

Nemzetközi Torna Szövetség

Alapítva: 1881



2017-2020 Szabálykönyv Férfi torna

A következő férfi torna versenyek számára

Világbajnokságok

Olimpiai Játékok

Regionális és interkontinentális versenyek

Események nemzetközi részvétellel

Alacsonyabb szintű nemzeti versenyek, utánpótlás versenyek esetében, valamint a junior versenyek esetében egy, a kontinentális vagy regionális technikai hatóságok által létrehozott módosított szabályzatot kell kidolgozni, a korosztálynak és fejlettségi szintnek megfelelően (ld. FIG Utánpótlás Fejlesztési Program).

A Szabálykönyv a FIG tulajdona. A FIG előzetes engedélye nélkül tilos a szabálykönyvet lefordítani és fénymásolni. Ha a Szabálykönyvben a Technikai Szabályzattal ellentmondó állítás jelenne meg, a Technikai Szabályzat a döntő. Ha a különböző nyelvű verziók között eltérés lenne, az angol verziót kell helyesnek tekinteni.

Fordította:
Bérczi István
Takácsné Kiss Júlia

Köszönetnyilvánítás

Elnök	Steve Butcher USA
Első alelnök	Huang Liping CHN
Második alelnök	Hiroyuki Tomita JPN
Tag	Yoon Soo Han KOR
Tag	Julio Marcos Felipe ESP
Tag	Holger Albrecht GER
Tag	Arturs Mickevics LAT
Sportoló képviselő	Jani Tanskanen FIN
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
	Alain Macchia FRA
	Andrée Montreuil CAN
	Jean Francois Blanquino FRA
Spanyol fordítás és szöveg	Julio Marcos ESP
Szerkesztés és elrendezés	Julio Marcos ESP

RÖVIDÍTÉSEK

MTC	—	Férfi Technikai Bizottság
OG	—	Olimpiai Játékok
WC	—	Világ bajnokságok
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	—	Elem Csoport Követelmények

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 feladatai
- 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 – Végző 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 felismerését minden versenyen.
4. Segítséget nyújtson az edzőknek és versenyzőknek a gyakorlat összeállítás során.
5. Információt szolgáltatson 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 – Tornászok jogai

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 szuperior zsűri engedélyével.
- e) Rövid időre elhagyhatja a versenyszarnokot személyes okokból, a SJ elnökének engedélyével, és hogy az erre irányuló kérését megfelelő ok hiányában ne tagadják meg.

MEGJEGYZÉS: 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 kérvényt 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 tenyérvédőt a tornász bemutatja a D-zsűrinek.

Bemelegítés

Kvalifikációs, egyéni összetett döntő és csapatdöntő versenyeken

- Minden résztvevő tornász (bele értve 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 szolítás 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 jól látható jelzése jelzi (hivatalos FIG versenyen egy zöld lámpa), hogy a gyakorlatot 30 mp-en belül el kell kezdeni.

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 szuperior 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 és/vagy gyűrű megemelésére vonatkozó kérelmet a szuperior zsűri elnökének.

2.3 cikk Tornászok kötelessége Általános

- a) Megfelelően bejelentkezni a gyakorlat előtt (karjuk felemelésével), és ezzel tudomásul vegyék 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.
- 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). 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) 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:

Véttség	Büntetés
Magatartásbeli vétségek	
Bármely, versenymezhez kapcsolódó véttség (2.3 cikk)	0,30 pont a végső pontszámból (a versenyszakasz folyamán egyszer - SJ elnöke)
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 szolítástól a gyakorlat megkezdéséig	0,30 pont levonás a végső pontszámból, a D1 zsűri által alkalmazva
60 mp túllépése a szolítástól 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
Az edző beszél a versenyzőhöz a gyakorlat alatt.	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	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 áthelyezik 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)
Szólítás vagy zöld jelzés nélkül bemutatott gyakorlat	Végső pontszám= 0 P.
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)
Öltőzettel 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 Világ bajnokságokon (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:

- Segíteni a rá bízott tornászt vagy csapatot a szer megemelésére, új elem értékelésére vonatkozó írásos kérvények beadásában.
- Segíteni a rá bízott tornászt vagy csapatot a pódiumon a melegítés során, minden szeren.
- 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.
- Felemelni a tornászt függő pozícióba gyűrűn és nyújtón.
- Jelen lenni a pódiumon a zöld lámpa jelzése után, hogy eltávolítsa a dobantót korláton.
- Jelen lenni a pódiumon a gyűrű és a nyújtó gyakorlat alatt biztonsági okokból.
- Segíteni, vagy tanáccsal ellátni a tornász a leesést követő időben minden szeren, és az első és második ugrás között.
- Tornászának pontszámát nyilvánosan közzé tegyék közvetlenül a gyakorlat után, vagy az adott versenyt szabályozó rendelkezéseknek megfelelően.
- Bármely szeren segíteni a tornászt sérülés, vagy a szer meghibásodása esetén.
- Óvást benyújtani a szuperior zsűrinek a gyakorlat nehézségi értékelésére vonatkozóan (ld. 3.4 cikk).
- Kérelmezni a szuperior zsűrinél az idő és vonal levonások felülvizsgálatát.

3.2 cikk Edzők felelőssége

- 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 belső aréna körön kívül lévő személyekkel beszélgetésbe elegyedjen (kivéve csapa 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 belső körön 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 superior zsűri elnöke által (a superior 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, illetve jeladás, bekiabálás, biztatás, 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 versenyterületről*
Más zavaró, fegyelmezetlen és sértő viselkedés, pl. az előírt személyek helytelen jelenléte verseny során, a versenyterületen, stb.	– 1,00 (tornásztól/csapattól az eseményen), piros lap az edzőnek és eltávolítás a versenyterületről*

Megjegyzés: Ha egy csapat két edzője közül az egyiket kizárják a versenyterületről, 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

Világ bajnokságra, 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 Világ bajnokságot 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) 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) Biztosítani, hogy a tornász a szabályok szerint a megfelelő pontszámot kapja a gyakorlatának bemutatásáért.
- g) 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) Az adott ciklusra érvényes nemzetközi bírói Brevet-vel és a bírók kiskönyvével rendelkezni
- c) A versenynek megfelelő Brevet szinttel bírni
- d) Széleskörű tudással rendelkezni a napjaink tornájáról, megérteni a szabályok célját, okát, értelmezését és alkalmazását.
- e) Részt venni minden tervezett értekezleten az adott verseny előtt (kivételes, elkerülhetetlen esetek az adott alkalomnak megfelelően kerülnek elbírálásra a FIG MTC által)
- f) Ragaszkodni minden olyan szervezési vagy bíráskodási utasításhoz, melyet a versenyt kormányzó szervek adnak (pl. a pontozó rendszer üzemeltetőjének utasításai)
- g) A pódiumtréningen való részvétel minden bíró számára kötelező.
- h) Minden szerhez megfelelő felkészültséggel rendelkezni
- i) Képesnek lenni a különböző, szükséges feladatok ellátására, többek között:
 - Megfelelően kitölteni bármely pontozó lapot
 - A számológépes vagy mechanikus eszközök megfelelő használata
 - Megkönnyíteni a verseny hatékony lefutását
 - Hatékonyan kommunikálni más bírókkal
- j) Legyen jól felkészült, kipihent, éber és jelenjen meg pontosan egy órával, vagy a munkaterv utasításainak megfelelően, a verseny kezdete előtt.
- k) A FIG előírásainak megfelelő öltözékben jelenjen meg (sötétkék zakó, szürke nadrág, fehér ing és nyakkendő), kivéve az Olimpiai Játékokon, ahol az egyenruhát a szervező bizottság biztosítja.

A verseny folyamán a bíróknak 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 a FIG Bírói Szabályzatának és/vagy az adott versenyt szabályozó technikai szabályzatnak megfelelően büntetik.

5.2 cikk Jogok

A superior zsűri beavatkozásakor a bírónak joga van megmagyarázni a maga által adott pontszámot és beleegyezni (vagy nem) a változtatásba. Egyet nem értés esetén a bírót felülbírállhatja a superior 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, Világ bajnokságokon 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
2 R-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 A D-panel feladatai

- a) A D-panel bírónak 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:

- Összekötőként működik a szerzsűri és a szer felügyelő zsűri között. A szer felügyelő zsűri értekezik a superior zsűrivel, ha szükséges.
- Koordinálja az időmérő és vonalbírók, valamint a titkárok munkáját.
- Biztosítja a szer hatékony működését, valamint a bemelegítési idő ellenőrzését.
- Felvillantja a zöld fényt, vagy más nyilvánvaló jelzéssel jelzi a tornásznak, hogy 30 mp-en belül meg kell kezdenie a gyakorlatát.
- Biztosítja a neutrális levonások (idő, vonal, viselkedési hibák) alkalmazását a végső pontszámból, a pontszám felmutatása előtt.
- Biztosítja, hogy a rövid gyakorlatért járó levonást megfelelően alkalmazzák.
- 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 hónapon belül.

E-panel feladatai:

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

5.4.3 cikk A referens bírók feladatai

Az Olimpiai Játékokon és a Világ bajnokságokon a referens bíró tisztje (szerenként 2) azért került bevezetésre, hogy legyen egy automatikus és időt megtakarító javító rendszer a kiviteli pontszámokkal (E-pont) kapcsolatban felmerülő problémák esetén. Más versenyeken is lehet referens zsűri, de nem kötelező.

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.
- Értésítsék a D1 bírót a hibáért és levonásért, aláírják és beadják a megfelelő írásos jelentést.

Időmérő bírók:

Mérjék a gyakorlat hosszát (talaj)

- Biztosítsák a bemelegítési idő betartását korláton.
- Talajon hallható jelzést adjanak a tornásznak 60 másodpercnél és 70 másodpercnél.
- Értésítsék 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

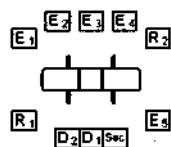
A titkároknak ismerniük kell a CoP-t és számítógépes ismeretekkel is rendelkezniük kell. Általában a szervező bizottság jelöli ki őket. A D1 bíró felügyelete alatt ők felelősek a számítógépbe bevitt adatok helyességéért:

- Csapatsorrend 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 szerzsűrinél 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 (lásd képek).



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 lelkiületével.”

5.8 cikk – Új MAG elemek elnevezése

Minden olyan új elem, melyet olyan FIG által regisztrált versenyen mutatnak be, ahol FIG Technikai Delegált

vagy Technikai Bizottsági Tag akkreditált szerepkörben részt vesz, és jelen van a gyakorlat bemutatásánál, elfogadható új elemként a Szabálykönyvben. A bemutatott elemről át kell adni a TC tagnak egy videofelvételt, hogy azt később visszanezdhessék és értékelhessék a következő TC ülésen.

II. RÉSZ – A GYAKORLAT 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 összeállítása, 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 leugrás 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 leugrás értékét, ellenőriznie kell, hogy 5-nél több elemet ne számoljon azonos elemcsoportból (talajon mindig a leugrás 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 döntők) 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.

- | | | |
|---------------------------|---|-------------------|
| • 7 vagy több elem esetén | – | 0,0 pont levonás |
| • 5-6 elem esetén | – | 4,0 pont levonás |
| • 3-4 elem esetén | – | 6,0 pont levonás |
| • 1-2 elem esetén | – | 8,0 pont levonás |
| • Nincs elem esetén | – | 10,0 pont levonás |

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:

Értékek	A	B	C	D	E	F	G	H
Érték	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70	0,80

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 superior 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, általában tiltott elemek, vagy A értékűnél is alacsonyabb értékűek.
6. Az azonos cellában, különböző értékkel feltüntetett elemek, bemutathatók 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:
 - i. Lábról indított leugrás (kivéve talajon).
 - ii. Csak részben bemutatott, vagy nem teljes leugrással befejezett gyakorlat.
 - iii. Nem lábra történő érkezéssel bemutatott leugrás (beleértve talajon a gurulásban végződő elemeket is).
 - iv. Szándékosan oldalirányú érkezéssel végrehajtott leugrás.

Megjegyzés: Az ilyen elemeket és az elemcsoport követelményt a D-zsűri nem értékeli.

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 Az 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: Függelék A.3.1), például:

- i. Erőelem bemutatása szinte kizárólag lendületből.
 - ii. Lendületi elem bemutatása szinte kizárólag erőből.
 - iii. Nyújtott testhelyzetű elem bemutatása látható zsugor vagy bicska helyzettel, vagy fordítva. Ezekben az esetekben az elemet akként értékeljük, ahogy a tornász bemutatta.
 - iv. Általában zárt lábbal végrehajtott erőelem bemutatása terpesztett lábbal.
 - v. Tartásos erőelem bemutatása jelentősen hajlított karral.
 - vi. Gyűrűn kézállásban bemutatott, vagy kézállásban végződő elem bemutatása úgy, hogy a tornász a lábával vagy lábfejjével 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 3.1). 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. Ez például a következőket jelenti:
- i. Keresztkézállásban a tornász feje teljes mértékben a gyűrűkarika szintje fölött van. (Ez általában >45°).
 - ii. Keresztfüggésben a tornász hónalja teljes mértékben a gyűrűkarika szintje fölött van. (Ez általában >45°).
 - iii. (Lásd: 9.2.8 cikk)
6. Minden esetben a D-zsűri feladata olyan döntést hozni a tornában szerzett tapasztalatainak megfelelően, ami a torna sportág érdekeit szolgálja. Kérdésem 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 elrugaszkodás leugrásnál, vagy nem megengedett leugrás	Nem fogadja el az elemet, és nem teljesíti a leugrás elemcsoport követelményét
Tartásos erőelemnél terpesztett láb, vagy más tiltott elem	Az elem el nem fogadása

8. szakasz

E-pontszámra vonatkozó rendelkezések

8.1 cikk Gyakorlat kivitelezésének leírása

1. 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) A technika, összeállítás (gyakorlat felépítéssel szembeni általános elvárások), esztétika és kivitel.
2. A gyakorlat kivitelezésének maximális értéke 10,0 pont.

8.2 cikk E-zsűri levonások számítása

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

8.2 cikk Útmutatás a tornászoknak

1. 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.
2. Elvárt, hogy a tornász ne az esztétikus és technikailag helyes kivitel rovására növelje a D, nehézségi pontszámát.
3. 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.
4. 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 rugaszkodjon 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 Függelék A.2).
2. A tornásztól elvárt, hogy csak olyan elemeket mutasson be a gyakorlatában, melyeket biztonságosan, esztétikusan és technikailag megfelelően tud bemutatni. Az elvárt tökéletestől való eltérést az E-zsűri szigorúan levonja.
3. 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.
4. Az E-zsűri bírónak (és a D-zsűri bírónak is) kötelessége, hogy napjaink tornájával kapcsolatban naprakész tudással rendelkezzenek, minden időben tudniuk kell, mi a legidőszerűbb 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).
5. 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. Korláton egy kelepert vagy óriáskört be lehet mutatni repülő szakasszal, és haladással, késői visszafogással, melynek speciális hatása van, és ebben az esetben nem kell levonni, hogy nem

kézállásban fejeződik be. Ennek ellenére a tornász felelőssége, hogy a speciális hatást megfelelően bemutassa, vagy hogy eltéveszthetetlenül, nyilvánvalóan bebizonyítsa, hogy így tervezte a végrehajtást.

- ii. 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 kivitellel és befejező helyzettel van meghatározva. Lásd: IV. rész
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
1. 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.
2. 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.
3. Nagy hibák: (levonás = 0,5)
 - i. Minden nagy mértékű 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.
4. Esés és segítség: (levonás = 1,0)
 - i. 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 során), vagy más módon pillanatnyi kontrollvesztés egy elem leérkezése vagy visszafogása során..
 - ii. -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).
 - iii. Segítségadás az elem során.
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 kivitellel 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: enyhe hajlítás

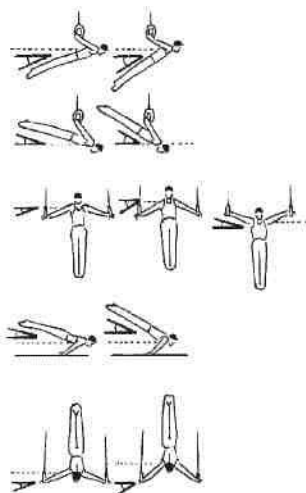
Közepes hiba: erős hajlítás

Nagy hiba: nagyon nagy mértékű hajlítás

8. Tartásos erőelemeknél és egyéb tartásos elemeknél, a tökéletes testhelyzettől való eltérés szöge határozza meg a hiba nagyságát, és ennek megfelelően a levonást:

Kis hiba	Közepes hiba	Nagy hiba	Nem elfogadott elem D-zsűri
15°-ig	16° - 30°	> 30°	> 45°

Példák:



- a) A 30°-os vagy annál nagyobb eltérés a kitarított pózban nagy levonást eredményez az E-zsűrinél. Továbbá, 45°-os vagy annál nagyobb eltérés esetén a D-zsűri nem fogadja el az elemet.
9. Egy olyan tartásos elemből induló tolódás, melyet a D-zsűri valamely oknál fogva nem fogadott el, szintén nem kap értéket.
10. 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 ültartásból, rossz fogásból, vagy nem megfelelő ideig kitarított tartásos elemből indított tolódásra). Ezt a levonást csak akkor kell alkalmazni, ha a két egymást követő erőelemnél nagy hibát kell vonni.
11. 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 16-30° 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 pároskörzésért levon, míg a D-zsűri nem fogja figyelembe venni az elemet, ha a szögeltérés meghaladja a 45°-ot az elem nagyobb része alatt.
12. Lendületi elemeknél, a kézállástól való eltérést a következők szerint kell levonni (lásd még a nyújtó

kiegészítő szabályát a 15.2 cikkben):

15°-ig	nincs levonás
16-30°	kis hiba
31-45°	közepes hiba
>45°	nagy hiba, és a D-zsűri nem számítja az elemet

Megjegyzés: A 45°-os vagy annál nagyobb eltérés a véghelyzetben a lendületi elemeknél (vagy csavaros elemeknél 90° vagy nagyobb) 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.

13. Gyűrűn tartásos elembe befejezett lendületi elemnél a vállak 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
16-30°	közepes hiba
30°	fölött nagy hiba
45° fölött	D-zsűri nem veszi figyelembe az elemet.

14. 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 elemeket 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

15. 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.
16. 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.
17. További technikai levonások a 9.4 cikkben, és minden szerre a rá vonatkozó fejezetben kerülnek felsorolásra.

Talajfogás (ellépés, szökkenés, karkörzés nélkül)	Értékelés
A leérkezést követően a tornásznak 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 nyitásban) hozzáadódik a leérkezés levonásaihoz, melyeket fentebb említettünk.

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 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 pontozza 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

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

E-zsűri és D-zsűri	Szögeltérés az eredeti pozíciótól
-0,10 Kicsi	0-15°
-0,30 Közepes	16°-30°
-0,50 Nagy	31°-45°
-0,50 Nagy és az elemet nem értékeli a	>45°
3. A gyakorlat felépítési kikötések és levonások speciálisan az adott szerre, a rá vonatkozó fejezetben kerülnek felsorolásra.

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 fogás igazítás 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 kézállásba vagy azon keresztül vezető lendületi elemeknél vagy a körzéses elemeknél	15° - 30°	31° - 45°	>45° és az elemet nem értékeli a D-zsűri
Szögeltérés a tökéletes tartásos helyzetnél	15°-ig	16° - 30°	31° - 45° > és az elemet nem értékeli a D-zsűri
Tolódás rosszul megtartott tartásos elemekből	A levonás egyenlő azzal, amit a tartásos elemért alkalmaztunk		
Elégtelen fordulat	30°-ig	31° - 60°	61° - 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	+	+	+
Tartásos elem időtartama (2 mp)		Kevesebb, mint 2 mp.	Nincs mozgásszünet és D-zsűri nem
Felfelé haladó mozgás megszakítása	+	+	+
Kézállásba irányuló elemeknél lábak süllyesztése (eredeti helyzetből)	0 - 15°	16°-30°	31° - 45° > D-zsűri nem fogadja el
Két vagy több kísérlet egy tartásos vagy erő elemre		+	+

Bizonytalanság a kézállásban, vagy leesés kézállásból	+	lendülés vagy nagy egyensúlyzavar	átesés
Leesés vagy szerre esés			1,0
Közlendület, vagy ledobás		Fél, vagy ledobás	teljes
Segítségadás az elem bemutatása közben			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. A tornász csak olyan elemeket mutathat be a gyakorlatban, melyet teljes biztonsággal, magas fokú esztétikai és technikai tökéletességgel képes bemutatni.
3. 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. Mindkét vonalbíró a hozzá közelebb eső két vonalat felügyeli. Ha a tornász kilép, a vonalbíró írásban 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 D-panel bírói vonják 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 70 másodperc, melyet időmérővel ellenőriznek. Nincs minimum idő. Az időmérő bíró hallható jelzést ad 60 másodpercnél, és 70 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 bírót, aki alkalmazza a megfelelő levonást a végső pontszámból.

- c) A teljes talajterületet ki kell használni. Nincs szabályozva, hogy a tornász hány alkalommal használhatja ugyanazt az átlót egymást követő akrobatikus sorokhoz. Ennek ellenére a tornásznak minden sarkot érintenie kell a gyakorlat során (sor indításra vagy érkezésre), ha ezt elmulasztja, a D-zsűri 0,30 pontot von le egyszer a gyakorlat során.
 - d) Az akrobatikus elemek előtt nem megengedett 2 másodperces, vagy annál hosszabb megállás (szünet).
 - e) Minden akrobatikus elemet vagy sorozatot láthatóan jól kontrollált érkezéssel kell bemutatni, mielőtt nem-akrobatikus elemmel folytatná a tornász a gyakorlatot. Az ilyen átmenetknél nem engedélyezett a pillanatnyi bizonytalan érkezés.
 - f) A gurulással végződő elemeknél egy pillanatnyi két kezes támaszt kell mutatnia a tornásznak; ezeket az elemeket tilos kéztámasz nélkül, vagy támasszal a kézháton bemutatni.
 - g) A gyakorlatot akrobatikus elemmel kell zárni, melyben páros lábra érkezik a tornász.
 - h) A tornász ne használjon sima lépéseket, hogy a sarokba érkezzen. Sima lépésnek számít, ha a tornász koreográfia nélkül változtat helyet a talajterületen (≥ 180 fok fordulás, vízszintes fölötti lábemelések a lépés során, stb.)
 - i) Az esztétikai és technikai hibákért adott levonásokat elemenként számítjuk, nem pedig minden egyes szaltóért az adott elemben.
4. A gyakorlat kivételért adható levonások teljes listáját lásd a 9. szakaszban, és a levonások összegzésénél a 9.4 és 10.3 cikkeken.

10.2.2 cikk Információk a D pontszámáról

1. Az elemcsoport követelmények a következők

- I. Nem akrobatikus elemek
- II. Akrobatikus elemek előre (szaltók és kézenátfordulások) és gurulások előre (nem szaltók).
- III. Akrobatikus elemek hátra (szaltók és flickek), Arab (Arabian saltos) elemek.

2. A leugrás nem lehet az I. elemcsoportból.

3. Felnőtteknél kötelező egy duplaszaltós elemet bemutatni a 10 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). A következő Arabian elemeknek ugyanaz az értéke, mint az azonos számú csavarral végrehajtott dupla szaltós elemeknek, és az elemtáblázatban azonos cellában is vannak. Arabian duplaszaltó nyújtott testtel fél fordulattal (Penev), Arabian duplaszaltó nyújtott testtel (Tamayo), Arabian dupla szaltó nyújtott testtel 1/1 fordulattal (Hyppolito).

5. Információk az elemkapcsolatokról (CV).

- Elemkapcsolatot adhatunk az elemet megelőző vagy azt követő elemmel, és nem szükséges, hogy a 10 számított elemnél kerüljön bemutatásra (de elemismétlés nem megengedett).
- D vagy magasabb + B vagy C = 0,1, D vagy magasabb + D vagy magasabb = 0,2
- Nem adható kötési érték a kontraszaltóért (pl. dupla szaltó hátra) 1/1 szaltó előre 1/1).
- Gyakorlatonként maximum két kötést lehet bemutatni.

6. Egyéb információk és szabályok:

- a) 3/2 szaltók kézre érkezve, vagy kézzől ellökődve nem megengedettek
- b) Szaltó után fekvőtámaszba, vagy hasonfekvésbe ugrások nem kapnak nehézségi értéket.
- c) Minden olyan elem, melynél engedélyezett a kigurulás, vagy a mellső 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 elemeket, 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 mellső támaszból kezdődik, és ott ér véget.
- h) Az I.94 elem (Thomas körzés kézállásba, szökkenés hátra 360° fordulat, vissza Thomas körzésbe) értéke nem emelhető előtte vagy utána bemutatott elemekkel.

Példa: Orsó az I.94 előtt nem emeli az értéket. Az MTC tagjai egyet értenek abban az alapelvben, hogy csak akrobatikus elem érhet D értékűnél többet.

- i) i) Minden japán kézállásban össze kell zárni a lábakat.

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.

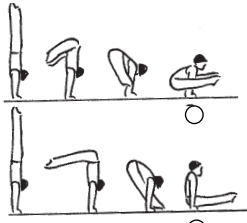
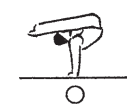
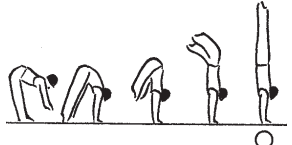
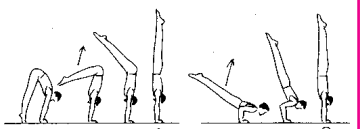
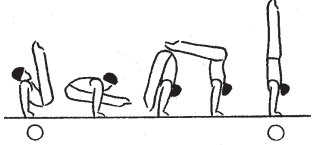
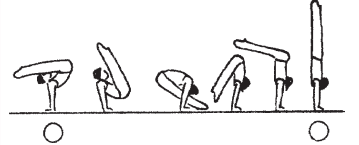
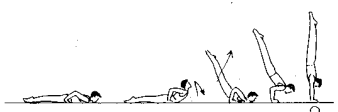
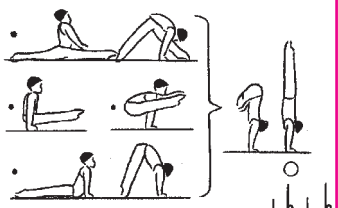
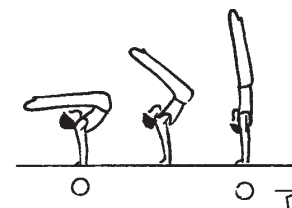
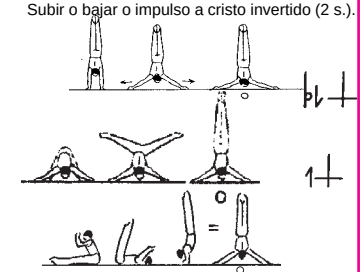
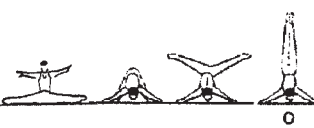
10.3 cikk Talajgyakorlatnál alkalmazott speciális levonások

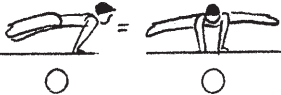
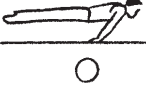
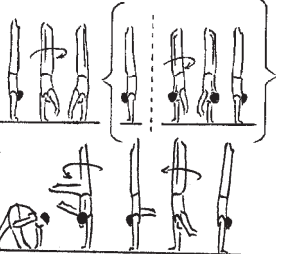
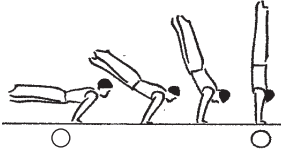
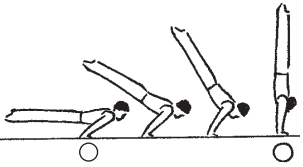
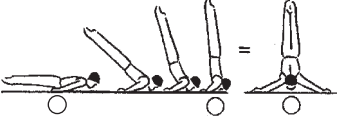
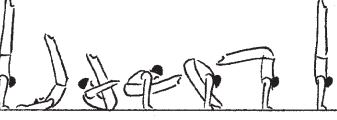
E zsűri

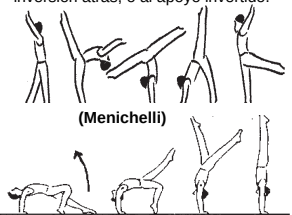
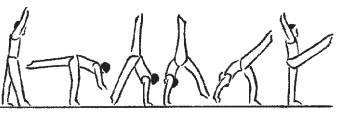
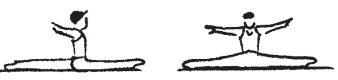
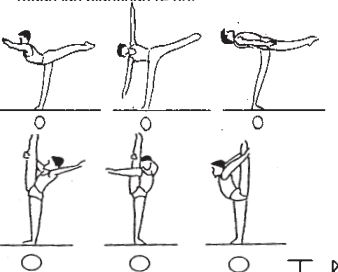
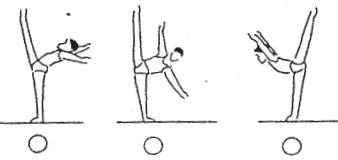
Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
Akrobatikus elem elégtelen magassága	+	+	
Statikus elemeknél ízületi mozgékonyág hiánya	+	+	
Elemek kigurulással kéztámasz nélkül bemutatva		Támasz kézháton	Támasz nélkül
2 mp vagy annál hosszabb megállás elem vagy akrobatikus sor előtt	+		
Pillanatnyi talajfogás kontrollátlansága (átmeneteknél is)	+	+	+esés 1,00
Sima lépés vagy helyváltoztatás a sarokba érkezéshez	+		
Ugrás hasonfekvésbe szaltóból érkezés után			+

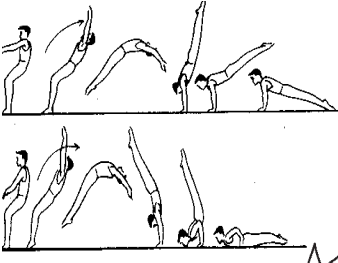
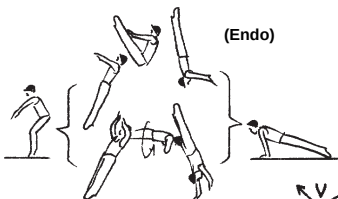
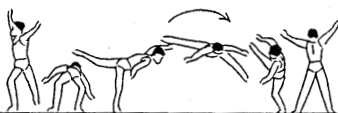
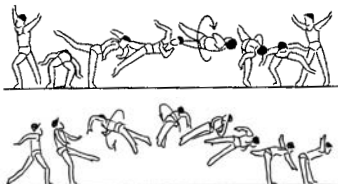
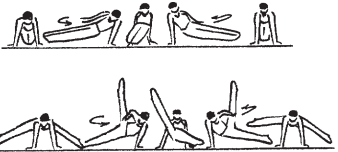
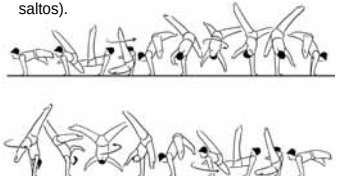
D zsűri

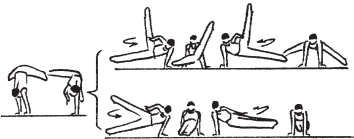
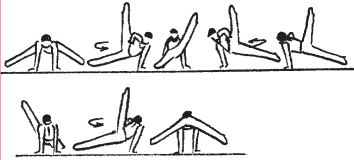
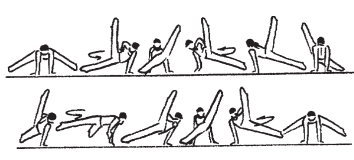
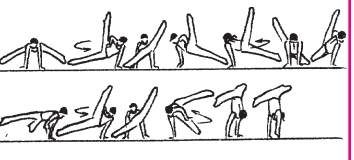
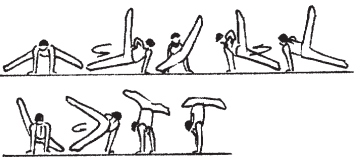
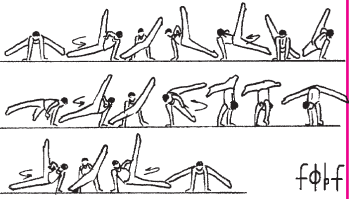
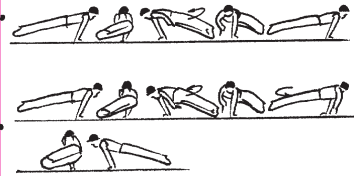
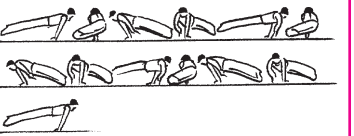
Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
70 mp-nél hosszabb gyakorlat	≤ 2 mp.	>2-5 mp	< 5 mp
Nem akrobatikus, vagy nem megengedett leugrás (gurulással befejezett elem)	A D-zsűri nem fogadja el az elemet		
Kiérkezés, vagy talajérintés a talajterületen kívül egy lábbal vagy egy kézzel	+		
Két lábbal, két 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)		+	
Nincs duplaszaltós elem a gyakorlatban (csak felnőttek)		+	
A talajterületen kívülről indított elemek	Nincs értéke		

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-acrobatique - 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> Desde ap. inv..., bajar a ángulo o ángulo p. ab. (2 s.).  ↳ L	2. Équerre, jambes levées vertical (2 s.). <i>V-sit (2 s.).</i> Ángulo, piernas verticales (2 s.).  N	3. Équerre, jambes horizontal (2 s.). <i>V-sit with legs horiz. (2 s.).</i> Ángulo piernas horizontales (2 s.). (Manna)  T			
7. De la station, appui renv. suisse (2 s.). <i>From stand, Swiss press to hdst. (2 s.).</i> Desde el apoyo, apoyo invertido suizo (2 s.).  > b	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> Elevarse cuerpo flex., brazos ext. o cuerpo ext., brazos flex. al apoyo invertido (2 s.).  ^ b	9. l'Équerre jambes vert.(2 s.) et s'élever à l'appui renv. (2 s.) aussi jambes ouvertes. <i>V-sit (2 s) and press to hdst. (2 s.) also with strad. legs.</i> Ángulo piernas verticales (2 s.) y elevarse al apoyo invertido (2 s.) también con p. abiertas.  N b	10. l'Équerre jambes horiz.(2 s.) et s'élever à l'appui renv. (2 s.) aussi jambes ouvertes. <i>Manna (2 s.) and press to hdst. (2 s.) also with strad. legs.</i> Ángulo piernas horiz. (2 s.) y elevarse al apoyo inv. (2 s.), también con piernas abiertas.  T b		
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> Desde la posición acostada facial, con impulso elevarse al apoyo invertido (2 s.).  1 b	14. Appui renv. suisse du gr. écart. de l'éq. ou éq. écartée ou de couché faciale (2 s.). <i>Swiss press from split, L-sit, strad. L-sit or front sup. (2 s.).</i> Apoyo invertido suizo desde Spagat, ángulo o ángulo piernas abiertas (2 s.).  ± b L b	15.	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> Desde Manna (2 s.), dislocar al apoyo invertido (2 s.).  T ↑ b		
19. Appui renversé (2 s.). <i>Handstand (2 s.).</i> Apoyo invertido (2 s.).  b	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> Subir o bajar o impulso a cristo invertido (2 s.).  1 +	21. Du gr. écart. élever lent. à la croix renversée (2 s.). <i>From split press to Japanese handstand (2 s.).</i> Desde spagat elevarse lentamente a cristo invertido (2 s.).  ± +	22.	23.	24.

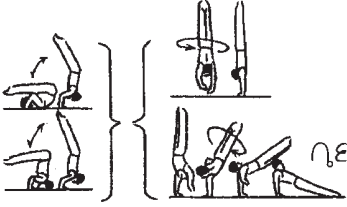
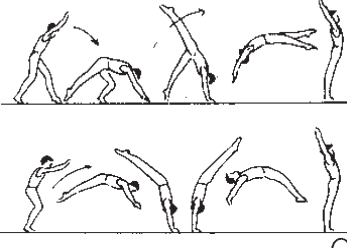
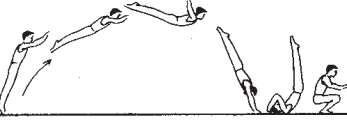
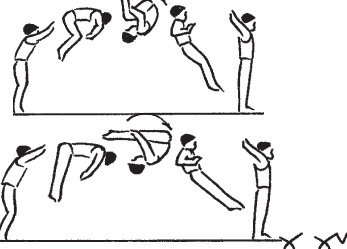
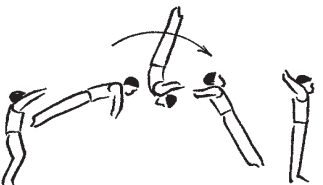
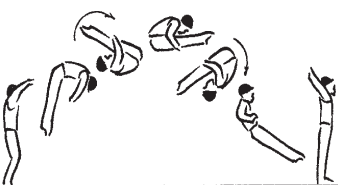
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Elements non-acrobatique - Non-acrobatic Elements - Elementos no acrobáticos					
25. Appui facial horizontal écarté (2 s.). <i>Support lever, legs straddle</i> (2 s.). Apoyo facial horizontal piernas abiertas (2 s.). 	26. Appui facial horizontal. (2 s.). <i>Support lever</i> (2 s.). Apoyo facial horizontal (2 s.). 	27. Hirondelle (2 s.). <i>Swallow</i> (2 s.). Hirondelle (2 s.). 	28.	29.	30.
31. ½ ou 1/1 tour en l'app. renv. ou à l'app. renv. ½ or 1/1 turn in handstand or to handstand. 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 lever (2 s.) press hdst.</i> (2 s.). 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 lever 2 s. press handstand</i> (2 s.). 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.</i> (2 s.). Desde hirondelle 2 s. elevarse a cristo inv. (2 s.). (Alvariño) 	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. Rouler éc à l'appui renversé (2 s.). <i>Endo roll to handstand</i> (2 s.). Rodar piernas abiertas al apoyo invertido (2 s.). 	45. Rouler carpée à l'appui renversé (2 s.). Aussi jambes écartées dans la phase finale. <i>Endo roll piked to handstand</i> (2 s.). Also final phase with straddle. Rodar en carpa al apoyo invertido (2 s.). También con la fase final con piernas abiertas. 	46.	47.	48.
			- Peut être exécuté jambes écartées pour atteindre la position ATR dans la phase finale de l'élément, et ce, sans déduction. * - May straddle the legs without deduction to reach the handstand position in the final phase of the element. - Puede abrir las piernas sin deducción para llegar al apoyo invertido en la fase final del elemento.		

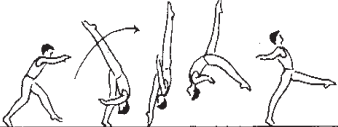
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Elements non-acrobatique - Non-acrobatic Elements - Elementos no acrobáticos					
49. De la station ou de l'appui couché dorsal, 1 jambe fléchie, renv. arrière ou à l'appui renverse. <i>From stand or rear support, push off 1 foot through hdst. or back walkover.</i> Desde la pos. o el ap. acostado dorsal, 1 p. flex., inversión atrás, o al apoyo invertido.  (Menichelli)	50.	51.	52.	53.	54.
55. Renversement avant. <i>Forward walkover.</i> Paloma. 	56.	57.	58.	59.	60.
61. Grand écart transversal ou latéral (avec arrête). <i>Cross or side split (stop required).</i> Spagat de frente o lat. (se necesita parar). 	62.	63.	64.	65.	66.
67. Toutes les balances (2 s.). <i>Any standing scale (2 s.).</i> Todas las planchas (2 s.). 	68. 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.). 	69.	70.	71.	72.

