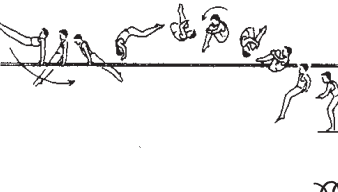
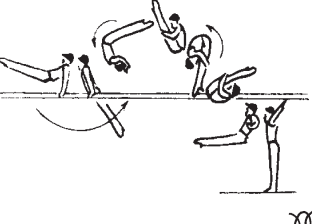
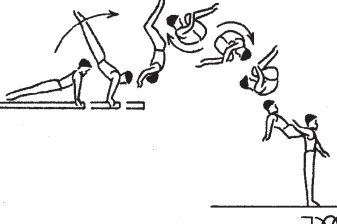
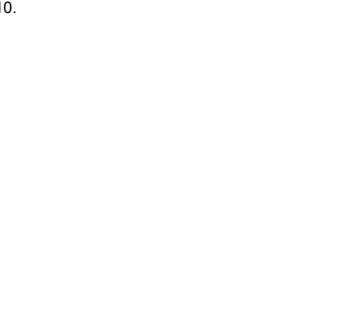
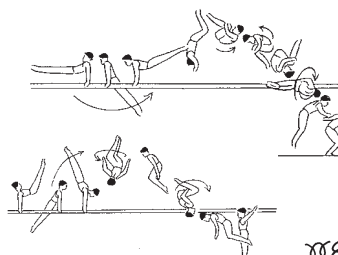
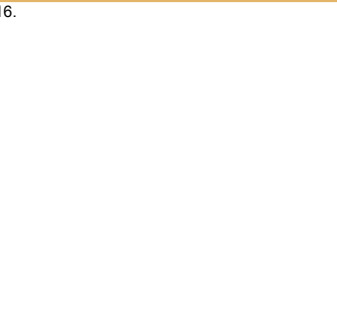
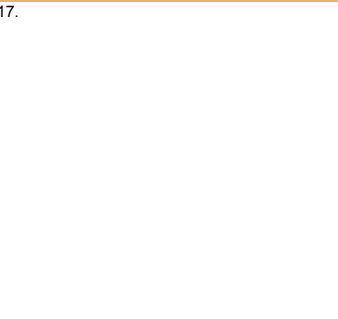
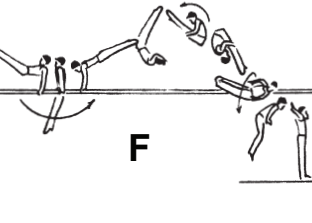
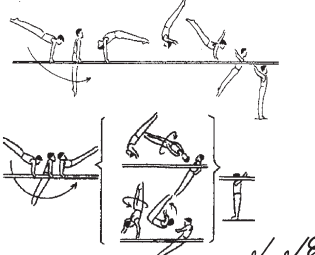
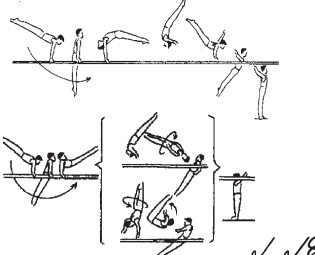
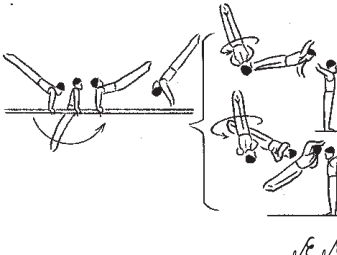
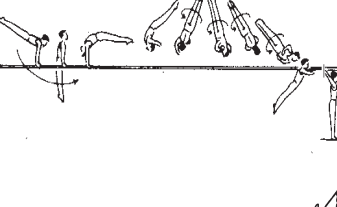
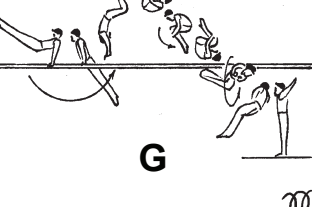
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Éléments d'élans par la suspension sur 1 ou 2 barres et établissements en avant en tournant en arrière. - Long swings in hang en 1 or 2 bars and Underswings - Elementos de impulso por la suspensión sobre 1 o 2 bandas y dominaciones adelante volteando atrás.					
25.	26.	27.	28.	29. Grand tour arrière avec Diamidov à l'appui renversé, aussi sur 1 barre <i>Giant swg. bwd. with Diamidov to hdst., also to one rail.</i> Molino atrás con Diamidov al apoyo invertido, también a una banda	30. Grand tour Diamidov avec ¼ or ½ à l'app. rev. <i>Giant swg. Diamidov with ¼ or ½ t. to hdst.</i> Molino Diamidov con ¼ or ½ al apoyo invertido.
					
31.	32.	33.	34.	35.	36.
37.	38. S'abaisser avec salto arrière tendu à la suspension. <i>Swing down with salto bwd. str. to hang.</i> Bajarse con mortal atrás extensión a la suspensión.	39. Grand tour arrière avec ½ t. à l'appui brachial. <i>Giant swing bwd. with ½ t. to up. arm hang.</i> Molino atrás con ½ g. al apoyo braquial. (Gushiken)	40. Grand tour arrière avec ½ t. à l'appui. <i>Giant swing bwd. with ½ t. to support.</i> Molino atrás con ½ g. al apoyo. (Marinitch)	41.	42. Grand tour arr. avec Diamidov à l'app. rev. dans 1 barre (enchaîné avec un élément de type Healy). <i>Giant swg. bwd. with Diamidov to hdst. one rail (connected to Healy type element).</i> Molino at. con Diamidov al ap. inv. a una banda (conectado con un elemento del tipo Healy).
					
	Oi	Og	Ma		Od
43.	44.	45.	46. Grand tour arrière avec Makuts à l'appui brachial. <i>Giant swing bwd. with Makuts to upper hang.</i> Molino atrás con Makuts a braquial. (Dauser)	47.	48. Grand tour arrière avec Makuts. <i>Giant swing bwd. with Makuts.</i> Molino atrás con Makuts. (Baumann)
					
			O ^{Mk}		O ^{Mk}

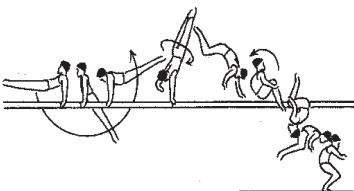
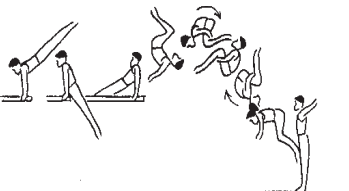
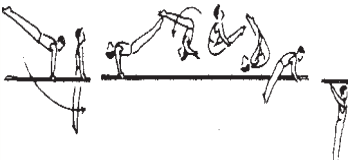
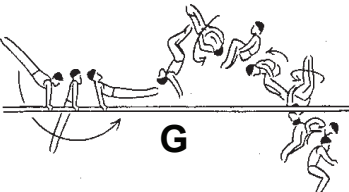
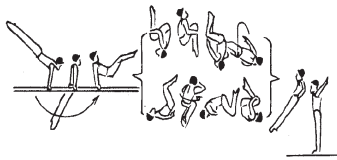
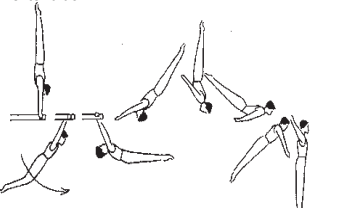
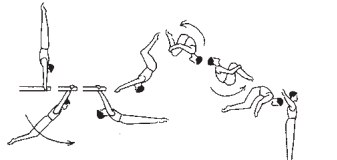
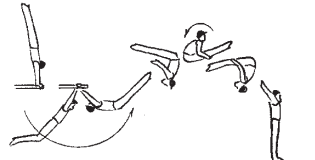
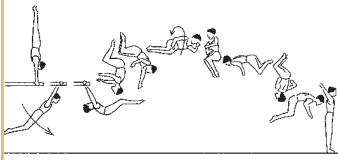
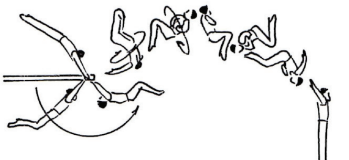
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Éléments d'élans par la suspension sur 1 ou 2 barres et établissements en avant en tournant en arrière. - Long swings in hang on 1 or 2 bars and Underswings - Elementos de impulso por la suspensión sobre 1 o 2 bandas y dominaciones adelante volteando atrás.					
49.	50. Grand tour arrière avec pass. i. jambes écartées à l'appui brachial. <i>Giant swing bwd. w. strad. cut to up. arm hang.</i> Molino atrás con pase de piernas abiertas al apoyo braquial. 	51.	52. Grand tour arrière avec pass. i. jambes écartées à l'appui ou bras fléchis. <i>Giant swing bwd. with straddle cut to support or bent arms support.</i> Molino atrás con pase de piernas abiertas al apoyo o brazos flex. (Korolev) 	53. Grand tour arrière avec ½ pass. jambes écartées à l'appui brachial. <i>Giant swing bwd. with ½ t. and str. cut bwd. to up. arms.</i> Molino atrás con ½ g. y pasar piernas abiertas atrás a braquial. (Sosa) 	54.
55.	56.	57.	58. Du grand tour arrière, double salto groupe à l'appui brachial. <i>Fr. giant. sw. bwd., dbl. salto t. to up. arm hang.</i> De molino atrás doble mortal agrupada al apoyo braquial. (Belle) 	59. Belle carpé. <i>Belle piked.</i> Belle en carpa. 	60. Belle avec 1/1 tour. <i>Belle with 1/1 turn.</i> Belle con 1/1 giro. (Quintero) 
61.	62.	63. Grand tour arrière et salto carpé avec ½ t. à la suspension sur l'extrémité. <i>Giant swing bwd. and salto with ½ t to hang on the end.</i> Molino atrás y mortal en carpa con ½ g. a la suspensión sobre el extreme. (Chartrand) 	64. Grand tour arrière et salto groupé ou carpé avec ½ t. à l'appui brachial. <i>Giant swing bwd. and salto with ½ t. to up. arm hang.</i> Molino atrás y mortal agrupado o en carpa con ½ g. al apoyo braquial. 	65. Grand tour arrière et salto groupé ou carpé avec ½ t. à la suspension. <i>Giant swing bwd. and salto with ½ t. to hang.</i> Molino atrás y mortal agrupado o en carpa con ½ g. a la suspensión. 	66. Grand tour arrière avec ½ t. et 3/2 salto avant à l'appui brachial. <i>Giant swing bwd. with ½ t. and 3/2 salto fwd to up arm hang.</i> Molino atrás con ½ g. y 3/2 mortal adelante a braquial. (Tanaka) 
67.	68.	69.	70. 	71. Grand tour arrière et salto groupé ou carpé avec ½ t. à l'appui. <i>Giant swing bwd. and salto with ½ t. to support.</i> Molino atrás y mortal agrupado o en carpa con ½ g. al apoyo. (Torres) 	72.

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Éléments d'élans par la suspension sur 1 ou 2 barres et établissements en avant en tournant en arrière. - Long swings in hang on 1 or 2 bars and Underswings - Elementos de impulso por la suspensión sobre 1 o 2 bandas y dominaciones adelante volteando atrás.					
73. Bascule d'élán. <i>Glide kip.</i> Báscula de impulso.  L	74. Bascule avec ½ t. à l'appui. <i>Glide kip with ½ t. to support.</i> Báscula con ½ g. al apoyo invertido.  L	75. Bascule d'élán arrière à l'appui renversé. <i>Glide kip bwd. to hdst.</i> Báscula de impulso atrás al apoyo invertido.  L	76.  L	77. Grand tour arrière et salto tendu avec ½ t. à l'appui brachial. <i>Giant swing bwd. and salto with ½ str to up. arm hang.</i> Molino atrás y mortal ext. con ½ g. al apoyo braquial. (Fokin)  L	78. Grand tour arrière avec ½ t. et 3/2 salto avant carpé à l'appui brachial. <i>Giant swing backward with ½ t. and 3/2 salto forward piked to upper arm hang.</i> Molino atrás con ½ g. y 3/2 mortal adelante en carpa a braquial. (Esparza)  L
79.  L	80. Bascule en passant les jambes écartées en arrière à l'appui renversé sur 1 ou 2 barre. <i>Glide kip to strad. cut bwd. hdst. on 1 or 2 r.</i> Báscula pasando piernas abiertas al apoyo invertido sobre 1 o 2 bandas.  L	81. Bascule en passant les jambes écartées en arrière à la suspension. <i>Glide kip to strad. cut bwd. to hand.</i> Báscula pasando piernas abiertas a la suspensión (Okubo)  L	82.  L	83.  L	84.  L
85.  L	86. Bascule d'élán sur 1 barre par l'équerre jambes écartées à l'appui renversé. <i>Glide kip one rail through L-sit strad. to hdst.</i> Báscula de impulso en una banda piernas abiertas al apoyo invertido.  L	87. Bascule d'élán par l'équerre jambes serrées à l'appui renversé <i>Glide kip through L-sit p. to hdst.</i> Báscula de impulso por el lat. al ap. invertido.  L	88. Bascule d'élán par l'équerre jambes serrées à l'appui renversé et saut avec 3/4 t. ou plus. <i>Glide kip through L-sit p.to hdst. and hop with 3/4 t or more.</i> Báscula de imp. por el lat. al apoyo invertido y salto.  L	89.  L	90.  L
91.  L	92. Bascule d'élán par l'équerre jambes lev. vert. et saut avec ½ t. à la suspension sur l'autre barre. <i>Glide kip through V-sit and hop ½ turn to hang on other rail.</i> Báscula de impulso por el lateral p. lev. vertical y salto con ½ g. a la susp. sobre la otra banda. (Li Donghua)  L	93.  L	94.  L	95.  L	96.  L