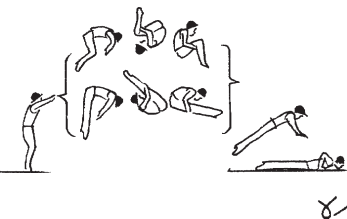
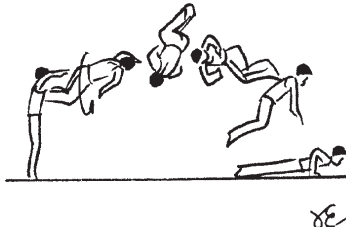
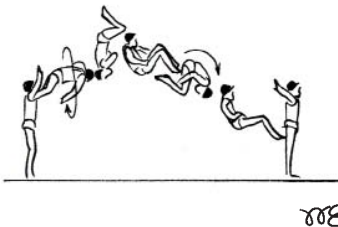
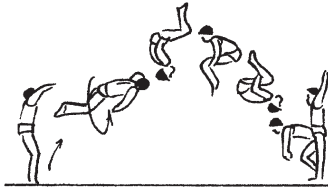
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Elements non-acrobatique - Non-acrobatic Elements - Elementos no acrobáticos					
73. Saut en arrière à l'appui couché facial. <i>Jump bwd. to front support.</i> Salto atrás al apoyo acostado facial. 	74. Saut en arrière avec carapé - tendu ou av. 1/1 t. à l'appui couché 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)	75.	76.	77.	78.
79. Papillon. <i>Butterfly.</i> Papillon.  B	80. 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	81. Papillon avec 2/1 tour. <i>Butterfly with 2/1 twist.</i> Papillon con 2/1 giros.  B	82.	83.	84.
85. Variantes de breakdance. <i>Breakdance variations.</i> Variantes de Breakdance.  b	86.	87.	88.	89.	90.
91. 2 cercles des jambes ou des jambes écartés. <i>2 circles or flairs.</i> 2 molinos o molinos piernas abiertas.  ff	92. Cercles des jambes ou cercles des jambes écartés à l'appui renversé. <i>Circles or flair to handstand.</i> Molinos o molinos piernas abiertas al apoyo invertido.  fb	93. 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)  fbf	94. 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).  fbf	95.	96.

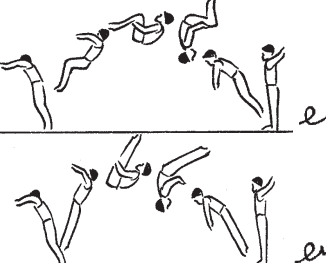
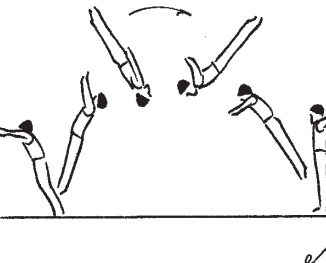
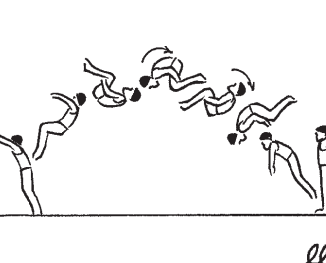
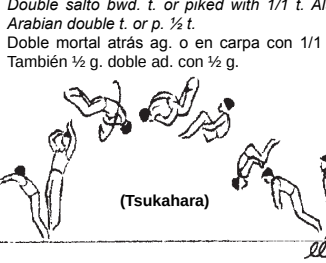
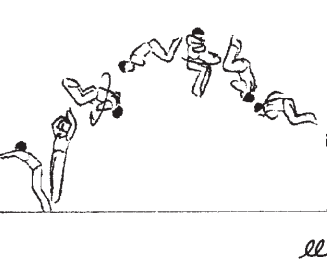
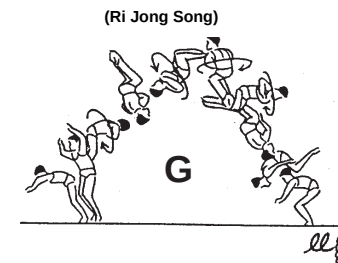
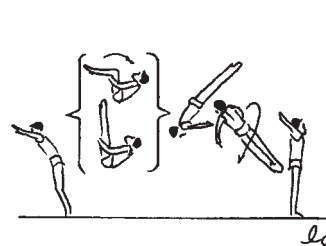
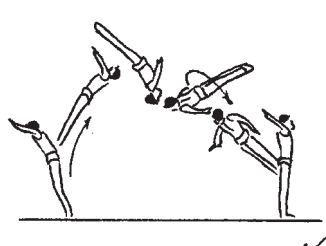
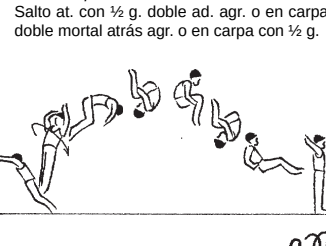
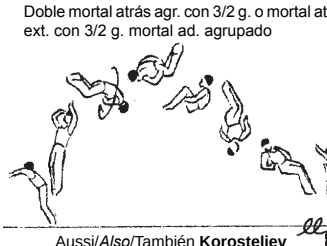
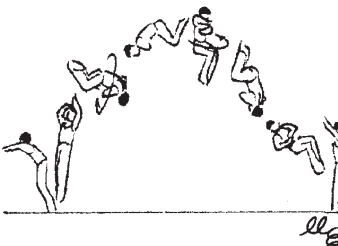
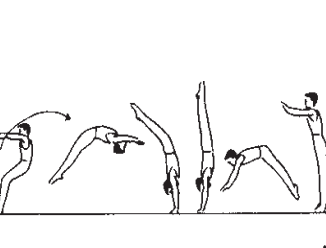
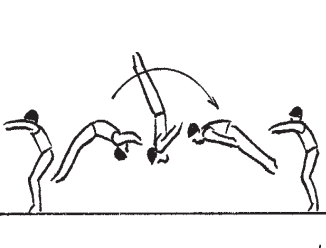
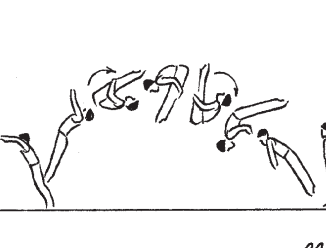
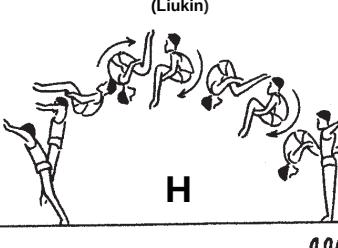
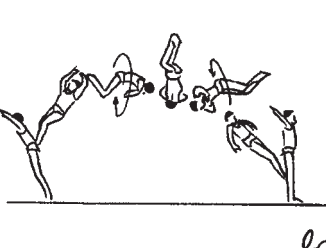
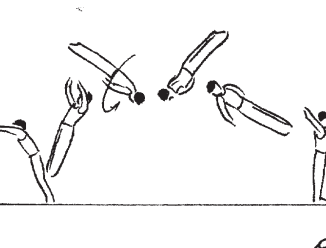
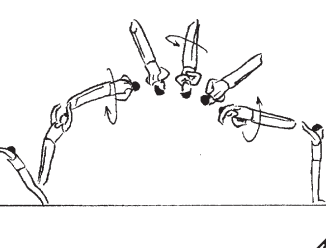
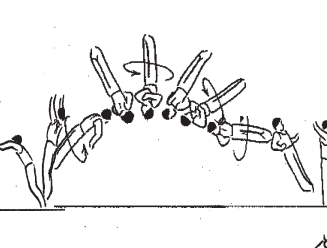
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Elements non-acrobatique - Non-acrobatic Elements - Elementos no acrobáticos					
97.	98. De l'appui renversé s'abaisser en cercles des jambes écartés ou cercles des jambes. <i>Lower from hdst. to flair or circle.</i> Desde el apoyo invertido bajar a molinos o molinos piernas abiertas.	99.	100.	101.	102.
					
	bf				
103. Cercles d. jambes écartés avec ½ pivot. <i>Flair with ½ spindle.</i> Molinos o molinos p. abiertas con ½ giro.	104. 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).	105. 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.	106.	107.	108.
					
fφ	fφ	fφb			
109.	110. 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.	111.	112. 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.	113.	114.
					
	fφb		fφbf		
115. Facial russe avec 360° ou 540°. <i>Russian wendeswing with 360° or 540°.</i> Rusas con 360° o 540°.	116. Facial russe avec 720° ou 900°. <i>Russian wendeswing with 720° or 900°.</i> Rusas con 720° o 900°.	117. Facial russe avec 1080° ou plus. <i>Russian wendeswing with 1080° or more.</i> Rusas con 1080° o más. (Fedorchenko)	118.	119.	120.
					
r	rrr	rrr			

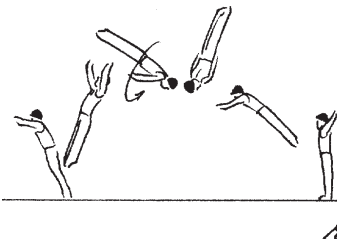
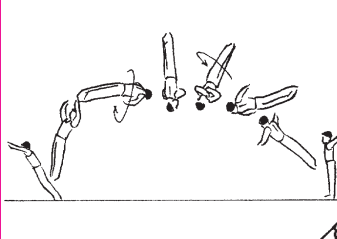
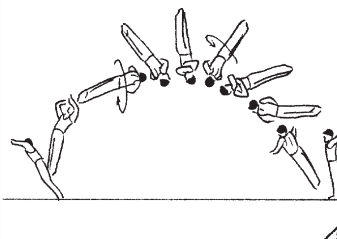
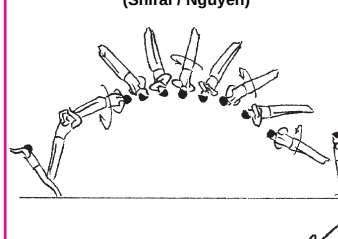
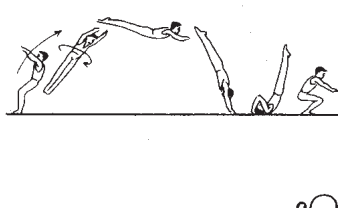
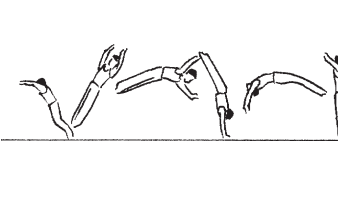
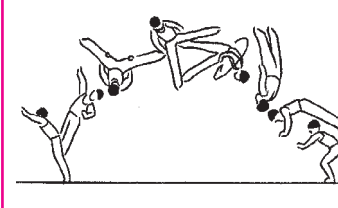
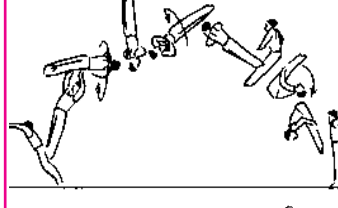
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Elements non-acrobatique - Non-acrobatic Elements - Elementos no acrobáticos					
121. Rouler en arrière à l'appui renv. avec ½ t. <i>Roll bwd. through hdst. with ½ t.</i> Rodar atrás al apoyo invertido con ½ g.  e p	122. Rouler en 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.  e p E	123.	124.	125.	126.
127.	128.	129.	130.	131.	132.
133.	134.	135.	136.	137.	138.
139.	140.	141.	142.	143.	144.

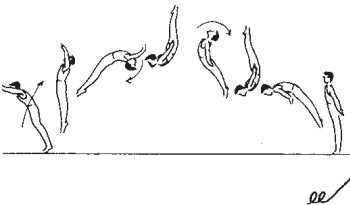
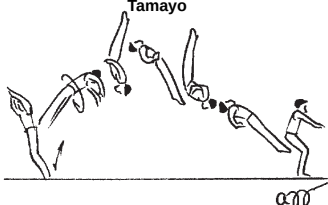
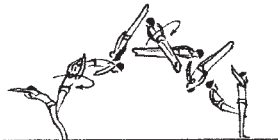
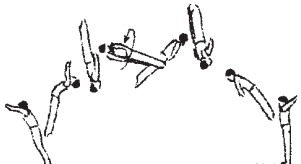
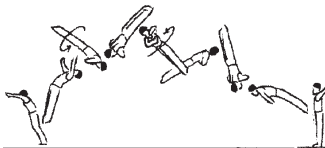
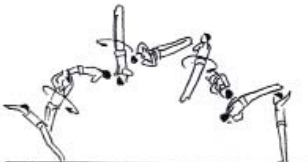
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Parties acrobatiques en avant (saltos et renversements) et éléments de roule (sans salto)- Acrobatic elements forward (saltos and handsprings) & fwd. rollout elements (no salto) - Elementos acrobáticos ad. (mortales y palomas) y elementos a rodar ad. (sin mortal)					
1. Bascule de nuque ou de tête avec ½ t. à l'appui renv. ou 1/1 t à l'appui couché dorsal. <i>Neck or head spring w. ½ t. to hdst. or 1/1 t. to rear support.</i> <i>Báscula de nuca o cabeza con ½ g. al apoyo invertido o apoyo acostado facial.</i> 					
7. Renversement avant. <i>Forward handspring or flyspring.</i> <i>Paloma adelante o flic flac adelante.</i> 			10. Renversement salto avant groupé (style Marinich) à station. <i>Handspring salto fwd. tuck (Marinich style).</i> <i>Paloma mortal agrupado (estilo Marinich).</i> (Morandi) 		
13. Saut de poisson. <i>Dive roll.</i> <i>Tigre.</i> 	14. Saut avec 1/1 t. et renversement avant. <i>Jump with 1/1 twist to fwd. hdsp.</i> <i>Salto con 1/1 y paloma.</i> 				
19. Salto avant groupé ou carpé. <i>Salto fwd. tucked or piked.</i> <i>Mortal adelante agrupado o en carpa.</i> 	20. Salto avant tendu. <i>Salto fwd. stretched.</i> <i>Mortal adelante extendido.</i> 	21. Salto avant tendu à l'appui couché facial. <i>Salto fwd. str. to front support.</i> <i>Mortal adelante ext. al apoyo acostado facial.</i> 	22. Double salto avant groupé. <i>Double salto fwd. tucked.</i> <i>Doble mortal adelante agrupado.</i> 	23. Double salto avant carpé. <i>Double salto fwd. piked.</i> <i>Doble mortal adelante en carpa.</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 II: Parties acrobatiques en avant (saltos et renversements) et éléments de roule (sans salto)- <i>Acrobatic elements forward (saltos and handsprings) & fwd. rollout elements (no salto)</i> - Elementos acrobáticos ad. (mortales y palomas) y elementos a rodar ad. (sin mortal)					
25. Salto avant sur 1 jambe écartée. <i>Aerial walkover fwd.</i> Mortal adelante sobre con 1 pierna. 	26. 	27. 	28. 	29. Double salto avant groupé avec ½ t. <i>Double salto fwd. tucked with ½ t.</i> Doble mortal adelante agrupado con ½ g. 	30. Double salto avant carpé avec ½ t. <i>Double salto fwd. piked with ½ t.</i> Doble mortal adelante en carpa con ½ g. 
31. Salto avant groupé ou carpé, avec ½. <i>Salto tucked and piked ½ t.</i> Mortal adelante agr. o en carpa, con ½. 	32. Salto avant groupé avec 1/1 t. <i>Salto tucked with 1/1 t.</i> Mortal adelante agr. con 1/1 g. 	33. 	34. 	35. 	36. 
37. 	38. Salto av. tendu avec ½ t. <i>Salto fwd. str. with ½ t.</i> Mortal ad. ext. con ½ g. 	39. Salto av. tendu avec 1/1 t. <i>Salto fwd. str. with 1/1 t.</i> Mortal ad. ext. con 1/1 g. 	40. Salto av. tendu avec 2/1 t. <i>Salto fwd. str. with 2/1 t.</i> Mortal ad. ext. con 2/1 g. 	41. Salto av. tendu avec 5/2 t. <i>Salto fwd. str. with 5/2 t.</i> Mortal ad. ext. con 5/2 g. 	42. 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) 
43. 	44. Salto avant groupé avec 3/2 t. <i>Salto tucked 3/2 t.</i> Mortal adelante agr. con 3/2 g. 	45. Salto av. tendu avec 3/2 t. <i>Salto fwd. str. with 3/2 t.</i> Mortal ad. ext. con 3/2 g. 	46. 	47. 	48. 

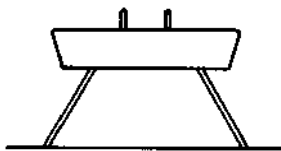
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Parties acrobatiques en avant (saltos et renversements) et éléments de roule (sans salto)- <i>Acrobatic elements forward (saltos and handsprings) & fwd. rollout elements (no salto)</i> - Elementos acrobáticos ad. (mortales y palomas) y elementos a rodar ad. (sin mortal)					
49.	50. Salto av. gr. ou ca. à l'appui couché facial. <i>Salto fwd. t. or p. to front support.</i> Mortal adelante agrupado o en carpa al apoyo acostado facial.	51. Salto av. gr., ca. ou tendu avec 1/1t. à l'appui c. fac. <i>Salto fwd. t., p or str. with 1/1 t. to front support.</i> Mortal adelante agrupado en carpa o ext. con 1/1 g. al apoyo acostado facial.	52.	53.	54. 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.
					
	81	8E1			8E
55.	56.	57.	58. Saut en av. ½ t. et double salto arr. gr. ou c. <i>Jump fwd. with ½ t. to dbl. salto bwd. t. or p.</i> Salto ad. con ½ g. y doble mortal at. ag. o carp. (Deferr) 	59.	60.
			Ell		
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 (saltos et renversements), et saltos en arrière avec demi tour - <i>Acrobatic elements backward (saltos and handsprings), & Arabian elements</i> - Elementos acrobáticos atrás (mortales y palomas)					
1. Salto arrière groupé ou carpée. <i>Salto backwards tucked or piked.</i> Mortal atrás agrupado o en carpa. 	2. Salto arrière tendu. <i>Salto backwards stretched.</i> Mortal atrás extendido. 	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. 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 carpée avec ½ t. <i>Salto backwards tucked or piked w. ½ t.</i> Mortal atrás agrupado o en carpa con ½ g. 	8. Salto arrière tendu avec ½ t. <i>Salto backwards str. w. ½ t.</i> Mortal atrás extendido con ½ g. 	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 double 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. Salto tempo arrière. <i>Tempo salto bwd.</i> Tempo. 	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. Salto arrière groupe avec 3/2 t. <i>Salto backwards tucked w. 3/2 t.</i> Mortal atrás agr. con 3/2 g. 	21. Salto arrière tendu avec 3/2 t. <i>Salto bwd. str. with 3/2 t.</i> Mortal atrás ext. con 3/2 g. 	22. Salto arrière tendu avec 5/2 t. <i>Salto bwd. str. with 5/2 t.</i> Mortal atrás ext. con 5/2 g. 	23. Salto arrière tendu avec 7/2 t. <i>Salto bwd. str. with 7/2 t.</i> Mortal atrás ext. con 7/2 g. 	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: Parties acrobatiques en arrière (saltos et renversements), et saltos en arrière avec demi tour - <i>Acrobatic elements backward (saltos and handsprings), & Arabian elements</i> - Elementos acrobáticos atrás (mortales y palomas)					
25.	26. Salto arrière tendu avec 1/1 t. <i>Salto bwd. str. with 1/1 t.</i> Mortal atrás ext. con 1/1 g.	27. Salto arrière tendu avec 2/1 t. <i>Salto bwd. str. with 2/1 t.</i> Mortal atrás ext. con 2/1 g.	28. Salto arrière tendu avec 3/1 t. <i>Salto bwd. str. with 3/1 t.</i> Mortal atrás ext. con 3/1 g.	29.	30. Salto arrière tendu avec 4/1 t. <i>Salto bwd. str. with 4/1 t.</i> Mortal atrás ext. con 4/1 g. (Shirai / Nguyen)
					
31.	32.	33.	34.	35.	36.
37. Saut en arrière avec ½ t. et saut de poisson. <i>Jump bwd. with ½ t. to roll fwd.</i> Salto atrás con ½ g. y tigre.	38.	39.	40.	41.	42.
					
43. Saut en arr. avec ½ t. et renversement avant. <i>Jump bwd. with ½ t. to handspring fwd.</i> Salto atrás con ½ g. y paloma.	44. Saut en arrière avec ½ t. et salto avant gr. ou carpié à l'appui couché facial. <i>Jump bwd. with ½ t. to salto fwd. t. or p. to f. sup.</i> Salto atrás con ½ g. y mortal adelante agrupado o en carpa al apoyo acostado facial.	45.	46.	47. Double salto écarté avec 1/1 t. <i>Double salto straddled with 1/1 t.</i> Doble mortal lateral piernas ab. con 1/1 g. (Lou Yun)	48. Salto arr. tendu avec 2/1 t. et salto arr. carpié. <i>Salto bwd. str. with 2/1 t and salto bwd piked.</i> Mortal atrás ext. con 2/1 g. y mortal at. en carpa. (Kolyvanov)
					

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 (saltos et renversements), et saltos en arrière avec demi tour - <i>Acrobatic elements backward (saltos and handsprings), & Arabian elements</i> - Elementos acrobáticos atrás (mortales y palomas)											
49.	50.	51.	52. Double salto arrière tendu. <i>Double salto bwd. stretched.</i> Doble mortal atrás extendido.				53. salto arr. avec ½ t. double salto av. ou double salto arrière tendu avec ½ t. <i>Arabian Jump bwd. to dbl. salto fwd. str. or double salto bwd. stretched with ½ t.</i> Salto ½ g. doble mortal ad. o doble mortal atrás extendido con ½ g.		54. Double salto arrière t. avec 3/2 t. ou salto arr. avec ½ t. double salto av. avec 1/1 t. <i>Double salto bwd. str. with 3/2 t. or arabian Jump bwd. to dbl. salto fwd. str. with 1/1 t.</i> Doble mortal atrás extendido con 3/2 g. o salto ½ g. doble mortal ad. con 1/1 g.		
											
							Tamayo		Aussi/Also/También Hypolito		
55.	55.	56.	57.	58. Double salto arrière tendu avec 1/1 t. ou salto arr. avec ½ t. double salto av. avec ½ t. <i>Double salto bwd. stretched 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.				59. 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			
60.	61.	62.	63.	64.		64.		65. 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	
66.	67.	68.	69.	70.		70.		71. 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	

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. A tornász csak olyan elemeket mutathat be a gyakorlatban, melyet teljes biztonsággal, magas fokú esztétikai és technikai tökéletességgel képes bemutatni.
3. 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 elkezdni 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.
 - e) Az ollók és egylábás lendületek során a tornásznak jelentős csipőemelést és nagy lábterpesztést kell végrehajtaniuk.
 - f) A kézállásos elemeket teljesen nyújtott karokkal kell elérni, anélkül, hogy a lendület láthatóan megtörne és a tornász láthatóan erőlködjön.
 - 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 csipő visszaeséséért és bizonytalanságért a kézállásba emelés, a támlák és a kézállásból való leereszkedés közben is, valamint a páros- és Thomas-körök kinyújtásának hiányáért is az elem befejezésekor. Nem jár levonás a kézállásba emelésnél a csipő hajlításáért.
 - h) A leugrás során a tornász áthalad a ló teste fölött, és oldalállásba érkezik, arccal a ló hossztengelyének megfelelően, míg közelebbi keze az utolsó támaszhelyzen van a lovon.
 - i) Leugrásként a sima kézállásnak át kell haladnia a ló teste fölött ahhoz, hogy értékeljék. Abban az esetben, hogy a kézállás leugrás legalább 270° támlával oldaltámasz helyzetből, vagy 360° támlával haránttámasz helyzetből indul, nem szükséges, hogy áthaladjon a ló teste fölött.
 - j) Elvárások az ollókézállásokkal szemben:
 - Elvárt a tornásztól, hogy erőlködés, bizonytalanság nélkül lendüljön kézállásba, végig nyújtott csipővel.
 - Az ollókézállásnál a hangsúlyozott csipőhajlítást és látható erőlködést külön-külön levonja az E zsűri.
 - Az erőltetett lendülést és/vagy a csipő vagy lábak süllyesztését az E zsűri levonja az ollókézállásnál.

- Az ollókézállásnál kézállásban zárni kell a lábakat.
- k) Pontosítások a Li Ning típusú ollókézállás esetén előforduló kápáról történő lelépés(ek) esetére:
- Lélelés a kápáról egy kézzel és visszalélelés egy kápára = D értéle (D zsűri) és -0,3 + eyleb kiviteli levonások nem tervezett támaszéért (E zsűri).
 - Lélelés a kápáról egy kézzel, visszalélelés nélkül a kápára = D értéle (D zsűri) és -0,5 + eyleb kiviteli levonások nem tervezett támaszéért (E zsűri).
 - Lélelés 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) + eyleb kiviteli levonások nem tervezett támaszéért (E zsűri).
- Megjegyzés: Minden más ollókézállás esetén lelélelés 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) + eyleb kiviteli levonások nem tervezett támaszéért (E zsűri).
- l) A kézállás leugrást kivéve minden eyleb leugrást úgy kell végrehajtani, hogy a leérkezés előtt a test legalább 30°-kal a vállvonal magasságában meghúzott vízszintes sík fölétt legyen. 30° alatti szög esetén, a lóléngés speciális hibáit tartalmazó táblázatban (11.3 cikk) foglaltaknak megfelelően kell alkalmazni a levonásokat.
- m) 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.
4. A gyakorlat kivitelért adható levonások teljes listáját lásd a 9. szakaszban, és a levonások összegzésénél a 9.4 és 11.3 cikkeleken.

11.2.2 cikk Információk a D pontszámról

1. Az elemcsoport követelmények a következők:
 - I. Eglýabas 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. Eyleb információk és szabályok:
 - a) Általános:
 - a.1) Amíg nincs külön jelölve, a bőrön bemutatott elemek értéke megegyezik a két kápán bemutatott elemekével.
 - a.2) Amíg nincs külön jelölve minden 1/2 fordulat (csehkör „varázs”, Stöckli és reverse Stöckli, dupla svájci) ugyanazzal az értékkel bír.
 - a.3) Amíg nincs külön jelölve, minden elem ott kezdődik, ahol egy elemszerkezet 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 elkezdi a következőt.
 - ii. Orsónek akkor van vége, mikor az orsó fordulat megáll.
 - iii. Egy mellsőtámaszos elem (kanyarlat) akkor ér véget, amikor a kanyarlat mozdulat véget ér.
 - iv. 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.
 - v. 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.
 - vi. 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.
 - vii. 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) Oldaltámaszból a ló egyik végétől a kápák felett hátsó vándor a ló másik végére (3/3) két pároskör alatt a kápák érintése nélkül kapja meg a D értéket (III/16).
- a.5) Ha a vándor során a tornász leesik, nem kap részpontszámot sem. Példa: Ha a tornász Magyar vándort mutat be, és az első kápa után leesik, miközben megpróbálja folytatni a vándort, nem kap értéket.
- a.6) Minden Sohn és Bezgo típusú elem állásból indítva (és nem pároskörből) két értékkel alacsonyabban ér, mint ahogy az elemtáblázatba besorolásra került.
- a.7) Oroszt kanyarlat leugrás haránt helyzetből, kifelé arccal indítva csak akkor ér teljes értéket leugrásként, ha kanyarlati leugrás (IV/1) 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.9) Tong Fei elemet négy különböző formában (kiinduló és befejező helyzet) lehet bemutatni. Ezek közül háromnál teljes pároskört kell bemutatni, miután a véghelyzetet eléri a tornász (oldalhelyzetből haránthelyzetbe, haránthelyzetből oldalhelyzetbe vagy oldalhelyzetből oldalhelyzetbe).
- a.10) Ez az a.5) ponttal megegyezik!!!! Ha a vándor során a tornász leesik, nem kap részpontszámot sem. Példa: Ha a tornász Magyar vándort mutat be, és az első kápa után leesik, miközben megpróbálja folytatni a vándort, nem kap értéket.
- a.11) A következő elemek értékét nem növeli, ha egyéb elemeket köt hozzá a tornász:
- Vetődés - kanyarlat - vetődés (III.64, Moguilny)
 - Kanyarlat - vetődés - kanyarlat (III.70, Belenki)

b) Pároskörök

- b.1) Amíg nincs másként jelölve, minden páros kör mellső támaszból kezdődik, és ott ér véget.
- b.2) Amíg nincs másként jelölve, az azonos számmal jelölt pároskörök vagy Thomas-körök értéke azonos. Az elemtáblázatban ezek az elemek véletlenszerűen pároskörökkel vagy Thomas-körökkel vannak ábrázolva. Ez azt jelenti, hogy a II.28 elem számos különböző módon végrehajtható:
- Zárt lábbal, oldaltámaszban 1/1 orsó maximum két kör alatt
 - Terpesztett lábbal, oldaltámaszban 1/1 orsó maximum két kör alatt
 - Terpesztett lábbal, oldaltámaszban 1/1 orsó maximum két kör alatt, kéztámasszal a ló egyik végén, a kápákon kívül
- b.3) Minden alapelemet bel lehet fejezni haránt vagy oldaltámaszban (egy kápán is) negyed fordulattal anélkül, hogy az az elem szerkezetét vagy értékét módosítaná.
- b.4) A kápara fellépés 1/4 fordulattal vagy a nélkül, B értékű pároskörnek számít 1/4 fordulattal egy kápán, 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 kápán fordulattal 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.
- 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 egylábas lelendülés

	Kézállás		
	“B”	“C”	“D”
360° fordulattal VAGY 3/3 vándorral*	C	D	E
360° fordulattal ÉS 3/3 vándorral*	D	E	F

**3/3 vándor legalább 180° támlával*

3. Kézállás páros- vagy Thomas-körből és lelendülés páros- vagy Thomas-körzéshez

	Kézállás		
	“B”	“C”	“D”
Lelendülés páros- vagy Thomas-körzéshez	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, csipőszögért 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 kombinációja egy kápán: pároskör oldaltámaszban (1/4 fordulattal vagy anélkül), pároskör haránttámaszban (1/4 fordulattal vagy anélkül), direkt Stöckli B és/vagy direkt Stöckli A; és maximum kétszer ismételhet a tornász egy elemet közvetlenül egymás után. Ilyen kombinált elemek (flopok) csak D vagy E 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.
- ii. Páros körök és/vagy Stöckli A vagy B és orosz kanyarlat kombinálása egy kápán. A kör és/vagy a Stöckli B megelőzheti, vagy a kör és/vagy Stöckli B követheti az orosz-kanyarlatot. Ha két ilyen elem van, akkor ezeknek együtt kell szerepelniük, mint pl. a 2 kör, vagy 2 DSB, vagy 1 kör és 1 DSB, vagy DSA (a 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

- 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 mellő 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 mellő 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
 - Haránttámaszban 1/1 orsó maximum két kör alatt (1/3, 1/2 vagy 2/3 vándorral is) (Magyar) - 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 és IV. elemcsoport bónuszát kap.
- f.3) Példák a megismételt 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 befejezi a leugrást	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 egy 0,1 lábnyitással	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 elemisméltések

- a) Egy gyakorlaton belül maximum két 3/3 vándor mutatható be haránttámaszban (előre és/vagy hátra). Ez csak a következő vándorokra vonatkozik:
- III.45 Előre vándor haránt támasszal a bőrön, kápán, kápán, bőrön (3/3) (1-2-4-5) C értékért.
 - III.46 Bármely más vándor előre haránt támasszal a ló másik végére (3/3) (Magyar) D értékért.
 - III.47 3/3 vándor haránt támasszal szökkenéssel (Driggs) E értékért.
 - III.51 Mellső haránt támasz a ló végén, vándor előre 2 kör az 1. kápáig, és a 2. kápára 1/4 fordulattal oldaltámaszba a ló másik végére (3/3) (Bilozherchev) C értékért
 - III.57 Hátra vándor haránt támasszal a bőrön, kápán, kápán, bőrön (3/3) (5-4-2-1) C értékért.
 - III.58 Bármely más vándor hátra haránt támasszal a ló másik végére (3/3) (Sivado) D értékért.

Pl. Nin Reyes típusú elemekre (3/3 vándor orsóval) nem vonatkozik ez a szabály.

- b) Egy gyakorlaton belül maximum két orosz kanyarlat mutatható be értékért, beleértve a leugrást is. Ez alól a szabály alól kivételt képeznek a flop/orosz kombinációk egy kápán, a Kroll (III.81), a Roth (III.82), a Wu Guonian (III.83) és a Tong Fei típusú (III.75, 76, 87, 89) elemek.
- c) Egy gyakorlaton belül maximum két kézállás pároskörből, Thomas-körből, ollóból mutatható be értékért, a leugrást nem beleszámítva.

A 4. pont hiányzik!!!

5. 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

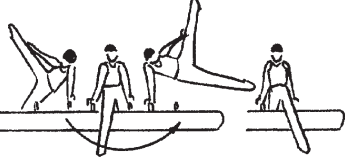
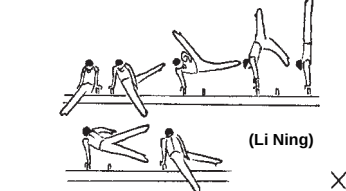
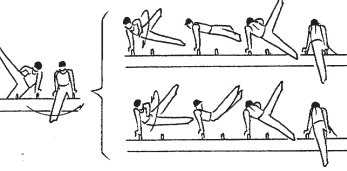
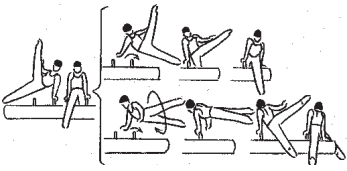
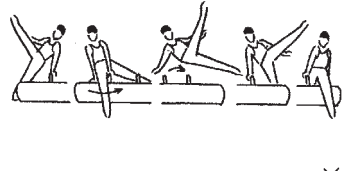
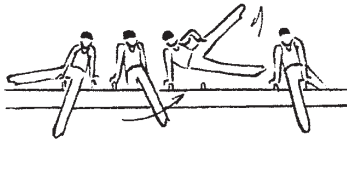
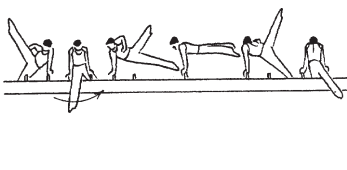
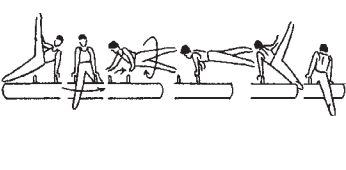
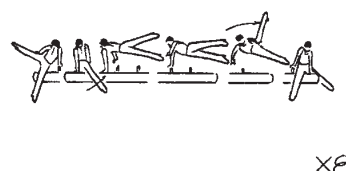
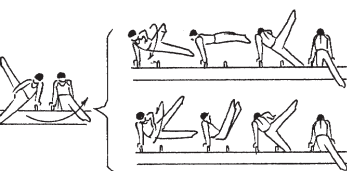
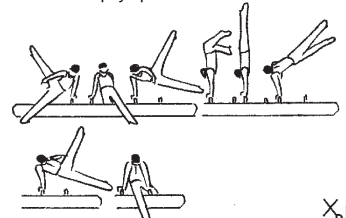
D zsűri

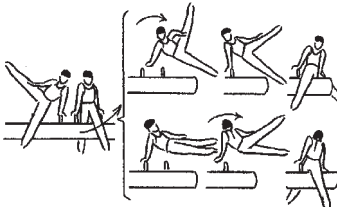
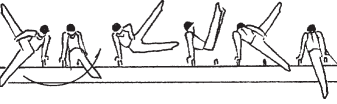
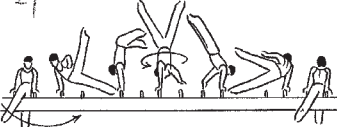
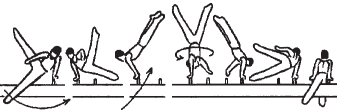
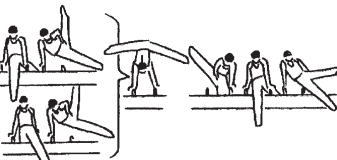
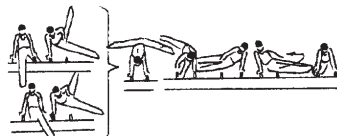
Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
Nem használja a tornász a ló mint a három részét.		+	

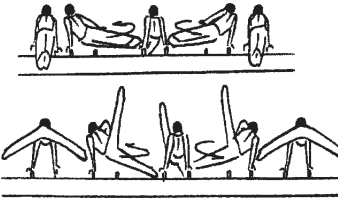
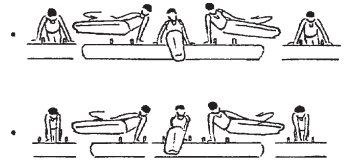
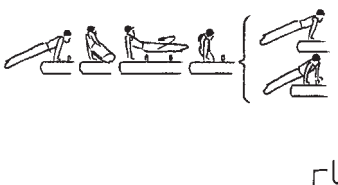
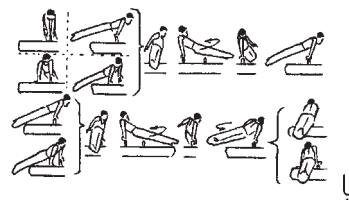
E zsűri

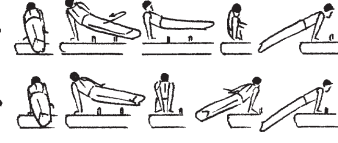
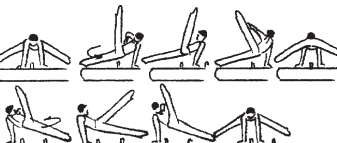
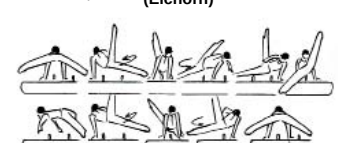
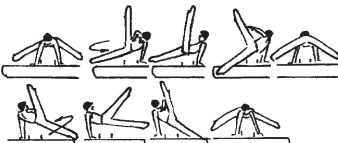
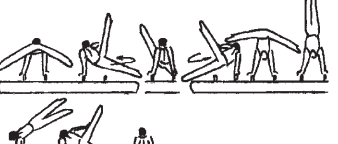
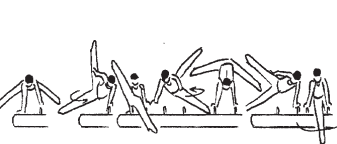
Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
Megfelelő mozgáskiterjedés hiánya ollóknál és egy lábas lendületeknél.	+	+	
Kézállás látható erőlködéssel vagy hajlítot karral.	+	+	+
Mozgásszünet, vagy megállás kézállásban.	+	+	+
Csípőhajlítás köröknél.	+	+	
Test kinyúlásának hiánya páros köröknél és Thomas-köröknél. Minden elemnél	+		
Hajlított láb, vagy lábnyitás az elemek közben.	+	+	+
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
Ollókézállás lábzáras nélkül.	+	+	
Extra 1/2 lendület felugráskor a lábak oldalcseréje nélkül		+	
Bizonytalanság a kézállás leugrásban, támla problémák.	+	+	
Kézállásba irányuló elemeknél lábak süllyesztése (eredeti helyzetből)	0 - 15°	16°-30°	31° - 45° >45° elem nincs elfogadva

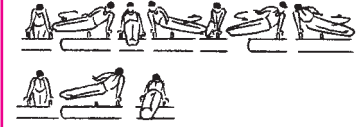
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Élans d'une jambe et ciseau - Single leg swings and scissors - Impulsos de una pierna y tijeras					
1. Ciseau avant. <i>Scissor forward.</i> Tijera adelante.  X	2.	3. Double ciseau avant avec transport latéral par l'ATR. <i>Double Scissor Fwd. with Travel Sideways through Handstand.</i> Tijera doble adelante con desplazamiento lateral a través del apoyo invertido. (Stepanyan)  X↓	4. Ciseau av. avec ¼ t. par l'appui renverse sur 1 arc., retour à l'appui jambes éc. transversal, dans l'autre bras. <i>Scissor fwd. w. ¼ t. through hstd. on 1 p., lower to sup. w. strad. legs on the other arm.</i> Tijera ad. con ¼ g. por el ap. inv. sobre 1 arco, volver al ap. p. ab. transv. en el otro brazo.  X↓	5.	6.
7. Ciseau avant avec ½ t. <i>Scissor forward with ½ t.</i> Tijera ad. con ½ g.  X↺	8. Ciseau avant avec saut latéral (aussi avec 1/2 t.). <i>Scissor forward with hop swd. (also with 1/2 t.).</i> 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). <i>Scissor fwd. with hop swd. from one end to the other (3/3).</i> Tijera adelante con salto lateral de un extremo al otro (3/3).  X↺	10.	11.	12.
13. Ciseau arrière. <i>Scissor backward.</i> Tijera atrás.  X↻	14. Double ciseau avant (¼ t. av. et ¼ t. arr.). <i>Double scissor fwd. (¼ t. fwd. a. ¼ t. bwd.).</i> 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. <i>Double scissor fwd. (¼ t. fwd. a. ¼ t. bwd.) with travel sdw.</i> Doble tijera ad. (¼ g. ad. y ¼ g. at.) con desplazamiento lateral.  X↺	16. Double ciseau av. avec salto lateral d'une extr. à l'autre (3/3). <i>Double scissor forward with hop sideways from one end to the other (3/3).</i> Tijera doble con salto lat. desde un extremo al otro (3/3). (Mikulak)  X↺	17.	18.
19. Ciseau arrière avec ½ t. <i>Scissor backward with ½ turn.</i> Tijera atrás con ½ g.  X↻	20.	21.	22. Élan en arr. avec ¼ t. par l'app. renvs. sur 1 arc., retour à l'app. jamb. éc., dans l'autre bras. <i>Swing bwd. w. ¼ t. through hstd. on 1 p., lower to sup. w. strad. legs on the other arm.</i> Impulso at. con ¼ g. por el ap. inv. sobre 1 arco, volver al apoyo p. abiertas. en el otro brazo.  X↓	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 ciseau - 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. Ciseau av. avec 1/4 t. à l'app. renv., 1/4 t. et retour sur un bras, jambes écartés à l'autre arçon. <i>Scissor fwd. 1/4 t. to hdst., 1/4 t. and straddle down bwd on 1 arm on the other pommel.</i> Tijera ad. con 1/4 g. al ap. inv., 1/4 g. y descender sobre un brazo piernas abiertas al otro arco. (Bryan) 	35.	36.
37.	38.	39.	40. Ciseau arrière avec ¼ t. à l'appui renv., ¼ t. et retour sur un bras, jambes écartés à l'autre arçon. <i>Scissor bwd. ¼ t. to hdst., ¼ t. and straddle down bwd on 1 arm on the other pommel.</i> Tijera at. con ¼ g. al ap. inv., ¼ g. y descender sobre un brazo piernas abiertas al otro arco. 	41.	42.
43.	44. 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. 	45. Mouvement éc. d. jamb. en arr. par l'app. renvs. et retour au cercle éc., cercle. <i>Leg cut or undercut bwd. through hdst. and lower to flair or circle.</i> Movim. piernas abiertas atrás por el apoyo invertido y volver a molino o molino piernas abiertas. 	46.	47.	48.

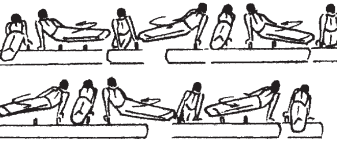
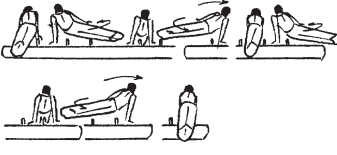
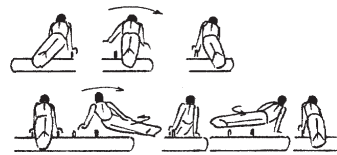
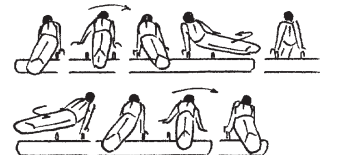
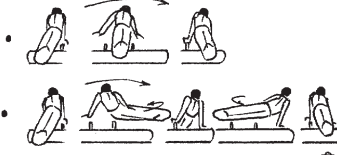
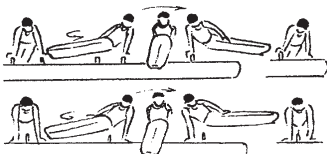
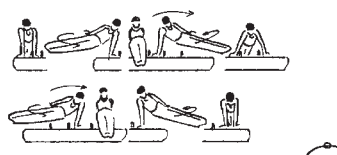
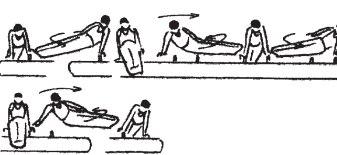
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Cercles des jambes serrées et éc. avec ou sans pivots et appuis renversé, passés dorsaux, russes faciaux, flop et d'éléments combinés.- Circle and flairs, with and/or without spindles and handstands, Kehrwings, Russian w., flops and 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. abierto.  (Thomas)	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. 	3.	4.	5.	6.
7.	8. Cercle avec app. sur chaque extrémité ou entre les arçons. <i>Circle with support outside pommels or between the pommels.</i> Molino con ap. sobre cada extr. o entre los arcos.  	9.	10.	11.	12.
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.  	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.).  	15.	16.	17.	18.
19. Cercles des jambes en appui dorsal transversal sur l'extrême. <i>Circles in cross support rearways on end.</i> Molinos en apoyo dorsal transversal sobre el extremo.  	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.  	21.	22.	23.	24.

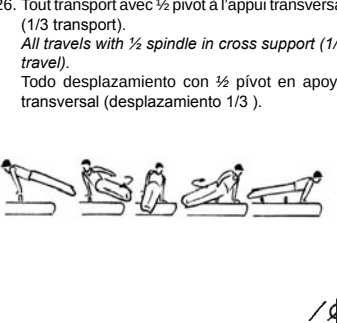
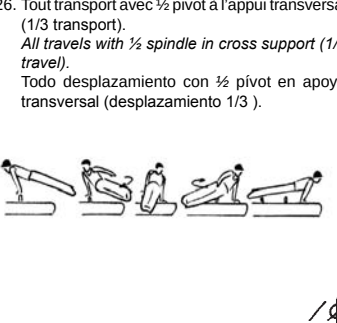
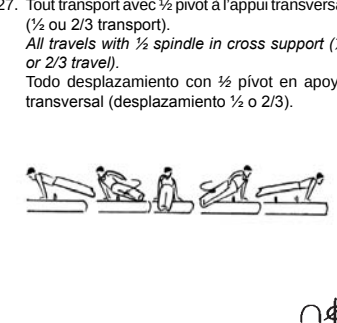
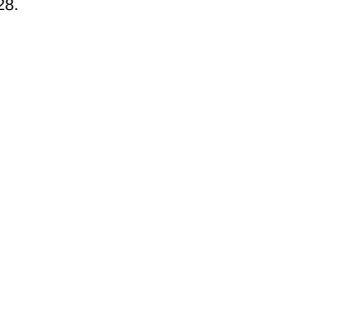
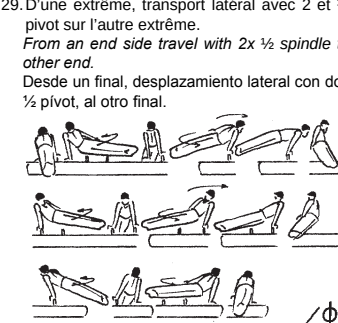
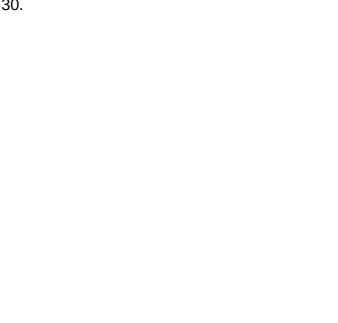
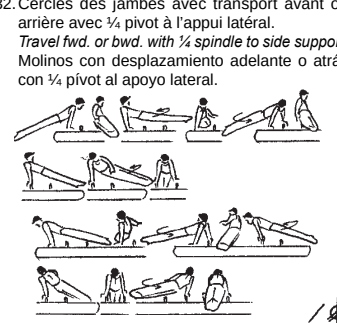
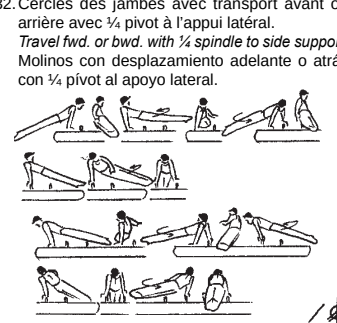
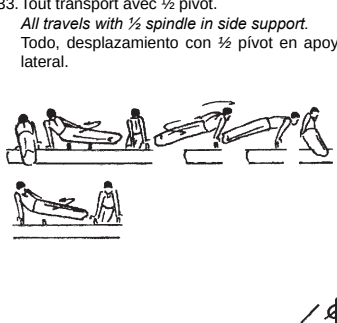
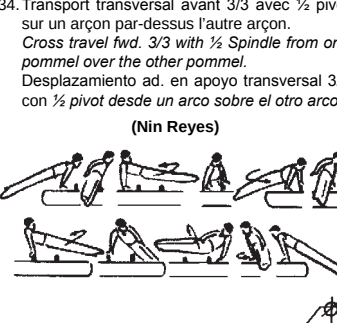
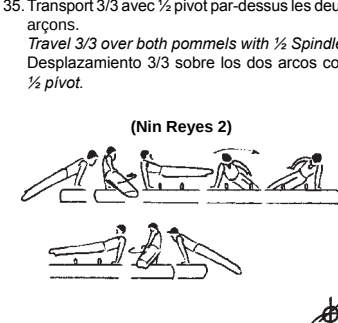
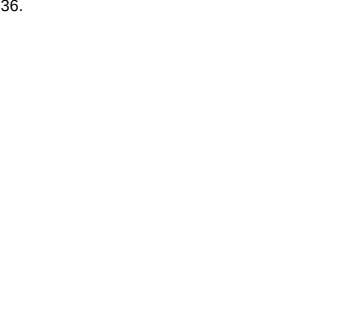
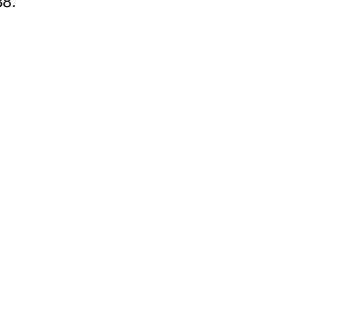
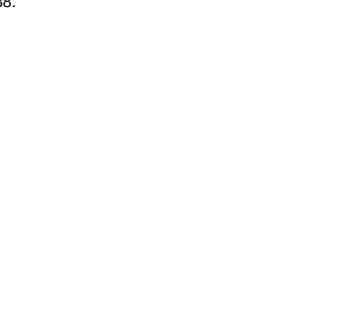
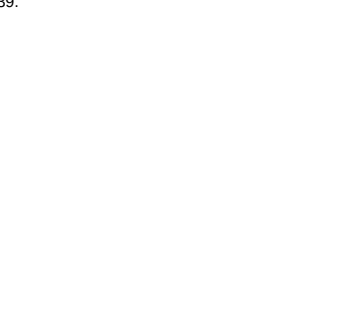
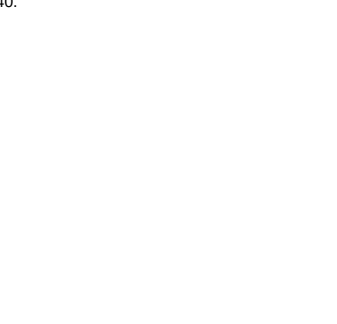
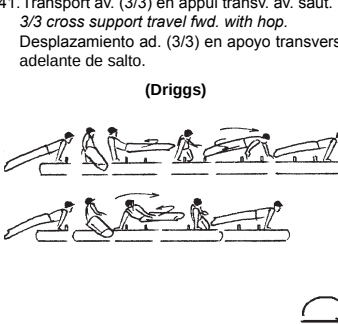
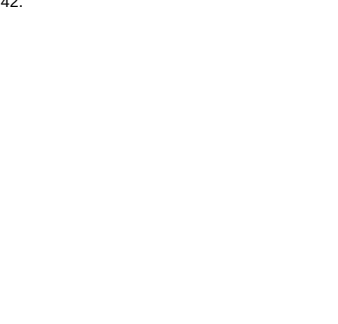
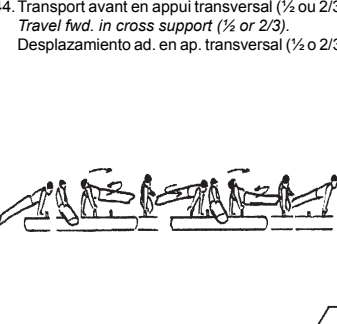
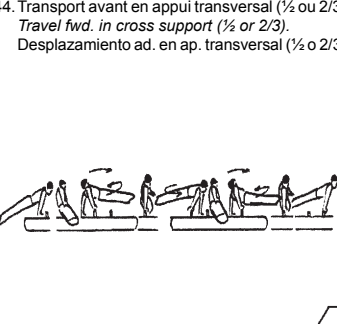
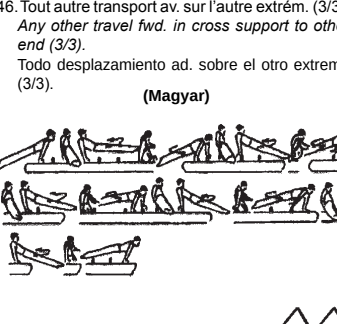
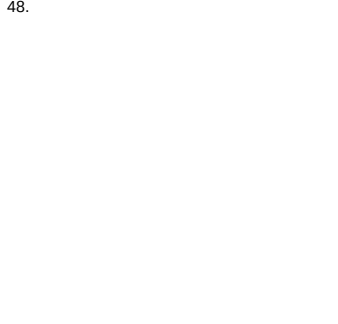
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Cercles des jambes serrées et éc. avec ou sans pivots et appuis renversé, passés dorsaux, russes faciaux, flop et d'éléments combinés.- Circle and flairs, with and/or without spindles and handstands, Kehrs wings, Russian w., flops and combined elements - Molinos, molinos p. abiertas, con o sin giros y apoyo invertido, Keres, Rusas, flaps y elementos combinados					
25. Cercles des jambes en appui latéral, ¼ pivot en appui transversal. <i>Circle in side sup., ¼ spindle to cross sup.</i> Molinos en ap. lat., ¼ pivot en apoyo transv. 	26. Appui latéral, ½ pivot. <i>Side support, ½ spindle.</i> Apoyo lateral en el final, ½ spindle. 	27. 	28. Tout 1/1 pivot en appui latéral dans max. 2 c. des jambes éc. <i>Any side support 1/1 spindle w. legs straddle inside max. 2 circles.</i> Cualquier ap. lat., 1/1 pivot máx. en 2 molinos piernas abiertas. 	29. Tout app. lat., 1/1 pivot av. les arçons entre les mains (cercles d. jamb. éc. ou cerc. d. jamb). <i>Any side support 1/1 spindle with hand support to the other side and return (max. 2 flairs or circles).</i> Cualquier ap. lat. 1/1 pivot con apoyo de mano al otro lado y volver (máx. 2 molinos p. abiertas o molinos). (Eichorn) 	30. Appui latéral, 1/1 pivot av. les ac. entre les mains (cercles d. jambes éc. ou cercles d. jambes). <i>Side support, 1/1 spindle with both pommels between the hands (flair or circle).</i> Apoyo lateral, 1/1 pivot adelante arcos entre las manos (molinos p. abiertas o molinos). 
31. App. transv. sur l'extrém., cercles d. jamb. avec ¼ pivot en app. lat. <i>Cross support on end, circle with ¼ spindle to side support.</i> Apoyo transv. sobre el extr., molinos con ¼ pivot en apoyo lateral. 	32. App. transv. sur l'extrém., ½ pivot. <i>Cross support on end, ½ spindle.</i> Apoyo transv. sobre un extr., ½ pivot. 	33. 	34. Tout appui transv. avec 1/1 pivot dans max. 2 cercles (aussi avec ½, ½ ou 2/3 transport). <i>Any cross support 1/1 spindle within max. 2 circles. (also with ½, ½ or 2/3 travel).</i> Cualquier apoyo transv. con 1/1 pivot en máx. 2 molinos. (también con ½, ½ o 2/3 despl.). 	35. Appui facial transv., 1/1 pivot av. mains entre les arcs. max. 2 cercles (aussi avec ½ transport). <i>Cross support, 1/1 spindle with hands between the pommels max. 2 circles. (also with ½ travel).</i> Apoyo facial transv., 1/1 pivot ad. manos entre los arcos (máx. 2 molinos). (también con ½ despl.). 	36. 
37. 	38. Cercle éc. ou cercles à l'app. renvs. et retour à l'appui jambes éc. transv. <i>Flair or circle through hdst. and lower to sup. w. strad. legs.</i> Molino o molinos p. ab. al ap. inv. y volver al apoyo piernas abiertas transversal. 	39. Cercle éc. ou cercles à l'app. renvs. (avec ou sans ½ t.) et retour au cercle éc. ou cercle. <i>Flair or circle through hdst. (with or without ½ t.) and lower to flair or circle.</i> Molino o molino p. ab. (con o sin ½ g.) y volver a molino o molino p. abiertas. (Tippelt) 	40. 	41. 1/1 pivot dans les arçons dans max. 2 cercles. de jambes fermes ou écartés. <i>1/1 spindle w. legs straddle or together on the pommels inside max. 2 circles.</i> 1/1 pivot en los arcos máx. en 2 molinos piernas abiertas o cerradas. (Berki) 	42. 
43. 	44. 	45. Cercle éc. avec transport sauté arr. à l'app. renvs. et retour à l'app. jambes éc. transv. <i>Flair with hop travel bwd. through hdst. and lower to sup. w. straddle legs.</i> Molino p. abiertas con desplaz. saltado at. al ap. invertido y volver al apoyo, piernas ab. transv. 	46. Cercle éc. avec transport sauté arr. à l'app. renvs. et retour à cercle d. jambes ou cercle éc. <i>Flair with hop travel bwd. through hdst. and lower to circles or flairs.</i> Molino p. ab. con desplaz. saltado atrás al ap. inv. y volver a molino o molino p. abiertas. 	47. 	48. 

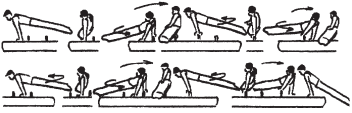
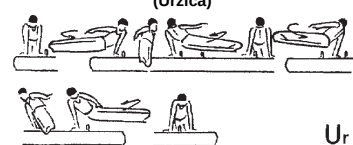
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Cercles des jambes serrées et éc. avec ou sans pivots et appuis renversé, passés dorsaux, russes faciaux, flop et d'elements combines.- Circle and flairs, with and/or without spindles and handstands, Kehrs wings, Russian w., flops 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). <i>Direct Stöckli A (DSA).</i> Stöckli directa A (SDA).	51. Stöckli inv. ou SDA avec jamb. éc. à l'app. renvs. 52. et retour à l'app. jamb. éc. transv. ou cercle. <i>Reverse Stöckli or DSA strad. through hdst. and lower to sup. w. strad. legs or circle.</i> Stöckli invertida o SDA p. ab. al apoyo inv. y volver al ap. piernas ab. transv. o molino.	53.	54. Stokli inv., DSA ou cercles dans l'arçon jambes écartés 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)
55.	56. Stöckli directe B (SDB). <i>Direct Stöckli B (DSB).</i> Stöckli directa B (SDB).	57.	58.	59.	60.
61. Passé dorsal avant avec ½ t. (double dorsal). <i>Double rear (kehr).</i> Pase dorsal adelante con ½ g. (doble dorsal).	62. Passé dorsal arrière avec ½ t. sauté sur les arçons. <i>Kehrs wing bwd. hop with ½ t. on the pommels.</i> Pase dorsal con ½ g. saltado sobre los arcos.	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.	66.
k	k			(Sohn)	k
67.	68. Passé dorsal avec 270° t. sur 1 arçon 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 desde apoyo transversal a lateral.	69. Passé dorsal avec 270° t. sur 1 arçon 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 desde apoyo lateral a transv.	70.	71.	72.
	k	k			

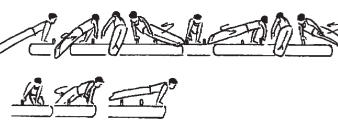
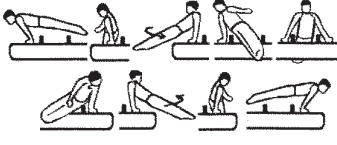
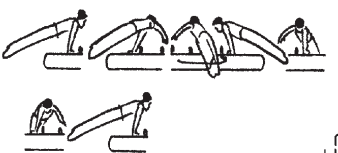
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Cercles des jambes serrées et éc. avec ou sans pivots et appuis renversé, passés dorsaux, russes faciaux, flop et d'elements combines.- Circle and flairs, with and/or without spindles and handstands, Kehrs wings, Russian w., flops and combined elements - Molinos, molinos p. abiertas, con o sin giros y apoyo invertido, Keres, Rusas, Rusas, flops y elementos combinados					
73. 	74. Tramelote directe. Direct Tramelot. 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 inversée, tour 180° ou 270° dans un cercle. Reverse Stöckli, 180° or 270° turn in one circle. Stöckli invertida, 180° o 270° de giro en un molino. 	81. Stöckli inversée avec 270° t. a 1 arçon. Reverse Stöckli with 270° t. to 1 pommel. Stöckli invertida con 2700° g. a un 1 arco. 	82. 	83. Stöckli inversée 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. Suisse double. Double Swiss. Suiza doble. 	87. 	88. Tchèque 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. Tchèque dorsal sans les arçons ou sur les arçons. Czechkehre on the leather or pommels. Checa dorsal sin los arcos o sobre los arcos. 	93. 	94. 	95. 	96. 

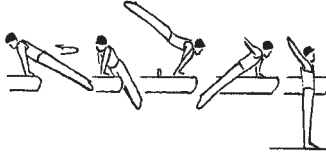
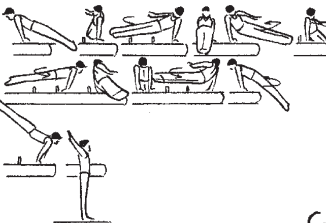
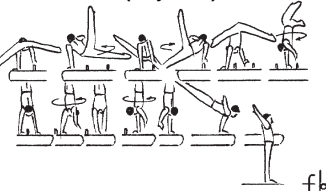
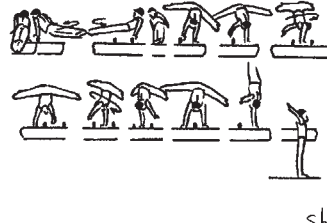
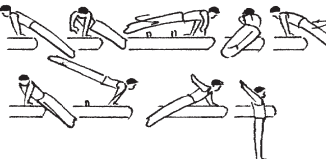
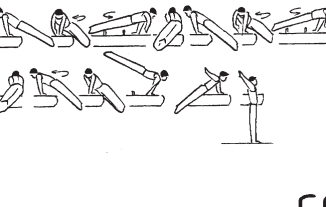
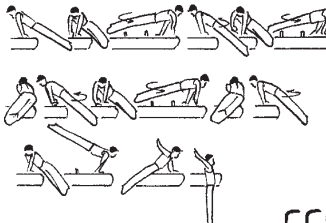
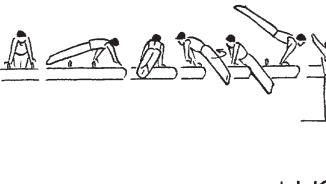
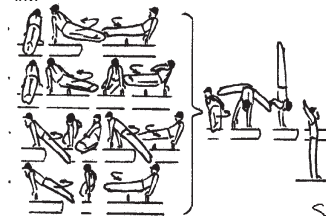
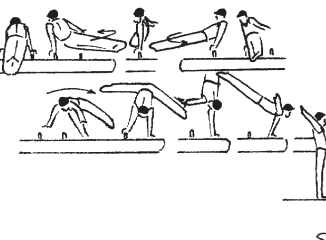
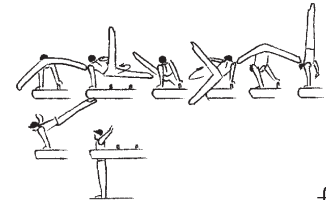
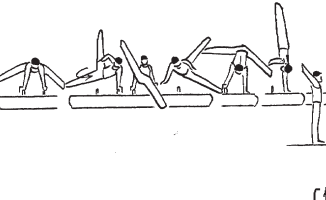
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Cercles des jambes serrées et éc. avec ou sans pivots et appuis renversé, passés dorsaux, russes faciaux, flop et d'éléments combinés.- Circle and flairs, with and/or without spindles and handstands, Kehrs wings, Russian w., flops 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 inclus Krolls, Tong Fei, Wu Guonian, Roth et transport avec pivot. - 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 transport av. à l'appui latéral (aussi avec ¼ tour). <i>Circles with travel fwd. in side support (also with ¼ t.).</i> Molino con desplazamiento adelante al apoyo lateral (también con ¼ g.). 	2. Cercles des jambes avec transport avant à l'appui latéral (3/3). <i>Circles with travel fwd. in side support (3/3).</i> Molinos con desplazamiento adelante al apoyo lateral (3/3). 	3. Cercles des jambes avec transport avant à l'appui latéral (3/3), mains entre les arçons. <i>Circles with travel fwd. in side support (3/3), hands between pommels.</i> Molinos con desplazamiento ad. al ap. lat. (3/3), manos entre los arcos. 	4. De l'appui facial latéral sur 1 extrêm., transport av. par-dessus les 2 arçons à l'appui latéral sur l'autre extrêm. (3/3) entre 1 cercle d. jambes. <i>From side sup. on 1 end., travel fwd. over both p. to sup. on other end (3/3) in 1 circle.</i> De ap. facial lat. sobre 1 extremo, desplazamiento ad. por encima de los 2 arcos al apoyo lateral sobre el otro extremo (3/3) en un molino. 		
7.	8. Cercles d. jambes avec transport avant sauté à l'appui latéral. <i>Circles with hop travel fwd. in side support.</i> Molinos con desplazamiento adelante de salto al apoyo lateral. 	9. Cercles d. jambes avec transport av. sauté 2 x à l'appui latéral (3/3). <i>Circles with hop tr. fwd. 2x in side support (3/3).</i> Molinos con desplazamiento ad. de salto 2 veces al apoyo lateral (3/3). 	10. De l'appui facial latéral sur une extrêm., transport latéral sauté par-dessus les 2 arçons à l'appui dors. latéral sur l'autre extrêm. <i>From sup. frontways on one end, travel hop over both p. to sup. frontways on other end.</i> De ap. facial lat. sobre un extremo, desplazamiento lat. saltado por encima de los 2 arcos al apoyo frontal lat. sobre el otro extremo. 	11.	12.
13. Cercles de jambes avec transport arrière à l'appui latéral. <i>Circles with travel bwd. in side support.</i> Molinos con desplazamiento atrás al apoyo lateral. 	14. Cercles de jambes avec transport arrière à l'appui latéral (3/3). <i>Circles with travel bwd. in side support (3/3).</i> Molinos con desplazamientos atrás al apoyo lateral (3/3). 	15. Cercles de jambes avec transport arrière à l'appui latéral (3/3), mains entre les arçons. <i>Circles with travel bwd. in side support (3/3), hands between pommels.</i> Molinos con desplazamiento atrás al apoyo lateral (3/3), manos entre los arcos. 	16. De l'appui latéral sur 1 extrême, transport arr. par-dessus les 2 arçons à l'appui lat. sur l'autre extrême (3/3) entre 2 cercles de jambes. <i>From side sup. on 1 end., travel bwd. over both p. to side sup. on the other end (3/3) in 2 circles w.</i> Del apoyo lat. sobre 1 extremo, desplazamiento atrás por encima de los 2 arcos al apoyo lateral sobre el otro extremo (3/3) en 2 molinos. 	17.	18.
19.	20. Cercles des jambes avec transport arrière sauté. <i>Circles with travel bwd. with hop.</i> Molino con desplazamiento atrás de salto. 	21. Cercles des jambes avec transport arr sauté 2x. <i>Circles with travel bwd. with hop 2x.</i> Molinos con desplazamiento atrás de salto 2 veces. 	22. De l'appui latéral sur une extr., transport lat. sauté par-dessus l. 2 arçons à l'appui facial latéral sur l'autre extrêm. (1-2 a 4-5). <i>From side support on one end, travel hop over both p. to sup. frways on other end (1-2 to 4-5).</i> De apoyo facial lat. sobre un extremo, desplaz. lateral saltando por encima de los 2 arcos al apoyo facial lat. sobre el otro extremo (1-2 a 4-5). 	23. 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 extrêm. (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) 	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 inclus Krolls, Tong Fei, Wu Guoniang, Roth et transport avec pivot. - 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. Tout transport avec ½ pivot à l'appui transversal (1/3 transport). All travels with ½ spindle in cross support (1/3 travel). Todo desplazamiento con ½ pivot en apoyo transversal (desplazamiento 1/3). 	27. Tout transport avec ½ pivot à l'appui transversal (½ ou 2/3 transport). All travels with ½ spindle in cross support (½ or 2/3 travel). Todo desplazamiento con ½ pivot en apoyo transversal (desplazamiento ½ o 2/3). 	28. 	29. D'une extrême, transport latéral avec 2 et ½ pivot sur l'autre extrême. From an end side travel with 2x ½ spindle to other end. Desde un final, desplazamiento lateral con dos ½ pivot, al otro final. 	30. 
31. 	32. Cercles des jambes avec transport avant ou arrière avec ¼ pivot à l'appui latéral. Travel fwd. or bwd. with ¼ spindle to side support. Molinos con desplazamiento adelante o atrás con ¼ pivot al apoyo lateral. 	33. Tout transport avec ½ pivot. All travels with ½ spindle in side support. Todo, desplazamiento con ½ pivot en apoyo lateral. 	34. Transport transversal avant 3/3 avec ½ pivot sur un arçon par-dessus l'autre arçon. Cross travel fwd. 3/3 with ½ Spindle from one pommel over the other pommel. Desplazamiento ad. en apoyo transversal 3/3 con ½ pivot desde un arco sobre el otro arco. (Nin Reyes) 	35. Transport 3/3 avec ½ pivot par-dessus les deux arçons. Travel 3/3 over both pommels with ½ Spindle. Desplazamiento 3/3 sobre los dos arcos con ½ pivot. (Nin Reyes 2) 	36. 
37. 	38. 	39. 	40. 	41. Transport av. (3/3) en appui transv. av. saut. 3/3 cross support travel fwd. with hop. Desplazamiento ad. (3/3) en apoyo transversal adelante de salto. (Driggs) 	42. 
43. 	44. Transport avant en appui transversal (½ ou 2/3). Travel fwd. in cross support (½ or 2/3). Desplazamiento ad. en ap. transversal (½ o 2/3). 	45. Transport av. avec appui sur le cheval. sur chaque arc. et sur l'autre extrémité. (3/3) (1-2-4-5). Travel fwd. in cross support with support on leather, pommel, pommel, leather(3/3) (1-2-4-5). Desplazamiento adelante con apoyo sobre el caballo sobre cada arco y sobre el otro extremo (3/3) (1-2-4-5). 	46. Tout autre transport av. sur l'autre extrém. (3/3). Any other travel fwd. in cross support to other end (3/3). Todo desplazamiento ad. sobre el otro extremo (3/3). (Magyar) 	47. Tout autre transport av. (3/3) en appui transv. av. avec les jambes écartés. 3/3 cross support travel fwd. in flairs. Desplazamiento ad. (3/3) en apoyo transversal adelante con piernas abiertas. 	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 inclus Krolls, Tong Fei, Wu Guoniang, Roth et transport avec pivot. - 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.	50.	51. 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). (Bilozerchev) 	52.	53.	54.
55. Cercle des jambes avec transport en arriéré en appui transversal d'une partie du cheval ou arçon à l'autre (½). <i>Travel bwd. in cross sup. from one horse part or pommel to another (½).</i> Molino con desplaz. atrás en ap. transversal de una parte del caballo u arco al otro (½). 	56. Transport arriéré en appui transversal (½ ou 2/3). <i>Travel bwd. in cross support (½ or 2/3).</i> Desplazamiento atrás en apoyo transversal (½ o 2/3). 	57. Transport arriéré 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). 	58. 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) 	59. Tout autre transport ar. sur l'autre extrém. (3/3) cercles écarté. <i>Any other travel bwd. in cross support to other end (3/3) in flairs.</i> Todo desplazamiento atrás hacia el otro extremo (3/3.) molinos piernas abiertas. 	60.
61.	62.	63. 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) 	64. Passé dorsal av., Stöckli renv., passé dorsal av. <i>Kehre fwd., rev. Stöckli, kehr fwd.</i> Pase dorsal ad., Stöckli inv., pase dorsal ad. (Moguilny) 	65.	66.
67.	68.	69.	70. Passé dorsal arrière, passé dorsal av., passé dorsal arrière. <i>Kehre bwd., kehr fwd., kehr bwd.</i> Pase dorsal atrás, pase dorsal adelante, pase dorsal atrás. (Belenki) 	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 inclus Krolls, Tong Fei, Wu Guoniang, Roth et transport avec pivot. - Travel type elements, including Krolls, Tong Fei, Wu Guonian, Roth and Traveling Spindles - Desplazamientos, incluyendo 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. ou lat. au transv.). <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, cross to side 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. 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.). suivi d'un cercle complet. <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) with full circle after.</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.) con un molino completo después.  (Tong Fei) T_f	77.	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)  K_r	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)  R_o	83. 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)  W_u	84.
85.	86.	87.	88. Stöckli inversée 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 longitudinal en un extremo al otro.  R	89. Sur le cheval, en appui transversal, facial russe avec 360° ou 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° sobre los dos arcos. (Vammen)  U	90.

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 écarté 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 avec saut arr. par l'app. renvs. sur l'autre extr. <i>DSA with hop bwd. through hdst. on other end.</i> SDA con salto atrás por el apoyo invertido sobre el otro extremo.  <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 renverse. <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.	23.	24.

12. SZAKASZ: Gyűrű



Magasság: 280 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. A gyűrűhevederek lengése és keresztezése nem megengedett.

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 a tornász első mozdulatának pillanatában kezdődik, amikor elhagyja a talajt. Nem megengedett, hogy az edző kezdő lökést adjon a tornásznak.
2. A tornász csak olyan elemeket mutathat be a gyakorlatban, melyet teljes biztonsággal, magas fokú esztétikai és technikai tökéletességgel képes bemutatni.
3. Minden gyakorlatnak nagyjából egyenlő arányú lendületi, tartásos és erőelemet kell tartalmaznia. Ennek értelmében a gyakorlatban nem lehet több mint 10 elem a II. és/vagy III. elemcsoportból közvetlenül egymást után.
4. A hátrafelé lendületet támaszban, ami nem vezet értékelhető részhez csak egy alacsonyabb függő vagy támasz helyzetbe érkezik vele a tornász, az E-zsűri levonja. Egy tipikus példa ilyen ledobásra gyűrűn: billenés támaszba, lendület hátra, lelendülés függésbe, támaszba lendülés előre.
5. 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) Minden tartásos elemet minimum 2 másodpercig meg kell tartani.
 - c) A felfelé irányuló lendületeknek kézállásba, vagy kézálláson keresztül kell vezetniük, vagy közvetlenül tartásos erőelemben kell végződnie, ha a lendület jellege megengedi.
 - d) A tartásos elembe befejezett lendületi elemnél a vállak nem emelkedhetnek a tartásos elem befejező helyzetének magassága fölé. Az eltéréseket az E zsűri a megfelelő levonással értékeli, és az elem jellegétől függően eredményezhetik azt is, hogy a D zsűri nem fogadja el az elemet.
 - e) Abban az esetben, ha a lendületi elemből ellentétes irányú mozgással éri el a tartásos erőelemet a tornász (pl. lendület előre - fecske, vagy lendület előre - Szent Péterbe, stb.), két elemnek fogadja el a D zsűri.
 - f) 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 (ha nincs befogás).
 - g) Ha az elem jellege lehetővé teszi, mindig nyújtott karral kell dolgozni.
 - h) Összeállítási hibák -0,30 pont levonással. Példa: Honma támaszba, majd emelés ülőtartásba, VAGY terpesz ülőtartásból lábzarás ülőtartásba, VAGY billenés támaszba, majd emelés ülőtartásba, stb.
 - i) 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).
6. Yamawaki/Jonasson elemek végrehajtásánál ha felismerhető támaszhelyzet, vagy mozgásszünet van, 0,5 pont levonást alkalmazunk és a D zsűri nem fogadja el az elemet. Ezek az elemek kisebb mértékű támasszal

elfogadhatók, és kis vagy közepes levonást alkalmazunk.

7. Ha a tornász testhelyzetében nagyon kicsi a változás az egyik tartásos elemből a másikba való átmenetnél, kiviteli levonást és lehetséges, hogy az elem el nem fogadását eredményezheti (pl. fecske, tolódás támaszmérlegbe, vagy függőmérleg és tolódás fecskébe).
8. A gyakorlat kivitelért adható levonások teljes listáját lásd a 9. szakaszban, és a levonások összegzésénél a 9.4 és 12.3 cikkeken.

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. 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. 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 elemek láncolata között. Ennek a lendületi elemnek legalább B értékűnek kell lennie, és szerepelnie kell a 10 legértékesebb elem, vagy az 5 elemcsoport követelménynek megfelelő elem között ahhoz, hogy elfogadja a zsűri.

3. Speciális elemismétlések

- a) Az ismételt elemeket (azonos azonosító szám - SZASZ) nem lehet számításba venni a D pontszám megállapításánál. Ez a szabály gyűrűn oly módon van kiterjesztve, hogy minden elemcsoportból maximum egy véghelyzetű 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 Guçzoghly és 2 Li Ning típusú elemet lehet egy gyakorlaton belül bemutatni, a harmadik ilyen típusú elem bemutatása elemismétlésnek számít.