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Éléments d'élans par la suspension sur 1 ou 2 barres et établissements en avant en tournant en arrière. - Long swings in hang in 1 or 2 bars and Underswings - Elementos de impulso por la suspensión sobre 1 o 2 bandas y dominaciones adelante volteando atrás.					
97. Bascule allemande à l'appui brachial. <i>Cast to upper arm hang.</i> Ballestón alemán a braquial.  U	98. Bascule allemande à l'appui. <i>Cast to support.</i> Ballestón alemán al apoyo.  U!	99. Établissement. avant en tournant en arrière avec ½ t. à l'appui brachial. <i>Felge with ½ t. to upper arm hang.</i> Dominación adelante volteando atrás con ½ g. a braquial.  f	100. Établissement avant en tournant en arrière avec ½ t. à l'appui. <i>Felge with ½ t. to rear support.</i> Felge con ½ g. al apoyo por detrás.  f!	101.	102.
103.	104. Bascule allemande avec ½ t. à l'appui brachial. <i>Cast with ½ t. to up. arm hang.</i> Ballestón alemán con ½ g al apoyo braquial.  Uε	105. Bascule allemande avec ½ t. à l'appui. <i>Cast with ½ t. to support.</i> Ballestón alemán con ½ g. al apoyo.  Uε	106. Établissement av. en tournant en arr. à l'appui renv., aussi sur 1 barre ou ¼ t. <i>Basket to handstand. Also to one rail or ¼ t.</i> Felge al ap. invertido, también a una banda o ¼ g.  (Cucherat - Celen) f fε	107. Établissement avant en tournant en arrière avec ½ ou ¼ t. à l'appui renversé. <i>Basket with ½ or ¼ t. to handstand.</i> Felge con ½ o ¼ g. al apoyo invertido.  fε	108. Établissement avant en tournant en arrière avec 1/1 t. à l'appui renversé. <i>Basket with 1/1 t. to handstand.</i> Felge con 1/1 g. al apoyo invertido. (Teng Hai Bin)  fε
109.	110.	111. Bascule allemande avec pass. jambes écartées en arrière à l'appui renversé. <i>Cast to straddle cut backward to handstand.</i> Ballestón alemán pasando piernas abiertas atrás al apoyo invertido. (Arican)  U>	112.	113.	114. Établissement avant en tournant en arrière avec 5/4 t. à l'appui renversé. <i>Basket with 5/4 t. to handstand.</i> Felge con 5/4 g. al apoyo invertido. (Zhou Shixiong)  G fε
115. Établissement avant en tourn. avec transport à la suspension. <i>Basket with travel to hang</i> Felge con desplazamiento a la suspensión.  fi	116. Établissement avant en tourn. à l'appui. <i>Basket to support</i> Felge al apoyo.  f!	117. Tour d'appui en pass. les jambes écartées vers l'avant à l'appui. <i>Basket with immed. straddle cut to support.</i> Felge pasando las piernas abiertas adelante al apoyo.  f>	118.	119. Étab. av. en tournant en arr. à l'appui renv. dans 1 barre. (enchaîné avec un élém. de type Healy). <i>Basket to one rail hdst. (connected to Healy type element).</i> Felge al ap. inv. en una banda (conectado a elemento del tipo Healy). (Chiarlo)  f.	120. Étab. av. en tournant en arr. à l'appui renv. a Makuts. <i>Basket through handstand to Makuts.</i> Felge a través del apoyo invertido Makuts. (Yamamuro)  G fMk

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Éléments d'élans par la suspension sur 1 ou 2 barres et établissements en avant en tournant en arrière. - Long swings in hang in 1 or 2 bars and Underswings - Elementos de impulso por la suspensión sobre 1 o 2 bandas y dominaciones adelante volteando atrás.					
121.	122.	123. Etablissement av. en tournant en arrière avec salto groupé et 1/2 tour à l'appui brachial. <i>Basket roll backward with tuck salto ½ to upper arm hang.</i> <i>Felge con salto agrupado salto y ½ giro al apoyo braquial.</i> (Gagnon)	124. Etablissement av. en tournant en arrière avec salto tendue et 1/2 tour à l'appui brachial. <i>Basket roll backward with str. salto ½ to upper arm hang.</i> <i>Felge con salto ext. salto y ½ giro al apoyo braquial.</i> (Gagnon 2)	125. Établissement avant en tourn. en arrière avec salto arrière groupe à l'appui brachial. <i>Basket with salto bwd t. to up. arm hang.</i> <i>Felge con mortal atrás agr. al apoyo braquial.</i> (Tejada)	126. Établissement avant en tourn. en arrière avec salto arrière carpe à l'appui brachial. <i>Basket with salto bwd p. to up. arm hang.</i> <i>Felge con mortal atrás en carpa. al apoyo braquial.</i> (Juarez 1)
		● Ga	● Ga 2	● f _l	● f _{lv}
127. Tour d'appui avant à l'appui. <i>Basket forward to support.</i> <i>Felge ad. al apoyo.</i>	128. Tour d'appui avant avec ½ t. à l'appui. <i>Basket forward with ½ t. to support.</i> <i>Felge ad. con ½ g. al apoyo.</i>	129.	130. Établissement avant en tourn. en arrière avec ¼ t. à l'appui renversé. <i>Shoot up with ¼ t. to hdst.</i> <i>Felge en una banda con ¼ g. al apoyo inv.</i>	131. Établissement avant en tourn. en arrière avec ½ ou 3/4 t. à l'appui renversé. <i>Shoot up with ½ or 3/4 t. to hdst.</i> <i>Felge en una banda con ½ o 3/4 g. al apoyo invertido.</i> (Nguyen)	132.
					
↻	↻		rf	rf _l	
133.	134.	135.	136.	137. Établissement avant en tourn. en arrière et ¼ t. à l'appui. <i>Shoot up to handstand and fall back to support with ¼ turn.</i> <i>Felge en una banda al apoyo invertido bajando atrás al apoyo mediante ¼ giro.</i> (Malone)	138.
					
				rfh	
139.	140.	141.	142.	143.	144.

A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG IV: Sorties - Dismounts - Salidas											
1. Salto avant carpé ou tendu, aussi avec ½ t. Salto fwd. piked or straight also with ½ t. Mortal ad. en carpa o ext., también con ½ t.		2.		3. Salto avant carpé ou tendu avec 1/1 ou 3/2 t. Salto fwd. piked or str. with 1/1 or 3/2 t. Mortal adelante en carpa o extendido con 1/1 o 3/2 g.		4. Salto avant carpé ou tendu avec 2/1 ou 5/2 t. Salto fwd. piked or str. with 2/1 or 5/2 t. Mortal adelante en carpa o extendido con 2/1 o 5/2 g.		5. Double salto avant groupé. Double salto fwd. t. Doble mortal adelante agrupado.		6. Double salto avant carpé. Double salto fwd. piked. Doble mortal adelante en carpa. (Belyavskiy)	
											
7.		8.		9. Double salto avant groupé de l'extrémité des barres. Double salto fwd. t. from end. Doble mortal ad. agrupado desde el extremo de las bandas.		10.		11. Double salto av. gr. a. ½ t. ou ½ t. doub. salt. arr. Double salto fwd. t. w. ½ t. or ½ t. doubl. salt. bwd. Doble mortal ad. ag. c. ½ g. o ½ g. dob. mort. at.		12.	
											
13.		14.		15.		16.		17.		18. Double salto avant carpé avec ½ t. Double salto fwd. piked with ½ t. Doble mortal adelante en carpa con ½ g. (Dalaloyan)	
											
19. Salto arrière carpé ou tendu, aussi avec ½ t. Salto bwd. piked or str., also with ½ t. Mortal atrás en carpa o ext., también con ½ t.		20..		21. Salto arrière carpé ou tendu avec 1/1 ou 3/2 t. Salto bwd. piked or str. with 1/1 or 3/2 t. Mortal atrás en carpa o extendido con 1/1 o 3/2 g.		22. Salto arrière tendu avec 2/1 t. Salto bwd. str. with 2/1 t. Mortal atrás en carpa o extendido con 2/1 g. (Kan)		23.		24. Double salto avant groupé avec 1/1 t. Double salto fwd. tucked with 1/1 t. Doble mortal adelante agrupado con 1/1 g. (Larduet)	
											

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG IV: Sorties - Dismounts - Salidas					
25.	26.	27.	28. Facial et salto arrière groupé ou carpé. High wende and salto bwd tuck or p. Facial y mortal atrás agrupado o en carpa. (Roethlisberger)  E ll	29.	30.
31	32. Double salto arrière groupé de l'extrémité des barres. Double salto bwd. t. from end. Doble mortal agrupado atrás desde el extremo de las bandas.  ll	33. Double salto arrière groupé. Double salto bwd. t. Doble mortal atrás agrupado.  ll	34. Double salto arrière carpé. Double salto bwd. pike. Doble mortal atrás en carpa.  ll v	35.	36. Double salto arrière groupé avec 1/1 t. Double salto bwd. t. with 1/1 t. Doble mortal atrás agrupado con 1/1 g. (Hiroyuki Kato)  ll E
37.	38.	39.	40. Double salto arrière groupé avec ½ t. ou salto arrière ½ t. et salto avant groupé. Double salto bwd. t. with ½ t. or salto bwd. ½ t. to salto fwd. tucked. Doble mortal atrás agrupado con ½ g. o mortal atrás ½ g. y mortal adelante agrupado  ll E	41.	42.
43. De la suspension sur l'extrémité, salto arrière tendu. From hang on end, salto bwd. straight. De la suspensión en el extremo, mortal atrás extendido.  ll e	44.	45. De la suspension sur l'extrémité, double salto arrière groupé. From hang on end, double salto bwd. t. De la suspensión en el extremo, doble mortal atrás agrupado.  ll	46. De la suspension sur l'extrémité, double salto arrière carpé. From hang on end, dbl. salto bwd. piked. De la suspensión en el extremo, doble mortal atrás en carpa.  ll v	47. De la suspension sur l'extrémité, double salto arrière groupé avec 1/1 ou ½ t. From hang on end, dbl. salto bwd. t. with 1/1 or ½ t. De la suspensión en el extremo, doble mortal atrás agrupado con 1/1 o ½ g.  ll E	48. De la suspension sur l'extrémité, double salto arrière groupé avec 2/1 t. From hang on end, dbl. salto bwd. t. with 2/1 t. De la suspensión en el extremo, doble mortal atrás agrupado con 2/1 g.  ll E

15. szakasz: Nyújtó



Magasság: 260 cm a szőnyeg tetejétől, 280 cm a talajtól.

15.1 cikk Gyakorlat leírása

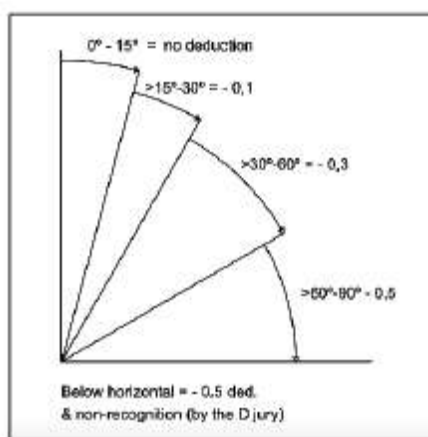
Napjaink nyújtó gyakorlatai folyamatos lendületi elemek kapcsolatából, támlákból és repülő elemekből állnak, melyeket a tornász dinamikusán mutat be, vasközei és távoli elemek felhasználásával a szer összes lehetőségét kihasználva, különböző fogásmódokat alkalmazva.

15.2 cikk Gyakorlat tartalma és összeállítása

15.2.1 cikk Információk a gyakorlat bemutatásáról

1. A tornász alapállásból ugrik fel, vagy segítik fel a nyújtóra függésbe, zárt lábakkal, mozdulatlanul, vagy rögtön lendülettel, rendezett tartással. A gyakorlat értékelése abban a pillanatban kezdődik, amikor a tornász lába elhagyja a talajt.
2. További kiviteli és összeállítási elvárások:
 - a) A gyakorlatot csak lendületi elemekből kell összeállítani megállás és szünetek nélkül.
 - b) Eltérés a kézállásba vagy azon keresztül vezető fordulattal végrehajtott lendületi elemeknél.

$0^\circ - 15^\circ$	=	nincs levonás
$>15^\circ - 30^\circ$	=	- 0,1
$>30^\circ - 60^\circ$	=	- 0,3
$>60^\circ - 90^\circ$	=	- 0,5
Vízszintes alatt	=	-0,5 és nem fogadja el a D zsűri



- c) A repülő elemeknél a repülés alatt a testnek láthatóan meg kell emelkednie.
- d) Hátrafelé lendületek kézállásba, melyből a tornász csak újra lelendül, levonásra kerülnek (kompozíciós hiba) minden alkalommal 0,30 pont.

Ilyen lendületek például:

- Billenés után kidobás kézállásba, vagy hátultámasz kézállás - lelendülés felsős körhöz, Stalder, szabadkelep, 1/2 támla singre, stb.

- Alsós fogással lendület hátra kézállásba, szökkenés felsős fogásra - lelendülés felsős körhöz, Stalder, szabadkelep, stb.

(Emellett a szögeltérés levonását is alkalmazni kell a hiányzó kézállás helyzetért.)

- Minden, a vas fölött végrehajtott szaltós elem után be kell mutatni egy óriáskört, vagy 0,30 pontos (E-zsúri) levonást kell alkalmazni.
 - Az Adler elemet nem kötelező kézállásból kezdeni.
- A gyakorlat kivételért adható levonások teljes listáját lásd a 9. szakaszban, és a levonások összegzésénél a 9.4 és 15.3 cikkeken.