4. Egyéb információk és szabályok:

- a) Minden tartásos elemet minimum 2 másodpercig meg kell tartani. Ezeket a D zsűri nem fogadja el sem nehézségi értékért, sem elemcsoport bónuszért, ha nincs kitartva.
- 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 kitartja a tornász.
- c) A gyűrűhevederek keresztezése nem megengedett, összeállítási hibaként kerülnek levonásra.
- d) Junioroknál a függésbe történő hátra szaltók és a Li Ning típusú elemek nem megengedettek.
- e) Pineda típusú elemeket nyújtott testtel és nyújtott karokkal kell végrehajtani, egy pillanatnyi megállással az első emelésnél és lassan annak érdekében, hogy elkerüljük a levonást, vagy az átsorolást (erőlemből lendület erőlemből).
- f) Yamawaki/Jonasson elemek végrehajtásánál ha felismerhető támaszhelyzet, vagy mozgásszünet van, a D zsűri nem fogadja el az elemet. A Honma támaszba és előre lelendülést nem fogadja el a zsűri külön értéként, a tornász érdekében.
- g) Minden magasülőtartást függőleges lábbal kell bemutatni (2 mp). Ez ugyanaz a követelmény, mint talajon.
- h) A gyakorlatot függésből kell megkezdeni, nyújtott, függőleges karokkal. A tornász nem hajlíthatja be a

kezét az első helyzet eléréséhez, kivéve, ha az adott elemhez ez speciálisan szükséges. Példa: A gyakorlat során bármikor végrehajthatja a tornász a keletet és lelendülést hajlított kézzel.

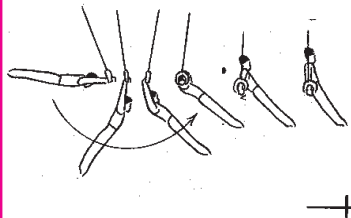
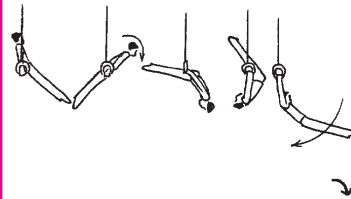
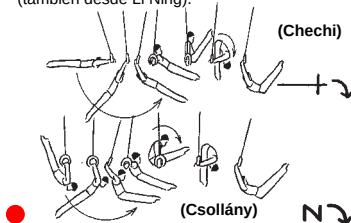
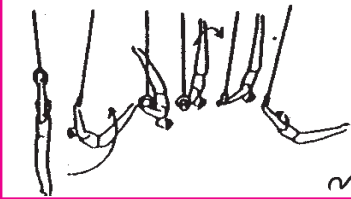
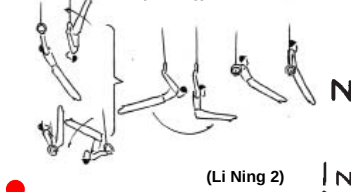
- i) A gyakorlat során a tornász nem hajlíthatja be a könyökét az elemek közötti átmeneteknél, ha a következő elem végrehajtása nem kívánja az meg.
 - j) Ha a tornász egy nem tartásos elemnél tart 2 mp mozgásszünetet, minden alkalommal -0,1 pont levonást kell alkalmazni. Néhány elemnél egy nagyon gyakori hiba (megtartani a véghelyzetet 2 mp-ig): pl. lefüggés
 - k) 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.
 - l) A hátsó függésből indított kereszt függés vagy kereszt függés magasulótartással 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).
 - m) Kötelező a gyakorlatban bemutatni egy lendületet kézállásba (2 mp kitartással) a 10 számítandó elem között.
5. 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.

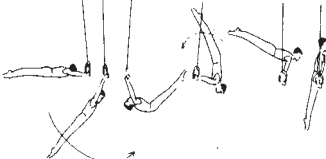
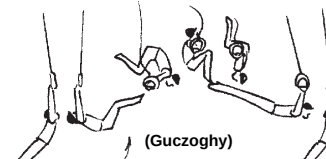
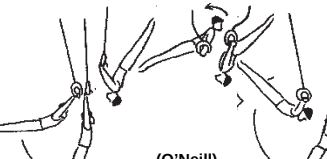
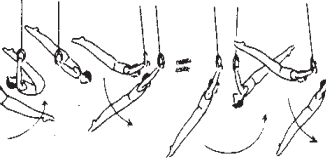
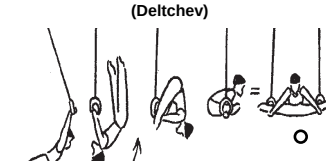
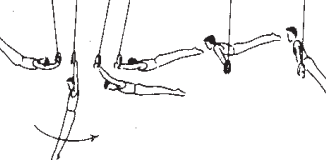
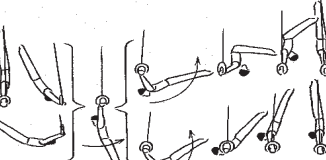
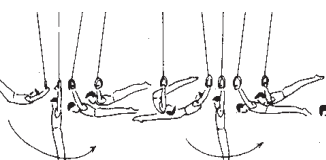
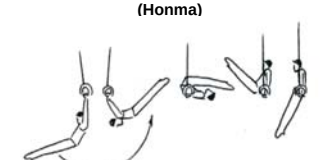
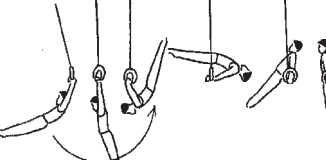
12.3 cikk Gyűrűn alkalmazott speciális levonások

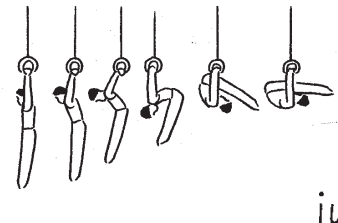
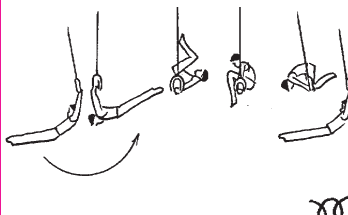
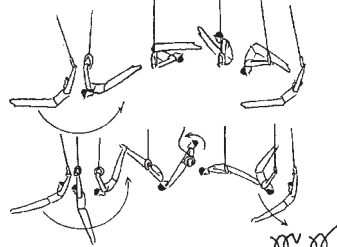
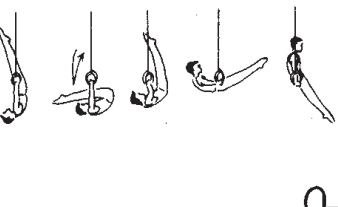
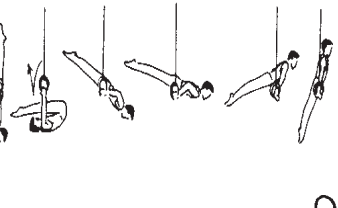
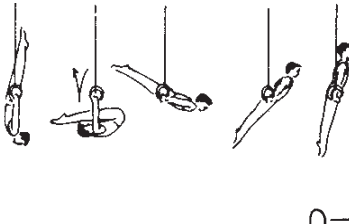
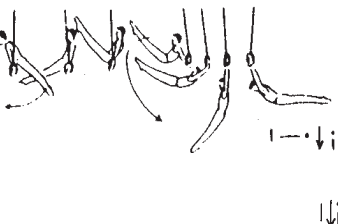
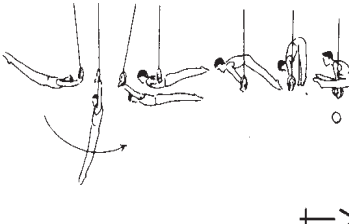
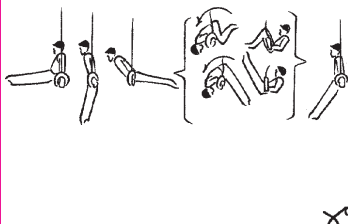
Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
Nincs lendület kézállásba.		+	
Több mint 2 Guzozhy vagy 2 Li Ning elem	+ és a D zsűri nem fogadja el		

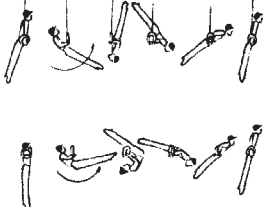
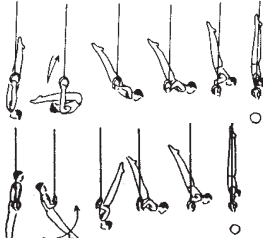
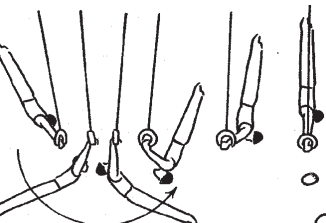
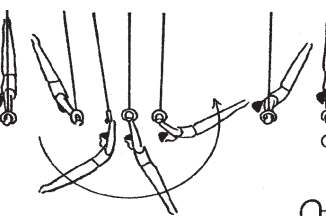
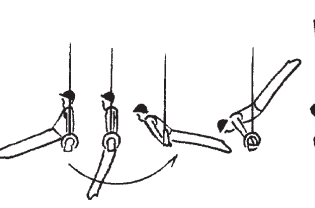
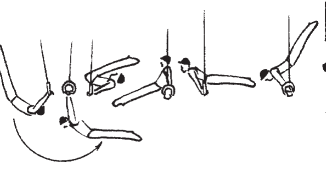
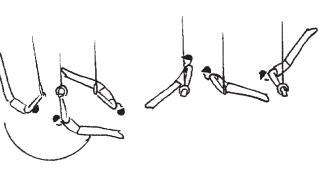
E zsűri

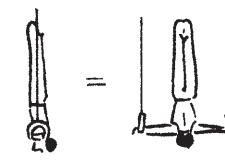
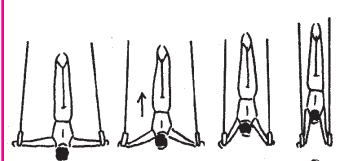
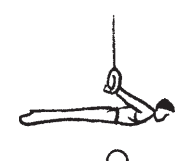
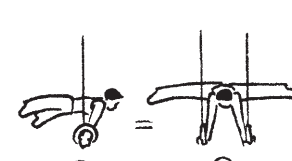
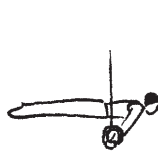
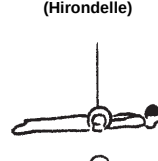
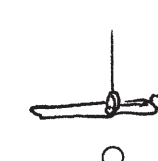
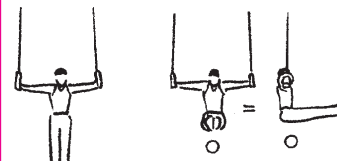
Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
Előkészítő lendület a gyakorlat megkezdése előtt		+	
Az edző lendületet az a tornásznak.	+		
Hátra lendület utáni lelendülés.		+	
Hevederek keresztezése bármely elemnél.		+	
Nem tartásos elem kitartása 2 mp-ig vagy tovább.	Elemenként		
Kompozíciós hiba.		+	
Terpesztett láb, vagy más hiba a gyűrűre felugrás közben.		+	
Befogás az erőelemeknél (minden alkalommal).	+		
Hajlított karal lendül a tornász egy tartásos erőelembe, vagy a tartásos helyzet elérésekor.	+	+	+
A heveder érintése karal, lábbal, vagy más testrésszel.		+	
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 tolodás tartásos helyzetbe (a levonást a 2. elemre is alkalmazni kell).	+	+	

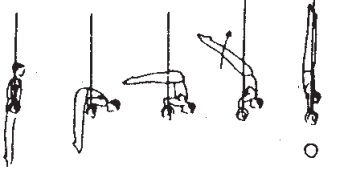
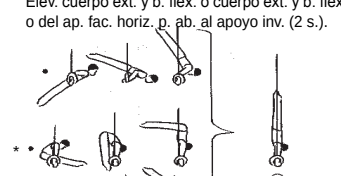
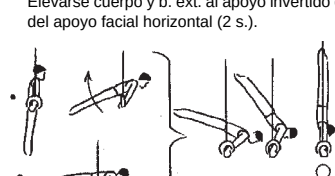
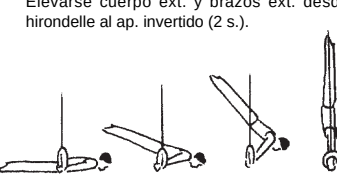
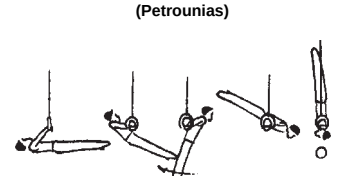
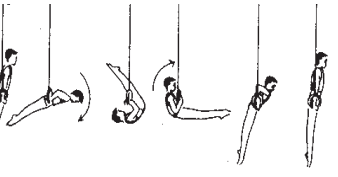
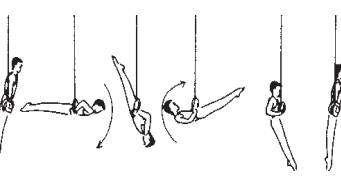
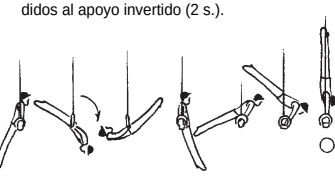
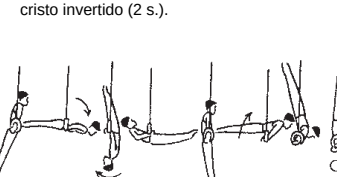
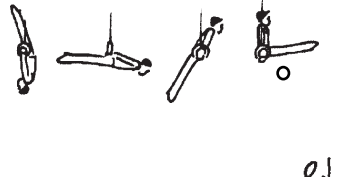
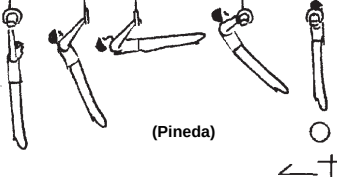
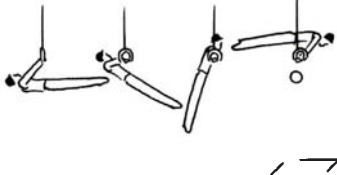
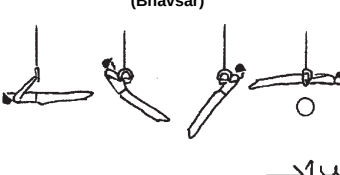
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG I: Bascules et éléments d'élan, élan pour ou à l'appui renversé (2 s.).- Kip and swing elements & swings through or to handstand - Básculas y elementos de impulso e impulsos al o por el apoyo invertido.											
1. Établissement avant à l'appui. Uprise fwd. to support. Dominación adelante al apoyo.		2.		3.		4.		5.		6.	
											
7. L'élan en arrière à l'appui à l'élan en arrière par la suspension. Swing bwd in support, fall to bwd swing in hang. Impulso atrás al apoyo a impulso atrás por la suspensión.		8. #1 et contre-salto av. à l'élan en arrière par la susp. (aussi de Li Ning). #1 and counter salto fwd. to bwd swing in hang. (also from Li Ning). #1 y contra salto ad. a impulso atrás por la susp. (también desde Li Ning).		9.		10.		11.		12.	
											
13. De la suspension, élan avec épaules par-dessus l'anneaux. From hang, underswing w. shoulders above rings. Desde la suspensión, impulso con los hombros por encima de las anillas. (Nakayama)		14.		15.		16.		17.		18.	
											
19.		20. De la susp., ou l'appui renversement arr. à la susp. dors., etablis. av. à l'appui. From a hang or support, back toss to hang rv. to uprise fwd. to support. De la suspensión invertida o el apoyo at. a la susp. dorsal. (Li Ning)		21.		22.		23.		24.	
											

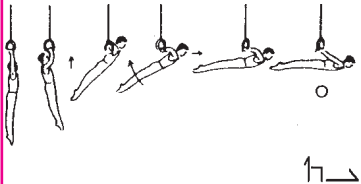
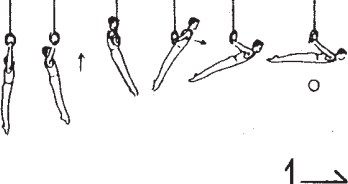
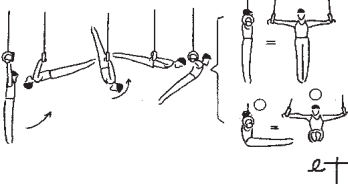
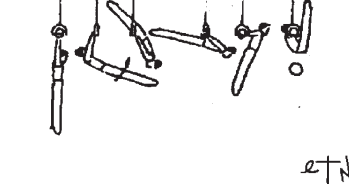
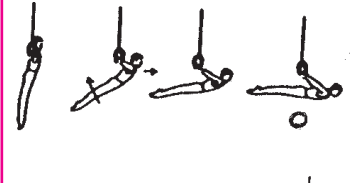
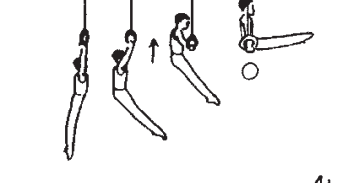
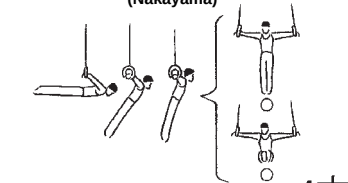
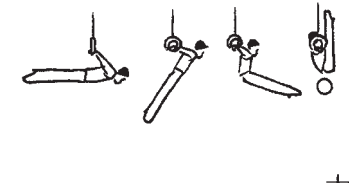
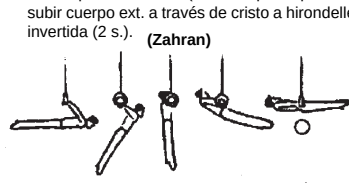
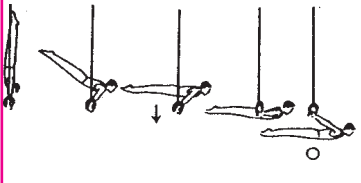
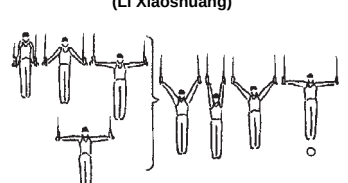
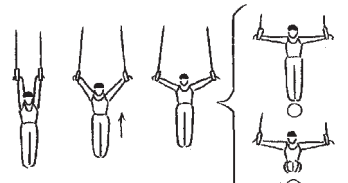
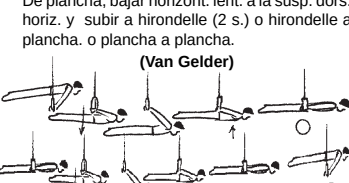
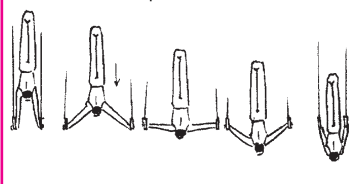
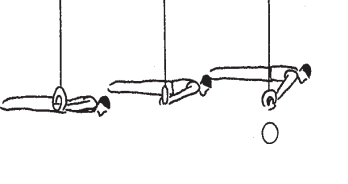
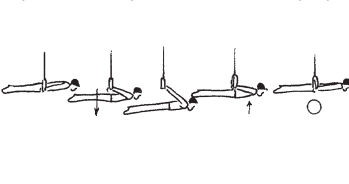
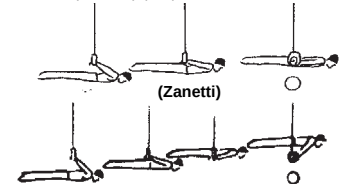
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Basculs et éléments d'élan, élan pour ou à l'appui renversé (2 s.).- Kip and swing elements & swings through or to handstand - Básculas y elementos de impulso e impulsos al o por el apoyo invertido.					
25. Établissement en avant en tournant en arrière à l'appui. <i>From hang, felge upward to support.</i> Dominación adelante volteando atrás al apoyo.  f!	26. Établissement en avant en tournant en arrière bras tendu par l'appui renversé. <i>Swing fwd. with straight arms through hdst.</i> Dominación adelante volteando atrás al apoyo invertido.  o	27. 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.  (Guczoghy) ●	28. 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.  ●	29. Double tour d'appui arrière tendu à la susp. <i>Stretched double felge bwd. to hang.</i> Doble giro de apoyo atrás extendido a la susp.  (O'Neill) ●	30.
31. Renversement arrière carpé ou tendu. <i>Dislocate bwd. piked or stretched.</i> Dislocación atrás agrupada o en carpa.  d	32. 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)  f>	33.	34.	35.	36.
37. Établissement arrière à l'appui. <i>Uprise bwd. to support.</i> Dominación at. al apoyo.  +	38. Établissement arr. ou grand tour c. ou tendu par l'app. renvs. <i>Uprise bwd. or giant swing piked or str. through handstand.</i> Dom. at. o molino carp. o ext. por el ap. inv.  Q	39.	40.	41.	42.
43. Renversement avant carpé ou tendu. <i>Inlocate piked or stretched.</i> Dislocación adelante en carpa o extendido.  l	44. Élan en suspension en arrière, renversement avant à l'appui. <i>Backward swing to salto fwd. p. to support.</i> Lanzarse en suspensión atrás dislocando ad. al apoyo o ángulo (2 s.). (Honma)  h	45. Honma tendu. <i>Honma stretched.</i> Honma ext.  h	46.	47.	48.

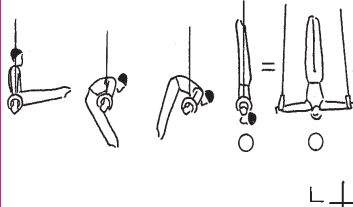
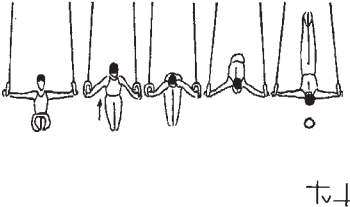
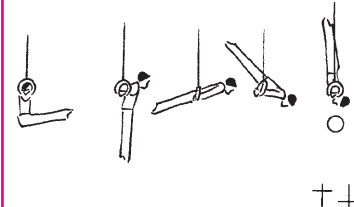
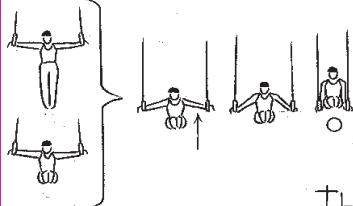
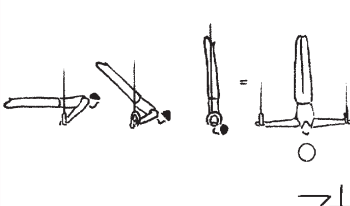
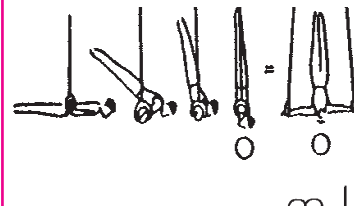
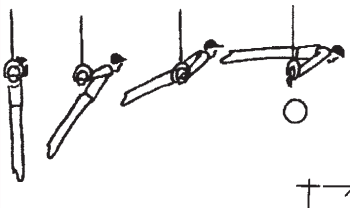
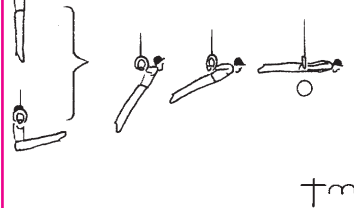
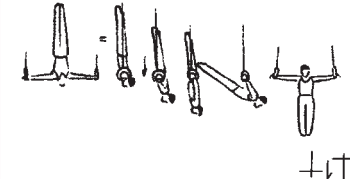
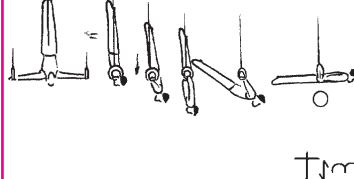
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Bascules et éléments d'élan, élans pour ou à l'appui renversé (2 s.).- Kip and swing elements & swings through or to handstand - Básculas y elementos de impulso e impulsos al o por el apoyo invertido.					
49. De la suspension, renversement avant lentement. <i>Slow inlocate from hang.</i> De la suspensión dislocación adelante. 	50.	51. 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) 	52. Double salto d'appui avant ca. ou tendu à la susp. <i>Double salto fwd. piked or stretched to hang.</i> Doble mortal de apoyo ad. en carpa o ext. a la susp. (Jonasson) 	53.	54.
55. Bascule à l'appui. <i>Kip to support.</i> Kippe al apoyo. 	56.	57.	58.	59.	60.
61. Bascule dorsale à l'appui. <i>Back kip to support.</i> Báscula dorsal al apoyo. 	62. Bascule dorsale bras tendus à l'appui. <i>Back kip with straight arms to support.</i> Báscula dorsal brazos extendidos al apoyo. 	63.	64.	65.	66.
67. 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. 	68. Etablissement 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.). 	69. De l'appui, salto av. gr. ou carpé à l'appui. <i>Bwd. swing, salto fwd tuck or piked to support.</i> Del apoyo mortal ad. agr. o en carpa al apoyo. 	70.	71.	72.

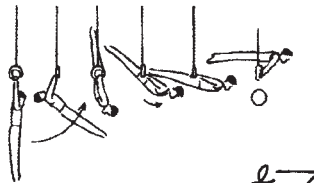
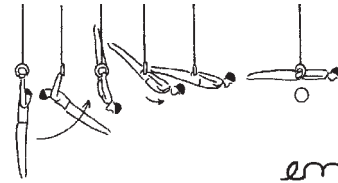
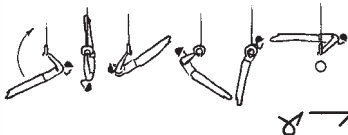
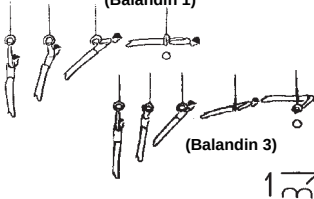
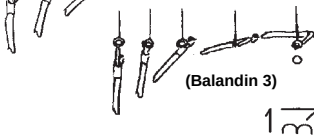
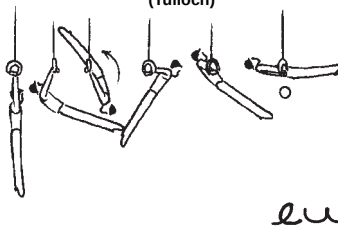
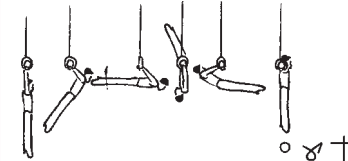
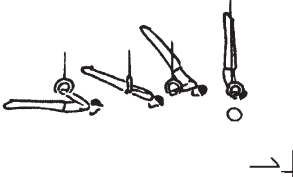
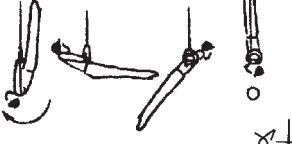
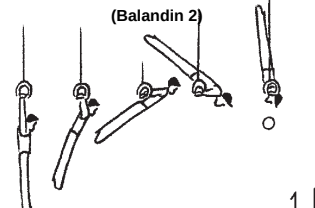
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Basculés et éléments d'élan, élan pour ou à l'appui renversé (2 s.).- <i>Kip and swing elements & swings through or to handstand</i> - Básculas y elementos de impulso e impulsos al o por el apoyo invertido.					
73. De l'appui ou de la croix tour d'appui arrière carpié ou tendu à l'appui. <i>From support or cross, fclge bwd. piked or stretched to support.</i> Desde el apoyo o cristo, giro de apoyo atrás en carpa o extendido al apoyo. 	74.	75.	76.	77.	78.
79.	80. Basculé dorsale ou tour d'appui arrière tendu à l'appui renversé. (2 s.). <i>Back kip or roll bwd str. to handstand (2 s.).</i> Báscula dorsal o giro de ap. at ext. al ap. inv. (2 s.). 	81. Établissement en avant en tournant en arrière bras tendu à l'appui renversé (2 s.). <i>Swing fwd. with straight arms to hdst. (2 s.).</i> Dominación ad. volteando atrás b. ext. al ap. invertido (2 s.). 	82.	83.	84.
85.	86.	87. Établissement arrière ou grand tour à l'appui renversement avec bras tendu (2 s.). <i>Uprise bwd. or giant swing to handstand with straight arms (2 s.).</i> Molino adelante (2 s.). 	88.	89.	90.
91.	92. De l'appui élan à l'appui renversé (2 s.). <i>From support swing bwd. to handstand (2 s.).</i> Desde apoyo impulso al apoyo invertido (2 s.). 	93. Honma et élan à l'appui renversé (2 s.). <i>Honma and swing bwd. to handstand (2 s.).</i> Honma e impulso al apoyo invertido (2 s.). 	94. Honma tendu et élan à l'appui renversé (2 s.). <i>Honma str. and swing bwd. to handstand (2 s.).</i> Honma ext. e impulso al apoyo invertido (2 s.). 	95.	96.

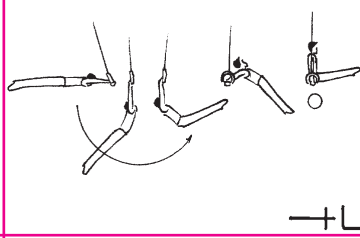
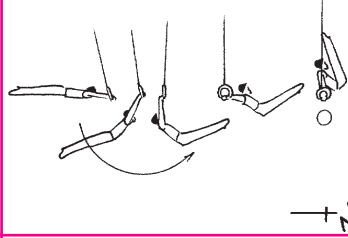
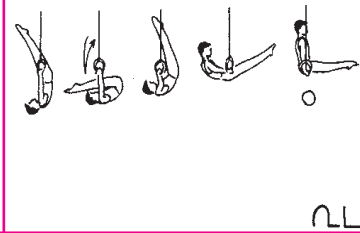
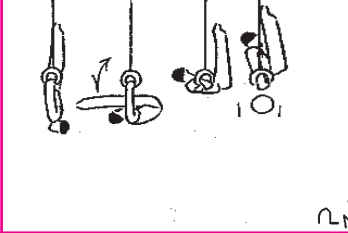
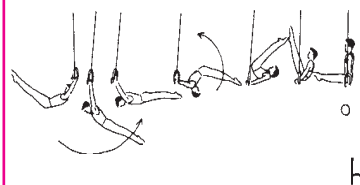
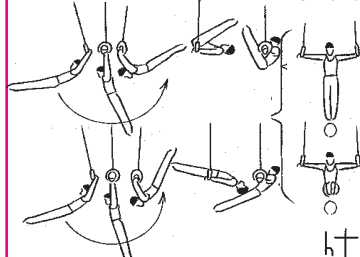
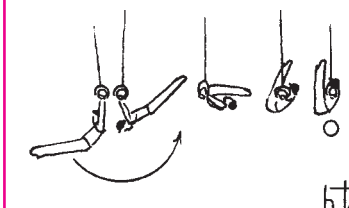
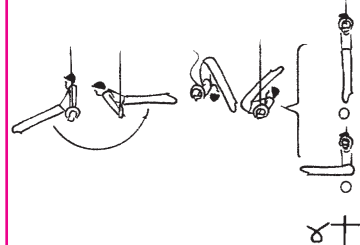
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG II: Éléments de force et maintien (2 s.) - Strength elements and hold elements (2 sec.) - Elementos de fuerza y mantenimiento (2 seg.)											
1. Équerre (2 s.) ou équerre écartée (2 s.). L-sit (2 s.) or straddled L-sit (2 s.). Ángulo (2 s.) o ángulo piernas abiertas (2 s.).		2. Équerre, jambes levées vert. (2 s.). V-sit (2 s.). Ángulo, piernas elevadas verticalmente (2 s.).		3. Croix renversée (2 s.). Inverted cross (2 s.). Cristo invertido (2 s.).		4. De la croix renvs., s'élev à l'appui renvs. (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. Appui facial horizontal éc. (2 s.). Support scale straddled (2 s.). Apoyo facial horizontal piernas abiertas (2 s.).		9. Appui facial horizontal (2 s.). Support scale (planche)(2 s.). Apoyo facial horizontal (2 s.).		10. App. fac. horiz. entre les ann. (hirondelle) (2 s.). Support scale at ring height (swallow or maltese cross) (2 s.). Apoyo facial horizontal entre las anillas (2 s.). (Hirondelle)		11. Hirondelle inversée (2 s.). Inverted swallow (2 s.). Hirondelle invertida (2 s.).		12.	
											
L		Y		L		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.). Cualquier cristo (2 s.).		15. Équerre, jambes levées vert. (2 s.). V cross (2 s.). Cristo en ángulo p. verticales (2 s.).		16.		17.		18.	
											
L		+ L		+ N							
19.		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 ángulo p. vert. (2 s.). (Tsukahara 3)		23.		24.	
											
						+ N					

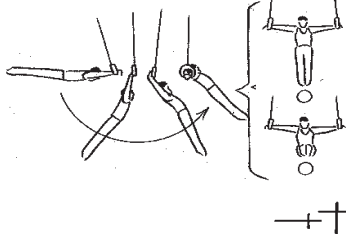
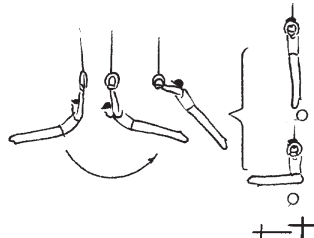
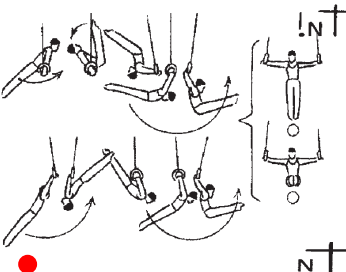
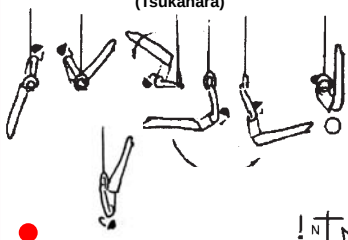
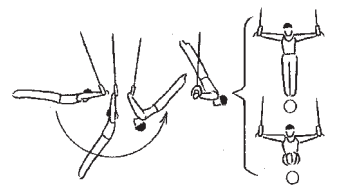
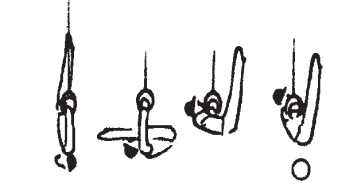
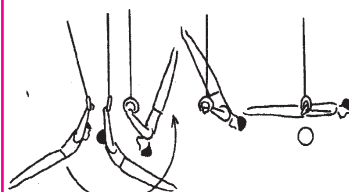
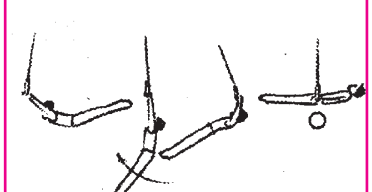
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG II: Éléments de force et maintien (2 s.) - Strength elements and hold elements (2 sec.) - Elementos de fuerza y mantenimiento (2 seg.)											
25. S'élèver corps et bras fléchis à l'appui renvs. (2 s.). <i>Press to hdst. with 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'élèv. 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'élèv. 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'élèver 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.). 		29. Pineda à la croix renverse (2 s.). <i>Pineda to inverted Cross (2 s.).</i> Pineda a cristo invertido (2 s.). (Petrounias) 		30.	
31. Tour d'appui av. lentement carpé à l'appui. <i>Slow roll fwd. piked to support.</i> Giro de apoyo ad. lentamente en carpa al apoyo. 		32. Tour d'appui av. lentement tendu à l'appui. <i>Slow roll fwd. stretched to support.</i> Giro de apoyo ad. lentamente ext. al apoyo. 		33. Tour d'appui av. tendu lentement, bras tendus à l'appui renverse. (2 s.). <i>Slow roll fwd. stretched with straight arms to handstand (2 s.).</i> Giro de apoyo ad. ext. lentamente, brazos extendidos al apoyo invertido (2 s.). 		34. Tour d'appui av. tendu lentement, bras tendus à la croix renverse. (2 s.). <i>Slow roll fwd. stretched with straight arms to inverted cross (2 s.).</i> Giro de apoyo ad ext. brazos ext. lentamente a cristo invertido (2 s.). 		35.		36.	
37.		38. Abaissement arriéré en tournant lentement, bras et corps tendus, à équerre écarté (2 s.). <i>Slow roll bwd. slowly with str. arms and str. body to L sit (2 s.).</i> Giro lento de apoyo atrás con brazos y cuerpo extendido a ángulo (2 s.). 		39. Tour d'appui av. tendu lentement (bras tendu ou fléchi), à la croix ou croix angle (2 s.). <i>Slow roll fwd. stretched (bent or straight arms) to cross or L-cross (2 s.).</i> Giro lento de apoyo adelante cuerpo (brazos ext. o doblados) y a cristo o cristo en ángulo (2 s.). 		40. Etablis. en force bras et corps tendus en passant par la susp. fac. h. à la croix ou croix angle (2 s.). <i>Pull with straight arms and body through momentary front lever to cross or L-cross (2 s.).</i> Domin. a fuerza br. y cuerpo ext. pasando por la susp. fac. horiz. a cristo o cristo en ángulo (2 s.).  (Pineda)		41. Pineda à la croix jambes levées en V (2 s.). <i>Pineda to V cross (2 s.).</i> Pineda a cristo en V (2 s.). (Tsukahara 2) 		42.	
43.		44.		45.		46. Pineda pour la croix l'appui fac. horiz. (2 s.). <i>Pineda through cross to support scale (2 s.).</i> Pineda a través de cristo a plancha (2 s.). (Pham) 		47. Établissement en force bras et corps tendus en passant par la susp. fac. horiz. à l'appui fac. horiz. entre les anneaux (2 s.). <i>Pull with straight body and arms through moment. front lever to swallow (2 s.).</i> Dominación a fuerza br. y cuerpo ext. pasando por la susp. facial horizontal a hirondelle (2 s.). (Bhavsar) 		48.	

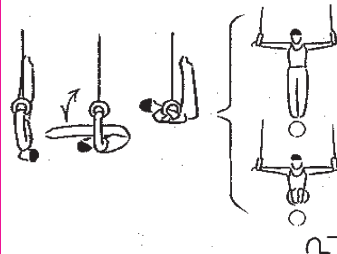
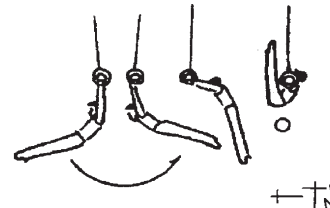
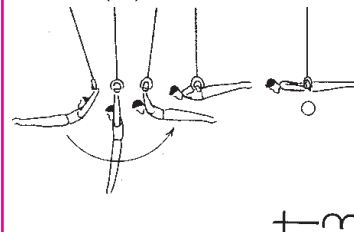
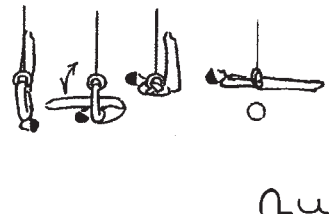
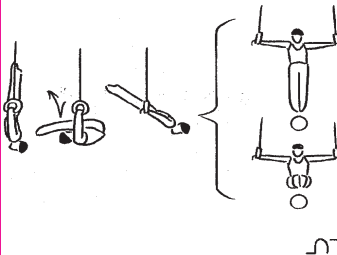
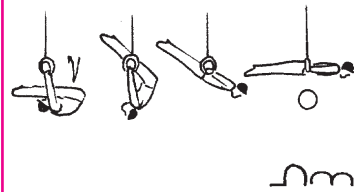
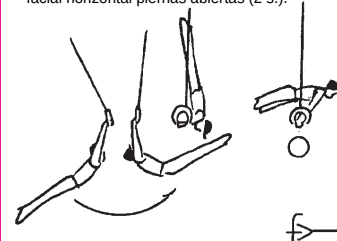
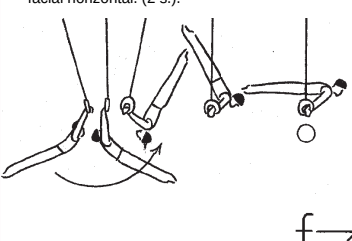
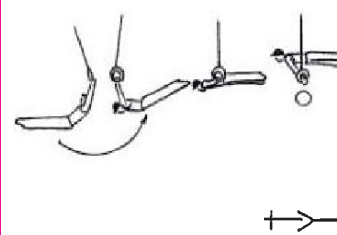
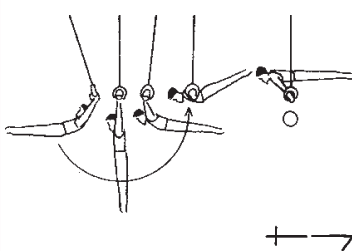
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Éléments de force et maintien (2 s.) - Strength elements and hold elements (2 sec.) - Elementos de fuerza y mantenimiento (2 seg.)					
49. 50. Établissement en force, bras fléchis à la suspension dorsal horizontal (2 s.). <i>Vertical 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 lent. corps et bras tendus à la croix ou croix angle (2 s.). <i>Roll bwd. slowly with str. arms and body to cross or L-cross (2 s.).</i> Voltear atrás lentamente cuerpo y brazos 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., turn 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 with straight arms 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, with straight arms pull to cross or L-cross (2 s.).</i> De o por la sus. dorsal horiz., dominación a fuerza b. ext. 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.). (Zahrán) 	
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, bras t. à la croix (2 s.). <i>From sup. or cross, lower slowly with str. arms to hang, and pull with str. arms to cross (2 s.).</i> Del apoyo o cristo, bajar lentam. b. ext. a la susp. y dominación a fuerza b. ext a cristo (2 s.). (Li Xiaoshuang) 	64. Établissement en force, bras tendus à la croix ou croix angle (2 s.). <i>Vertical pull up with straight arms to cross or L-cross (2 s.).</i> Dominación a fuerza, b. extendidos 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 plancha a plancha. (Van Gelder) 	66. 	
67. 68. De l'appui renverse, s'abaisser en passant par la croix renverse à la suspension renversée. <i>From handstand, lower slowly with straight arms through inverted cross to inverted hang.</i> Del apoyo invertido, bajar pasando 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) 	

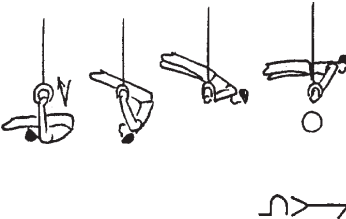
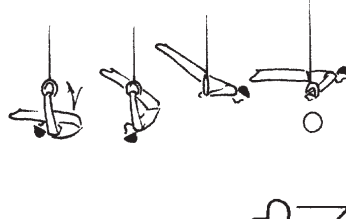
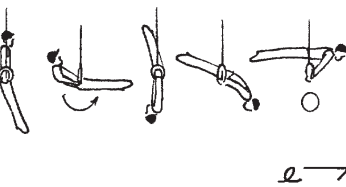
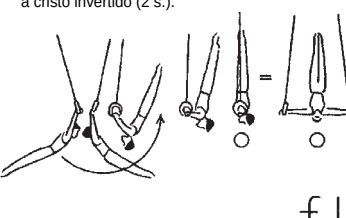
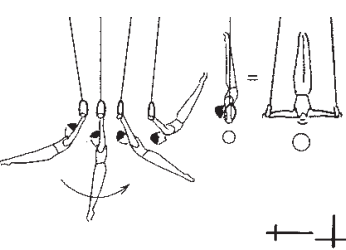
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG II: Éléments de force et maintien (2 s.) - Strength elements and hold elements (2 sec.) - Elementos de fuerza y mantenimiento (2 seg.)											
73.	74.	75. De l'équerre, s'élever corps fléchi et bras tendus, à la croix renverse. (2 s.). From L-sit, press to inverted cross (2 s.). De ángulo, elevarse cuerpo flex. y brazos ext. a cristo invertido (2 s.).		76. De la croix angle, s'élever à la croix renvs. (2 s.). From L-cross, press to inverted cross (2 s.). De cristo en ángulo, elevarse a cristo inv. (2 s.).		77. De la croix s'élever corps tendu à la croix renvs (2 s.). From cross, press with straight body to inverted cross (2 s.). De cristo elevarse cuerpo ext. a cristo inv. (2 s.).		78.			
											
		L ⊥		T ⊥		T ⊥					
79.	80.	81. De la croix ou croix angle, établis. de force à l'équerre (2 s.). From cross or L-cross, press to L-sit (2 s.). De cristo o cristo en ángulo, dominación a fuerza a ángulo (2 s.).		82. De l'appui facial horizontal, s'élever à la croix renverse (2 s.). From support lever, press to inverted cross (2 s.). Del apoyo facial horizontal, elevarse a cristo invertido (2 s.).		83. De l'hirondelle, s'élever à la croix renvs. (2 s.). From swallow, press to inverted cross (2 s.). De Hirondelle, elevarse a cristo invertido (2 s.).		84.			
											
		T ⊥		T ⊥		T ⊥					
85.	86.	87.		88. De la croix, s'élever direct à l'appui facial horizontal (2 s.). From cross, press to planche without first going to support (2 s.). De cristo, elevarse directement al apoyo facial horizontal (2 s.).		89. De la croix, s'élever à l'hirondelle (2 s.). From cross, press to swallow (2 s.). De cristo, elevarse a Hirondelle (2 s.).		90.			
											
				T →		T →					
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.). From inverted cross lower slowly to inverted hang and felge bwd. slowly to cross (2 s.). 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.). From inverted cross lower slowly to inverted hang and felge bwd. slowly to swallow (2 s.). De cristo invertido, bajar a la suspensión inv. y dominar lent. volteando atrás a hirondelle (2 s.). (Jotchev)		96.			
											
				T ⊥		T →					

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.)					
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> Voltear. atrás lentamente cuerpo y brazos ext al apoyo facial horizontal (2 s.). (Yan Mijayoung) 	102. Tour en arrière. lent. corps et bras tendus à l'appui facial horiz. entre les anneaux (2 s.). <i>Roll bwd. slowly with str. arms and body to swallow (2 s.).</i> Voltear atrás cuerpo y brazos ext. hirondelle (2 s.). 
103.	104.	105.	106. Tour d'appui avant lentement, bras tendus, passer par la croix pour terminer à l'appui facial horizontal (2 sec.). <i>Slowly roll fwd. str. w. str. arms through Cross and press to planche without first going to support (2 s.).</i> Rodar ad. lentam. cuerpo y br. ext. a través de cristo a plancha sin ir previamente al ap. (2 s.). (Ng Kiu Chung 2) 	107. De la suspension établissement en force, bras tendus à l'hirondelle ou à la planche (2 s.). <i>From hang vertical pull up with straight arms to swallow or to support scale (2 s.).</i> Desde las suspensión dominación a fuerza, b. ext. a hirondelle o a plancha (2 s.). (Balandin 1)  (Balandin 3) 	108. Azarian à la croix renverse (2 s.). <i>Azarian to inverted Swallow (2 s.).</i> Azarian a hirondelle invertida (2 s.). (Tulloch) 
109.	110.	111.	112. Tour d'appui avant lentement, corps et bras 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 and arms to Cross or L-Cross (2 s.), also from inverted hang.</i> Rodar lent. ad. cuerpo y br. ext. a cristo o cristo en ángulo (2 s.), también desde susp. inv.. (Davtyan) 	113.	114. De la suspension dorsale établissement. en force, bras tendus à la croix renverse. (2 s.). <i>Through hang rearways press with straight arms and straight body to inverted cross (2 s.).</i> Desde plancha dorsal subir con brazos y cuerpo ext. a cristo invertido (2 s.). (Carmona) 
115.	116.	117.	118.	119. Tour d'appui avant lentement, corps et bras tendus, passer par la croix à la croix inversée (2 s.). <i>Slow roll fwd. with straight body and arms through cross to inverted cross (2 s.).</i> Rodar lentamente ad. con cuerpo y brazos ext. a través de cristo a cristo invertido (2 s.). (Wynn) 	120. De la suspension établissement en force, bras tendus à la croix renverse. (2 s.). <i>From hang vertical pull up with straight arms to inv. cross (2 s.).</i> Desde las suspensión dominación a fuerza, b. ext. a cristo invertido (2 s.). (Balandin 2) 

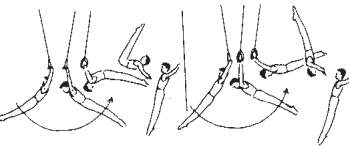
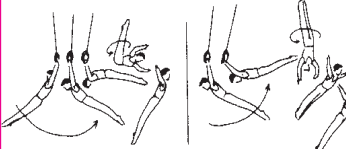
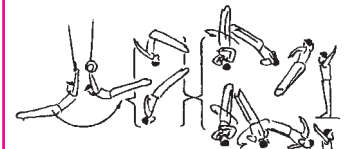
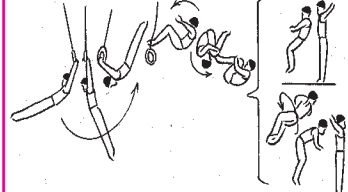
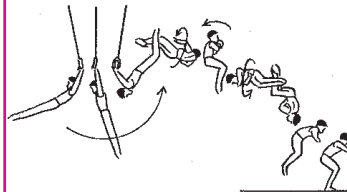
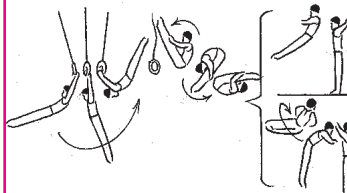
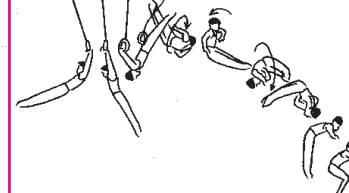
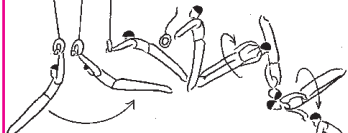
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG III: Élans menant à une élément de maintien en force (2 s.) - <i>Swing to Strength hold elements (2 sec.)</i> - Impulso a elementos de mantenimiento a fuerza (2 seg.)											
1.		2. Établissement avant à l'équerre (2 s.). <i>Uprise 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> Kippe ángulo (2 s.). 		9. Bascule à l'équerre jambes lev. vertical (2 s.). <i>Kip to V-sit (2 s.).</i> Kippe a ángulo p. verticales (2 s.). 		10.		11.		12.	
13.		14. Élaner 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. Tour avant entre les anneaux direct. a croix ou croix angle (2 s.). <i>Salto fwd. betw. rings direc. to cross / L-cross (2 s.).</i> Salto ad. entre anillas a cristo o cristo en ángulo (2 s.). 		17. Tour avant entre les anneaux direct. à la croix équerre jambes vertical (2 s.). <i>Salto fwd. between rings directly to V cross (2 s.).</i> Salto adelante entre las anillas directo 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 une 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.	35.	36.
37.	38.	39. Li Ning à la croix ou croix angle (2 s.). <i>Li Ning or Li Ning 2 to cross or L-cross (2 s.).</i> Li Ning a cristo o cristo en ángulo (2 s.). 	40. Li Ning ou Li Ning 2 à la croix jambes levées en V (2 s.). <i>Li Ning or Li Ning 2 to V Cross (2 s.).</i> Li Ning o Li Ning 2 a cristo en V (2 s.). (Tsukahara) 	41.	42.
43.	44.	45. 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.). 	46. Bascule à la croix équerre jambes l. vert. (2 s.). <i>Kip to V cross (2 s.).</i> Kippe cristo ángulo piernas verticales (2 s.). (Molinari) 	47. Établissement en av. en tournant en arrière à l'appui facial horizontal entre les anneaux (2 s.). <i>Felge upward to sup. scale at ring height (2 s.).</i> Dominación adelante volteando atrás al apoyo facial horizontal entre las anillas (2 s.). 	48. Établiss. av. à Hirondelle inv. sans ph. d'appui (2 s.). <i>Uprise fwd. to inv. swallow w.o. supp. phase (2 s.).</i> Domin. ad. a hirondelle inv. sin fase de apoyo (2 s.). (Rodrigues) 

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 une 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.				51. Bascule à la croix ou croix angle (2 s.). <i>Kip to cross, or L-cross (2 s.).</i> Kippe cristo o cristo en ángulo (2 s.). 		52. Établissement arrière à la croix jambes levées en V (2 s.). <i>Back Uprise to V Cross (2 s.).</i> Dominación atrás a cristo en V (2 s.). (Kato) 		53. Établissement. en arrière à l'appui facial horizontal entre les anneaux. (2 s.). <i>Uprise bwd. to sup. scale at ring height (2 s.).</i> Dominación atrás al apoyo facial horizontal entre las anillas (2 s.). 		54. Bascule à hirondelle inversée. (2 s.). <i>Kip to inverted swallow (2 s.).</i> Kip a hirondelle inv. (2 s.). 	
55.		56.		57. 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.). 		58.		59. Bascule dorsale à l'appui facial horiz. entre les anneaux (2 s.). <i>Back kip to support scale at ring height (2 s.).</i> Báscula dorsal a hirondelle (2 s.). 		60.	
61.		62.		63. 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.). 		64. 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.). 		65.		66.	
67.		68.		69. 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.). 		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.		72.	

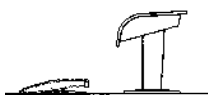
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Élans menant à une élément de maintien en force (2 s.) - <i>Swing to Strength hold elements (2 sec.)</i> - Impulso a elementos de mantenimiento a fuerza (2 seg.)					
73.	74.	75. Bascule dorsale à l'appui facial horiz. éc. (2 s.). <i>Back kip to support scale straddled (2 s.).</i> Báscula dorsal al apoyo fac. hor. p. ab. (2 s.). 	76. 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.). 	77.	78.
79.	80.	81.	82. Tour d'appui arrière tendu à l'appui facial horizontal (2 s.). <i>Felge bwd. stretched to free sup. scale (2 s.).</i> Giro de apoyo atrás ext. al apoyo facial horizontal (2 s.). 	83.	84.
85.	86.	87.	88. Établissement en avant en tournant en arrière bras tendu à la croix renversée (2 s.). <i>Felge upward with straight arms to invert. cross (2 s.).</i> Dominación adelante volteando atrás brazos ext. a cristo invertido (2 s.). 	89.	90.
91.	92.	93.	94. Établissement. arrière à la croix renvs. (2 s.). <i>Uprise bwd. to inverted cross (2 s.).</i> Dominación atrás a cristo invertido (2 s.). 	95.	96.

[illegible]

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. Salto fwd. piked or stretched. Mortal adelante en carpa o extendido.		2. Salto avant carpé ou tendu avec ½ t. Salto fwd. piked or stretched with ½ t. Mortal adelante en carpa o extendido con ½ g.		3. Salto avant carpé ou tendu avec 1/1 ou 3/2 t. Salto fwd. piked or stretched with 1/1 or 3/2 t. Mortal ad. en carpa o extendido con 1/1 o. 3/2 g.		4. Salto avant carpé ou tendu avec 2/1 t. Salto fwd. piked or stretched with 2/1 t. Mortal adelante en carpa o extendida con 2/1 g.		5.		6.	
 8v		 8v		 8v		 8v					
7.		8.		9. Double salto av. groupé ou groupé avec ½ t. Double salto fwd. tucked or tucked with ½ t. Doble mortal adelante 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.	
				 300 00		 300 00					
13.		14.		15.		16. Double salto av. carpé ou carpé avec ½ t. Double salto fwd. piked or piked with ½ t. Doble mortal adelante 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.	
						 300 00		 300 00			
19. Établissement arrière et salto arrière groupé. Uprise bwd. and salto bwd t. Dominación atrás y mortal atrás agrupado. (Köste)		20. Établissement arr. et salto arrière ca. ou tendu. Uprise bwd. and salto bwd p. or str. Dominación atrás y mortal atrás en carpa o ext.		21. Établissement arrière et salto arrière tendu avec 1/1 t. Uprise bwd. and salto bwd str. with 1/1 t. Dominación at. y mortal at. en carpa o ext. con 1/1 g.		22.		23.		24.	
 + 0		 + 0		 + 0							

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. Salto bwd. piked or stretched. Mortal atrás en carpa o extendido.		26. Salto arrière tendu avec ½ ou 1/1 t. Salto bwd. stretched with ½ or 1/1 t. Mortal atrás extendido con ½ o 1/1 g.		27. Salto arrière tendu avec 2/1 t. ou 3/2 t. Salto bwd. stretched with 2/1 t. or 3/2 t. Mortal atrás extendido con 2/1 g. o 3/2 g.		28.		29. Salto arrière tendu avec 3/1 t. Salto bwd. stretched with 3/1 t. Mortal atrás extendido con 3/1 g.		30.	
lv ✓		✓ E		✓ E ✓ E				✓ E			
31.		32. Double salto arrière groupé ou carpé. Double salto bwd. tucked or piked. Doble mortal atrás agrupado o en carpa.		33. Double salto arrière tendu. Double salto bwd. stretched. Doble mortal extendido.		34.		35.		36. Triple salto arrière groupé. Triple salto bwd. tucked. Triple mortal atrás agrupado.	
ll ll ✓		ll ✓		ll E						G lll	
37.		38.		39. 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.		40. Double salto arrière groupé avec 3/2 t. Double salto bwd. t. with 3/2 t. Doble mortal atrás agrupado con 3/2 g.		41. Double salto arrière groupe avec 2/1 t. Double salto bwd. t. with 2/1 t. Doble mortal atrás agrupado con 2/1 g.		42. 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 E		ll E		ll E		ll E	
43.		44.		45. 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.		46. Double salto arrière tendu avec ½ ou 1/1 t. Double salto bwd. stretched with ½ or 1/1 t. Doble mortal extendido con ½ o 1/1 g.		47.		48. Double salto arrière tendu avec 3/2 ou 2/1 t. Double salto bwd. stretched with 3/2 or 2/1 t. Doble mortal extendido con 3/2 o 2/1 g.	
✓ E		ll E		ll E		ll E		ll E		ll E	

Rész 13: 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, melyeknek a második repülő íve is különbözik (a nagyobb nehézségű ugrásoknál). Például: különböző irány - előre/hátra és/vagy különböző testhelyzet - zsugor/bicska (egyes szaltóknál) vagy legalább 1/2 fordulat különbség (csavart szaltóknál és szaltó nélküli ugrásoknál). 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 csak olyan ugrást mutathat be, melyet teljes biztonsággal, magas fokú esztétikai és technikai tökéletességgel képes bemutatni. A megkísérelt ugrás számát az ugrás megkezdése előtt fel kell mutatni.
4. 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.
5. Olyan ugrások, melyekben az első ívben szaltót mutat be a tornász, vagy terpesztett lábbal kell végrehajtani, tilosak.
6. 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.
7. 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.
8. 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.
9. A második repülő fázisban a tornász tömegközéppontjának láthatóan emelkednie kell az ellökődést követően.
10. 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.
11. A gyakorlat kivitelért adható levonások teljes listáját lásd a 9. szakaszban, és a levonások összegzésénél a 9.4 és 13.3 cikkeken.

13.2.2 cikk Információk a D pontszámáról

1. A kvalifikáció, csapat finálé és egyéni összetett döntő versenyekben a tornásznak egy ugrást kell bemutatnia. A tornásznak két ugrást kell bemutatnia a kvalifikációban az ugrás fináléja és az ugrás fináléban, melynek két különböző ugráscsoportból kell lennie, melyeknek nem lehet azonos vagy hasonló a 2. íve (a nagyobb nehézségű ugrásoknál).
- I csoport Kézenátfordulások
- II csoport 1/4 vagy 1/2 fordulat az első ívben
- III csoport Rundell kezdetű ugrások
- IV csoport Rundell 1/2 fordulattal az első ívben, 2. ívben előre szaltóval
- V csoport Rundell 3/4 vagy 1/1 fordulat az első ívben, 2. ívben hátra szaltóval (Scherbo)
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 kéztámaszhoz 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 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 lábfejenek 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.).
- 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.

7. 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 fináléja és az **ugrás fináléban**, melynek két különböző ugráscsoportból kell lennie (1. & 2. oldal az ugrás táblázatban), melyeknek nem lehet azonos vagy hasonló a 2. íve (az ugrástáblázat 2. oldalán).

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

8. 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.	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		
Nem megengedett vagy érvénytelen ugrás.	0,00 pont jár az ugrásért.		
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.		

1. ugráscsoport megismétlése a kvalifikáció vagy a szerfinálé során.	2,00 pont levonás a 2. ugrásból
Azonos vagy hasonló második ív a két ugrásban a kvalifikáció vagy szerfinálé során (elemtáblázat 2. oldal).	2,00 pont levonás a 2. ugrásból
További nekifutás	1,00 pont levonás

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.	+	+	+
Nyitási hiánya a leérkezés előkészítésénél	+	+	

2017 - 2020

TABLEAU DE VALEUR POUR LE SAUT FIG GAM - FIG MAG VAULT VALUE TABLE - TABLA DE VALOR DE SALTOS FIG GAM

EG1 Renversements avant Handspring Palomas			EG2 Sauts avec ¼ ou ½ t. dans le phase d'envol ¼ or ½ tw in 1st flight ¼ o ½ g. en la 1ª fase de vuelo			EG3 Sauts à partir de la rondade Round off entry Entradas de Rondada			EG4 Sauts à partir de la rondade avec ½ t. dans la 1er phase d'envol Round off w/ ½ tw in 1st flight Rondadas con ½ g. en la 1ª fase de vuelo			EG5 Entrée Scherbo dans la 1er phase d'envol Scherbo entry in 1st flight Entradas Scherbo en la 1ª fase		
101	Renversement avant. Handspring. Paloma.	1,6	220	Renversement latéral avec ¼ t. Handspring sideways ¼ tw. Rondada con ¼ g.	1,6	335	Rondade renversement arrière Round off back handspring Rondada inversión atrás	1,6	450	Rondade ½ t. et renversement avant. Round off ½ tw handspring Rondada ½ g paloma	1,8	560	Rondade, saut arrière avec 1/1 t et renversement arrière Scherbo entry to back handspring Entrada de Scherbo e inversión atrás	2,2
102	Renversement avant avec ½ t. Handspring ½ tw. Paloma con ½ g.	1,8	221	Renversement latéral avec 3/4 g. Handspring sideways 3/4 tw Rondada con 3/4 g.	1,8	336	Rondade renversement arrière avec ½ t. Round off back handspring ½ tw Rondada inversión atrás con ½ g.	1,8	451	Rondade ½ t. et renversement avant avec ½ t. Round off ½ tw handspring ½ tw Rondada ½ g. paloma con ½ g.	2,0	561	Rondade, saut arr. avec 1/1 t et renv. arr. avec ½ t. Scherbo entry to back handspring ½ tw Entrada de Scherbo e inversión atrás con ½ g.	2,4
103	Renversement avant avec 1/1 t. Handspring 1/1 tw. Paloma con 1/1 g.	2,0	222	Renversement latéral avec 5/4 g. Handspring sideways 5/4 tw Rondada con 5/4 g.	2,0	337	Rondade renversement arrière avec 1/1 t. Round off back handspring 1/1 tw Rondada inversión atrás con 1/1 g.	2,0	452	Rondade ½ t. et renversement avant avec 1/1 t. Round off ½ tw handspring 1/1 tw Rondada ½ g. paloma con 1/1 g.	2,2	562	Rondade, saut arr. avec 1/1 t et renv. arr. avec 1/1 t. Scherbo entry to back handspring 1/1 tw Entrada de Scherbo e inversión atrás con 1/1 g.	2,6
104	Renversement avant avec 3/2 t. Handspring 3/2 tw. Paloma con 3/2 g.	2,2	223	Renversement latéral avec ¼ t. et salto avant groupé. Handspring sideways ¼ tw salto forward tucked Rondada con ¼ g. mortal adelante agrupado	2,4	338	Rondade renv. arrière et salto arrière gr. (Yurchenko) Round off back handspring salto bwd tucked (Yurchenko) Rondada inversión mortal atrás agrupado (Yurchenko)	2,2	453	Rondade ½ t. et renversement avant salto avant groupé. Round off ½ tw handspring salto forward tucked. Rondada ½ g. paloma mortal agrupado.	2,6	563	Rondade, saut arr. avec 1/1 t et salto arrière groupé. Scherbo entry to salto backward tucked Entrada de Scherbo y mortal atrás agrupado.	2,8
105	Renversement avant avec 2/1 t. Handspring 2/1 tw. Paloma con 2/1 g.	2,4	224	Renversement latéral avec ¼ t. et salto avant carpé. Handspring sideways ¼ tw salto forward piked Rondada con ¼ g. mortal adelante en carpa	2,8	339	Yurchenko avec ½ t. Yurchenko tucked ½ tw Yurchenko con ½ g.	2,4	454	Rondade ½ t., renv. avant salto avant groupé avec ½ t. Round off ½ tw handspring salto forward tucked ½ tw Rondada ½ g. paloma mortal agrupado con ½ g.	3,0	564	Rondade, saut arr. avec 1/1 t et salto arrière carpé. Scherbo entry & to salto backward piked Entrada de Scherbo y mortal atrás en carpa.	3,0
106	Renversement avant avec 5/2 t. (Tsygankov) Handspring 5/2 tw. (Tsygankov) Paloma con 5/2 g. (Tsygankov)	2,6	225	Renv. lat. avec ¼ t. et salto arr. groupé (Tsukahara) Handspring sideways ¼ tw salto bwd tucked (Tsukahara) Rondada con ¼ g. mortal atrás agrupado (Tsukahara)	2,2	340	Yurchenko avec 1/1 t. Yurchenko tucked 1/1 tw Yurchenko con 1/1 g.	2,8	455	Rondade ½ t. et renversement avant salto avant carpé. Round off ½ tw handspring salto forward piked. Rondada ½ g. paloma mortal en carpa.	3,0	565	Rondade, saut arr. avec 1/1 t et salto arr. gr. avec ½ t. Scherbo entry & to salto backward tucked ½ tw Entrada de Scherbo y mortal atrás agrupado con ½ g.	3,0
107	Renversement avant et salto avant groupé. Handspring salto forward tucked. Paloma mortal agrupado)	2,4	226	Tsukahara carpe Tsukahara piked Tsukahara en carpa	2,4	341	Yurchenko avec 3/2 t. Yurchenko tucked 3/2 tw Yurchenko con 3/2 g.	3,2	456	Rondade ½ t. et renv. av. salto av. carpé ½ t. (Nemov) Round off ½ tw handspring salto fwd piked ½ tw (Nemov) Rondada ½ g. paloma mortal en carpa con ½ g. (Nemov)	3,4	566	Rondade, saut arr. avec 1/1 t et salto arr. gr. avec 1/1 t. Scherbo entry & salto backward tucked 1/1 tw Entrada de Scherbo y mortal atrás agrupado con 1/1 g.	3,4
108	Renv. av. et salto av. groupé avec ½ t. (Cuervo groupé) Handspring salto forward tucked ½ tw. (Cuervo tucked) Paloma mortal agr. con ½ g. (Cuervo agrupado)	2,8	227	Tsukahara groupé avec ½ t. Tsukahara tucked ½ tw Tsukahara agrupado con ½ g.	2,4	342	Yurchenko avec 2/1 t. Yurchenko tucked 2/1 tw Yurchenko con 2/1 g.	4,0				567	Rondade, saut arr. avec 1/1 t et salto arr. gr. avec 3/2 t. Scherbo entry & to salto backward tucked 3/2 tw Entrada de Scherbo y mortal atrás agrupado con 3/2 g.	3,8
109	Renv. av. et salto av. gr. avec 1/1 t. (Cuervo gr. avec ½ t.) Handspring salto fwd tucked 1/1 tw. (Cuervo tucked ½ tw) Paloma mortal agr. con 1/1 g. (Cuervo agr. con ½ g.)	3,2	228	Renv. lat. avec ¼ t. et salto av. gr. avec ½ t. (Kasamatsu) Handspring sideways ¼ tw salto fwd tucked ½ tw (Kasamatsu) Rondada con ¼ g. mortal ad agr. con ½ g. (Kasamatsu)	2,8	343	Yurchenko carpé Yurchenko piked Yurchenko en carpa	2,4						
110	Renv. av. et salto av. gr. avec 3/2 t. (Kroll) ou Cuervo gr. avec 1/1 t.) Handspring salto fwd t. 3/2 tw (Kroll) or Cuervo t 1/1 tw. Paloma mortal agr. con 3/2 g. (Kroll) o Cuervo agr. 1/1 g.	4,0	229	Kasamatsu gr. avec ½ ou Tsukahara groupé avec 3/2 t. Kasamatsu tucked ½ tw or Tsukahara tucked 3/2 tw Kasamatsu agr. con ½ g. o Tsukahara agr. con 3/2 g.	3,2									
111	Renv. av. et salto av. gr. avec 2/1 t. (Canbas) ou Cuervo gr. avec 3/2 t.) Handspring salto fwd t. 2/1 tw (Canbas) (Cuervo t 3/2 tw) Paloma mortal agr. con 2/1 g. (Canbas) (Cuervo 3/2 g.)	4,4	230	Tsukahara gr. avec 2/1 t. (Barbieri) or Kasamatsu 1/1 gr. Tsukahara t. 2/1 tw (Barbieri) or Kasamatsu 1/1 tucked Tsukahara agr. con 2/1 g. (Barbieri) o Kasamatsu 1/1 agr.	4,0									
112	Renversement avant et salto avant carpé. Handspring salto forward piked Paloma mortal en carpa.	2,8												
113	Renv. avant et salto avant carpé avec ½ t. (Cuervo carpé) Handspring salto forward piked ½ tw (Cuervo piked) Paloma mortal en carpa con ½ g. (Cuervo carpa.)	3,2												
114	Renv. av. et salto av. carpé avec 1/1 t. (Cuervo carpé avec ½ t.) Handspring salto fwd. piked 1/1 tw. (Cuervo piked ½ tw) Paloma mortal en carpa con 1/1 g. (Cuervo carpa ½ g.)	3,6												
115	Renv. av. et salto av. carpé avec 3/2 t. (Cuervo carpé avec 1/1 t.) Handspring salto fwd. piked 3/2 tw. (Cuervo piked 1/1 tw.) Paloma mortal en carpa con 3/2 g. (Cuervo carpa 1/1 g.)	4,0												
116	Renversement av. 1/1 t et salto av. groupé (Behrend) Handspring w 1/1 tw to salto forward tucked (Behrend) Paloma con 1/1 g. mortal ad. agrupado (Behrend)	4,0												
117	Renversement avant 1/1 t et salto avant carpé (Rehm) Handspring w 1/1 tw to salto forward piked (Rehm) Paloma con 1/1 g. mortal ad. en carpa (Rehm)	4,4												
118	Renv. avant 1/1 t et salto avant carpé avec ½ t. (Arican) Handspring w. 1/1 tw. to salto fwd. piked ½ tw. (Arican) Paloma con 1/1 g. mortal ad. en carpa con ½ g. (Arican)	4,8												

2017 - 2020

TABLEAU DE VALEUR POUR LE SAUT FIG GAM - FIG MAG VAULT VALUE TABLE - TABLA DE VALOR DE SALTOS FIG GAM

EG1 Renversements avant Handspring Palomas			EG2 Sauts avec ¼ ou ½ t. dans le phase d'envol ¼ or ½ tw in 1st flight ¼ o ½ g. en la 1ª fase de vuelo			EG3 Sauts à partir de la rondade Round off entry Entradas de Rondada			EG4 Sauts à partir de la rondade avec ½ t. dans la 1er phase d'envol Round off w/ ½ tw in 1st flight Rondadas con ½ g. en la 1ª fase de vuelo			EG5 Entrée Scherbo dans la 1er phase d'envol Scherbo entry in 1st flight Entradas Scherbo en la 1ª fase		
			270	Tsukahara tendu. Tsukahara str. Tsukahara extendido.	3,2 ①	370	Yurchenko tendu. Yurchenko str. Yurchenko extendido.	3,2 ①				570	Rond. salto arr. avec 1/1 t et renv. arr. salto arr. carpé. (Scherbo) Scherbo entry to salto bwd. stretched (Scherbo) Entrada de Scherbo mortal at. ext. (Scherbo)	3,8 ①
171	Renversement avant et salto avant tendu. Handspring salto forward stretched. Paloma Mortal adelante extendido.	3,6 ②③	271	Renv. latéral avec ¼ g. salto av. t. ou Tsukahara t. avec ½ t. Hdst sideways ¼ tw salto fwd. str or Tsukahara str. ½ tw. Rond. ¼ g. mortal ad. ext. o Tsukahara ext ½ g.	3,6 ①③	371	Yurchenko tendu avec ½ t Yurchenko str. ½ tw. Yurchenko ext. con ½ g.	3,6 ①	471	Rondade avec ½ t. renversement arr. tendu. Round off ½ tw handspring salto fwd str. Rondada con ½ g. mortal atrás ext.	3,8 ②③	571	Scherbo avec ½ t. Scherbo ½ tw. Scherbo con ½ g.	4,2 ①
172	Renv. av. et salto av. t. avec ½ t. (Cuervo t.) Handspring salto fwd. str. ½ tw. (Cuervo str.) Paloma mortal ad. ext. con 1/1 g. (Cuervo ext. ½ g.)	4,0 ②③	272	Kasamatsu tendu ou Tsukahara tendu avec 1/1 t. Kasamatsu str. or Tsukahara str. 1/1 tw. Kasamatsu ext. o Tsukahara ext. con 1/1 g	4,0 ①③	372	Yurchenko tendu avec 1/1 t. Yurchenko str. 1/1 tw. Yurchenko ext. con 1/1 g.	4,0 ③	472	Rondade avec ½ t. renv. av. tendu avec ½ t. (Hutcheon) Round off ½ tw. handspring salto fwd. str. ½ tw. (Hutcheon) Rond. ½ g. mortal ad. ext. con ½ g. (Hutcheon)	4,2 ②③	572	Scherbo avec 1/1 t. Scherbo 1/1 tw. Scherbo con 1/1 g.	4,6 ③
173	Renv. et salto av. t. avec 1/1 t. (Cuervo t. ½ t.) Handspring salto fwd. str. 1/1 tw. (Cuervo str ½ tw.) Paloma mortal ad. ext. con 1/1 g. (Cuervo ext. ½ g.)	4,4 ②③	273	Kasamatsu tendu ou Tsukahara tendu avec 3/2 t. Kasamatsu str. ½ tw or Tsukahara str. 3/2 tw Kasamatsu ext. ½ g. o Tsukahara ext. 3/2 g	4,4 ①③	373	Yurchenko tendu avec 3/2 t. Yurchenko str. 3/2 tw. Yurchenko ext. con 3/2 g.	4,4 ①	473	Rondade avec ½ t. renv. av. tendu avec 1/1 t. Round off ½ tw. handspring salto fwd. str. 1/1 tw. Rondada con ½ g. mortal ad. ext. con 1/1 g.	4,6 ②③	573	Scherbo avec 3/2 t. Scherbo 3/2 tw. Scherbo con 3/2 g.	5,0 ①
174	Renv. et salto av. t. avec 3/2 t. (Cuervo t. 1/1 t.) (Lou Yun) Hdst. salto fwd. str. 3/2 tw. (Cuervo str 1/1 tw.) (Lou Yun) Paloma mortal ad. ext. 3/2 g. (cuervo ext. 1/1 g.) (Lou Yun)	4,8 ②③	274	Kasamatsu tendu 1/1 t ou Tsukahara tendu 2/1 t. (Akopian) Kasamatsu str. 1/1 tw. or Tsukahara str. 2/1 tw. (Akopian) Kasam. ext. 1/1 g. o Tsukahara ext. 2/1 g. (Akopian)	4,8 ①③	374	Yurchenko tendu avec 2/1 t. Yurchenko str. 2/1 tw. Yurchenko ext. con 2/1 g.	4,8 ③	474	Rondade avec ½ t. renv. av. ext. avec salto 3/2 t. Round off ½ tw. handspring salto fwd. str. 3/2 tw. Rondada con ½ g. mortal ad. ext. con 3/2 g.	5,0 ②③	574	Scherbo avec 2/1 t. Scherbo 2/1 tw. Scherbo con 3/2 g.	5,4 ①
175	Renv. et salto av. t. avec 2/1 t. (Cuervo t. 3/2 t.) Handspring salto fwd. str. 2/1 tw. (Cuervo str 3/2 tw.) Paloma mortal ad. ext. con 2/1 g. (cuervo ext. 3/2 g.)	5,2 ②③	275	Kasamatsu tendu avec 3/2 t. (Driggs) Kasamatsu str. 3/2 tw. (Driggs) Kasamatsu ext. con 3/2 g. (Driggs)	5,2 ①③	375	Yurchenko tendu avec 5/2 t. (Shewfelt) Yurchenko str. 5/2 tw. (Shewfelt) Yurchenko ext. con 5/2 g. (Shewfelt)	5,2 ①	475	Rondade avec ½ t. renv. av. tendu avec 2/1 t. Round off ½ tw. handspring salto fwd. str. 2/1 tw. Rondada con ½ g. paloma mortal ad. ext. 2/1 g.	5,4 ②③	575	Scherbo avec 5/2 t. Scherbo 5/2 tw. Scherbo con 5/2 g.	5,8 ①
176	Renv. et salto av. t. avec 5/2 t. (Cuervo t. 1/1 t.) Handspring salto fwd. str. 5/2 tw. (Yeo 2) Paloma mortal ad. ext. con 5/2 g. (Cuervo ext. 1/1 g.)	5,6 ②③	276	Kasamatsu tendu avec 2/1 t. (Lopez) Kasamatsu str. 2/1 tw. (Lopez) Kasamatsu ext. con 2/1 g. (Lopez)	5,6 ①③	376	Yurchenko tendu avec 3/1 t. (Shirai - Kim Hee Hoon) Yurchenko str. 3/1 tw. (Shirai - Kim Hee Hoon) Yurchenko ext. con 3/1 g. (Shirai - Kim Hee Hoon)	5,6 ③	476	Rondade avec ½ t. renv. av. tendu avec 5/2 t. (Li Xiao Peng) Round off ½ tw. hdst. salto fwd. str 5/2 tw (Li Xiao Peng) Rond. ½ g. mortal ad. ext. 5/2 g. (Li Xiao Peng)	5,8 ②③			
177	Renv. et salto av. tendu avec 3/1 t. (Yang Hak Seon) Handspring salto fwd. str. 3/1 tw. (Yang Hak Seon) Paloma mortal ad. ext. con 3/1 g. (Yang Hak Seon)	6,0 ③	277	Kasamatsu tendu 5/2 t. Kasamatsu str. 5/2 tw. Kasamatsu ext. 5/2 g.	6,0 ③									
178	Renv. av. et double salto av. gr. (Roche) Handspring double salto fwd. tucked (Roche) Paloma doble mortal adelante agr. (Roche)	5,2 ①							478	Rondade avec ½ t. renv. et double salto av. gr. Round off ½ tw. hdst. double salto fwd. tucked Rondada con ½ g. paloma doble mortal ad. agr.	5,4 ①			
179	Roche ½ t. (Dragulescu) Roche ½ tw. (Dragulescu) Roche con ½ g. (Dragulescu)	5,6												
			285	Tsukahara avec salto av. groupe (Yeo) Tsukahara with salto bwd tucked (Yeo) Tsukahara mortal ad. agrupado (Yeo)	5,2 ①	385	Yurchenko et salto arr. groupé (Melissanidis) Yurchenko and salto bwd. tucked (Melissanidis) Yurchenko mortal at. agrupado (Melissanidis)	5,2 ①						
			286	Tsukahara avec salto av. carpé (Lu Yu Fu) Tsukahara with salto bwd. piked (Lu Yu Fu) Tsukahara mortal ad. en carpa (Lu Yu Fu)	5,6 ①	386	Yurchenko et salto arr. carpé (Melissanidis carpé) Yurchenko and salto bwd. piked (Melissanidis piked) Yurchenko mortal at. carpa (Melissanidis carpa)	5,6 ①						
			287	Double Tsukahara gr. avec 1/1 t. (Ri Se Gwang) Double Tsukahara tucked 1/1 tw. (Ri Se Gwang) Doble Tsukahara agr. con 1/1 g. (Ri Se Gwang)	6,0									
190	Renv. salto av. avec ½ t. et salto arr. (Zimmerman) Handspring salto fwd. ½ tw to salto bwd. (Zimmerman) Paloma mortal ad. ½ g. mortal atrás (Zimmerman)	5,6												
191	Renversement av. double salto av. carpé (Blanik) Handspring double salto fwd. piked (Blanik) Paloma doble mortal ad. en carpa (Blanik)	5,6												
192	Renv. double salto av. carpé avec ½ t. (Ri Se Gwang 2) Hdst. double salto fwd. piked ½ tw. (Ri Se Gwang 2) Paloma doble mortal carpa ½ g. (Ri Se Gwang 2)	6,0												

Cette page montre aussi les sauts présentant une deuxième phase d'envol identique ou similaire répertoriés dans le tableau lorsque leurs numéros se terminent par les deux mêmes chiffres, et qu'un chiffre clé situé dans la case est également identique. Ces sauts avec une déduction potentielle de deux points pour les qualifications ou la finale, sont présentés sur la même ligne..