15.2.2 cikk Információk a D pontszámáról

- Az elemcsoport követelmények a következők:
 - Hosszú lendületek függésben fordulattal vagy a nélkül.
 - Repülő elemek.
 - Vas közeli és singkiszúrásos, ún. Adler elemek.
 - Leugrások.
- Információk az elemkapcsolatokról (CV).

A következő esetekben használható:

Repülő elem		Repülő elem		Kapcsolati érték
C érték	+	C vagy magasabb	=	0,10
vagy fordítva				
D vagy magasabb értékű	+	D vagy magasabb értékű	=	0,20

Adler típusú elemek		Repülő elem		Kapcsolati érték
D vagy magasabb értékű	+	D	=	0,1
D vagy magasabb értékű	+	E vagy magasabb értékű	=	0,2

A 10 számításba vett elem között kell lennie.

- Egyéb információk és szabályok:
 - Amíg másként nincs jelölve, az elemtáblázatban felsorolt elemek értéke és azonosító száma (SZASZ) ugyanaz, ha az elemet kézállásból, hátra lendületből, vagy más helyzetből indítva hajtja végre a tornász.
 - Amíg másként nincs jelölve, a „rossz” vagy szokatlan fogásmóddal végrehajtott elemek értéke és azonosító száma ugyanaz.
 - Azok az elemek, melyeket mindkét kézzel singen fejez be a tornász, eggyel magasabb értékű, mint ha csak egy kézzel singes a fogás.
 - A repülő elemek indításánál bármely fogásmódnál ugyanaz az értéke és az azonosító száma az elemnek, mint a két kezes visszafogással bemutatott elemnek.
 - Amíg másként nincs jelölve a visszafogásnál bármely fogás variációnak ugyanaz az értéke és azonosító száma, mint a ként kezes visszafogással bemutatott elemnek.
 - Minden Endo, Stalder, Weiler és billenés elem fordulattal bemutatva két elemre kerül felosztásra, kivéve a Stalder Rybalko elemet.

Példa:

Endo + 1/1 fordulat singes fogásra = B + C

Stalder + ½ fordulat singes fogásra = B + B

- g) Azok az elemek, melyeknél kézállásban szökkenéssel hajtja végre a tornász a fordulatot, a fordulatnak a szökkenésben kell kezdődnie, és a második kézzel csak azután foghat vissza a tornász a vásra, hogy a fordulatot befejezte. A visszafogás történhet úgy, hogy egy kézzel a tornász visszafog, és a másodikkal csak azután, hogy a fordulat befejeződött. A szökkenéssel bemutatott elem akkor tekintendő befejezettnek, amikor a második kéz visszafog a vásra.
- h) Pontosítások a szökkenésben végrehajtott fordulatokkal bemutatott elemekhez (Quast és Rybalko típusú)

Quast:

- Látható szökkenés és folyamatos fordulat, nem pedig fordulat a támasz kézen.

Óriáskör hátra szökkenésben 3/2 fordulattal (singes fogásra = Rybalko):

- Megkülönböztető követelmény, hogy az elem befejezésekor mindkét kéz vegyes singes fogásban vagy singes fogásban legyen.
 - Látható szökkenés, és folyamatos fordulat, nem pedig fordulat a támasz kézen.
 - Óriáskör hátra szökkenésben 3/2 fordulattal egy karos körrel folytatva (Rybalko egy karos körrel folytatva) ugyanaz az értékű és ugyanabban a cellában van, mint a Rybalko singes fogásra vagy singes vegyes fogásra (I.51).
 - Óriáskör hátra szökkenéssel és több mint 3/2 fordulattal tiltott elem (2/1 vagy több fordulat).
 - Ez a szabály érvényes az összes Stalderből indított szökkenésben bemutatott 3/2 fordulatra is (singes fogásra – Rybalko)
- i) Rybalko vagy Piatti Stalderből indítva zárt lábbal nem engedélyezett.
- j) Egy karos támaszban fordulattal végrehajtott elemek akkor tekinthetők befejezettnek, amikor a tornász a másik kezével visszafog a nyújtóvasra.
- k) Piatti stílusú elemek talpforgásból (lábujjak a vason) nem engedélyezettek.
4. Repülő elemek és leugrások singről vagy hátsó függésből végrehajtva ugyanolyan értékkel bírnak, mint a normál fogásmód esetén.
5. Speciális elemisméltések:
- a) Egy gyakorlatban maximum két singkiszúrást (Adler típusú elem) szerepelhet. Ebben az esetben a magasabb értékűt kell számításba venni a nehézségért.
- b) Elemek fordulattal: a gyakorlatban nem szerepelhet ugyanaz az elem több fogásmódban. Ebben az esetben a legmagasabb nehézségi értékű elemet kell számításba venni, csakúgy mint a többi szeren.

Példák:

- Ha a tornász bemutatott egy Rybalkot kéz kezes singre, Rybalko singes vegyes fogásra vagy Rybalko egy karra.
- c) Csak két Tkatchev vagy Piatti stílusú repülő elem engedélyezett a gyakorlatban. Csak két Kovács stílusú elem engedélyezett a gyakorlatban. Három ugyanolyan stílusú elem bemutatása csak akkor engedélyezett, ha az elem közvetlenül kötésben vagy (bármely típusú elengedéssel)
- Példa:
- Kolman és Kovács szaltó + Gaylord II
Kolman + Kovács szaltó és aztán Cassina
Tkatchev nyújtott testtel + Tkatchev és aztán Liukin
Tkatchev + Gienger és aztán Tkatchev nyújtott testtel és aztán Piatti
6. Ha a tornász a 1/2 fordulattal bemutatott Tkatchev vagy Yamawaki elemekből a fordulat befejezése nélkül (túl korán) fog vissza a vásra és így lendül kézállásba (vagy közvetlenül köti más elengedéssel), nem kapja meg a nehézségi értéket
7. Ahhoz, hogy egy Adler vagy singkiszúrást elemből közvetlen kötésben bemutatott singes kör vagy orosz kör megkapja a nehézséget, a körnek át kell lendülnie a vas fölött singes fogással.
8. A Zou Li Min elemet elégtelen fordulattal (több mint 90° eltérés az egész fordulattól) a D zsűri nem

fogadja el, az E zsűri pedig -0,50 pontos levonással bünteti. Ez az elem nem értékelhető le egy karos alsós előre körre (B érték).

Egykaros kör előre 1/1 fordulattal singre és 1/1 fordulat alsós fogásra (Zou Li Min, I.27) nem kombinálható semmilyen elemmel, hogy megnövelje az értékét.

9. Ahhoz, hogy ne legyen levonás a Yamawaki elemben a vas fölött függőleges testhelyzetben kell áthaladni. Túlzott csípőhajlítás (bicska) vagy rossz függőleges helyzet levonást eredményez, és akár le is minősíthetik az elemet B repülő elemnek.
10. A repülő elemekért mindig jár a nehézségi érték, ha a tornász két kézzel visszafog a vasra és egy jól látható függő pozíció látható, mielőtt a tornász leesik.
11. Endo singes fogással kézálláson keresztül (III.93 elem): Amíg a lábbeemeléssel singes fogással történik, ez után megengedett egy szökkenő fogásváltás alsós, vegyes vagy felsős fogásra az elem értékének csökkenése nélkül.
12. A singes kör (I.68 elem) és hátsó fogásos óriáskör előre (orosz kör, I.69 elem) bemutatásánál kötelező a nyújtó fölött singes fogással áthaladni ahhoz, hogy az elemértéket a tornász megkapja. Az elem elfogadásához nincs meghatározva, mennyi kört kell singes fogással bemutatni.

Elemssorozat példák:

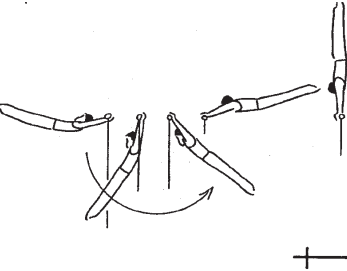
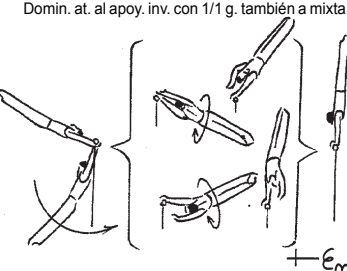
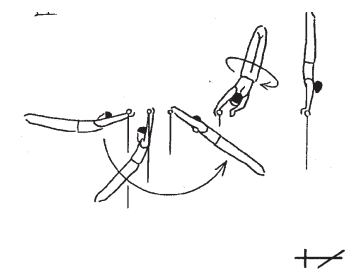
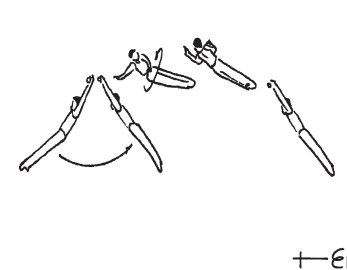
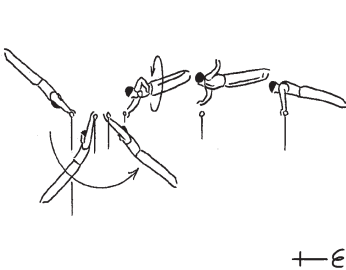
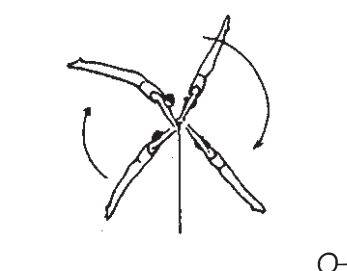
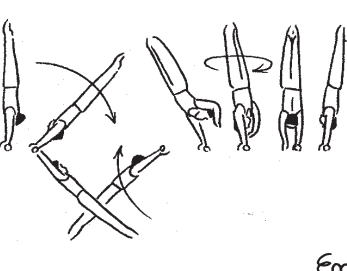
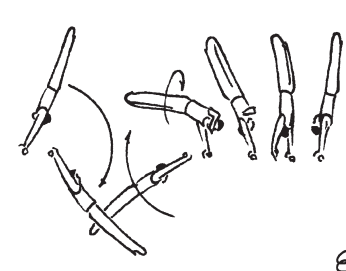
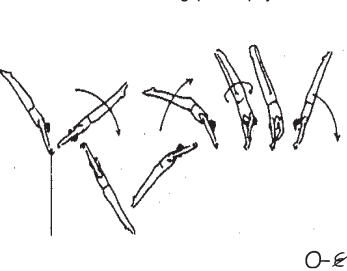
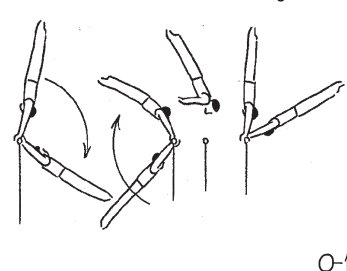
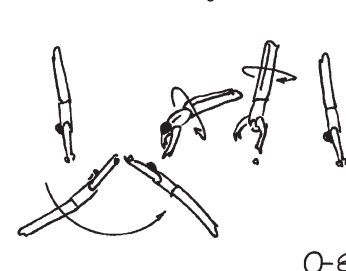
1. Adler 65°-ra a kézállástól, lendület singes fogással a nyújtó alatt és tovább felfelé, lendület singes fogással a nyújtó alatt és szökkenés alsóra = elfogadják az Adler-t (és -0,50 levonás a szögeltérésért), B értékű singes kör.
2. Adler kézállásba, lendület singes fogással a nyújtó alatt és tovább felfelé singes Endoba, singes fogással Endo a nyújtó alatt és szökkenés alsóra = C értékű Adler, B értékű singes kör, C értékű singes Endo.
13. Repülő elemek 1/2 fordulattal vegyes singfogásra bemutatásánál a fordulat 50%-át be kell fejeznie a tornásznak mielőtt visszafog a nyújtóra, hogy ne kapjon levonást miközben folytatódik a fellendülés hátra, kézállásba. Az E zsűrinek minden alkalommal alkalmaznia kell a kicsi, közepes és nagy hibákért az elégtelen fordulatért a vas elkapásának pillanatában.
14. Az ülőforgás előre kiterpesztéssel hátra függésbe vagy támaszba (III.103 elem) elem bemutatásakor a belépést a kör vagy előre lendület bármely pontján megteheti.
15. Cseh körből való kilépés szabályai: Megengedett az egyszerű ülőforgás szögeltérés miatti levonás alkalmazása nélkül, de ez nem is kap elemértéket.
16. Endo, Stalder, Weiler és Adler elemek:
Az értékeléshez ezeket az elemeket a tervezett irányba kell folytatni a vas fölött.
17. Nyújtott testű Tkatchev: az elemet nyújtott testtel kell végrehajtani a teljes elem bemutatása alatt, amíg a tornász vissza nem fog a vasra. Ha a tornász nagyobb mértékben hajlítja a csípőjét, mint 45° mielőtt áthaladna a vas fölött, bicska Tkatchevnek fogadják el az elemet – C értékkel. Ha a tornász az után hajlítja csípőjét, hogy áthaladt a vas fölött, megkapja a D értéket, de a kiviteli hibákért járó levonásokat alkalmazni kell.
18. Az elemek el nem fogadására vonatkozó további szabályok, és a D-pontszám egyéb tulajdonságai a 7. szakaszban kerültek felsorolásra, a levonások összefoglalása 7.6 cikkben található.