This page also shows vaults with same or similar 2nd flight phase, denoted with the same last two digits in the vault number and Key number in the table boxes. The vaults with a potential deduction of -2.0 for qualification to and in the apparatus final are located in the same row of this table.

Esta página muestra también los saltos con la 2ª fase de vuelo igual o similar, anotados con los dos últimos dígitos iguales del número de salto y la misma clave en los cuadros. Los saltos con una deducción potencial de - 2,0 para la clasificación y la final de aparatos se colocan en la misma fila de esta tabla

CLÉ
KEY
CLAVE

Même deuxième phase d'envol
Same 2nd Flight Phase
2ª fase de vuelo igual

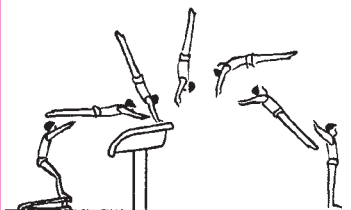
Même deuxième phase d'envol
Same 2nd Flight Phase
2ª fase de vuelo igual

Similaire deuxième phase d'envol
Similar 2nd Flight Phase
2ª fase de vuelo similar

Le gymnaste ne peut pas exécuter deux sauts avec identiques ou avec la même deuxième phase d'envol
Gymnasts may not do vaults with the same or similar 2nd flight phase.
El gimnasta no puede hacer saltos con 2ª fase de vuelo igual o similar

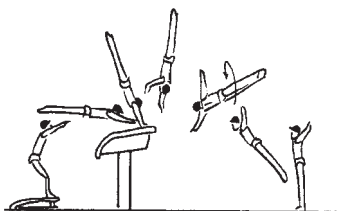
EG I: Renversements avant type sauts - Forward Handspring style vaults - Palomas

101. Renversement avant.
Forward handspring.
Paloma.



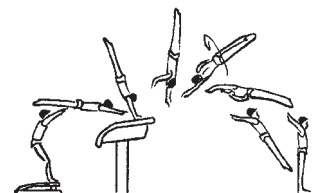
1.6

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



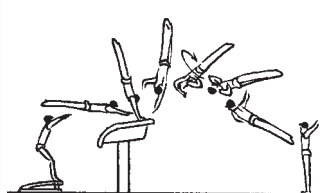
1.8

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



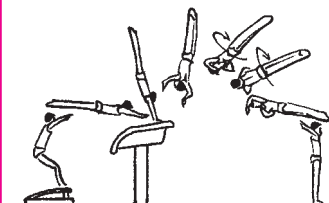
2.0

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



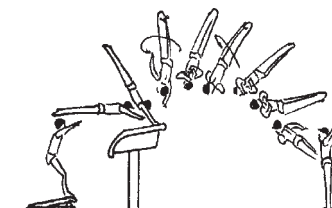
2.2

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



2.4

106. Renversement avant avec 5/2 t.
Forward handspring with 5/2 t.
Paloma con 5/2 g.
(Tsygankov)



2.6

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



2.4

108. 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

109. Renvs. av. et salto av. gr. avec 1/1 t. (Cuervo gr. a. ½ t.).
Hdspr. fwd. and salto fwd. t. w. 1/1 t. (Cuervo t. w. ½ t.).
Paloma mortal ad. agr. con 1/1 g. (Cuervo agr. con. ½ g.).



3.2

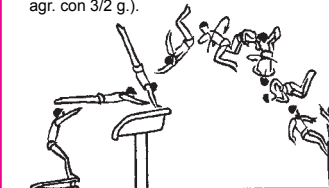
110. Renvs. av. et salto av. gr. avec 3/2 t. (Cuervo gr. a. 1/1 t.).
Hdspr. fwd. and salto fwd. t. w. 3/2 t. (Cuervo t. w. 1/1 t.).
Paloma mortal ad. agr. con 3/2 g. (Cuervo agr. con 1/1 g.).



4.0

(Kroll)

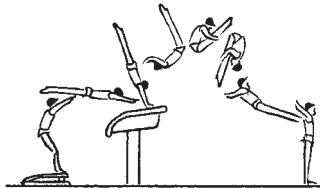
111. Renvs. av. et salto av. gr. avec 2/1 t. (ou Cuervo gr. a. 3/2 t.).
Hdspr. fwd. and salto fwd. t. w. 2/1 t. (or Cuervo t. w. 3/2 t.).
Paloma mortal ad. agr. con. 2/1 g. (o. Cuervo agr. con 3/2 g.).



4.4

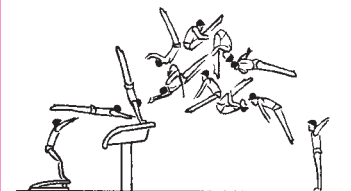
(Canbas)

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



2.8

113. 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

114. Renvs. av. et salto av. ca. avec 1/1 t. (Cuervo carpé a. ½ t.).
Hdspr. fwd. and salto fwd. p. w. 1/1 t. (Cuervo p. w. ½ t.).
Paloma mortal en carpa con 1/1 g. (Cuervo en carpa con ½ g.).



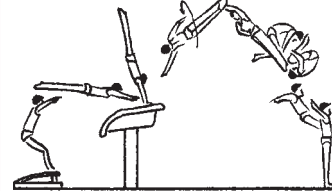
3.6

115. 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

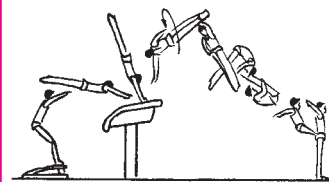
116. Renversement avant 1/1 t. et salto av. gr.
Hdspr. fwd. w. 1/1 t. a. salto fwd. t.
Paloma con 1/1 g. agrupado mortal ad. agr.



4.0

(Behrend)

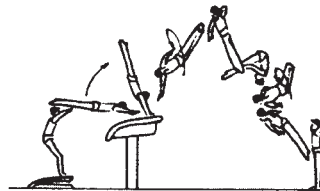
117. Renversement av. a. 1/1 t. et salto av. carpé.
Hdspr. fwd. w. 1/1 t. and salto fwd. p.
Paloma con 1/1 g. agrupado mortal ad. carp.



4.4

(Rehm)

118. Renvs. avant avec 1/1 t. et salto av. carpé ½ t.
Hdspr. fwd. 1/1 t. and Salto fwd piked ½ t.
Paloma con 1/1 g. y mortal ad. en carpa con ½ g.

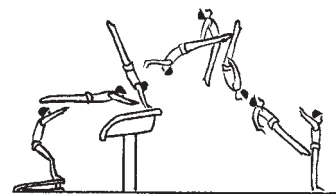


4.8

(Arican)

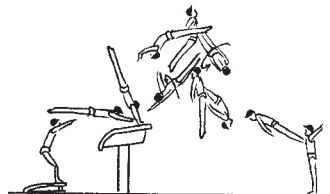
EG I: Renversements avant type sauts - Forward Handspring style vaults - Palomas

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



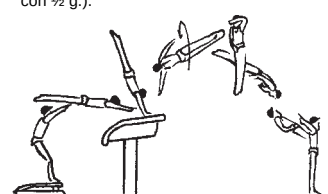
3.6

172. 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.).



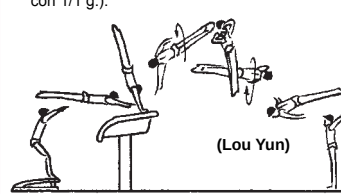
4.0

173. Renversement av. et salto av. tendu avec 1/1 t. (Cuervo tendu ½ t.).
Hdspr. fwd. and salto fwd. str. w. 1/1 t. (Cuervo str. ½ t.).
Paloma mortal ad. ext. con 1/1 g. (Cuervo ext. con ½ g.).



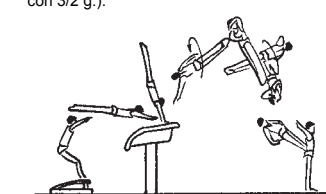
4.4

174. 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.).



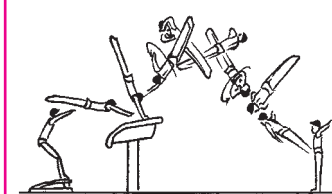
4.8

175. 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

176. 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.



5.6

177. 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

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

(Roche)



5.2

179. Roche avec ½ tour. *Roche with ½ turn.*
Roche con ½ giro.

(Dragulescu)



5.6

180.

186.

181.

187.

182.

188.

189.

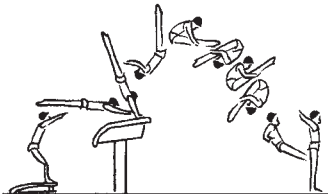
190. Renv. av. et salto av. gr. avec ½ t. et salto arr. gr. *Handspring fwd. and salto fwd. t. w. ½ t. and salto bwd. t.*
Paloma y mortal ad con ½ g. y mortal at. agr. (Zimmerman)



5.6

191. Renversement av. et double salto av. carpé. *Handspring fwd. and dbl. salto fwd. piked.*
Paloma doble mortal ad. en carpa.

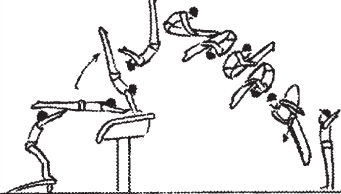
(Blanik)



5.6

192. Dragulescu carpé. *Dragulescu piked.*
Dragulescu en carpa.

(RI Se Gwang 2)



6.0

193.

194.

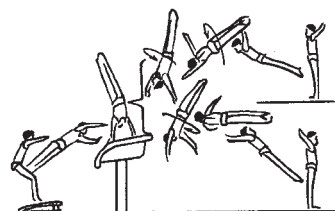
EG II: Sauts avec ¼ ou ½ tour dans le phase d'envol - Handspring with ¼ or ½ turn in the 1st flight phase - Saltos con ¼ o ½ g. en la fase de vuelo

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



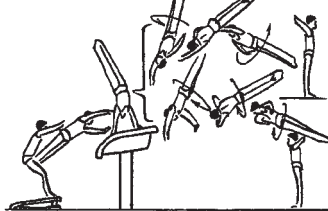
1.6

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



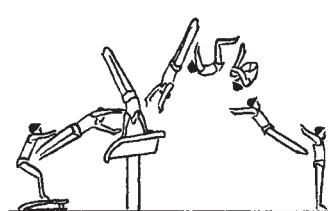
1.8

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



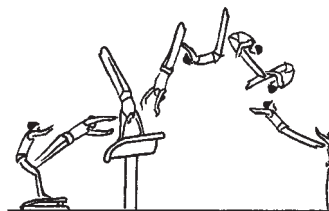
2.0

223. Renversement latéral avec ¼ t. et salto av. gr.
Hdspr. sw. with ¼ t. a. salto fwd. t.
Rondada con ¼ g. y mortal adelante agrupado.



2.4

224. Renversement lat. avec ¼ t. et salto av. ca.
Handspring sw. w. ¼ t. a. salto fwd. p.
Rondada con ¼ g. y mortal adelante en carpa.



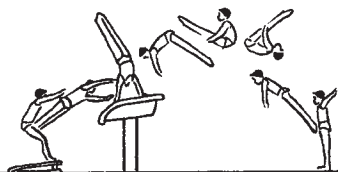
2.8

225. 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

226. Tsukahara carpé.
Tsukahara piked.
Tsukahara en carpa.



2.4

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



2.4

228. 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)

229. Tsukahara gr. avec 3/2 t. ou Kasamatsu gr.
avec ½ t.
Tsukahara t. w. 3/2 t. or Kasamatsu t. ½ t.
Tsukahara agrupado con. 3/2 g. o Kasamatsu agrupado con ½ g.



3.2

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



4.0

(Barbieri)

232.

233.

234.

235.

236.

237.

238.

239.

240.

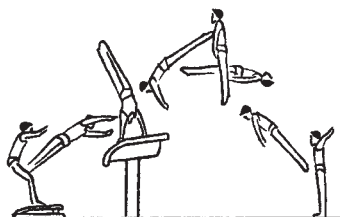
241.

242.

243.

EG II: Sauts avec ¼ ou ½ tour dans le phase d'envol - Handspring with ¼ or ½ turn in the 1st flight phase - Saltos con ¼ o ½ g. en la fase de vuelo

270. Tsukahara tendu.
Tsukahara stretched.
Tsukahara extendido.



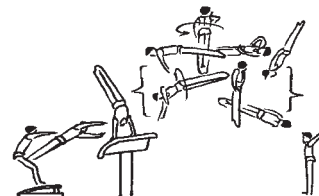
3.2

271. Tsukahara tendu avec ½ t.
Tsukahara str. with ½ t. or Hdspr. sw ¼ t. salto fwd str.
Tsukahara extendido con ½ g.



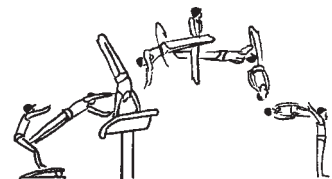
3.6

272. 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

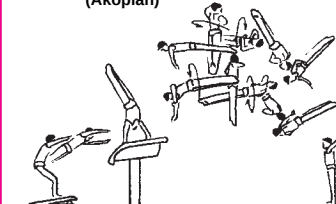
273. Kasamatsu tendu avec ½ t. ou Tsukahara tendu avec 3/2 t.
Kasamatsu str. with ½ t. or Tsukahara str. w. 3/2 t.
Kasamatsu extendido con ½ g. o. Tsukahara extendido con 3/2 g.



4.4

274. Kasamatsu t. avec 1/1 t. ou Tsukahara t. avec 2/1 t.
Kasamatsu str. w. 1/1 t. or Tsukahara str. w. 2/1 t.
Kasamatsu ext. con 1/1 g. o. Tsukahara ext. con 2/1 g.

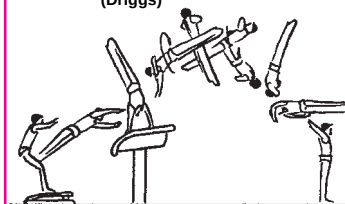
(Akopian)



4.8

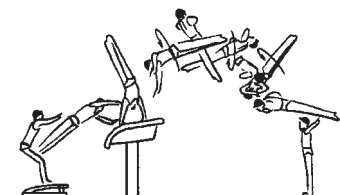
275. Kasamatsu tendu avec 3/2 t.
Kasamatsu str. with 3/2 t.
Kasamatsu extendido con 3/2 g.

(Driggs)



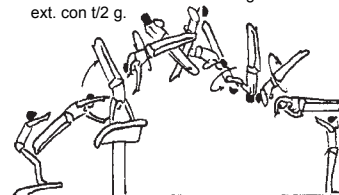
5.2

276. Kasamatsu tendu avec 2/1 t.
Kasamatsu str. with 2/1 t.
Kasamatsu extendido con 2/1 g.
(López)



5.6

277. Kasamatsu tendu avec 5/2 t. ou Tsukahara tendu avec 7/2 t.
Kasamatsu str. with 5/2 t. or Tsukahara st. with 7/2 t.
Kasamatsu extendido con 5/2 g. o Tsukahara ext. con 7/2 g.



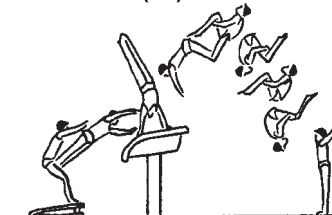
6.0

282.

283.

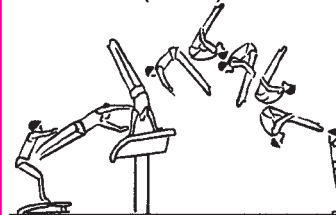
284.

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



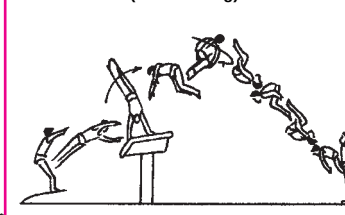
5.2

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



5.6

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



6.0

288.

289.

290.

291.

292.

293.

EG III: Sauts à partir de la rondade aussi ¼ t. - Round off entry vaults also ¼ t. with bwd. 2nd. flight phase - Saltos a partir de rondada tambien con ¼ g. con la 2ª fase at.

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



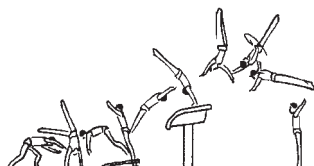
1.6

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



1.8

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



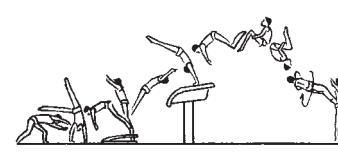
2.0

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



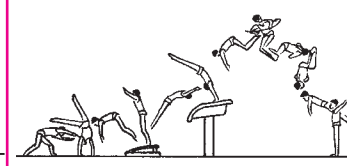
2.2

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



2.4

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



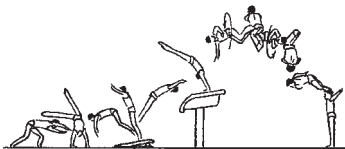
2.8

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



3.2

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



4.0

343. Yurchenko carpé.
Yurchenko piked.
Yurchenko en carpa.



2.4

344.

350.

345.

351.

346.

352.

352.

353.

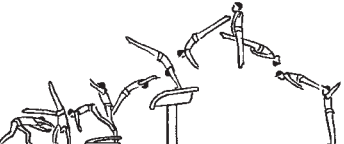
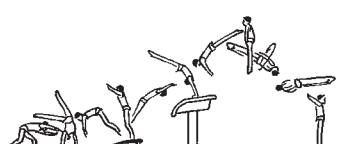
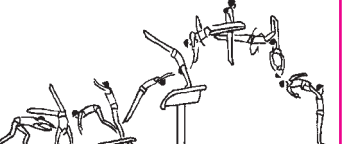
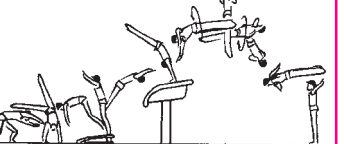
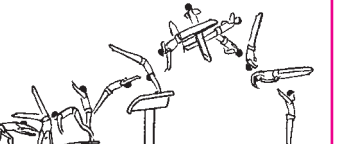
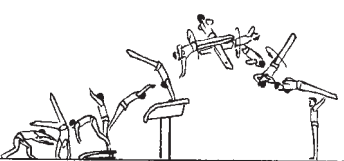
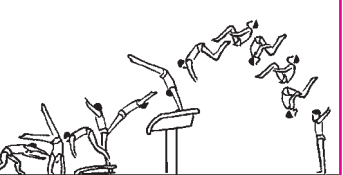
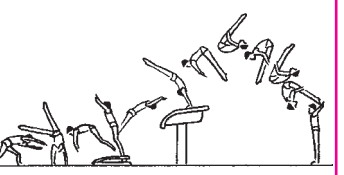
354.

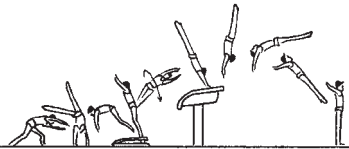
355.

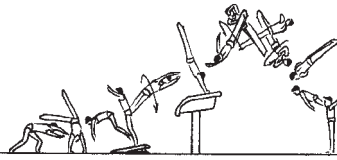
356.

357.

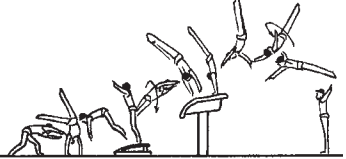
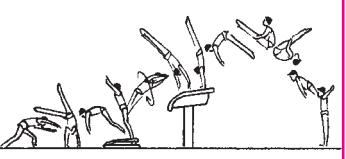
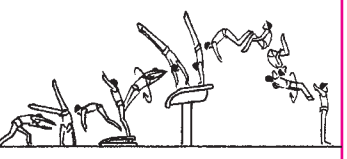
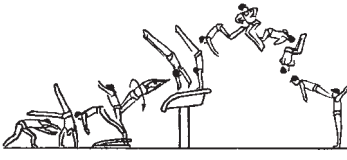
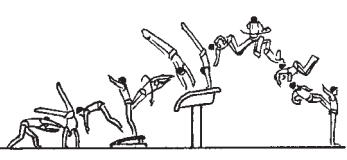
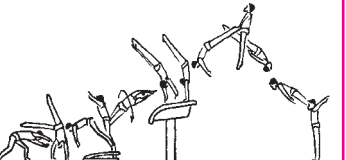
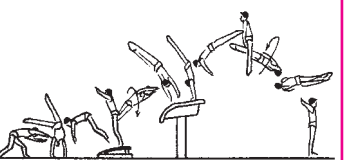
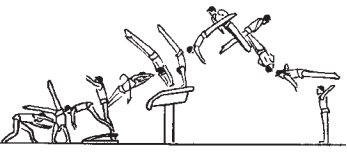
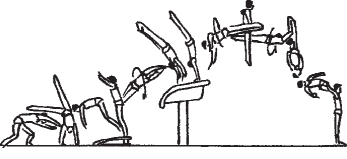
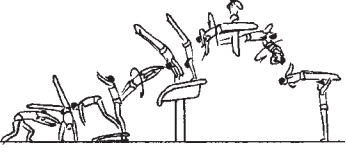
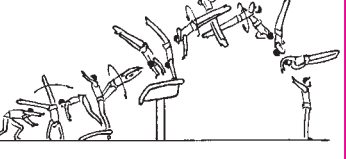
EG III: Sauts à partir de la rondade aussi ¼ t. - Round off entry vaults also ¼ t. with bwd. 2nd. flight phase - Saltos a partir de rondada tambien con ¼ g. con la 2ª fase at.

370. Yurchenko tendu. Yurchenko stretched. Yurchenko ext.  3.2	371. Yurchenko tendu avec ½ t. Yurchenko stretched with ½ t. Yurchenko ext. con ½ g.  3.6	372. Yurchenko tendu avec 1/1 t. Yurchenko stretched with 1/1 t. Yurchenko extendido con 1/1 g.  4.0	373. Yurchenko tendu avec 3/2 t. Yurchenko stretched with 3/2 t. Yurchenko extendido con 3/2 g.  4.4	374. Yurchenko tendu avec 2/1 t. Yurchenko stretched with 2/1 t. Yurchenko extendido con 2/1 g.  4.8	375. Yurchenko tendu avec 5/2 t. Yurchenko stretched with 5/2 t. Yurchenko extendido con 5/2 g. (Shewfelt)  5.2
376. Yurchenko tendu avec 3/1 t. Yurchenko Stretched 3/1 t. Yurchenko extendido con 3/1 g. (Shirai - KIM Hee Hoon)  5.6	377.	378.	379.	380.	381.
382.	383.	384.	385. Yurchenko et salto arr. gr. Yurchenko and salto bwd. t. Yurchenko y mortal at. agr. (Melissanidis)  5.2	386. Melissanidis carpé. Melissanidis piked. Melissanidis en carpa.  5.6	387.
388.	389.	390.	391.	392.	393.

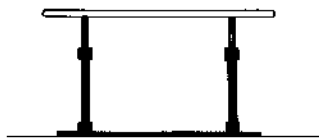
EG IV: Sauts à partir de la rondade avec ½ t. dans la 1er. phase d'envol - Round off entry vaults with ½ t. in the 1st. flight phase - Saltos a partir de rondada con ½ g. en la 1ª fase de vuelo					
450. Rondade, ½ t. et renversement avant. Round off, ½ t. and handspring fwd. Rondada, ½ g. paloma.  1.8	451. 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	452. 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.  2.2	453. 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.  2.6	454. 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.  3.0	455. 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
456. 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	457.	458.	459.	460.	461.
462.	463.	464.	465.	466.	467.
468.	469.	470.	471. Rondade, ½ t. et renversement avant et salto avant tendu. Round off, ½ t. and hdspr. fwd. and salto fwd. str. Rondada, ½ g. paloma mortal adelante ext.  3.8	472. Rondade, ½ t. et renversement avant et salto avant tendu a. ½ t. Round off, ½ t. and hdspr. fwd. and salto fwd. str. with ½ t. Rondada, ½ g. paloma mortal adelante ext. con ½ g.  4.2 (Hutcheon)	473. Rondade, ½ t. et renversement avant et salto avant tendu a. 1/1 t. Round off, ½ t. and hdspr. fwd. and salto fwd. str. with 1/1 t. Rondada, ½ g. paloma mortal adelante extendido con 1/1 g.  4.6

EG IV: Sauts à partir de la rondade avec ½ t. dans la 1er. phase d'envol - Round off entry vaults with ½ t. in the 1st. flight phase - Saltos a partir de rondada con ½ g. en la 1ª fase de vuelo					
474. Rondade, ½ t. et renversement avant et salto avant tendu a. 3/2 t. <i>Round off, ½ t. and hdspr. fwd. and salto fwd. stretched with 3/2 t.</i> Rondada, ½ g. paloma mortal ad. ext. con 3/2 g.  5.0 480. 486. 492.	475. Rondade, ½ t. et renversement avant et salto avant tendu a. 2/1 t. <i>Round off, ½ t. and hdspr. fwd. and salto fwd. stretched with 2/1 t.</i> Rondada, ½ g. paloma mortal ad. ext. con 2/1 g.  5.4 481. 487. 493.	476. Rondade, ½ t. et renversement avant et salto avant tendu avec 5/2 t. <i>Round off, ½ t. and hdspr. fwd. and salto fwd. str. with 5/2 t.</i> Rondada, ½ g. paloma mortal ad ext con 5/2 g. (Li Xiao Peng)  5.8 482. 488. 494.	477. 478. Rondade, ½ t. et renversement av. et double salto avant groupé. <i>Round off, ½ t. a. hdspr. fwd. and double salto fwd. tucked.</i> Rondada, ½ g. paloma doble mortal ad. agr.  5.4 484. 490. 496.	479. 485. 491. 497.	

EG V: Entrée Scherbo dans la 1er. phase d'envol - Scherbo entry in 1st flight - Entrada Scherbo en la primera fase de vuelo

560. Rondade, saut arrière avec 1/1 t. et renversement arrière. <i>Scherbo entry to back handspring.</i> Entrada de Scherbo e inversión atrás.  2.2	561. Rondade, saut arrière avec 1/1 t. et renversement arrière avec ½ tour. <i>Scherbo entry to back handspring with ½ turn.</i> Entrada de Scherbo e inversión atrás con ½ g.  2.4	562. Rondade, saut arrière avec 1/1 t. et renversement arrière avec 1/1 tour. <i>Scherbo entry to back handspring with 1/1 turn.</i> Entrada de Scherbo e inversión atrás con 1/1 g.  2.6	563. Rondade, saut arrière avec 1/1 t. et renversement arrière et salto arrière groupé. <i>Scherbo entry to salto bwd. tucked.</i> Entrada de Scherbo y mortal atrás agr.  2.8	564. Rondade, saut arrière avec 1/1 t. et renversement arrière et salto arrière carpé. <i>Scherbo entry to salto bwd. piked.</i> Entrada de Scherbo y mortal atrás en carpa.  3.0	565. Rondade, saut arrière avec 1/1 t. et renversement arrière et salto arrière groupé avec ½ t. <i>Scherbo entry to salto bwd. tucked with ½ turn.</i> Entrada de Scherbo y mortal atrás agrupado con ½ g.  3.0
566. Rondade, saut arrière avec 1/1 t. et renversement arrière et salto arrière groupé avec 1/1 t. <i>Scherbo entry to salto bwd. tucked with 1/1 turn.</i> Entrada de Scherbo y mortal atrás agrupado con 1/1 g.  3.4	567. Rondade, saut arrière avec 1/1 t. et renversement arrière et salto arrière groupé avec 3/2 t. <i>Scherbo entry to salto bwd. tucked with 3/2 turn.</i> Entrada de Scherbo y mortal atrás agrupado con 3/2 g.  3.8	568.	569.	570. Rondade, saut arrière avec 1/1 t. et renversement arrière et salto arrière tendu. <i>Scherbo entry to salto bwd. stretched.</i> Entrada de Scherbo mortal at ext. (Scherbo)  3.8	571. Scherbo avec ½ t. <i>Scherbo with ½ t.</i> Scherbo con ½ g.  4.2
572. Scherbo avec 1/1 t. <i>Scherbo with 1/1 t.</i> Scherbo con 1/1 g.  4.6	573. Scherbo avec 3/2 t. <i>Scherbo with 3/2 t.</i> Scherbo con 3/2 g.  5.0	574. Scherbo avec 2/1 t. <i>Scherbo with 2/1 t.</i> Scherbo con 2/1 g.  5.4	575. Scherbo avec 5/2 t. <i>Scherbo with 5/2 t.</i> Scherbo con 5/2 g.  5.8	576.	577.
578.	579.	580.	581.	582.	583.
4.0					

Rész 14: 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 elem, ami több mint 180°-ot fordul bármely testtengely körül, mielőtt a tornász megfogja a korlátot a kezével.
4. A tornász csak olyan elemeket mutathat be a gyakorlatban, melyet teljes biztonsággal, magas fokú esztétikai és technikai tökéletességgel képes bemutatni.
5. További kiviteli és összeállítási elvárások:
 - a) Hátrafelé lendületet támaszban, vagy felkar függésben, ami nem vezet értékelhető részhez csak egy alacsonyabb függő vagy támasz helyzetbe érik vele a tornász, az E-zsűri levonja, 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, Felge, 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.
6. Junioroknál szaltók felkarra, és/vagy hajlított karú függésbe.
 - c) 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.
 - d) Minden Moynál és óriás körnél a láb akkor hajlítható be, ha a test eléri a vízszintest.
 - e) A szaltós elemekből visszafogás előtt nyitást kell bemutatni, ennek hiánya levonást eredményez. A nyitásnak vízszintes, a korlát magasságában kell megtörténnie.

14.2.2 cikk Információk a D pontszámáról

1. Az elemcsoport követelmények a következők:
 - I. Elemek támaszban, vagy támaszon keresztül 2 karfán.
 - II. Felkarról indított elemek.
 - III. Hosszú lendületek függésbe 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 a fordulat után.
 - 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.
 - d) Egyéni elemek összekapcsolásával létrehozott elemek bemutatásakor a tornász nem állhat meg a két elem között, különben a két elem értékeit külön-külön kapja meg.
 - e) A kvalifikáció és a csapat versenyek során a korlát karfa előkészíthető a gyakorlat előtt (a 3 perces melegítésnél és a szolítás előtt), ebben a szövetsége által akkreditált bármely személy segíthet. Az egyéni összetett és szerfinálé során maximum 3 személy (a tornász, az edző és még egy, akkreditált személy) segíthet a karfák előkészítésében.
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) Különös 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
Megáll 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. Pl. Lendület (minimum B érték) kézállásba egy karfára oldal helyzetbe kezdésből legalább 450° fordulattal bemutatott Healyt támaszba kell végrehajtani az E értékért.

Megjegyzés: 3/4 Healy oldalhelyzetből B értékű, és az I.44 elemmel azonos kockában szerepel. Nagyon jó, mert üres az I/44-es mező!!!

4. Speciális elemisméltések

- a) Szaltós elemek: egy gyakorlatban azonos elem csak egy variációban 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.

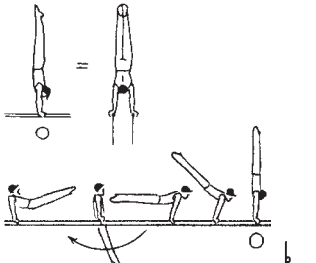
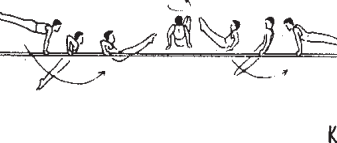
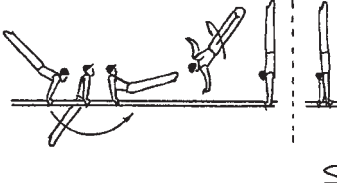
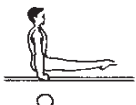
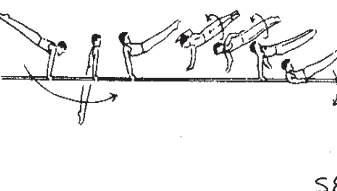
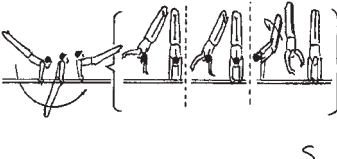
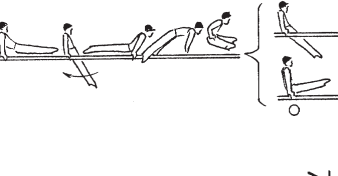
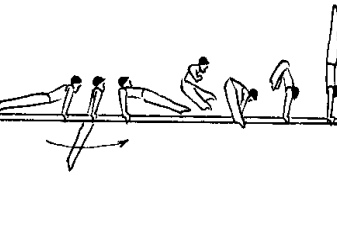
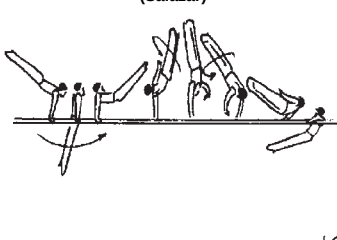
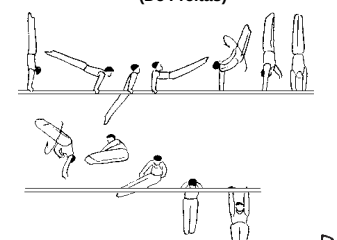
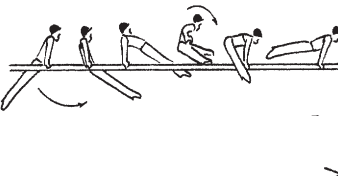
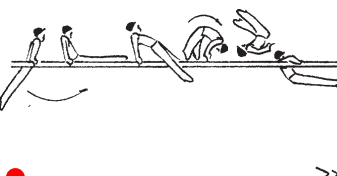
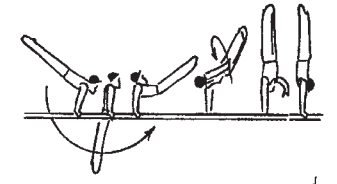
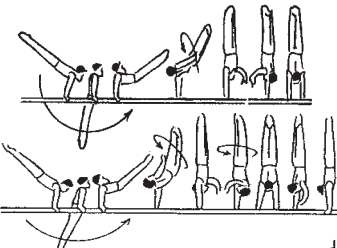
- b) Maximum két óriáskör kézállásba (III. 21, 22, 28, 29 & 35).

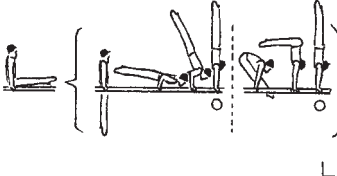
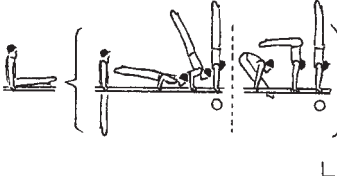
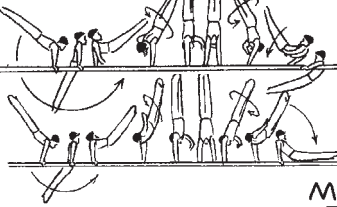
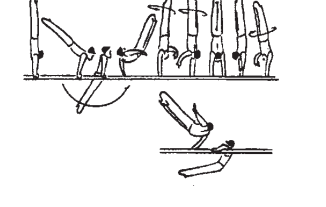
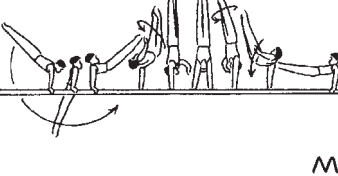
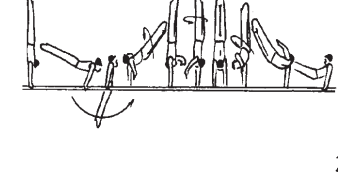
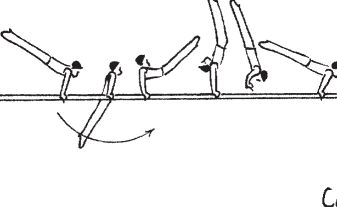
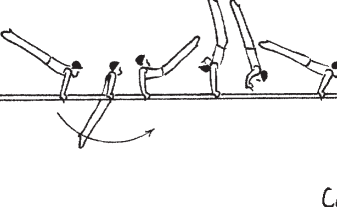
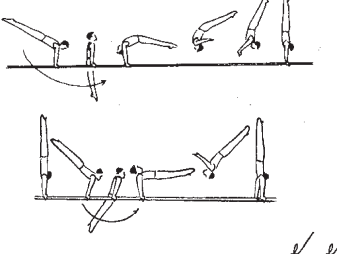
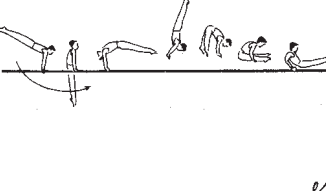
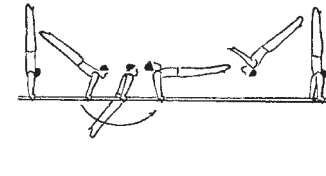
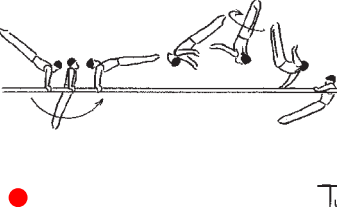
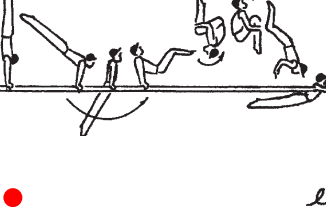
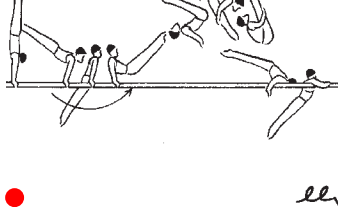
- c) Maximum két kelep kézállásba (III. 106, 107, 114, 119, 120, 130 136).

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

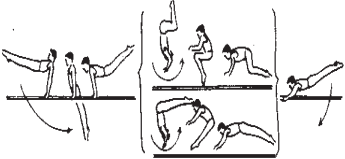
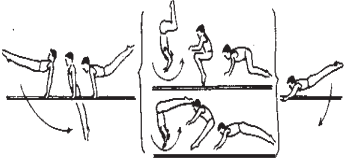
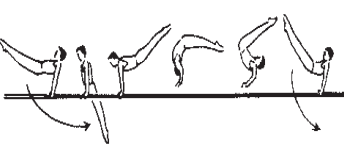
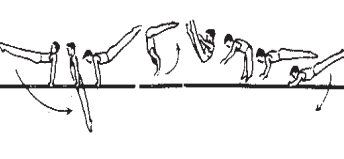
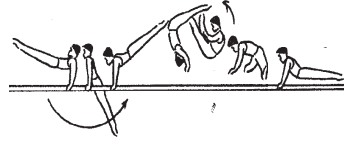
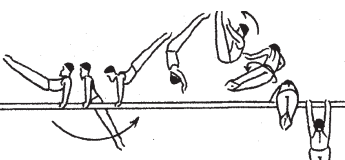
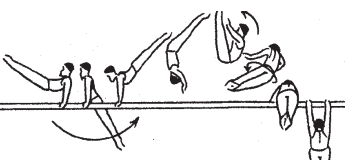
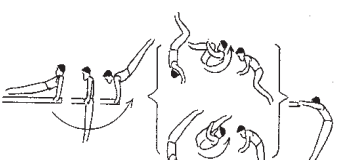
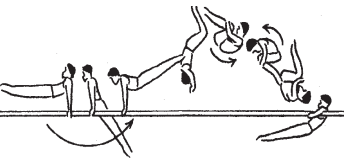
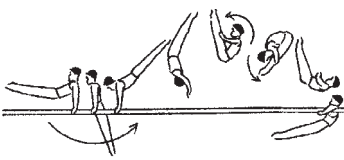
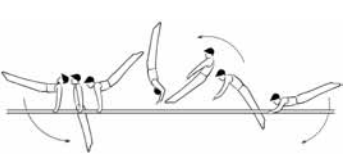
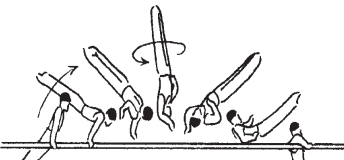
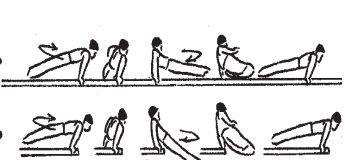
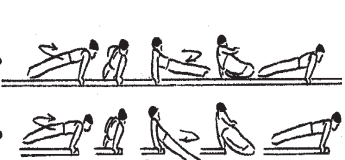
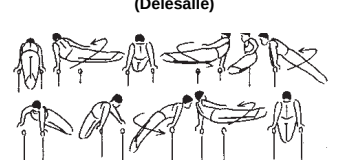
Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
Egy lábas lépés vagy lendítés a felugrásnál.		+	
Hátra lendület utáni lelendülés.		+	
Bizonytalan kézálláshelyzet 1 vagy 2 karfán.	+		
Chiarlo típusú elemek túlzott kéztávolsággal és/vagy testhelyzet eltéréssel (minden egyes)	+	+	+
Megelőző elem.			+
Lépés, vagy fogásigazítás kézállásban.	+		
	minden alkalommal		
Nyitás elmulasztása szaltós elemeknél.	+	+	
Ellenőrizetlen visszakapás szaltó után.		+	+
Hivatalos bemelegítési idő (50") túllépése.	0,30 pont a végső pontszámból (D1 bíró vonja) az egyéni versenyen, vagy 1,00 a csapat pontszámából csapatversenyen.		

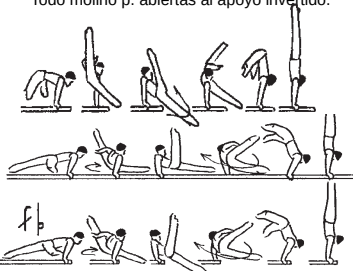
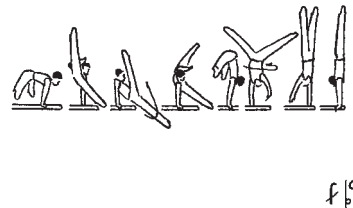
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Éléments en appui ou par l'appui sur les 2 barres - Elements in support or through support on 2 bars - Elementos en apoyo o por el apoyo sobre dos bandas					
1. Toute appui renversé sur 1 ou 2 b.(2 s.). Any handstand on 1 or 2 rails (2 s.). Todo apoyo invertido en 1 o 2 bandas (2 s.).  b	2. De l'appui fléchi, 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). Stützkehr 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		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.). Stützkehr 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 écarté 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 les 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 dorsal à la susp. latéral. 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 les jambes écarté en arrière à l'appui. Straddle cut bwd. to support. Pasar las piernas abiertas atrás al apoyo.  >	20. Passer les jambes écarté 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		

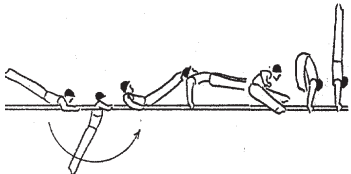
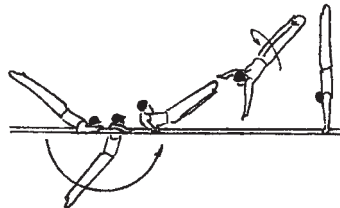
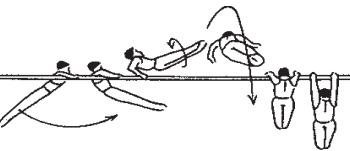
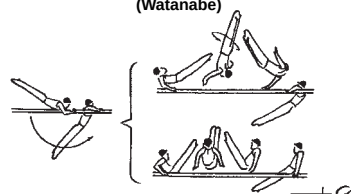
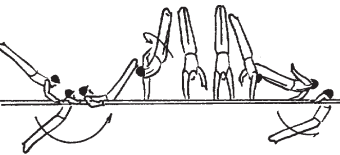
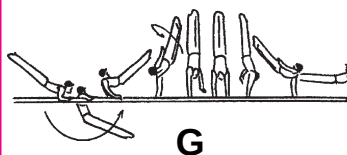
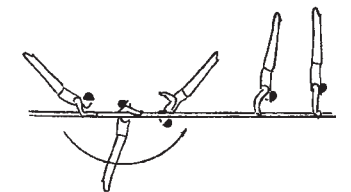
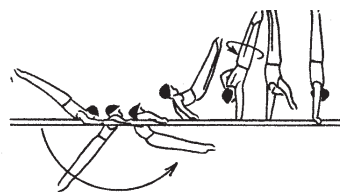
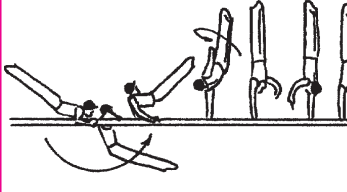
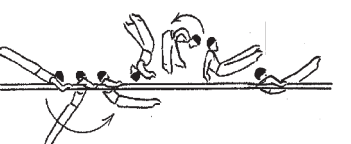
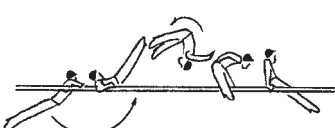
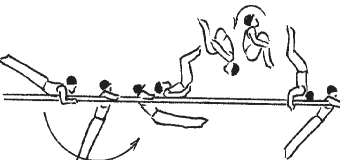
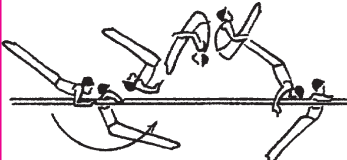
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Éléments en appui ou par l'appui sur les 2 barres - Elements in support or through support on 2 bars - Elementos en apoyo o por el apoyo sobre dos bandas					
25.  Lb	26. S'élever corps t., bras fl. ou corps fl., bras t. à l'appui renversé, dans 1 ou 2 barres (2 s.) aussi j. écartés. 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.  Lb	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.  Mk	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.  Ze	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)  Mk	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)  Z
31.  (Carballo) Ca	32. Élan en av. à l'appui renversé et sauté à l'appui. Swing fwd. to hdst., hop to support. Impulso ad. al apoyo invertido y salto al apoyo.  Ca	33. Salto arrière à l'appui renversé. Aussi a 1 barre. Salto bwd to handstand. Also to one rail. Mortal atrás al apoyo invertido. También a una banda.  e/ e/	34. Salto arrière avec passer les jambes écarté. en avant à l'appui. Salto backward with straddle cut to support. Mortal atrás con pase de piernas abiertas adelante al apoyo.  e/ >	35.  e/	36.  e/
37.  e/	38.  e/	39.  e/	40. Salto arrière à l'appui renversé sur 1 b. susp. (connecté avec type d'éléments 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)  e/	41.  e/	42.  e/
43.  e/	44.  e/	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)  Tu	46. Double salto arrière gr. à l'appui brachial. Double salto t. to up. arm hang. Doble mortal agrupado al apoyo braquial. (Morisue)  ll	47. Double salto arrière carpée à l'appui brachial. Double salto p. to up. arm hang. Doble mortal en carpa al apoyo braquial. (Huang Liping)  llv	48.  llv

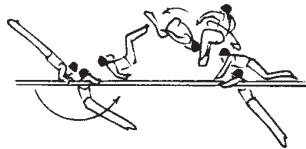
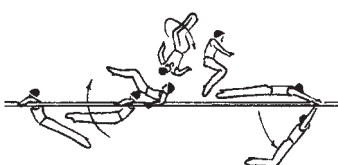
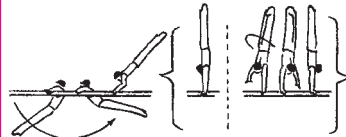
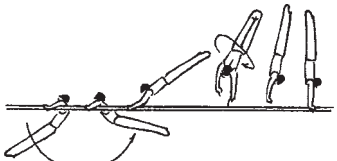
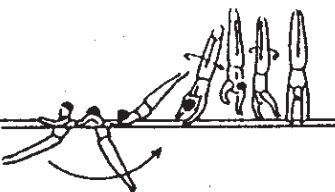
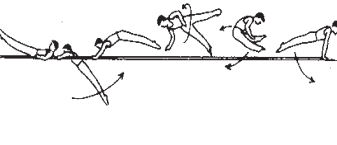
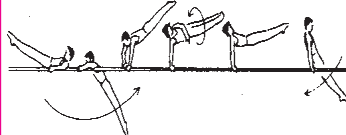
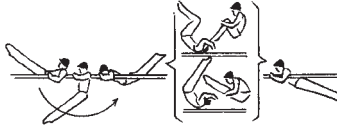
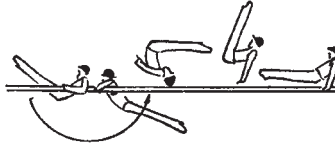
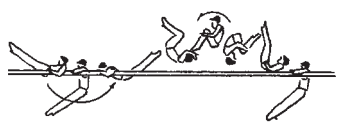
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG I: Éléments en appui ou par l'appui sur les 2 barres - Elements in support or through support on 2 bars - Elementos en apoyo o por el apoyo sobre dos bandas											
49.		50. L'appui renversé ¼ t. et ¼ t. à l'appui. Hdst. with ¼ t. and fall back to sup. with ¼ t. Del apoyo invertido ¼ g. y ¼ g al apoyo.		51. L'appui renversé. ¾ t. et ¼ t. à l'appui. Hdst. with ¾ t. and fall back to sup. with ¼ t. Del apoyo invertido ¾ 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 écartés en arrière à l'appui. Stützkehr bwd. with straddle cut bwd. to sup. Stützkehre atrás pasando las piernas abiertas atrás al apoyo.		58.		59.		60.	
61.		62. Demi-tour en arrière à l'appui. Stützkehr bwd. to support. Stützkehre atrás al apoyo.		63. Demi-tour en arrière par l'appui renverse à l'appui. Stützkehr bwd. through hdst. to support. Stützkehre atrás por el apoyo inv. al apoyo. (Novikov)		64.		65.		66.	
67.		68. Healy à l'appui brachial. Healy to upper arm hang. Healy al apoyo braquial.		69. De l'appui renverse sur 1 b., Healy à l'appui brachial. From hdst. on 1 rail, Healy to upper arm hang. Del apoyo invertido sobre 1 banda, Healy al apoyo braquial.		70. Healy à l'appui (aussi de l'appui renverse 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 renversé sur 1 bras, 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.		72.	

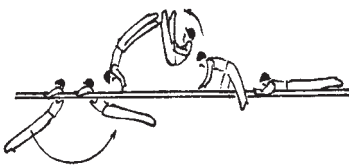
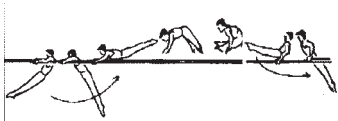
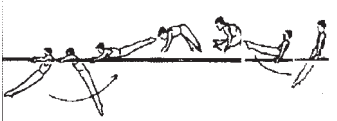
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Éléments en appui ou par l'appui sur les 2 barres - Elements in support or through support on 2 bars - Elementos en apoyo o por el apoyo sobre dos bandas					
73.	74. Élaner en arrière avec ½ t. sauté à l'appui renversé. <i>Swing bwd. with ½ t. hop to hdst.</i> Lanzarse atrás con ½ g. de salto al apoyo invertido.	75. Élaner 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. Élaner 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 barres. <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. avant (aussi avec 2 s.). <i>Any hdst. with ½ turn fwd. (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 barres. <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. ½ t. arrière en appui renversé. (aussi avec 2 s.). <i>½ turn bwd. in handstand (also with 2 s.).</i> ½ g. atrás en apoyo invertido (también con 2 s.).	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., s'abbaïs. 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 par appui à la suspension ou directement à la suspension. <i>5/4 salto fwd. strad. through support to hang or directly to hang.</i> 5/4 mortal ad. p. abiertas a través del apoyo a la suspensión o directamente a la suspensión. (Lee Chul Hon/Sasaki)	96.

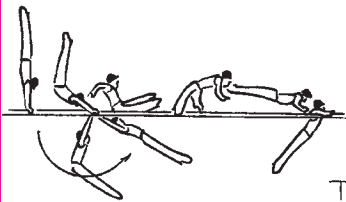
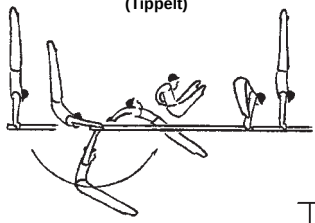
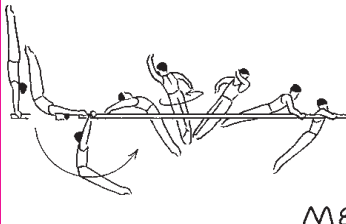
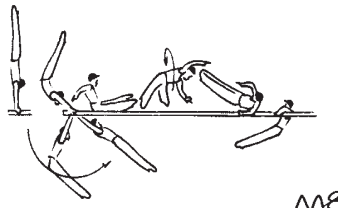
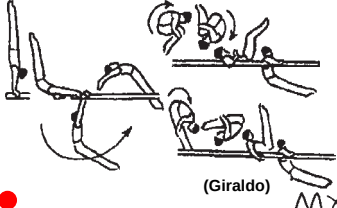
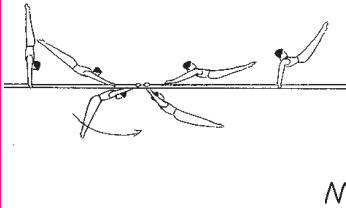
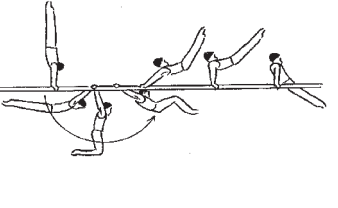
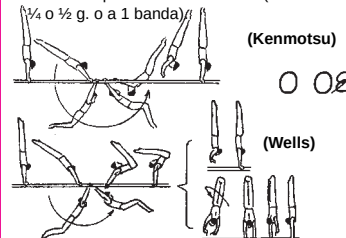
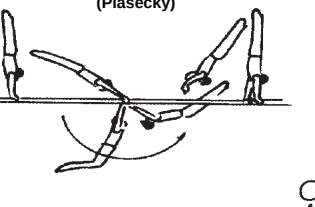
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Éléments en appui ou par l'appui sur les 2 barres - Elements in support or through support on 2 bars - Elementos en apoyo o por el apoyo sobre dos bandas					
97.	98. 5/4 salto av. groupé ou carpé à l'appui brachial. 5/4 salto fwd. 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 sur l'extrémité des barres. Salto fwd. t. or p. to hang at the end of the bars. Mortal adelante agrupado o en carpa a la suspensión sobre el extremo de las bandas.	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. Extrémité des barres, 1 cercle de jambes ou cercle écarté. On end, 1 circle or flair. En el extr. de las bandas, 1 molino o molino piernas abiertas.	116. En centre ou vers l'extrémité, 1 cercle de jambes ou cercle écarté. In center or on end facing out, 1 circle or flair. En el centro o hacia el exterior, 1 molino o molino piernas abiertas.	117. Extrémité des barres, double facial russe (360°). On end, Russian wende swing (360°). En el extremo de las bandas, doble rusa facial (360°). (Delesalle)	118.	119.	120.
					

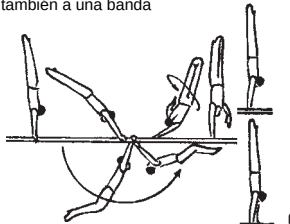
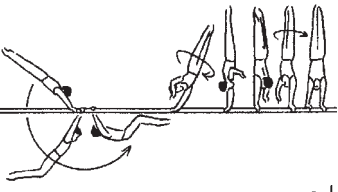
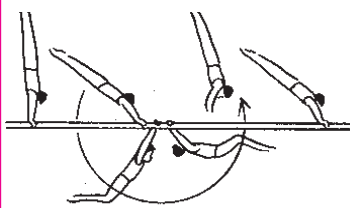
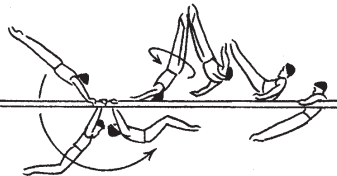
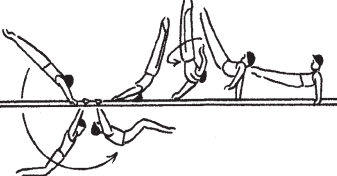
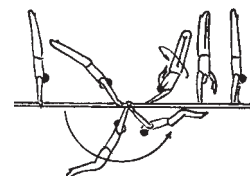
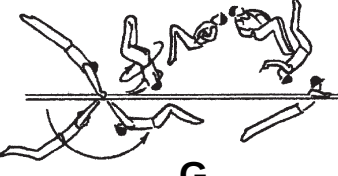
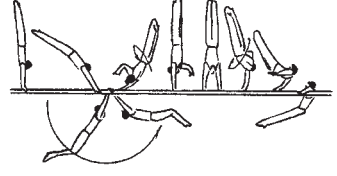
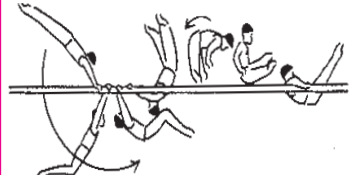
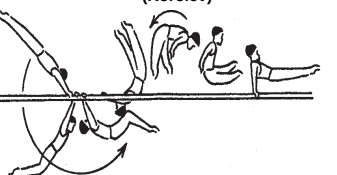
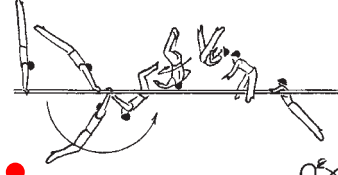
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Éléments en appui ou par l'appui sur les 2 barres - Elements in support or through support on 2 bars - Elementos en apoyo o por el apoyo sobre dos bandas					
121.	122.	123. Tout cercle écarté à l'appui renversé. Any flair to hdst. Todo molino p. abiertas al apoyo invertido. 	124.	125.	102.
127.	128.	129. Tout cercle éc. avec ½ t. à l'appui renversé. Any flair with ½ t. to hdst. Todo molino piernas abiertas con ½ g. al apoyo invertido. 	130.	131.	132.
133.	134.	135.	136.	137.	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 II: Éléments qui commencent à l'appui brachial - Elements starting in upper arm position- Elementos que empiezan en posición 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.  +>						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			
7. Établissement en avant avec ¼ t. à la suspension latéral à l'extérieur. <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						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)  G +Mk	
		14.Rouler arrière à l'appui renversé avec bras tendu. <i>Roll bwd to handstand with straight arms.</i> Rodar atrás al apoyo invertido con brazos ext.  +						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	
		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.  +>		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.  +>				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	

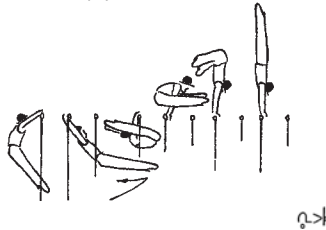
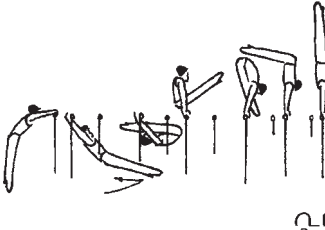
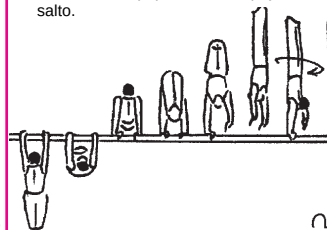
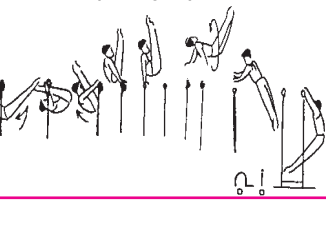
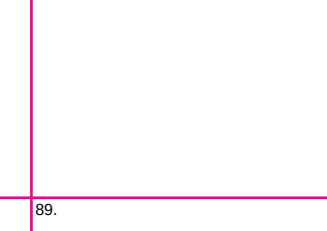
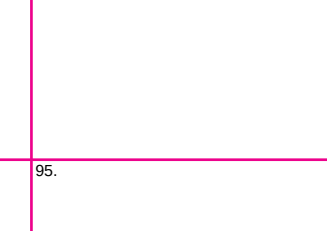
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG II: Éléments qui commencent à l'appui brachial - Elements starting in upper arm position- Elementos que empiezan en posición braquial											
25.		26.		27.		28. Rouler arrière avec ½ t. gr. à l'appui brachial. Roll bwd. with ½ t. tuck to upper arm hang. Rodar atrás con ½ g. agrupado al apoyo braquial. (Harada)  	29. Rouler arrière avec ½ t. gr. à la susp. Roll bwd. with ½ t. tuck to hang. Rodar atrás con ½ g. agrupado a la suspensión. (Dalton)  	30.			
31.		32. Établissement arrière à l'appui renversement (aussi avant ½ t). Bwd. uprise to handstand (or w. ½ t). Dominación atrás al apoyo invertido (también con ½ g.).  	33. Établissement arrière avec ½ t. sauté à l'appui renversé. Bwd. uprise with ½ t. hop to handstand. Dominación atrás con ½ g. saltar al apoyo invertido.  	34. Établissement arrière avec ¾ t. sauté à l'appui renversé sur 1 barre. Bwd. uprise with ¾ t. hop to hdst. on 1 rail. 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. Bwd. uprise with ½ t. and straddle cut bwd to upper arm hang. 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. Bwd. uprise with ½ t. a. strad. cut bwd. to sup. 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. Bwd. uprise with ½ t. to support. Dominación atrás con ½ g. al apoyo.  	45. Établissement arrière et 5/4 salto avant groupé, carpié ou écarté à l'appui brachial. Bwd. uprise and 5/4 salto fwd. t., p. or strad. to up. arm hang. Dominación atrás y 5/4 mortal adelante agrupado, en carpa o piernas abiertas al apoyo braquial. (Yamawaki)  	46. Établissement arrière et salto av. carpié à l'appui. Bwd. uprise and salto fwd. p. to sup. Dominación atrás y mortal adelante en carpa al apoyo.  	47. Établissement arrière et double salto av. groupé à l'appui brachial. Bwd. uprise and double salto fwd. t. to up arm hang. Dominación atrás y double mortal adelante agrup. a braquial.  	48.					

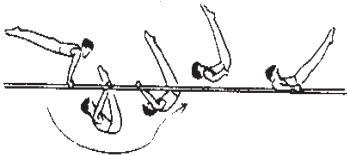
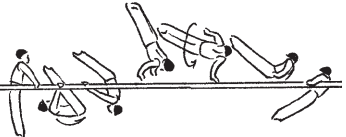
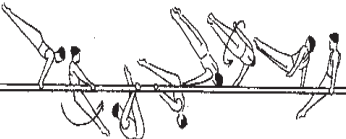
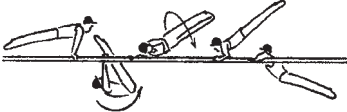
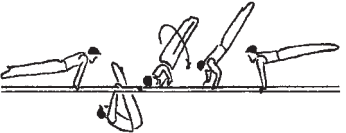
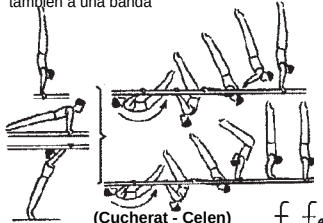
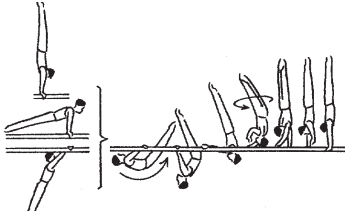
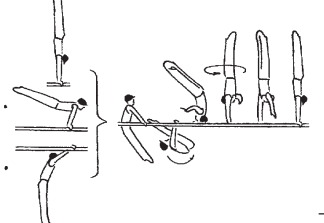
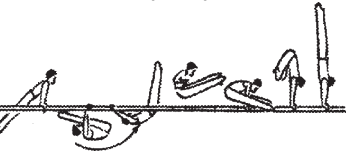
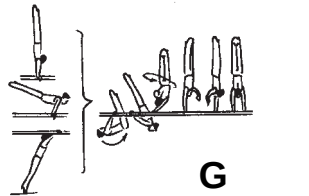
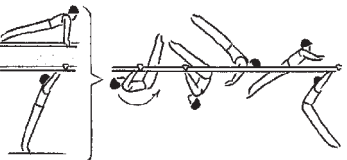
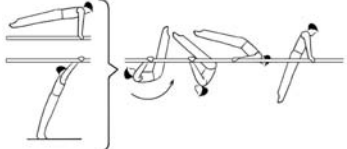
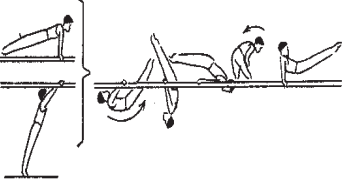
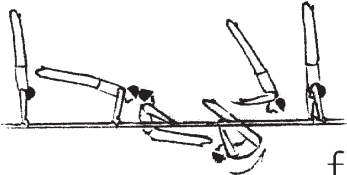
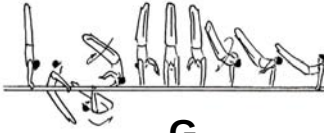
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG II: Éléments qui commencent à l'appui brachial - Elements starting in upper arm position- Elementos que empiezan en posición braquial											
49.		50.		51.		52.		53.Établissement arrière et 5/4 salto av. écarté à l'appui brachial. Bwd. uprise and 5/4 salto fwd. straddled to up. arm hang. Dominación atrás y 5/4 mortal adelante piernas abiertas a braquial.		54.	
											
								●	+ 8 ≥		
55.Établissement arrière et passer les jambes écartés 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 écartés 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.	
											
+> 7		+>									
61.		62.		63.		64.		65.		66.	
67.		68.		69.		70.		71.		72.	

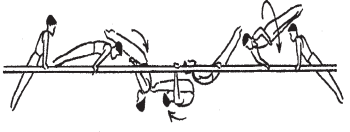
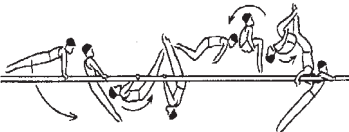
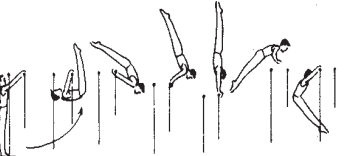
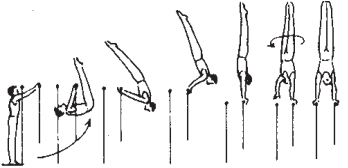
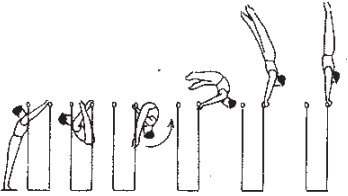
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG III: Éléments d'élán par la suspension sur 1 ou 2 barres et établissement avant en tournant en arrière. - Long swings in hang en 1 or 2 bars and Underswings - Elementos de impulso por la suspensión sobre 1 o 2 bandas y dominaciones adelante volteando atrás.											
1.	2.	3. Élan av. passe jambes écartés a arrière corps tendu a l'horizontal a l'appui. brachiale ou bras fléchies. <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 passe. les jambes écartés 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. a arr. corp 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.	
				(Tippelt)				(Bhavsar)			
7.	8. Moy carpé en passant les jambes ec. en arrière avec ½ t. a l'appui brachial (aussi jambes serres). <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.
				(Nolet)							
						(Giraldo)					
13.	14. Moy à l'appui jambes fléchies (aussi sans lâchez 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 lâchez 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.
				(Moy)							
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 (connecté avec type d'éléments 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)							
				(Wells)							

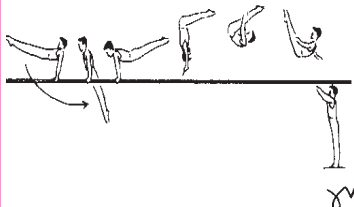
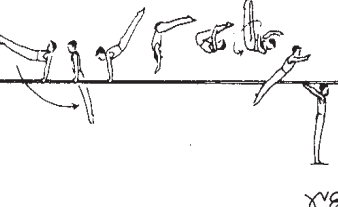
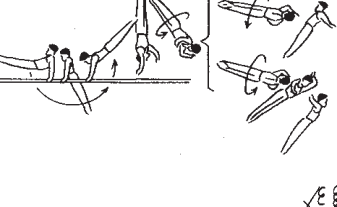
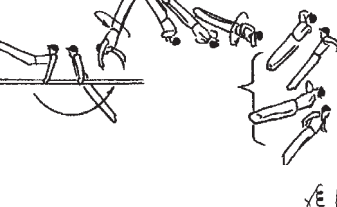
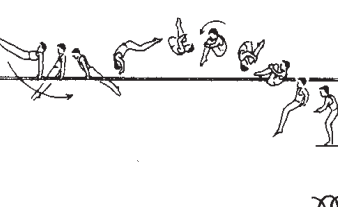
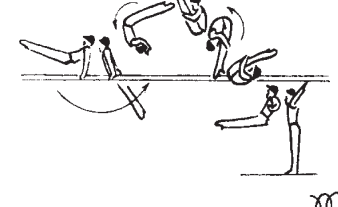
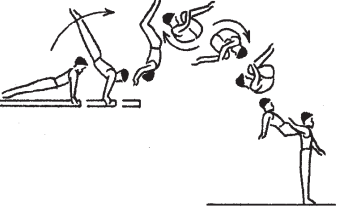
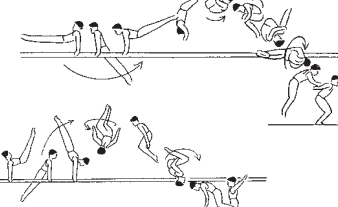
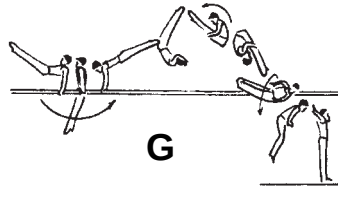
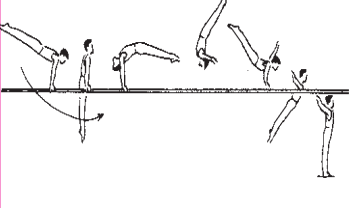
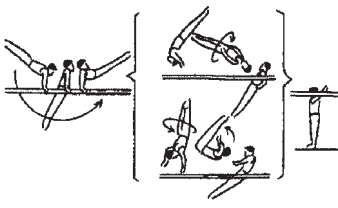
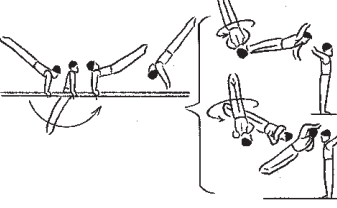
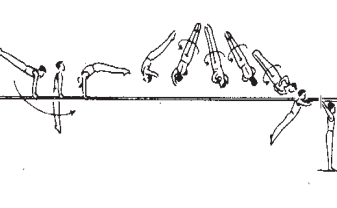
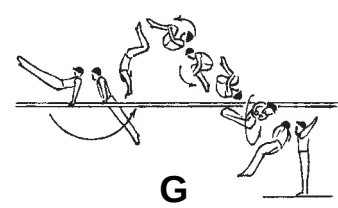
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG III: Éléments d'élán par la suspension sur 1 ou 2 barres et établissement avant en tournant en arrière. - Long swings in hang en 1 or 2 bars and Underswings - Elementos de impulso por la suspensión sobre 1 o 2 bandas y dominaciones adelante volteando atrás.											
25.		26.		27.		28. Grand tour arrière avec Diamidov à l'appui renversé, aussi sur 1 barre Giant swg. bwd. with Diamidov to hdst., also to one rail. Molino atrás con Diamidov al apoyo invertido., también a una banda		29. Grand tour Diamidov avec ¼ ou ½ à l'app. renv. Giant swg. Diamidov with ¼ or ½ t. to hdst. Molino Diamidov con ¼ or ½ al apoyo invertido.		30.	
31.		32. S'abaisser avec salto arrière tendu à la suspension. Swing down with salto bwd. str. to hang. Bajarse con mortal atrás extensión a la suspensión.		33. Grand tour arrière avec ½ t. à l'appui brachial. Giant swing bwd. with ½ t. to up. arm hang. Molino atrás con ½ g. al apoyo braquial.	(Gushiken) 	34. Grand tour arrière avec ½ t. à l'appui. Giant swing bwd. with ½ t. to support. Molino atrás con ½ g. al apoyo.	(Marinitch) 	35. Grand tour arr. avec Diamidov à l'app. renv. dans 1 barre (connecté avec type d'éléments Healy). Giant swg. bwd. with Diamidov to hdst. one rail (connected to Healy type element). Molino at. con Diamidov al ap. inv. a una banda (conectado con un elemento del tipo Healy).		36. Belle avec 1/1 tour. Belle with 1/1 turn. Belle con 1/1 giro.	(Quintero) 
37.		38.		39.		40. Grand tour arrière avec Makuts à l'appui brachial. Giant swing bwd. with Makuts to upper hang. Molino atrás con Makuts a braquial.	(Dauser) 	41.		42.	
43.		44. Grand tour arrière avec pass. i. jambes écartés à l'appui brachial. Giant swing bwd. w. strad. cut to up. arm hang. Molino atrás con pase de piernas abiertas al apoyo braquial.		45.		46. Grand tour arrière avec pass. i. jambes écartés à l'appui ou bras fléchis. Giant swing bwd. with straddle cut to support or bent arms support. Molino atrás con pase de piernas abiertas al apoyo o brazos flex.	(Korolev) 	47. Grand tour arrière avec ½ pass. jambes écartés à l'appui brachial. Giant swing bwd. with ½ t. and str. cut bwd. to up. arms. Molino atrás con ½ g. y pasar piernas abiertas atrás a braquial.	(Sosa) 	48.	

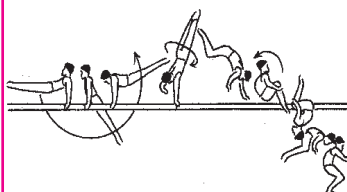
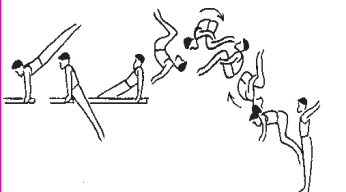
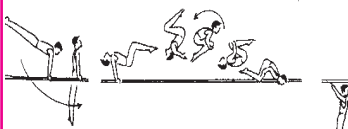
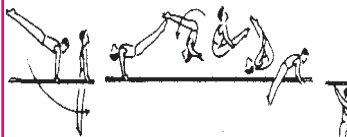
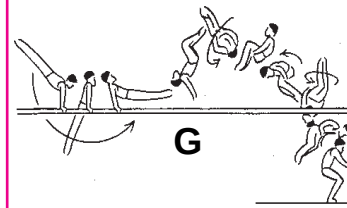
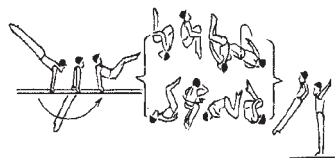
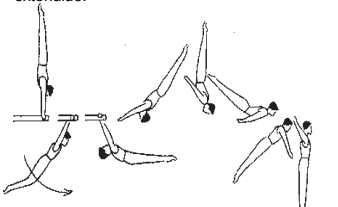
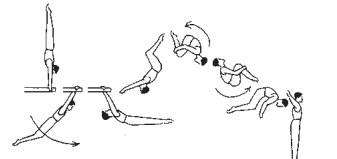
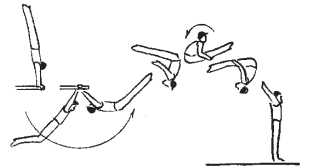
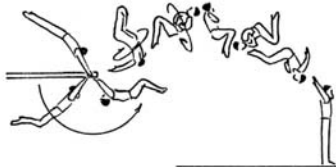
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG III: Éléments d'élan par la suspension sur 1 ou 2 barres et établissement avant en tournant en arrière. - Long swings in hang en 1 or 2 bars and Underswings - Elementos de impulso por la suspensión sobre 1 o 2 bandas y dominaciones adelante volteando atrás.											
49.		50.		51.		52. Du grand tour arrière, double salto groupe à l'appui brachial. Fr. giant. sw. bwd., dbl. salto t. to up. arm hang. De molino atrás doble mortal agrupada al apoyo braquial.	 (Belle) Oll	53. Belle carpé. Belle piked. Belle en carpa.	 Ollv	54.	
55.		56.		57. Grand tour arrière et salto carpé avec ½ t. à la suspension sur l'extrémité. Giant swing bwd. and salto with ½ t to hang on the end. Molino atrás y mortal en carpa con ½ g. a la suspensión sobre el extreme.	 (Chartrand) Ch	58. Grand tour arrière et salto groupé ou carpé avec ½ t. à l'appui brachial ou suspension. Giant swing bwd. and salto with ½ t or p. to up. arm hang or hang. Molino atrás y mortal agrupado o en carpa con ½ g. al apoyo braquial o suspensión.	 Oll	59. Grand tour arrière et salto groupé ou carpé avec ½ t. à l'appui. Giant swing bwd. and salto with ½ t or p. to support. Molino atrás y mortal agrupado o en carpa con ½ g. al apoyo.	 (Torres) Oll	60. Grand tour arrière avec ½ t. et 3/2 salto avant à l'appui brachial. Giant swing bwd. with ½ t. and 3/2 salto fwd to up arm hang. Molino atrás con ½ g. y 3/2 mortal adelante a braquial.	 (Tanaka) Ta
61. Bascule d'élan un ou deux barres. Glide kip one or two rails. Báscula de impulso una o dos bandas.	 L	62. Bascule avec ½ t. à l'appui. Glide kip. with 1/2 t. to support. Báscula con ½ g. al apoyo invertido.	 L	63. Bascule d'élan arrière à l'appui renversé. Glide kip bwd. to hdst. Báscula de impulso atrás al apoyo invertido.	 L1p	64.		65. Grand tour arrière et salto tendu avec ½ t. à l'appui brachial. Giant swing bwd. and salto with ½ str to up. arm hang. Molino atrás y mortal ext. con ½ g. al apoyo braquial.	 (Fokin) OllE	66.	
67.		68. Bascule en passant les jambes écartés en arrière à l'appui renversé sur 1 ou 2 barre. Glide kip to strad. cut bwd. hdst. on 1 or 2 r. Báscula pasando piernas abiertas al apoyo invertido sobre 1 o 2 bandas.	 L>	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'élan par la suspension sur 1 ou 2 barres et établissement 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.													
73.	74. Bascule d'élan 1 barre par l'équerre écarté 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.			75. Bascule d'élan par l'équerre à l'appui renversé. <i>Glide kip through L-sit p. to hdst.</i> Báscula de impulso por el lat. al apoyo invertido.			76. Bascule d'élan par l'équerre carpé 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.			77.	78.		
													