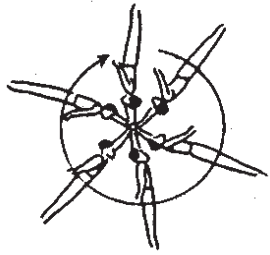
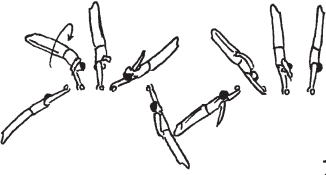
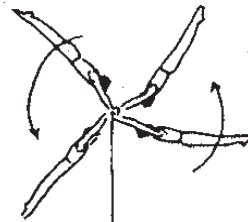
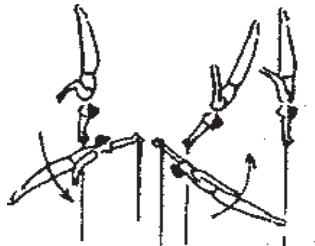
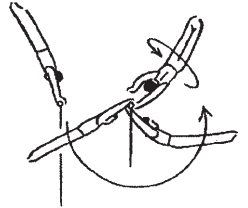
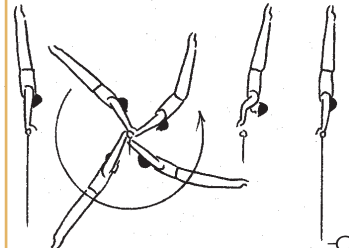
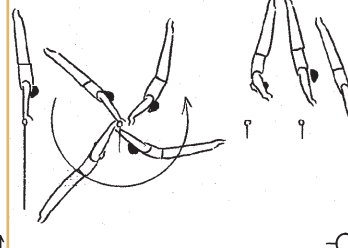
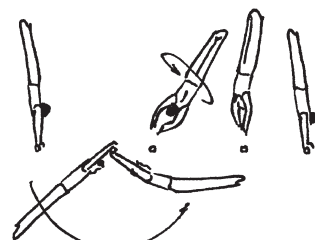
15.3 cikk Nyújtógyakorlatnál alkalmazott speciális levonások

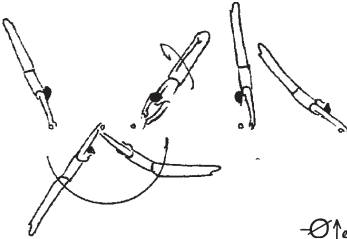
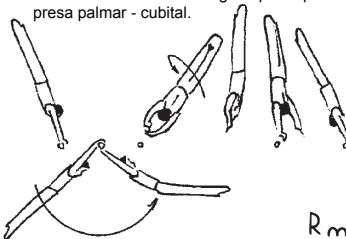
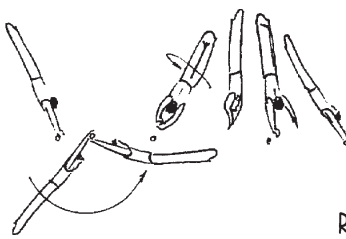
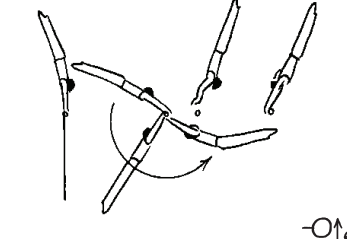
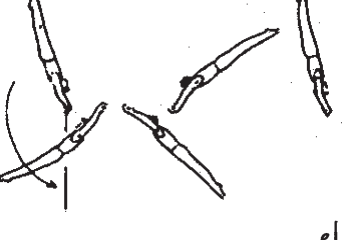
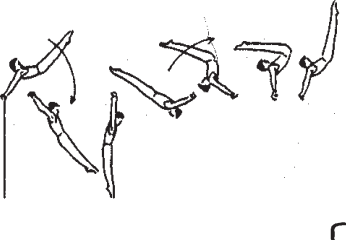
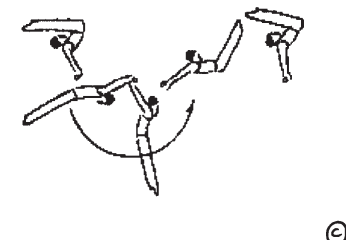
E zsűri

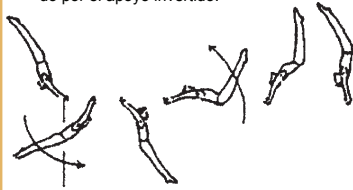
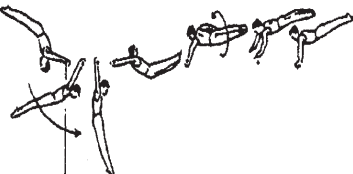
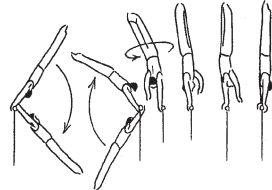
Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
Lábterpesztés, vagy rossz tartás a nyújtóra való felugrás vagy felsegítés alatt		+	
Lendület megtörése, vagy megállás kézállásban, vagy máshol	+	+	
Repülő elemek elégtelen mozgásterjedelme	+	+	
Eltérés a mozgáspályától	≤ 15°	>15°	
Hátra lendület utáni lelendülés.		+	
Nem megengedett elemek lábbal a vason, vagy lábról		+	
Hajlított karok a repülő elemből való visszakapásnál	+	+	

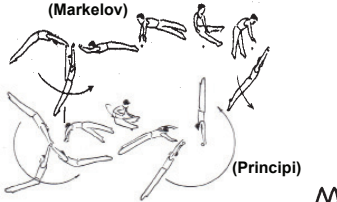
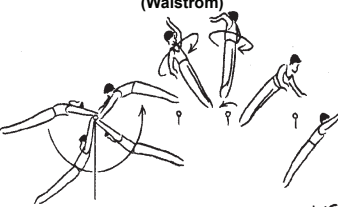
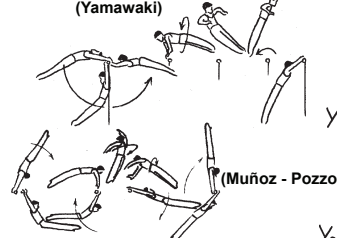
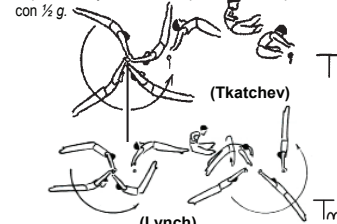
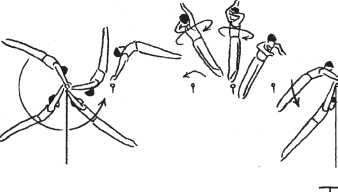
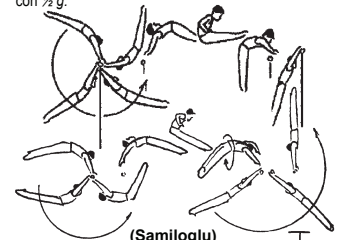
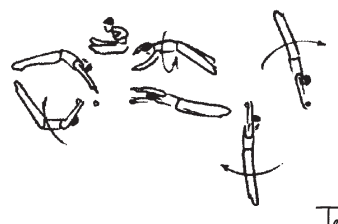
Hajlított térd a lendítésnél	+	+	
	minden alkalommal	minden alkalommal	
A bemutatott elem nem abba a tervezett irányba folytatódik		+	
Szaltós repülő elem a nyújtó felett, amit a tornász nem tud körrel folytatni		+	
Belépési szögeltérés kézállástól Endoknál, Stalderoknál és Weilereknél		+	
További lengések a gyakorlat indításánál		+	

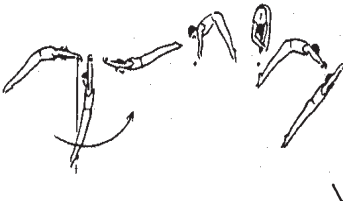
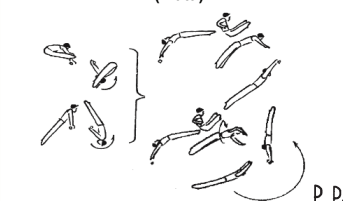
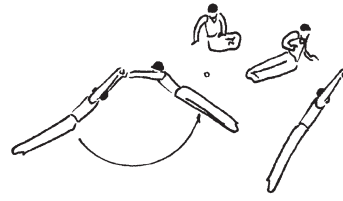
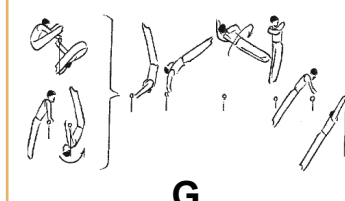
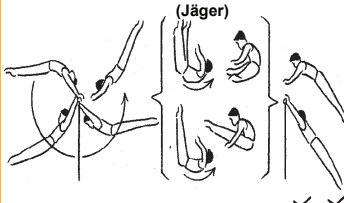
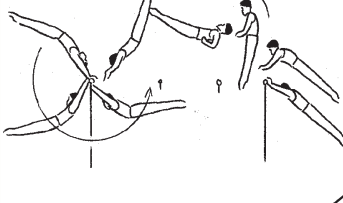
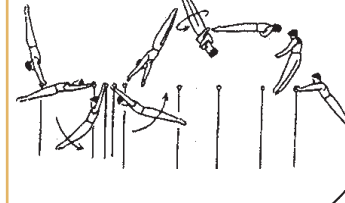
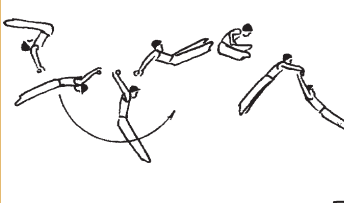
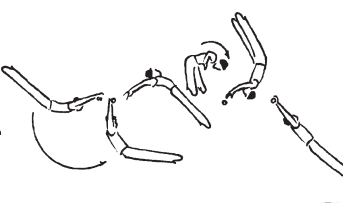
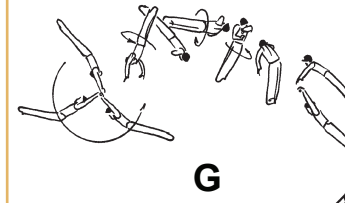
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Longs élans en suspension et rotations - Long hang swings and turns - Grandes vuelos en suspensión y rotaciones					
1. Établissement arrière à l'appui renversé. <i>Back uprise to handstand.</i> Dominación atrás al apoyo invertido. 	2. Établissement arrière à l'appui renversé avec 1/1 t. aussi a. p. mixte. <i>Back uprise to hdst. with 1/1 turn also to mixt.</i> Domin. at. al apoy. inv. con 1/1 g. también a mixta. 	3.	4.	5.	6.
7. Établissement arrière à l'appui renversé. av. ½ t. <i>Back uprise to handstand with ½ turn.</i> Dominación atrás al ap. invertido con ½ g. 	8. Élané en arrière et pirouette à la suspension. <i>Swing bwd. and pirouette to hang.</i> Dominación atrás y pirueta a la suspensión. 	9. Élané en arrière et pirouette à l'appui. <i>Swing bwd. and pirouette to support.</i> Dominación atrás y pirueta al apoyo. 	10.	11.	12.
13. Grand tour avant. <i>Giant swing fwd.</i> Molino adelante. 	14. Grand tour avant avec 1/1 tour prise mixte. <i>Giant swing fwd. with 1/1 turn in mixt grip.</i> Molino adelante con 1/1 g. en presa mixta. 	15. Grand tour avant avec 1/1 tour en double cub. <i>Giant swing fwd. with 1/1 turn in double elgrip.</i> Molino adelante con 1/1 g. en cubital. 	16.	17.	18.
19. Grand tour avant avec ½ t. par l'appui renversé. <i>Giant swing fwd. with ½ t. thr. hdst.</i> Molino adelante con ½ g. por el apoyo invertido. 	20. Grand tour avant sauté (aussi avec ½ tour) <i>Flying giant swing fwd. or with ½ turn.</i> Molino adelante con salto o con ½ g. 	21. Grand tour avant avec 1/1 t. sauté. <i>Flying giant swing fwd. with 1/1 t.</i> Molino adelante con 1/1 g. de salto. 	22.	23.	24.

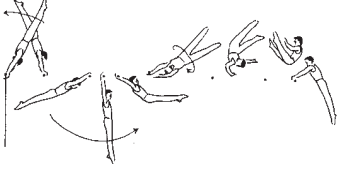
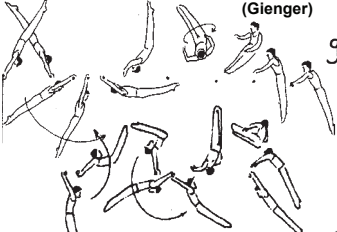
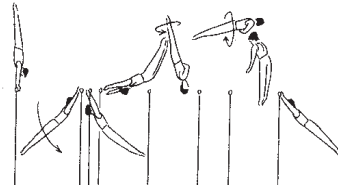
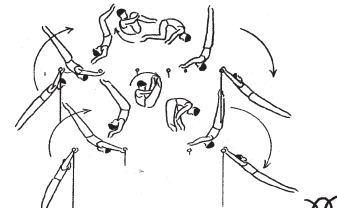
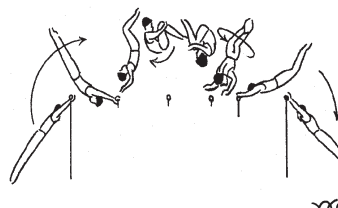
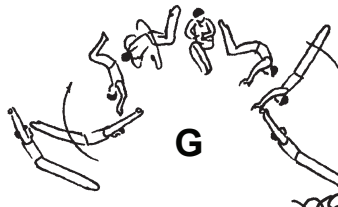
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Longs élans en suspension et rotations - Long hang swings and turns - Grandes vuelos en suspensión y rotaciones					
25.	26. Grand tour avant d'un bras prise palmaire (360°). <i>Giant swing fwd. with one arm in ungr. (360°).</i> Molino ad. de un brazo presa palmar (360°). 	27. Sur 1 bras, grand tour av. avec 1/1 t. a prise cubitale et 1/1 t. On one arm, giant swing fwd. w. 1/1 t. to el-grip and 1/1 t. En un brazo, molino ad. con 1/1 g. a presa cubital y 1/1 g. (Zou Li Min) 	28.	29.	30.
31. Grand tour arrière. <i>Giant swing bwd.</i> Molino atrás. 	32. Grand tour arrière d'un bras (360°). <i>One arm giant swing bwd. (360°).</i> Molino atrás de un brazo (360°). 	33.	34.	35.	36.
37. Grand tour arrière avec ½ tour. <i>Giant swing bwd. with ½ turn.</i> Molino atrás con ½ g. 	38.	39.	40.	41.	42.
43. Grand tour arrière sauté prise palmaire. <i>Giant swing bwd. with hop to undergrip.</i> Molino atrás salto presa palmar. 	44. Grand tour arrière sauté. <i>Flying giant swing bwd.</i> Molino atrás con salto. 	45. Grand tour arrière sauté avec 1/1 t. <i>Flying giant swing bwd. with 1/1 t.</i> Molino atrás con salto con 1/1 g. (Quast) 	46.	47.	48.

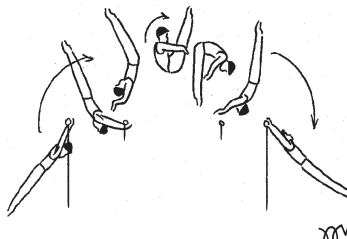
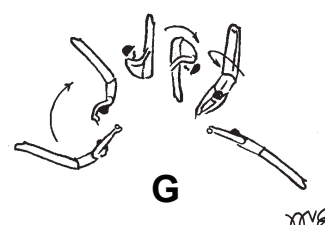
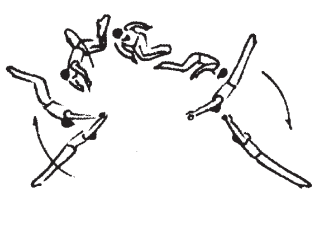
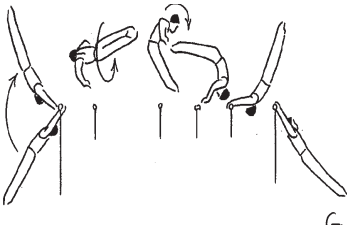
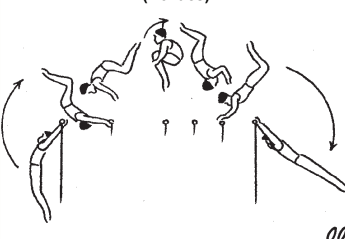
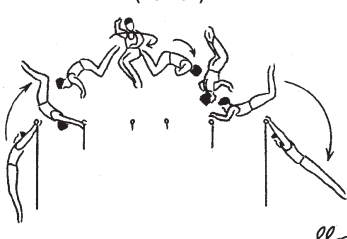
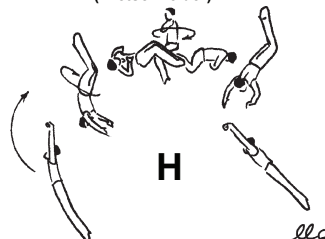
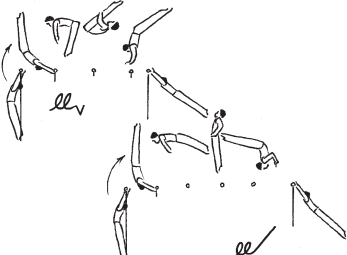
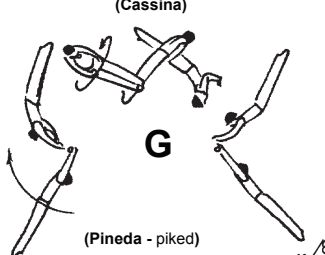
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Longs élans en suspension et rotations - Long hang swings and turns - Grandes vuelos en suspensión y rotaciones					
49.	50. Grand tour arrière sauté avec ½ t. en pr. cub. <i>Giant swing bwd. with hop ½ t. to el-grip.</i> Molino atrás con salto con ½ g. en presa cubital. 	51. Grand tour arrière sauté avec 3/2 t. en prise palmaire, prise palmaire - cubitale. <i>Giant swing bwd. with hop 3/2 t. to undergrip, mixed el-grip.</i> Molino atrás salto con 3/2 g. en presa palmar, presa palmar - cubital. 	52. Grand tour arr. sauté avec 3/2 t. en pr. cub. double. <i>Giant swing bwd. with hop 3/2 t. to double el-grip.</i> Molino atrás de salto con 3/2 g. en presa cub. (Rybalko) 	53.	54.
55.	56. Grand tour arrière avec ½ t. en prise cubitale. <i>Giant swing bwd. with ½ t. to el-grip.</i> Molino atrás con ½ g. en presa cubital. 	57.	58.	59.	60.
61.	62. Élan en avant sauté en prise cubitale. <i>Long swing fwd. with hop to el-grip.</i> Impulso adelante salto a presa cubital. 	63.	64.	65.	66.
67.	68. Grant tour en prise cubitale. <i>El-grip giant swing.</i> Molino en presa cubital. 	69. Grand tour dorsal avant (grand tour russe). <i>Giant swing rearways fwd. (Russian giant).</i> Molino dorsal adelante (molino Ruso). 	70. Grand tour dorsal arrière (grand tour tchèque). <i>Giant swing rw. bwd. (Czech giant swing).</i> Molino dorsal atrás (molino checo). 	71.	72.

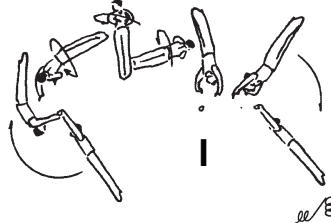
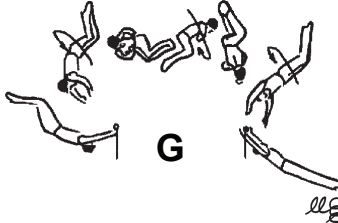
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG I: Longs élans en suspension et rotations - Long hang swings and turns - Grandes vuelos en suspensión y rotaciones											
73. Grand tour arrière avec dislocation av. en montant et arrière par l'appui renversé. <i>Giant swing bwd. with inlocation during swing and dislocate to hdst.</i> Molino atrás con dislocación adelante subiendo por el apoyo invertido.  S		74. Établissement Steineman avec ½ t. à l'appui. <i>Steineman uprise w. ½ t. to support.</i> Steineman con ½ g. al apoyo. (Ono)  L!		75. Grand tour cub. avec 1/1 t. par l'app. renvs. pr. mx. <i>Elgrip giant swg. with 1/1 t. thr. hdst. in mx. gr.</i> Molino cubital con 1/1 g. por el ap. inv. pr. mix.  Lem		76. Grand tour dorsal arrière (grand tour tchèque) avec ½ tour au grand tour avant <i>Giant swing rw. bwd. (Czech giant swing) with ½ turn to fwd giant swing.</i> Molino dorsal atrás (molino checo) con ½ giro a molino.  CF		77.		78.	
79.		80.		81.		82.		83.		84.	
85.		86.		87.		88.		89.		90.	
91.		92.		93.		94.		95.		96.	

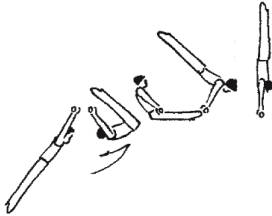
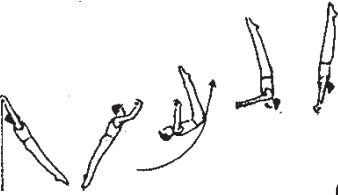
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Éléments volants - Flight elements - Seltas					
1.	2. Établissement arrière en pass. les jambes écartées en avant à la suspension dorsale <i>Back uprise and straddle over to hang rw.</i> Dominación atrás pasando las piernas abiertas adelante a la suspensión dorsal. 	3. Établ.arr. et poisson écarté avec ½ t. à la susp. aussi avec ½ t <i>Back uprise and strad. hecht with ½ t. to hang. also w. ½ t.</i> Domi. at. y tigre p. ab. con ½ g. a la suspensión. o con ½ g más (Markelov) 	4.	5.	6. Établissement arrière et poisson tendu avec 3/2 t. à la suspension. <i>Back uprise and hecht straight with 3/2 t. to hang.</i> Dominación atrás y tigre ext. con 3/2 g. a la susp. (Walstrom) 
7.	8.	9. Markelov tendu avec jambes serrées, aussi avec ½ t. <i>Markelov str. with legs together. also with ½ t.</i> Markelov ext. con piernas juntas, también con ½ g (Yamawaki) 	10.	11.	12.
13.	14.	15. Elan en av. et sauté dorsal jamb. éc. à la susp. aussi avec ½ t. <i>Swing fwd. and vault bwd. strad. to hang, also with ½ t.</i> Impulso ad. y salto dorsal p. ab. a la susp. también con ½ g. (Tkatchev) 	16. Tkatchev tendu, aussi avec ½ t. à prise pal.-cub. élan arrière à l'appui renversé. <i>Tkatchev straight, also with ½ t. to mix el-grip into back uprise to hdst.</i> Tkatchev extendido, también con ½ g. a presa mixta dominación atrás al apoyo invertido. (Moznik) 	17.	18. Tkatchev tendu avec 1/1 t. <i>Tkatchev straight with 1/1 t.</i> Tkatchev extendido con 1/1 g. (Liukin) 
19.	20.	21. Elan en av. et sauté dorsal jamb. c. à la susp. aussi avec ½ t. <i>Swing fwd. and vault bwd. piked to hang, also with ½ t.</i> Impulso ad. y salto dorsal p. carp. a la susp. también con ½ g. (Samilloglu) 	22.	23. Tkatchev écarté avec ½ t. aux prise cubitale. <i>Tkatchev straddled ½ t. to double elgrip.</i> Tkatchev con ½ g. a presa cubital. (Kulesza) 	24.

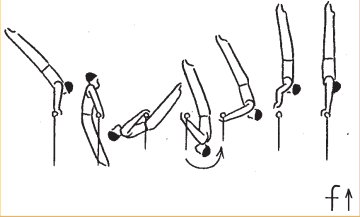
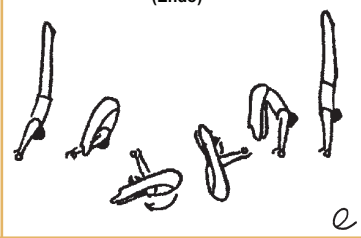
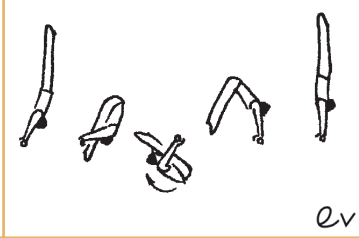
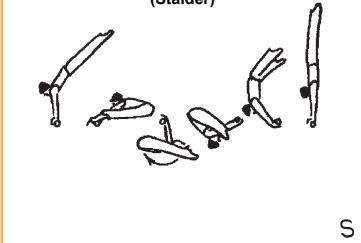
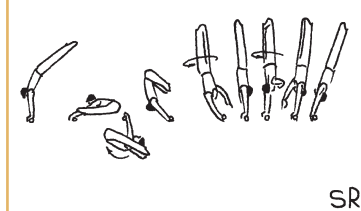
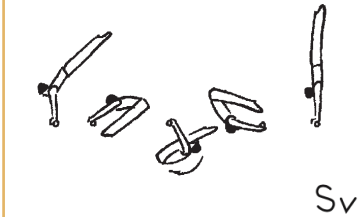
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Éléments volants - Flight elements - Sueltas					
25.	26. Établissement arrière et sauté en position carpée avec ½ t. à la suspension. <i>Back uprise and piked vault with ½ t. to hang.</i> Dominación atrás y salto en carpa con ½ g. a la suspensión. (Voronin)  V	27.	28. Élan circulaire libre en arrière ca. ou éc. ou tour d'appui avec Tkatchev écarté. aussi avec ½ t. <i>Stalder or free hip circle bwd to Tkatchev straddle, also with ½ t.</i> Impulso circ. libre at., p. ab. o giro de apoyo con Tkatchev p. ab. también con ½ t. (Piatti)  P Pm	29. Piatti tendu, aussi avec ½ t. à prise palmaire-cubitale élan arrière à l'appui renversé. <i>Piatti straight. also with ½ t. to mix el-grip into back uprise to hdst.</i> Piatti extendido, también con ½ g. a presa mixta domin. at. al ap. inv  (Kierzkowski) P Pm	30.
31.	32. Établissement arrière et sauté dorsal avec ¼ t. à la suspension. <i>Back uprise and rear vault with ¼ t. to hang.</i> Dominación atrás y salto dorsal con ¼ g. a la suspensión.  r _v	33.	34. Piatti carapé, aussi avec ½ t. <i>Piatti piked. also w. ½ t.</i> Piatti en carpa, también con ½ g.  P _v	35.	36. Piatti tendu avec 1/1 tour. Piatti straight with 1/1 turn. Piatti extendido con 1/1 giro. (Suarez)  G P _E
37.	38.	39. Élané en arrière et salto av. gr., ca., ou éc. à la suspension, aussi de la prise cubitale. <i>Swing bwd. and salto fwd. t., p. or strad. to hg. also from el-grip.</i> Impulso atrás y mortal adelante agrupado, en carpa o p. ab. a la susp., también de cubital. (Jäger)  γ γ _v	40. Salto avant tendu, aussi de la prise cubitale. <i>Salto fwd. straight, also from el-grip.</i> Mortal adelante extendido, también de cubital. (Balabanov)  ✓	41.	42. Salto avant tendu avec 1/1 t., aussi prise cubitale. <i>Salto fwd. straight with 1/1 t. also from el grip.</i> Mortal ad. ext. con 1/1 g., también de cubital. (Winkler - Pogorelev)  ✓ E
43.	44.	45. Grand tour tchèque et saut dorsal jambes écartées à la suspension <i>Czech giant and vault bwd. strad. to hang.</i> Molino Checo y salto dorsal piernas abiertas a la suspensión.  cT	46. Élané en av. et contre-salto av. éc. à la susp. <i>Swing fwd. and counter salto fwd. strad. to hg.</i> Impulso ad. y contrasalto ad. p. ab. a la susp. (Xiao Ruizhi)  T _x	47.	48. Salto av. tendu avec 2/1 t., aussi prise cubitale. <i>Salto fwd. straight with 2/1 t. also from el grip.</i> Mortal ad. ext. con 2/1 g., también de cubital.  G ✓ E

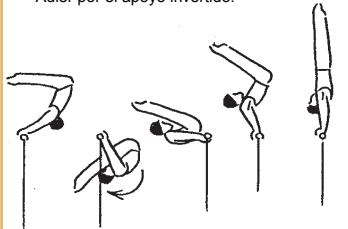
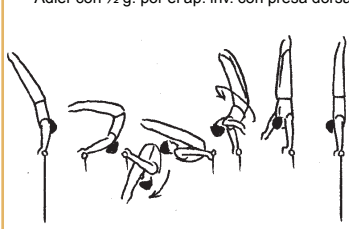
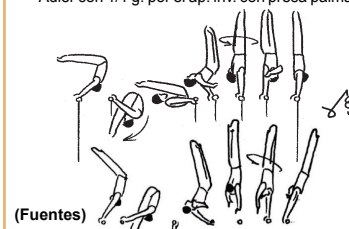
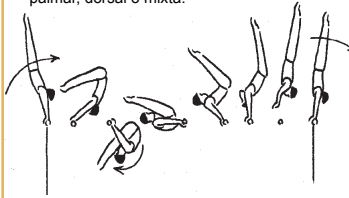
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Éléments volants - Flight elements - Sueltas					
49.	50.	51. Élan en av. et salto arrière écarté avec ½ t. à la suspension. <i>Swing fwd. ½ t. to salto fwd. strad. to hang.</i> Lanzarse ad., ½ g mortal adelante a la susp. (Deltchev)  g>	53.	54.	52.
55.	56.	57. Élan en av. et salto arr. ca. avec ½ t. à la susp. <i>Swing fwd. and salto bwd. piked w. ½ t. to hang.</i> Lanzarse ad. y mortal at. carp. con ½ g. a la susp. (Gienger)  g c g (Sapronenko)	58.	59.	60. Élan en av. et salto arr. avec 3/2 t. à la susp. <i>Swing fwd. and salto bwd. w. 3/2 t. to hang.</i> Lanzarse ad. y mortal atrás con 3/2 t. a la susp. (Deff)  gE
61.	62.	63.	64. Salto av. par-dessus la barre gr. ou écarté, aussi de la prise cubitale. <i>Salto fwd, tuck or strad. over the bar, also from el-grip.</i> Mortal ad. por encima de la b. agr. o p. ab., también desde cubital. (Gaylord)  g	65.	66. Gaylord with ½ t. <i>Gaylord with ½ t.</i> Gaylord con ½ g. (Pegan)  gE
67.	68.	69.	70.	71.	72. Gaylord with 1/1 t. <i>Gaylord with 1/1 t.</i> Gaylord con 1/1 g. (Koudinov)  G gE

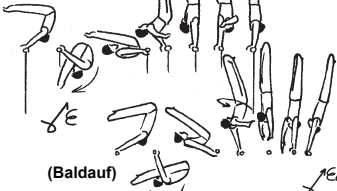
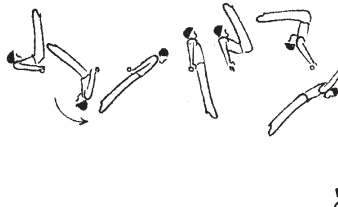
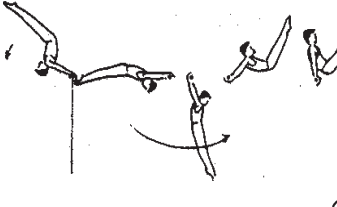
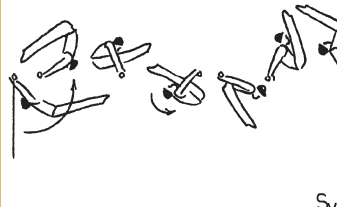
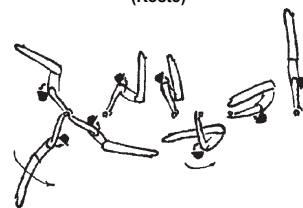
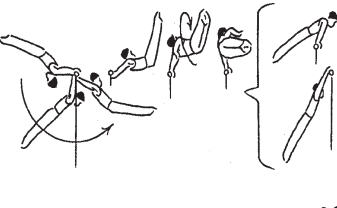
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG II: Éléments volants - Flight elements - Seltas											
73.		74.		75.		76.		77. Gaylord carpe. Gaylord piked. Gaylord en carpa.		78. Pegan carpe. Pegan Pike. Pegan en carpa. (Maras)	
79.		80.		81.		82. Salto arrière ½ t. groupe par-dessus la barre. Salto bwd. ½ t. tucked over the bar. Mortal atrás agrupado con ½ g. por encima de la barra.		83. Salto arrière ½ t. carpe par-dessus la barre. Salto bwd. ½ t. piked over the bar. Mortal atrás en carpa con ½ g. por encima de la barra. (Gaylord 2)		84.	
85.		86.		87.		88. Double salto arrière gr. par-dessus la barre. Double salto bwd. t. over the bar. Doble mortal atrás agr. por encima de la barra. (Kovacs)		89. Kovacs avec 1/1 t. Kovacs with 1/1 t. Kovacs con 1/1 g. (Kolman)		90. Kovacs avec 2/1 t. Kovacs with 2/1 t. Kovacs con 2/1 g. (Bretschneider)	
91.		92.		93.		94.		95. Kovacs carpe ou tendu. Kovacs piked or straight. Kovacs en carpa o extendido.		96. Kovacs tendu ou carpe avec 1/1 tour. Kovacs straight or piked with 1/1 turn. Kovacs extendido o en carpa con 1/1 giro. (Cassina)	

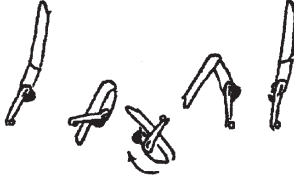
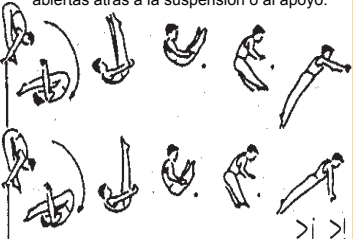
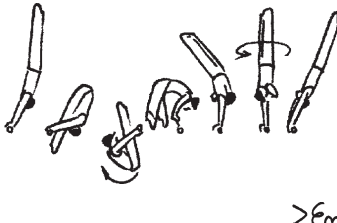
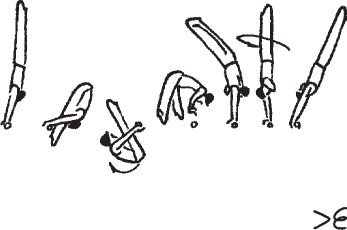
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Éléments volants - <i>Flight elements</i> - <i>Sueltas</i>					
97.	98.	99.	100.	101.	102. Kovacs tendu avec 2/1 tour. <i>Kovacs straight with 2/1 turn.</i> Kovacs extendido con 2/1 giro. (Miyachi) 
103.	104.	105.	106.	107	108. Kovacs avec 3/2 t. à prise mixte. <i>Kovacs with 3/2 t. to mix grip.</i> Kovacs con 3/2 g. a presa mixta. (Shaham) 
109.	110.	111.	112.	113.	114
115.	116.	117.	118.	119.	120.

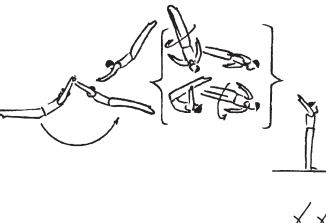
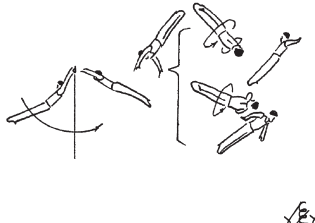
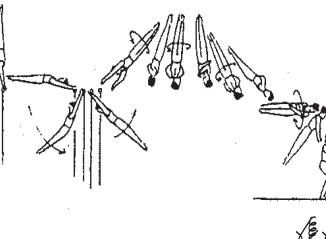
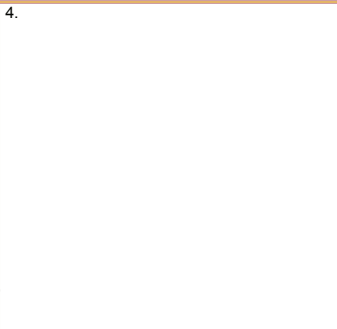
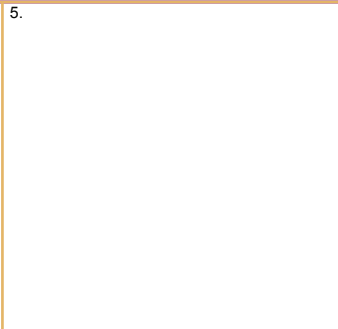
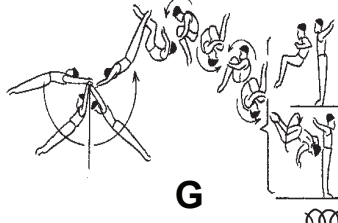
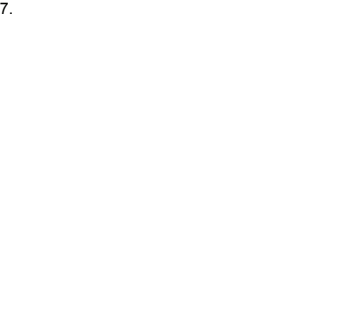
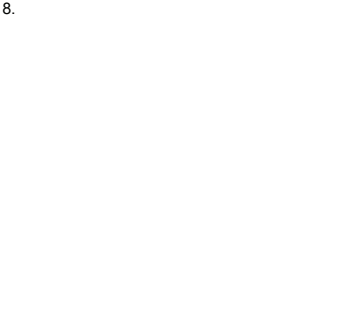
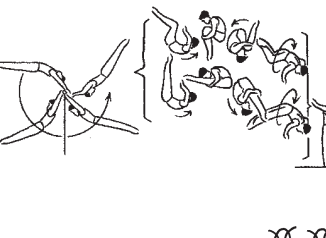
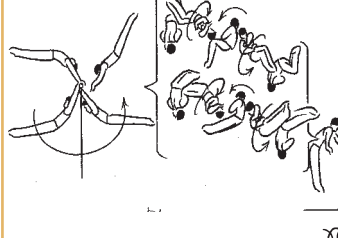
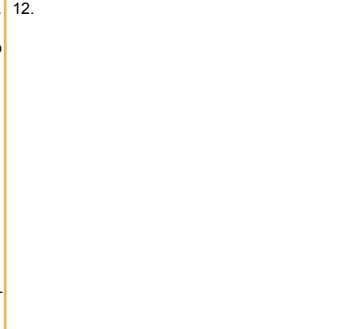
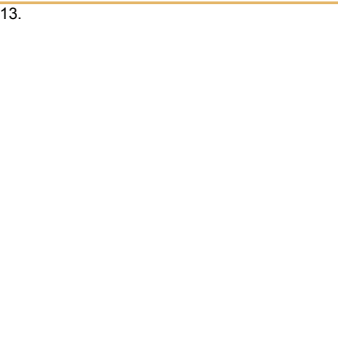
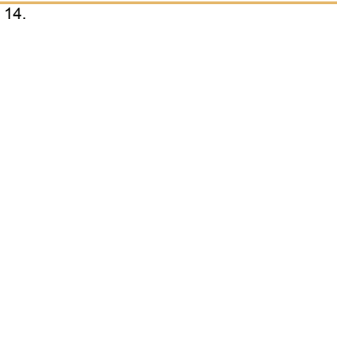
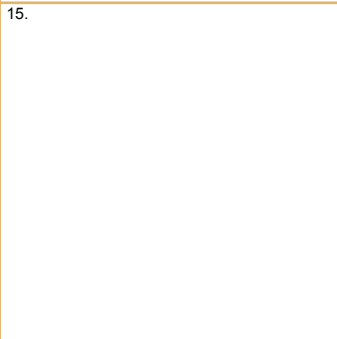
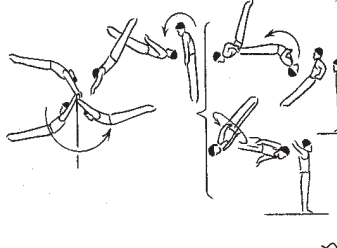
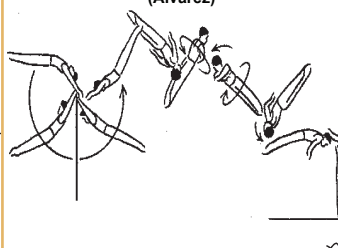
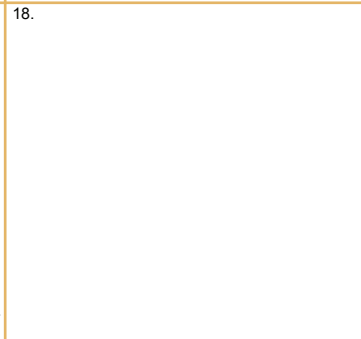
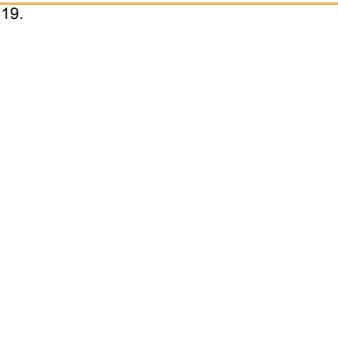
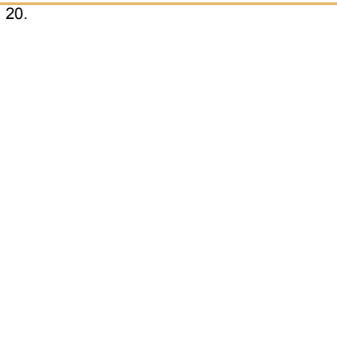
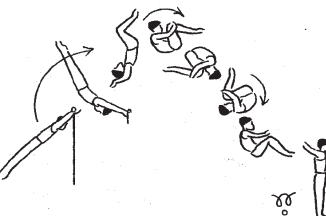
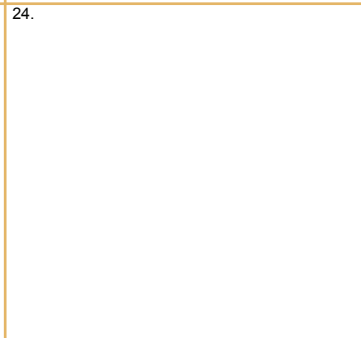
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Éléments près de la barre et éléments Adler - <i>In bar and Adler elements</i> - Elementos cerca de la barra y elementos Adler					
1. Bascule d'élan à l'appui renversé ou de la prise mixte bascule à l'appui renversé. <i>Kip to hdst. or from mixed grip to hdst.</i> Báscula de imp. al apoyo invertido o desde presa mix. al apoyo invertido.  u					
7.	8. De l'appui renversé, tour d'appui av. par l'appui renversé. <i>From hdst., free hip circle fwd. thr. hdst.</i> Del apoyo inv., giro de apoyo ad. por el ap. inv. (Weiler)  u				
13. De la suspension ou de l'appui, élan par-dessus à l'appui renversé. <i>From hang or from support, free hip circle through handstand.</i> De la suspensión o del apoyo, impulso por debajo al apoyo invertido.  f					
19.					

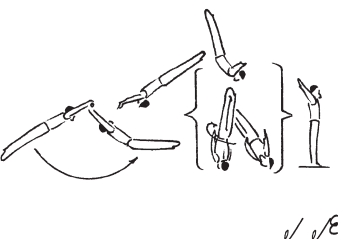
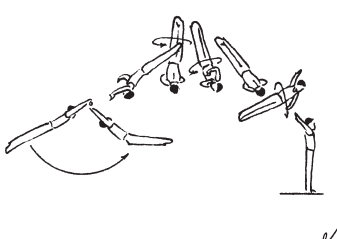
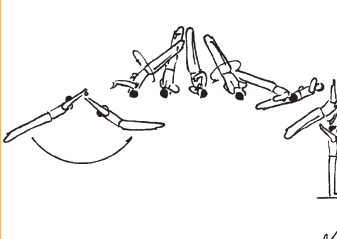
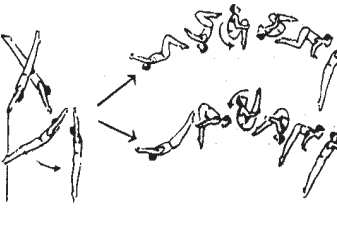
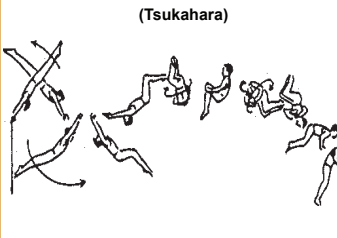
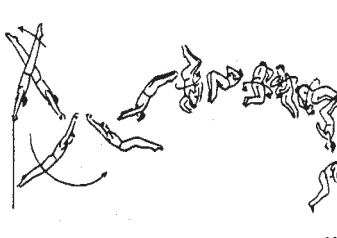
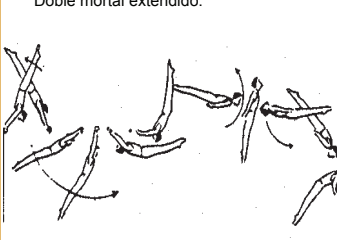
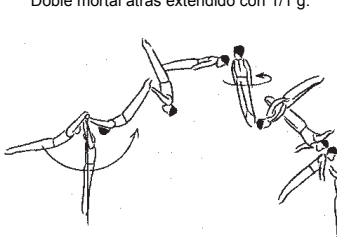
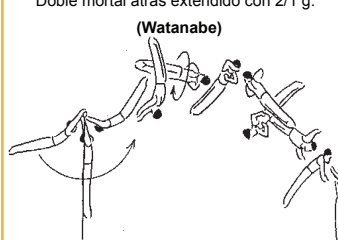
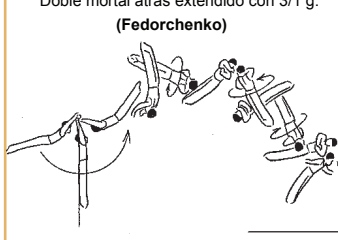
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Éléments près de la barre et éléments Adler - <i>In bar and Adler elements</i> - Elementos cerca de la barra y elementos Adler					
25. De la suspension ou de l'appui, d'élan par-dessus sauté à l'appui renversé. <i>From hang or from support, free hip circle hop to handstand.</i> De la suspensión o del apoyo, impulso por debajo saltando al apoyo invertido.  f ↑	26.	27.	28.	29.	30.
31.	32. Élan circulaire carpé éc. en av. par l'appui renversé. <i>Free circle fwd. straddled thr. hdst.</i> Impulso circ. carp. p. ab. por el ap. inv. (Endo)  e	33. Élan circulaire carpé carpé libre en av. par l'appui renversé. <i>Free circle fwd. legs together thr. hdst.</i> Impulso circ. carp. p. juntas. ad. por el ap. inv.  e v	34.	35.	36.
37.	38. Élan circulaire carpé écarté arrière par l'appui renversé. <i>Free circle bwd. straddle thr. hdst.</i> Impulso circ. carp. p. ab. por el ap. invertido. (Stalder)  S	39.	40. Stalder avec 3/2 tour saute par l'appui renversé prise mixte cubital. <i>Stalder with hop 3/2 turn through hdst. in mix el-grip.</i> Stalder con 3/2 g. de salto por el apoyo invertido presa mixta cubital.  SR_m	41. Stalder avec 3/2 tour saute par l'appui renversé prise cub. <i>Stalder with hop 3/2 turn through hdst. in el-grip.</i> Stalder con 3/2 g. de salto por el apoyo invertido presa cubital.  SR	42.
43.	44.	45. Élan circulaire carpé libre arrière par l'appui renversé. <i>Stalder legs together thr. hdst.</i> Impulso circ. en carpa atrás por el ap. invertido.  S_v	46.	47.	48.

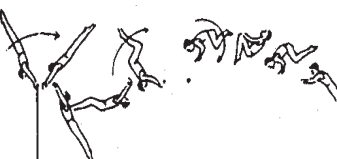
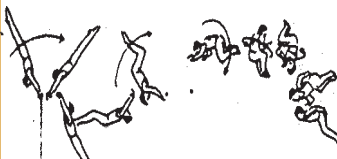
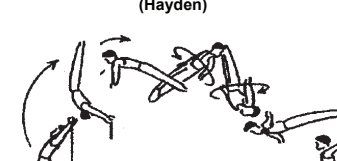
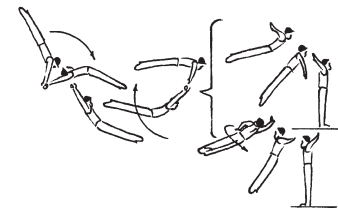
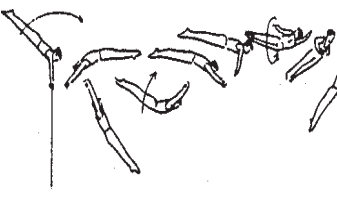
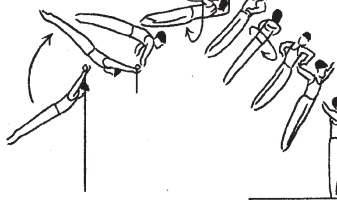
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG III: Éléments près de la barre et éléments Adler - In bar and Adler elements - Elementos cerca de la barra y elementos Adler											
49.		50.		51.		52.		53.		54.	
55.		56. Stalder sauté par l'appui renversé. Stalder with hop through hdst. Stalder saltado por el apoyo invertido.		57. Stalder sauté par l'appui renversé. Stalder legs together with hop through hdst. Stalder p. juntas saltado por el apoyo invertido.		58.		59.		60.	
											
		S↑ _p		Sv↑ _u							
61.		62.		63. Élan circulaire Adler par l'appui renversé. Stoop circle rearward fwd. through hdst. (Adler). Adler por el apoyo invertido.		64. Élan circulaire Adler avec ½ t. par l'appui renversé avec prise dorsal. Adler with ½ t. through hdst. in ovgr. Adler con ½ g. por el ap. inv. con presa dorsal.		65. Élan circulaire Adler avec 1/1 t. par l'appui renversé avec prise palmaire. Adler and 1/1 t. through hdst. in ungr. Adler con 1/1 g. por el ap. inv. con presa palmar.		66.	
											
				↙		↙		(Fuentes)			
67.		68.		69.		70. Élan circulaire Adler avec sauté par l'appui renversé prise palmaire ou prise dorsal ou prise mixte. Adler hop to hdst. in ungr. or ovgr. or mixed grip. Adler con salto por el apoyo invertido presa palmar, dorsal o mixta.		71.		72.	
											
						↗					

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Éléments près de la barre et éléments Adler - <i>In bar and Adler elements</i> - Elementos cerca de la barra y elementos Adler					
73.	74.	75.	76. Élan circulaire Adler avec 1/1 t. par l'appui renversé avec prise mixte aussi avec saut. <i>Adler and 1/1 t. thr. hdst. in mixed grip, also with hop.</i> Adler con 1/1 g. por el ap. inv. con pr. mixta, también con salto.  (Baldauf)	77.	78.
79. Élan. en arrière à la suspension dorsale. <i>Back toss to dorsal hang.</i> Impulso atrás a la suspensión dorsal. 	80. De la suspension dorsale, établissement av. à l'appui dorsal. <i>From dorsal hang, uprise fwd. to support rw.</i> De la susp. dorsal, dominación ad. al ap. dorsal. (Steineman) 	81. Élan en arrière à la suspension dorsale. <i>Stoop in and free back toss to dorsal hang.</i> Impulso atrás metiendo piernas ext. a la suspensión dorsal. 	82.	83.	84.
85.	86.	87. Établissement Steineman avec passé carpé entre les prises à l'appui renversé. <i>Steineman uprise w. stoop or to hdst.</i> Steineman con pase en carpa entre las presas al apoyo invertido. (Koste) 	88.	89.	90.
91.	92. Établissement Steineman avec passé costal arrière à l'appui ou à la suspension. <i>Steineman uprise w. flank bwd. to sup. or hang.</i> Steineman con pase costal atrás al apoyo o la suspensión. 	93.	94.	95.	96.

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Éléments près de la barre et éléments Adler - <i>In bar and Adler elements</i> - Elementos cerca de la barra y elementos Adler					
97.	98.	99. Endo prise cubitale par l'appui renversé. <i>Endo in el-grip thr. hdst.</i> Endo presa cubital por el apoyo invertido.	100. Endo carpe prise cubitale <i>Endo legs together in el-grip thr. hdst.</i> Endo p. juntas presa cubital por el apoyo invertido.	101.	102.
		 Le	 Lev		
103. Élan circulaire carpé en avant et pass. éc. en arrière à la suspension ou à l'appui <i>Stoop circle fwd. to straddle cut to hang or sup.</i> Impulso circular en carpa ad. pasando piernas abiertas atrás a la suspensión o al apoyo.	104. Élan circ. carpé en av. et pass. éc. par l'appui renv. <i>Stoop circle fwd. to straddle cut through hdst.</i> Impulso circular en carpa ad. pasando piernas abiertas al apoyo invertido.	105. Élan circ. carpé en av. et pass. éc. avec ½ t. <i>Stoop circle fwd. to straddle cut with ½ t.</i> Impulso circular en carpa adelante pasando piernas abiertas atrás con ½ g. (Carballo)	106. Carballo avec ½ t. aux prise palmaire -cubitale. <i>Carballo with ½ turn to mixed el-grip.</i> Carballo con ½ g. a presa palmar - cubital.	107. Quintero en prise cubitale. <i>Quintero to el-grip.</i> Quintero en presa cubital.	108.
 > >	 >	 >	 >Em	 >E	
109.	110.	111.	112.	113.	114.
115.	116.	117.	118.	119.	120.

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG IV: Sorties - Dismounts - Salidas					
1. Salto avant carpé ou tendu, aussi avec ½ t. Salto fwd. piked or straight, also with ½ t. Mortal ad. en carpa o ext., también con ½ g. 	2. Salto avant tendu avec 1/1 ou 3/2 t. Salto fwd. str. with 1/1 or 3/2 t. Mortal ad. ext. con 1/1 o 3/2 g. 	3. Salto avant tendu avec 2/1 ou 5/2 t. Salto fwd. str. with 2/1 or 5/2 t. Mortal adelante extendido con 2/1 o. 5/2 g. 	4. 	5. 	6. Triple salto av. gr. ou avec ½ t. Triple salto fwd. t. or with ½ t. Triple mortal ad. agr. o con ½ g. (Rumbutis) 
7. 	8. 	9. Double salto av. groupe ou carpé ou avec ½ tour. Double salto fwd. t. or p. or with ½ turn. Doble mortal ad. agr., en carpa o con ½ g. 	10. Double salto av. gr. ou carpé avec 1/1 ou 3/2 t. Double salto fwd. t. or p. with 1/1 or 3/2 t. Doble mortal ad. agrupado, en carpa o con 1/1 o 3/2 g. 	11. Double salto av. gr. ou carpé avec 2/1 ou 5/2 t. Double salto fwd. t. or p. with 2/1 or 5/2 t. Doble mortal adelante agrupado, en carpa o con 2/1 o 5/2 g. 	12. 
13. 	14. 	15. 	16. Double salto av. tendu ou avec ½ t. Double salto fwd. str. or with ½ t. Doble mortal extendido o con ½ g. 	17. Double salto av. tendu avec 1/1 ou 3/2 t. Double salto fwd. str. with 1/1 or 3/2 t. Doble mortal extendido con 1/1 o 3/2 g. (Alvarez) 	18. 
19. 	20. 	21. Double salto av. gr. ou carpé ou avec ½ tour par-dessus la barre. Double salto fwd. t. or p. or with ½ turn over the bar. Doble mortal adelante agrupado, en carpa o con ½ g. por encima de la barra. 	22. Double salto av. groupé ou carpe avec 1/1 ou 3/2 t. par-dessus la barre. Dbl. salto fwd. t. or p. w. 1/1 or 3/2 t. over the bar. Doble mortal adelante agrupado, en carpa o con 1/1 o 3/2 g. por encima de la barra 	23. 	24. 

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG IV: Sorties - Dismounts - Salidas					
25. Salto arr. carpé ou tendu aussi avec ½ ou 1/1 t. <i>Salto bwd. piked or str. also with ½ or 1/1 t.</i> Mortal at. en carpa o ext. también con ½ o 1/1 g. 	26. Salto arrière tendu avec 3/2 ou 2/1 t. <i>Salto bwd. str. with 3/2 or 2/1 t.</i> Mortal atrás extendido con 3/2 o. 2/1 g. 	27. Salto arrière tendu avec 5/2 ou 3/1 t. <i>Salto bwd. str. with 5/2 or 3/1 t.</i> Mortal atrás extendido con 5/2 o. 3/1 g. 	28.	29.	30.
31.	32. Double salto arrière groupé ou carpe. <i>Double salto bwd. tuck or pike.</i> Doble mortal atrás agrupado o cen carpa. 	33. Double salto arrière groupé avec 1/1 t. <i>Double salto bwd. t. with 1/1 t.</i> Doble mortal atrás agrupado con 1/1 g. (Tsukahara) 	34. Double salto arrière gr. avec 2/1 t. <i>Double salto bwd. t. with 2/1 t.</i> Doble mortal atrás agrupado con 2/1 g. 	35.	36.
37.	38.	39. Double salto arrière tendu. <i>Double salto bwd. str.</i> Doble mortal extendido. 	40. Double salto arrière tendu avec 1/1 t. <i>Double salto bwd. str. with 1/1 t.</i> Doble mortal atrás extendido con 1/1 g. 	41. Double salto arrière tendu avec 2/1 t. <i>Double salto bwd. str. with 2/1 t.</i> Doble mortal atrás extendido con 2/1 g. (Watanabe) 	42. Double salto arrière tendu avec 3/1 t. <i>Double salto bwd. str. with 3/1 t.</i> Doble mortal atrás extendido con 3/1 g. (Fedorchenko) 
43.	44.	45.	46.	47.	48. Triple salto arrière gr. ou par-dessus la barre. <i>Triple salto bwd. t. or over the bar.</i> Triple mortal at. agr. o por encima de la barra. (Andrianov) (Hoffmann) 

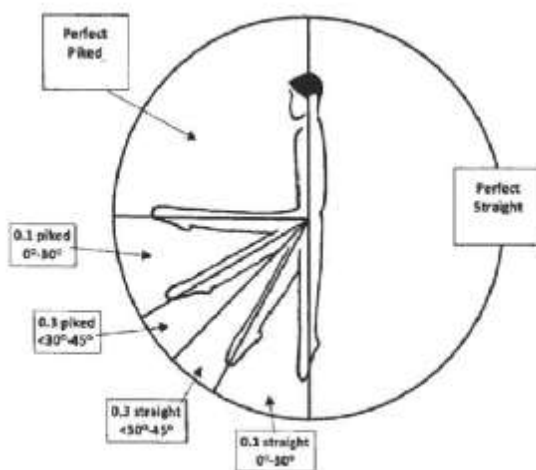
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG IV: Sorties - Dismounts - Salidas					
49.	50. Double salto arrière gr. par-dessus de la barre. <i>Double salto bwd. t. over the bar.</i> Doble mortal atrás agr. por encima de la barra. 	51. Double salto arrière gr. ou carpé avec 1/1 t. par-dessus la barre. <i>Double salto bwd. t. with 1/1 t. over the bar.</i> Doble mortal atrás agr. con 1/1 g. por encima de la barra. 	52. Double salto arrière gr. avec 2/1 t. par-dessus la barre. <i>Double salto bwd. t. with 2/1 t. over the bar.</i> Doble mortal atrás agr. con 2/1 g. por encima de la barra. 	53.	54. Triple salto arrière carpé. <i>Triple salto bwd. p.</i> Triple mortal atrás en carpa. (Fardan) 
55.	56.	57. Double salto arrière tendu par-dessus la barre. <i>Double salto bwd. str over the bar.</i> Doble mortal ext. por encima de la barra. 	58. Double salto arrière tendu avec 1/1 t. par-dessus la barre. <i>Double salto bwd. str. w. 1/1 t. over the bar.</i> Doble mortal ext. con 1/1 g. por encima de la b. (Hayden) 	59.	60. Triple salto arrière gr. avec 1/1 t. <i>Triple salto bwd. t. with 1/1 t.</i> Triple mortal agrupado con 1/1 g. (Belle) 
61. Poisson éc., ou poisson ou poisson avec ½ t. <i>Hecht strad., hecht or hecht w. ½ t.</i> Tigre p. abiertas, tigre o tigre con ½ g. 	62. Poisson avec 1/1 ou 3/2 t. <i>Hecht w. 1/1 or 3/2 t.</i> Tigre con 1/1 o 3/2 g. 	63.	64. Poisson avec 2/1 t. <i>Hecht w. 2/1 t.</i> Tigre con 2/1 g. 	65.	66.
67.	68.	69.	70.	71.	72.

IV. RÉSZ – Függelékek

A függelék

Magyarázatok

1. Az elemtáblázatban a szöveg felülírja az ábrát.
2. (Lásd 7.5.k cikk) Ezt a szabályt - részben - a következők szerint magyarázzuk:
 - a) Fordulattal bemutatott elemeket a hat szer egyikén sem fogadnak el, ha $>90^\circ$ fordulat hiányzik az elem leírásában megfogalmazott követelményekhez képest.
 - b) Lendületi elemeket az érintett szerek egyikén sem fogadnak el, ha $>45^\circ$ eltér a tökéletestől, vagy az előírt véghelyzettől. Korláton, például, a támaszcserét 45° -kal vízszintes fölé kell bemutatni ahhoz, hogy a D zsűri elfogadja.
3. (Lásd 9.1.1 szakasz) A tökéletes bemutatásra való törekvés azt is jelenti, hogy az elemeket az előírt testhelyzetben mutatja be a tornász. A következő meghatározások kerülnek alkalmazásra:
 - a) Tökéletes nyújtott testhelyzet az, melyben a válltól a csípőn át a bokáig meghúzott vonal egyenes, statikus elemeknél és egyenes, vagy enyhén hajlított előre vagy hátra dinamikus elemeknél. A nyújtott testhelyzet bicskának minősül, ha a csípőszög az elem során bármikor nagyobb, mint 45° .
 - b) A tökéletes bicska helyzet az, amikor a térdek nyújtottak, a csípő legalább 90° -ban hajlított. Hiba az ennél nagyobb csípőszög és/vagy a térdek behajlítása. A bicska testhelyzet zsugornak minősül, ha a térdszög az elem során bármikor nagyobb, mint 45° .

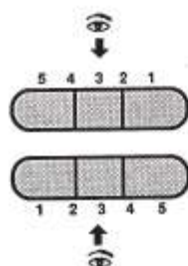


- c) A tökéletes zsugor helyzet az, melyben a csípő erősen hajlított, a térdek hajlítottak, és a mellkashoz közelítettek - legalább 90° hajlítás mindkét ízületben. Hiba az ennél nagyobb csípőszög és/vagy a térdek kisebb mértékű hajlítása, mindkét esetben kevesebb, mint 90° .
- d) Nyújtott testhelyzet 90° térdhajlítással még nyújtottnak minősül, de nagy hibát kell levonni. A D-zsűri nem fogadja el azokat az elemeket, melyeknél ez a hiba felmerül.
- e) Ha az elem esztétikai és technikai tulajdonsága lehetővé teszi, a lábterpesztést a lehető legnagyobb mértékben kell végrehajtani.
- f) Minden szaltó testhelyzetet (zsugor, bicska, nyújtott testű vagy terpesz) jól látható és határozott módon kell bemutatni, hogy ne hagyjunk kétséget a szándék felől.
- g) A kézállás minden szeren az, ahol a test teljesen kiegyenesedik, homorítás nélkül. Széles támaszú (japán) kézállásnál a fejnek egy kézfejszélességnyi távolságra kell lennie a talajtól.
- h) Tartásos erőelemeket minden érintett szeren, az elemtől függően, teljesen vízszintes karral és/vagy vízszintes testtel és/vagy vízszintes lábbal kell bemutatni.
- i) Bizonyos rosszul bemutatott dinamikus elemeket össze lehet tévesztetni más elemekkel. Ezek például az alábbiak:

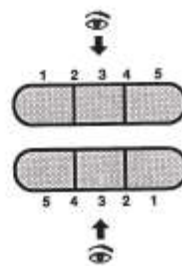
- i. Fordulattal bemutatott elemek, melyek több mint 90°-kal alul vagy túl fordultak.
- ii. Kápaslovon haránt vándor, mely több mint 45°-kal elferdül.

Minden ilyen esetben a tornász feladata, hogy a tervezett elemet olyan módon mutassa be, hogy az határozott és összetéveszthetetlen legyen. Az ilyen bemutatás hibája mindig nagy levonást eredményez az E-zsűrinél, az elem el nem fogadását a D zsűrinél (vagy ugráson elfogadás, de az alacsonyabb értékű elemnek).

- j) Kivételt képez ez alól, ha egy elem megfelelő technikai kivitelezése a fenti definíciók átértelmezését teszik szükségessé.
4. (Lásd 9.1.4 szakasz) Ez, és az 5.2.b cikk a legfontosabb irányelv a bírónak, leginkább az a kijelentés, hogy minden elemet tökéletes véghelyzettel kell bemutatni. A bírónak mindig használnia kell a tornáról megszerzett tudását, és a torna érzékét. Az alábbi példák irányadóak lehetnek:
- a) Lehetséges a nyújtón a Tkatchev-ot kézállásba befejezni, de ennek ellenére nem indokolt, és talán nem is kívánatos elvárni azt. Ezzel szemben indokolt elvárni, hogy az elemet minden esetben olyan tökéletes technikával mutassa be a tornász, hogy legyen ideje a visszakapásra, méghozzá nyújtott karral, ami lehetővé teszi a lágy átmenetet a lendületi elembe.
 - b) Lehetséges, hogy gyűrűn lefüggésből vállkifordítást kézállásba hajtsanak végre, de ezt nem fogalmazzuk meg elvárásként. Ezért nem alkalmazunk levonást azért, hogy ez az elem nem kézállásban fejeződik be.
 - c) Néhány elemnek speciális oka vagy hatása van, ha ez az ok nyilvánvaló és esztétikus, eltérhet a megszokott mozgáskiterjedés követelményektől.
 - d) Lehetséges korláton hátul támaszcserét kézálláson keresztül végrehajtani, de lényegét tekintve az egy másik elem (az elemtáblázatban ez jelölve is van), ezért a hátul támaszcserével szemben ez nem lehet általános elvárás.
 - e) Van néhány elem (hajlított kar a nyújtott karú tolódással szemben több szeren, mérlegek mozgásterjedelme talajon, alacsonyan vagy magasan megtartott hegyesülőtartások (Manna) különböző szereken; támaszmérleg a fecskével szemben gyűrűn), ahol a testhelyzet felismerése (D-zsűri) és értékelése (E-zsűri) nehéz. A tornásztól elvárt, hogy minden testhelyzetet jól látható és határozott módon kell bemutatni, hogy ne hagyjunk kétséget a szándék felől. Az átmeneti vagy nem felismerhető testhelyzetet az E zsűri levonja, és a D zsűri lehet hogy nem fogadja el az elemet.
5. Kápslő részei Hogy segítsük a körök és vándorok meghatározását oldal vagy haránt támaszban, a kápslő részeit az alábbi ábrán feltüntetettek szerint határoztuk meg.

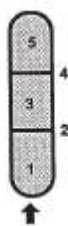


óra járásával ellentétes



óra járásának megfelelő

Elemek oldaltámaszban.



Elemek haránttámaszban.