79.	80. Bascule d'élan 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)			81.	82.			83.	84.				
													
85.	86.			87.	88.			89.	90.				
													
91.	92.			93.	94.			95.	96.				
													

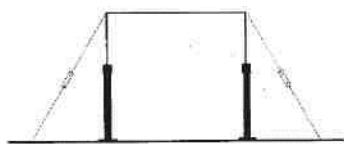
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Éléments d'élan par la suspension sur 1 ou 2 barres et établissement avant en tournant en arrière. - Long swings in hang en 1 or 2 bars and Underswings - Elementos de impulso por la suspensión sobre 1 o 2 bandas y dominaciones adelante volteando atrás.					
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. ou avec dislocation, aussi sur 1 barre. <i>Basket to handstand or with inlocation (el-grip) and hop to hdst. Also to one rail.</i> Felge al ap. inv. o con disloc. y salto al ap. inv. también a una banda (Cucherat - Celen)  f fε	107. Établissement avant en tournant en arrière avec ¼, ½ ou ¾ t. à l'appui renversé. <i>Basket with ¼, ½ or ¾ t. to handstand.</i> Felge con ¼, ½ o ¾ g. al apoyo invertido.  fε	114. 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 en pass. l. 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.	108. 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 la appui. <i>Basket to support</i> Felge al apoyo.  f	117. Tour d'appui en pass. les jambes écartées 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. (connecté avec type d'élém. 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'élán par la suspension sur 1 ou 2 barres et établissement 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.					
121. Tour d'appui avant à l'appui. <i>Basket forward to support.</i> Felge ad. al apoyo. 	122. Tour d'appui avant avec ½ t. à l'appui. <i>Basket forward with ½ t. to support.</i> Felge ad. con ½ g. al apoyo. 	123.	124.	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> Felge con mortal atrás agr. al apoyo braquial. (Tejada) 	126.
127.	128. Établissement avant en tourn. en arrière à l'appui renversé et saut sur l'autre barre. <i>Shoot up to hdst. and hop to other rail.</i> Felge en una banda saltando sobre la otra banda. 	129.	130. Établissement avant en tourn. en arrière avec ¼ t. à l'appui renversé. <i>Shoot up with ¼ t. to hdst.</i> Felge en una banda con ¼ g. al apoyo invertido. 	131.	132.
133.	134.	135.	136. Établissement avant en tourn. en arrière écarté à l'appui renversé sur 1 barre. <i>Straddled shoot to hdst on 1 rail.</i> Felge en 1 banda piernas abiertas al apoyo invertido sobre 1 banda. 	137.	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 IV: Sorties - Dismounts - Salidas					
1. Salto avant carapé ou tendu. <i>Salto fwd. piked or stretched.</i> Mortal adelante en carpa o extendido. 	2. Salto avant carapé ou tendu avec ½ t. <i>Salto fwd. piked or str. with ½ t.</i> Mortal adelante en carpa o extendido con ½ g. 	3. Salto avant carapé ou tendu avec 1/1 ou 3/2 t. <i>Salto fwd. piked or str. with 1/1 or 3/2 t.</i> Mortal adelante en carpa o extendido con 1/1 o 3/2 g. 	4. Salto avant carapé ou tendu avec 2/1 ou 5/2 t. <i>Salto fwd. piked or str. with 2/1 or 5/2 t.</i> Mortal adelante en carpa o extendido con 2/1 o 5/2 g. 	5. Double salto avant groupe. <i>Double salto fwd. t.</i> Doble mortal adelante agrupado. 	6. Double salto avant carapé. <i>Double salto fwd. piked.</i> Doble mortal adelante en carpa. (Belyavskiy) 
7.	8.	9. Double salto avant groupé de l'extrémité des barres. <i>Double salto fwd. t. from end.</i> Doble mortal ad. agrupado desde el extremo de las bandas. 	10.	11.	12. Double salto av. gr. a. ½ t. ou ½ t. doub. salt. arr. <i>Double salto fwd. t. w. ½ t. or ½ t. doub. salt. bwd.</i> Doble mortal ad. ag. c. ½ g. o ½ g. dob. mort. at. 
13.	14.	15.	16.	17.	18. Double salto avant carapé avec ½ t. <i>Double salto fwd. piked with ½ t.</i> Doble mortal adelante en carpa con ½ g. 
19. Salto arrière carapé ou tendu. <i>Salto bwd. piked or str.</i> Mortal atrás en carpa o extendido. 	20. Salto arrière carapé ou tendu avec ½ t. <i>Salto bwd. piked or str. with ½ t.</i> Mortal atrás en carpa o extendido con ½ g. 	21. Salto arrière carapé ou tendu avec 1/1 ou 3/2 t. <i>Salto bwd. piked or str. with 1/1 or 3/2 t.</i> Mortal atrás en carpa o extendido con 1/1 o 3/2 g. 	22. Salto arrière tendu avec 2/1 t. <i>Salto bwd. str. with 2/1 t.</i> Mortal atrás en carpa o extendido con 2/1 g. (Kan) 	23.	24. Double salto avant groupé avec 1/1 t. <i>Double salto fwd. tucked with 1/1 t.</i> 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 t.or p. Facial y mortal atrás agrupado o en carpa. (Roethlisberger)	29.		30.		
											
						<i>ell</i>					
31		32. Double salto arrière groupe de l'extrémité des barres. Double salto bwd. t. from end. Doble mortal agrupado atrás desde el extremo de las bandas.		33. Double salto arrière groupé. Double salto bwd. t. Doble mortal atrás agrupado.		34. Double salto arrière carpé. Double salto bwd. pike. Doble mortal atrás en carpa.		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)	
			<i>ell</i>		<i>ell</i>		<i>ell</i>				<i>ell</i>
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	41.		42.		
											
						<i>ell</i>					
43. De la suspension sur l'extrême, salto arrière tendu. From hang on end, salto bwd. stretched. De la suspensión en el extremo, mortal atrás extendido.		44. 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.		45. 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.		46. 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.		47.		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.	
			<i>ell</i>		<i>ell</i>		<i>ell</i>				<i>ell</i>

Rész 15: 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

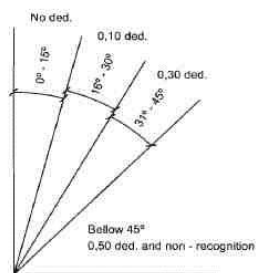
1. A tornász alapállásból ugrik fel, vagy segítik fel a nyújtóra függésbe, zárt lábakkal, mozdulatlanul, rendezett tartással. A gyakorlat értékelése abban a pillanatban kezdődik, amikor a tornász lába elhagyja a talajt.
2. A tornász csak olyan elemeket mutathat be a gyakorlatban, melyet teljes biztonsággal, magas fokú esztétikai és technikai tökéletességgel képes bemutatni.
3. 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 lendületi elemeknél a fordulatokat is beleértve.

$0^\circ - 15^\circ =$ nincs levonás

$16^\circ - 30^\circ = - 0.1$

$31^\circ - 45^\circ = - 0.3$

$>45^\circ = - 0.5$ és nem fogadja el a D zsűri



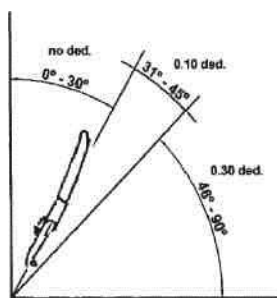
Fordulattal végrehajtott elemeknél vegyes fogásra vagy singre a következők szerint vonják a szögeltéréseket

$0^\circ - 30^\circ =$ nincs levonás

$31^\circ - 45^\circ = - 0.1$

$46^\circ - 90^\circ = - 0.3$

$>90^\circ = - 0.5$ és nem fogadja el a D zsűri



90° alatt 0,50 levonás 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.)

- e) Minden, a vas fölött végrehajtott saltós elem után be kell mutatni egy óriáskört, vagy 0,30 pontos (E-zsűri) levonást kell alkalmazni.
 - f) Az Adler elemet nem kötelező kézállásból kezdeni.
4. 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

1. Az elemcsoport követelmények a következők:

- I. Hosszú lendületek függésben fordulattal vagy a nélkül.
- II. Repülő elemek.
- III. Vas közeli és singkiszúrásos, ún. Adler elemek.
- IV. Leugrások.

2. 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

Nem kell, hogy a 10 beszámításra kerülő elem között legyen.

3. Egyéb információk és szabályok:

- a) 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.
- b) Amíg másként nincs jelölve, a „rossz” vagy szokatlan fogásmóddal végrehajtott elemek értéke és azonosító

száma ugyanaz.

- c) Azok az elemek, melyeket mindkét kézzel singen fejez be a tornász, eggyel magasabb értékű, mint ha csak egy kézzel singes a fogás.
- d) Amíg az elemtáblázatba nem kerül be, tilos olyan elemeket bemutatni, melyeknél a tornász lába a nyújtóvashoz ér, vagy lábról indítja (kivéve: Piatti elemek).
- e) A repülő elemek indításánál és a visszafogásnál egy karos vagy „rossz” fogásmódnál ugyanaz az értéke és az azonosító száma az elemnek.
- f) A fordulatokkal bemutatott elemeknél a fordulat az elem szerves része kell legyen, és a fordulatot a felfelé lendületben kell végrehajtani (kivéve az Endo típusú elemeknél).
- g) Azoknál az elemeknél, melyeknél a tornász szökkenéssel éri el a kézállást, a fordulatot a szökkenés alatt kell bemutatni, és a második kézzel csak akkor foghat vissza a vásra, ha a fordulat befejeződött. Az egyik kéz visszafoghat hamarabb, de a második kéz csak a fordulat befejezése után. A szökkenő elemet abban a pillanatban tekintjük befejezettnek, amikor mindkét kézzel visszafogott a tornász.
- h) Singes elemek csak annak az elemcsoportnak a követelményeit teljesítik, amelyben felsorolásra kerültek.
- I. A singről indított repülő elemek a II elemcsoportba számítanak.
 - II. A singről indított leugrások a IV elemcsoportba számítanak.
 - III. A singes fogással végrehajtott Endok a III. elemcsoportba számítanak.
- i) Elvárások a Rybalko elemnél:
- Rybalko előfeltétele, hogy mindkét kéz singes fogásban legyen a véghelyzetben.
- Látható szökkenés és folyamatos fordulat, nem pedig fordulat a támasz kézen.
- j) Egy karos támaszban fordulattal végrehajtott elemek akkor tekinthetők befejezettnek, amikor a tornász a másik kezével visszafog a nyújtóvasra.
- k) Amíg másként nincs jelölve, két különálló elemből álló elem értékét megosztjuk, ha közben fogásváltás történik. (Pl. Endo felsős fogásban, egy kézzel fogásváltás alsóra, és 1/1 fordulat singre = B+C).
- 4 Amíg másként nincs jelölve, az I. és III. csoport elemeinél a következő alapelveket kell figyelembe venni a nehézség megállapításánál:
- a) Az alap elem értékéhez viszonyítva:
- 1/2 fordulat nem emeli a nehézséget.
 - 1/1 fordulat eggyel emeli a nehézséget.
 - 1/1 fordulat két kezes singre kettővel emeli a nehézséget.
 - Szökkenés nem emeli a nehézséget.
 - Visszafogás két kezes singgel eggyel emeli a nehézséget.
- b) Az elemnek azonos az értéke és azonosító száma (SZASZ) attól függetlenül, hogy keresztezi-e a vasat vagy sem, amíg a mozgáskiterjedésre vonatkozó elvárásoknak megfelel.
5. Repülő elemek és leugrások singről vagy hátsó függésből végrehajtva ugyanolyan értékkel bírnak, mint a normál fogásmód esetén.
6. Speciális elemismétlések:
- a) Egy gyakorlatban maximum két singkiszúrás (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. Kronologikus sorrend szerint a másodikikat elemismétlésnek kell tekinteni. Példák:
- Ha a tornász bemutatott egy Rybalkot két kezes singre, akkor már nem mutathat be Rybalkot vegyes fogásra, vagy egy karra.
 - Ha a tornász bemutatott egy Endot 1/1 fordulattal vegyes fogásra, akkor már nem mutathat be Endot 1/1

fordulattal két kezes singre.

- Ha a tornász bemutatott egy Staldert 1/2 fordulattal két kezes singre, akkor már nem mutathat be Staldert 1/2 fordulattal vegyes fogásra.

7. Ha a tornász a 1/2 fordulattal bemutatott Tkatchev vagy Yamawaki elemekből a fordulat befejezése nélkül (túl korán) fog vissza a vasra és így lendül kézállásba (vagy közvetlenül köti más elengedéssel elemmel), az eredeti, fél fordulat nélküli elemértéket kapja meg a Tkatchevért vagy Yamawakiért.
8. Ahhoz, hogy egy Adler (singkiszúrás) elemből közvetlen kötésben bemutatott singes kör vagy orosz kör megkapja a nehézséget, a körnek át kell lendülnie a vas fölött singes fogással.
9. 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).
10. 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.
11. Yamawaki 1/2 fordulattal esetén a fordulatnak azonos irányba kell történnie ahhoz, hogy az elem értéke nőjön. Ha az elemben két ellentétes irányú fordulat van, a D zsűri nem fogadja el az elemet. Az elemre ugyanazok a fordulatokra vonatkozó követelmények érvényesek, mint a többi elemre a szabálykönyvben.
12. 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. Ha a tornász csak egy kézzel fog vissza, az elemértéket akkor kapja meg, ha a másik kezével is visszafog, vagy láthatóan szándékosan bemutat egy következő elemet.
13. Rybalko egy karra további 1/2 vagy 1/1 fordulattal. Ezekre az elemekre számos variációs javaslat érkezik. A MTC azonban nem engedélyez további fordulatokat egy karon azért, hogy ezzel az elem értékét növeljék bármely a szabálykönyvben szereplő egy karos elem esetén, a tornászok egészségének érdekében.
14. Óriáskör hátra szökkenéssel 3/2 fordulat egy karos körhöz (Rybalko egy karra óriáskör) ugyanazzal az értékkel bír, mint a Rybalko alsós vagy vegyes singes fogásra (I.63 elem) (Itt sem szerepel semmi az elem táblázatban).
Megjegyzés: Ez a szabály a Stalder Rybalko elemekre is vonatkozik.
16. Egy karú kör 1/1 fordulattal singes fogásra és 1/1 fordulat alsós fogásra (Zou Li Min elem I.27) nem kombinálható más elemmel a nehézségi érték növeléséért.
17. Endo singes fogással kézálláson keresztül (IV.39 elem): Amíg a lábbeemeléssel singes fogással történik, ez után megengedett egy szökkenő fogásváltás alsós, vegyes vagy felsős fogásra az elem értékének csökkenése nélkül.
18. Hogyan határozzuk meg az elemérték emelkedését singes kombinációkban:
A singes kör (IV.14 elem) és hátsó fogásos óriáskör előre (orosz kör, IV.15 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.
Elemsorozat példák:
 1. Adler 50°-ra a kézállástól, lendület singes fogással a nyújtó alatt és tovább felfelé, lendület singes fogással a nyújtó alatt és szökkenés alsóra = nem fogadják el 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.
19. 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.
20. Az ülőforgás előre kiterpesztéssel hátra függésbe vagy támaszba (I.103 elem) elem bemutatásakor a belépést a kör vagy előre lendület bármely pontján megteheti.
21. 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

D zsűri

Hiba	Kicsi 0,10	Közepes 0,30	Nagy 0,50
Több mint két alkalommal 1 karos függésben halad át a tornász az alsó függőlegesen	+ elem el nem fogadása a D zsűri által		
Singkiszúrás (Adler) bemutatása több mint 2 alkalommal	+ elem el nem fogadása a D zsűri által		

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	$\leq 15^\circ$	$>15^\circ$	
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 (az elem után alkalmazva), amerre kéne ahhoz, hogy az elemet el lehessen fogadni			+
Szaltós repülő elem a nyújtó felett, amit a tornász nem tud körrel folytatni		+	

Article 15.3 Déductions spécifiques pour la barre fixe

Jury D

Faute	Petite 0.10	Moyenne 0.30	Grossière 0.50
Plus de 2 passages sous la verticale avec un bras	+ et non reconnaissance par le jury D		
Plus de 2 élans circulaires Adler	+ et non reconnaissance par le jury D		

Jury E

Faute	Petite 0.10	Moyenne 0.30	Grossière 0.50
Jambes écartées ou fautes de tenue lorsque le gymnaste saute ou est soulevé à la suspension		+	
Manque d'élán ou arrêt à l'appui renversé ou dans une autre position	+	+	
Manque d'amplitude lors des éléments volants	+	+	
Déviatión par rapport au plan du mouvement	≤ 15°	>15°	
Abaissement en arrière		+	
Éléments non réglementaires exécutés avec les pieds sur la barre ou à partir de cette position		+	
Bras fléchis à la reprise après des éléments volants	+	+	
Genoux fléchis lors des actions de préparation	+ chaque fois	+ chaque fois	
Éléments qui ne continuent pas dans la direction voulue (réalisé après l'élément) l'élément vu peut recevoir une valeur			+
Tous les éléments volants avec salto sur la barre sans grand tour après		+	

Article 15.3 Specific Deductions for Horizontal Bar

Jury D

Error	Small 0.10	Medium 0.30	Large 0.50
Passing through lower vertical more than 2 times with one arm	+ and non-recognition by the D-jury		
More than 2 times Stoop circle rearward forward (Adler)	+ and non-recognition by the D-jury		

E Jury

Error	Small 0.10	Medium 0.30	Large 0.50
Legs apart or other poor execution during jump or lift to Horizontal Bar		+	
Lack of swing or pause in handstand or elsewhere	+	+	
Low amplitude on flight elements	+	+	
Deviation from plane of movement	≤ 15°	>15°	
Layaway on the back swing		+	
Illegal elements with or from feet on the bar		+	
Bent arms on regripping following flight elements	+	+	
Bent knees during swing actions	+ each time	+ each time	
Elements not continuing in their intended direction (applied after element) Needed to show the element can receive value			+
Any flight element with salto over the bar without a giant swing afterward		+	

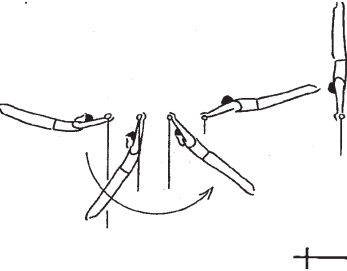
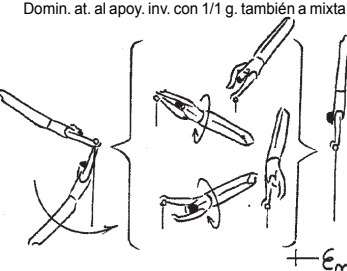
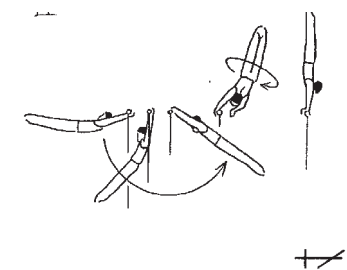
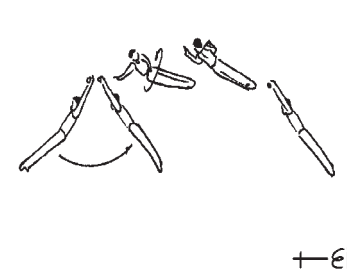
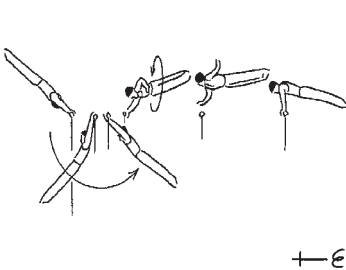
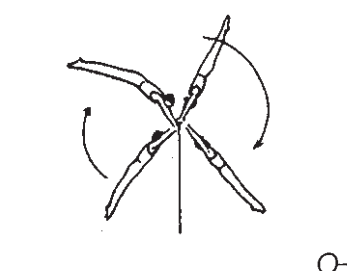
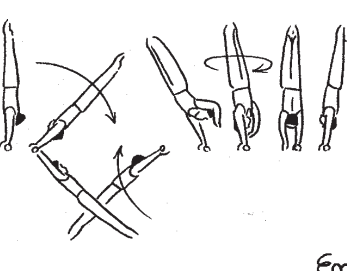
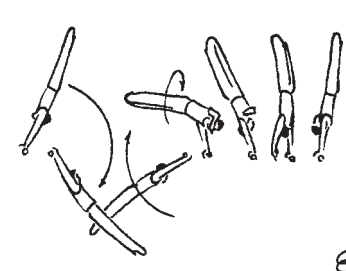
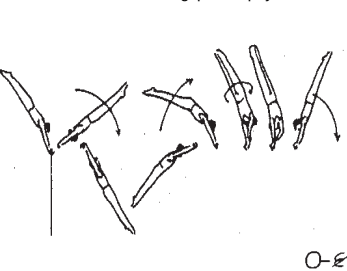
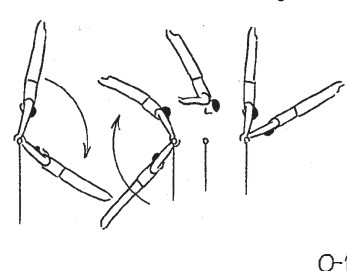
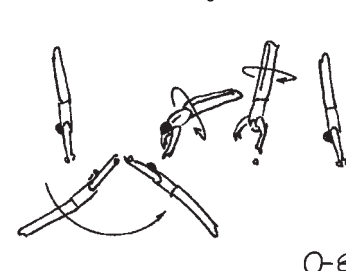
Artículo 15.3 Deducciones específicas en Barra Fija

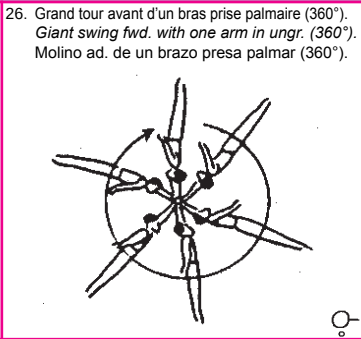
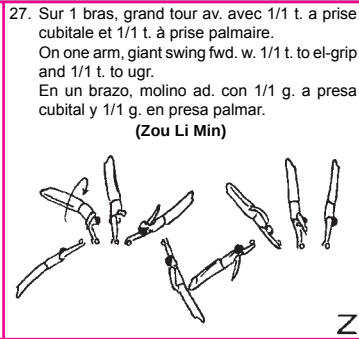
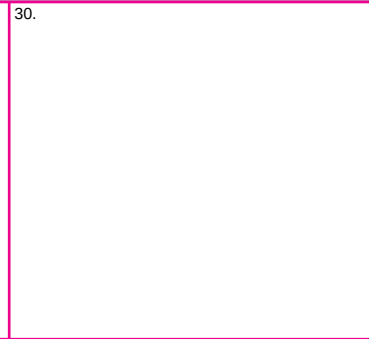
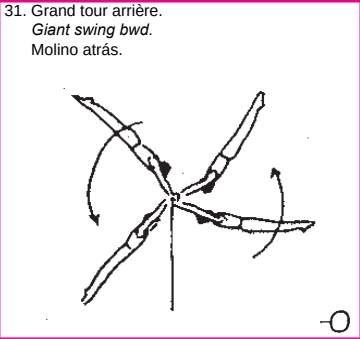
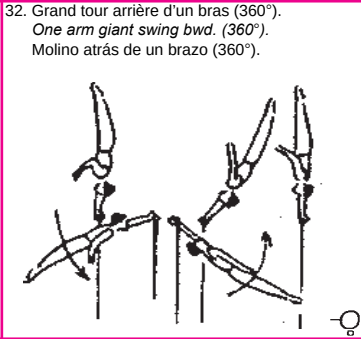
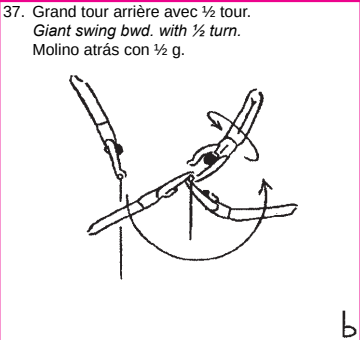
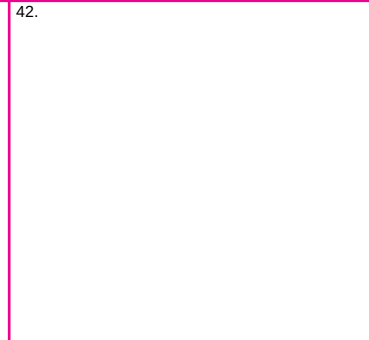
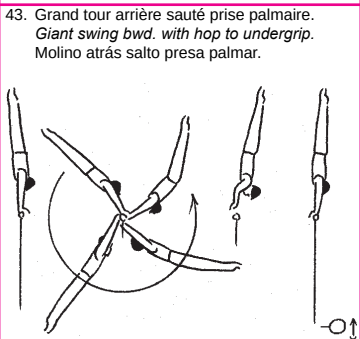
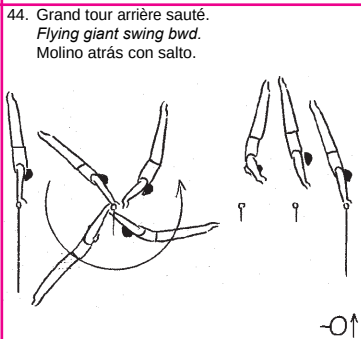
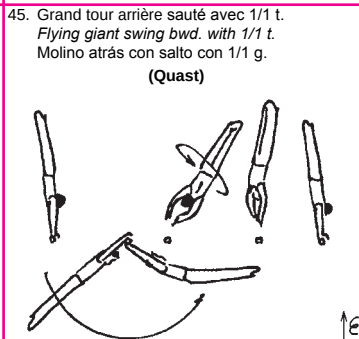
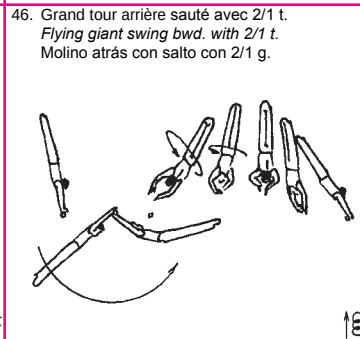
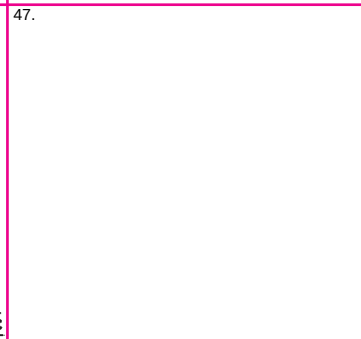
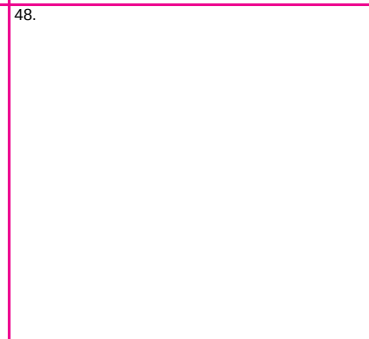
Jurado D

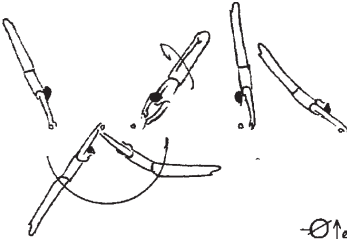
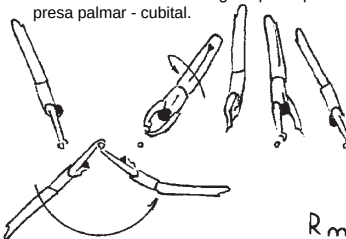
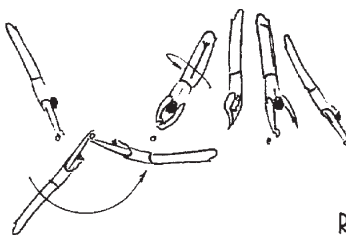
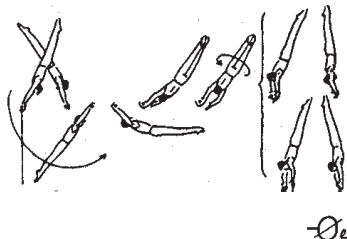
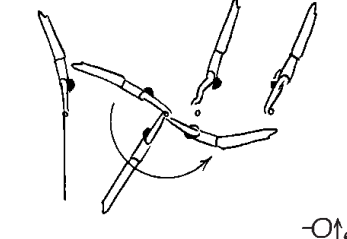
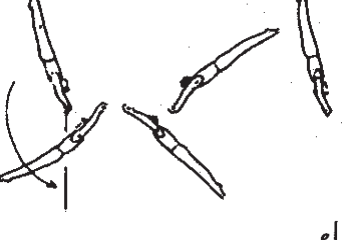
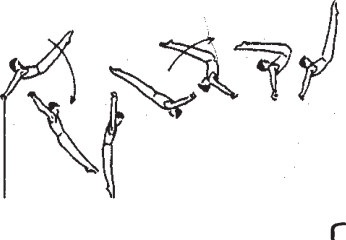
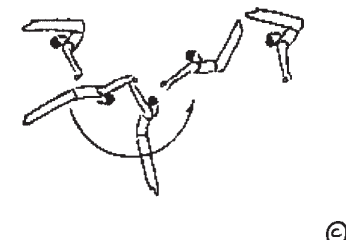
Falta	Pequeña 0.10	Media 0.30	Grande 0.50
Pasar bajo la vertical más de 2 veces con un brazo	+ Sin reconocimiento (Jurado D)		
Mas de 2 metidas de piernas (Adler)	+ Sin reconocimiento (Jurado D)		

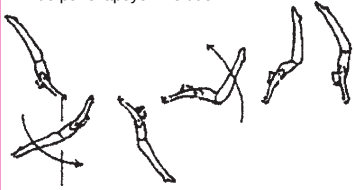
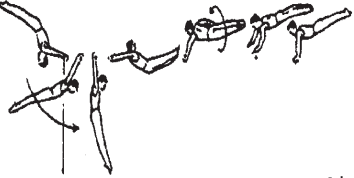
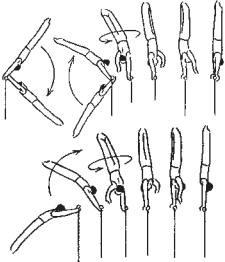
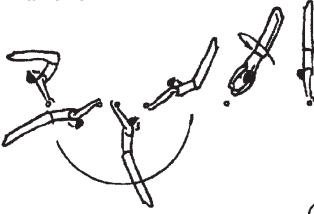
Jurado E

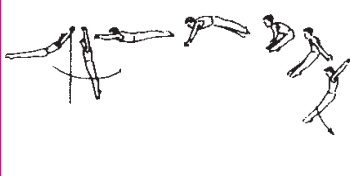
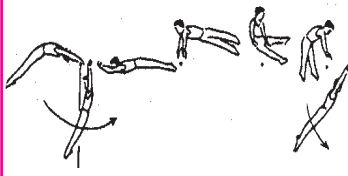
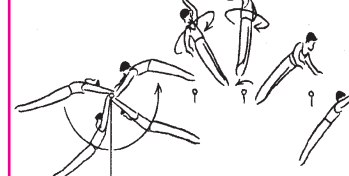
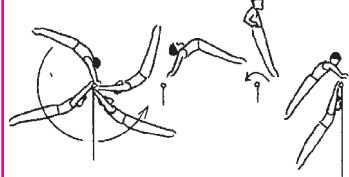
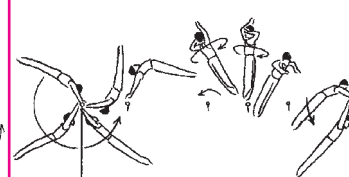
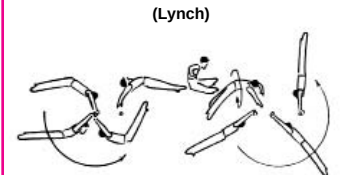
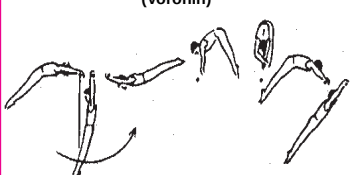
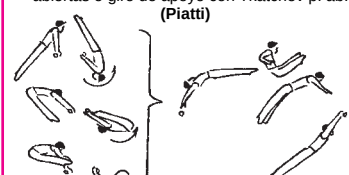
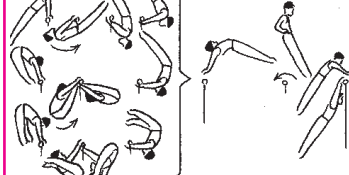
Falta	Pequeña 0.10	Media 0.30	Grande 0.50
Piernas abiertas u otra mala ejecución para saltar o subir a la barra		+	
Falta de impulso o pausa en apoyo invertido o en otro elemento	+	+	
Baja amplitud en las sueltas	+	+	
Desviación del plano de movimiento	≤ 15°	>15°	
Corte de vuelo en los impulsos atrás		+	
Elementos ilegales con o desde pies en la barra		+	
Brazos doblados al agarrar después de las sueltas	+	+	
Doblar piernas durante las acciones de impulso	+ cada vez	+ cada vez	
Elementos que no continúan en la dirección pretendida (realizado después del elemento) Necesitan mostrar el elemento para contarse			+
Sueltas con mortal sobre la barra sin un molino después		+	

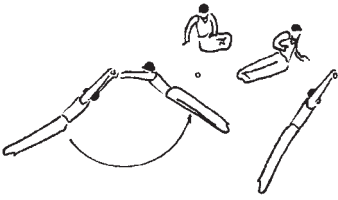
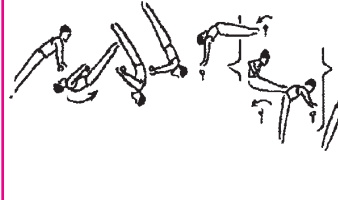
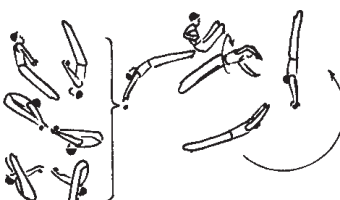
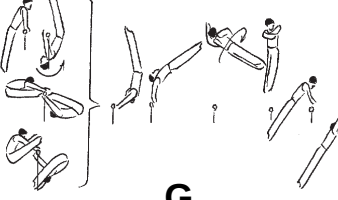
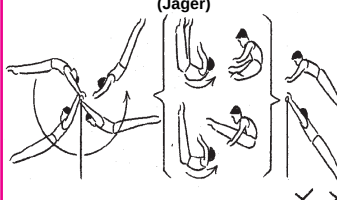
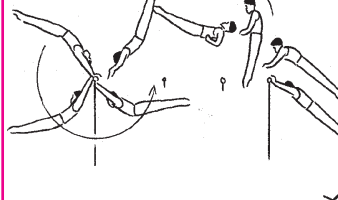
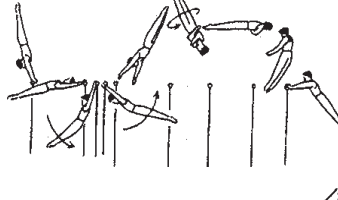
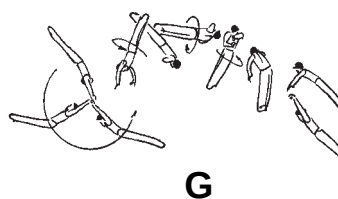
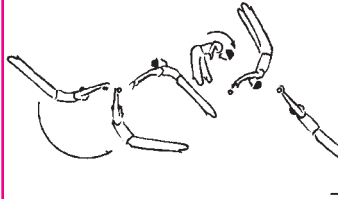
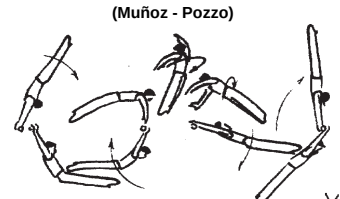
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Longs élan en suspension et rotations - Long hang swings and turns - Grandes vuelos en suspensión y rotaciones					
1. Établissement arrière à l'appui renversé. <i>Back uprise to handstand.</i> Dominación atrás al apoyo invertido. 	2. Établissement arrière à l'appui renversé avant 1/1 t. aussi a 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. Élan en arrière et pirouette à la suspension. <i>Swing bwd. and pirouette to hang.</i> Dominación atrás y pirueta a la suspensión. 	9. Élan 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 avec sauté ou 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.

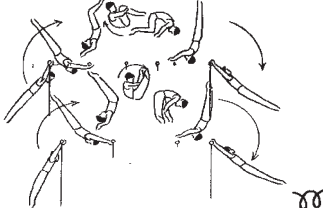
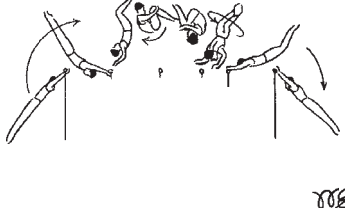
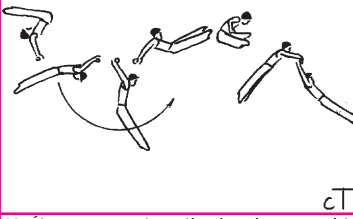
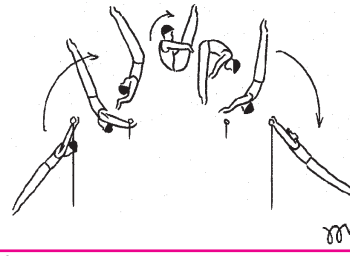
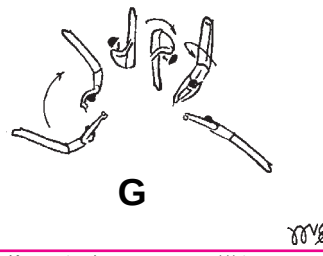
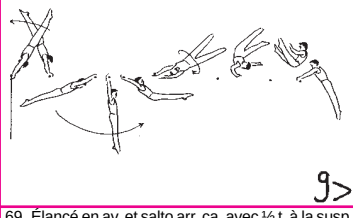
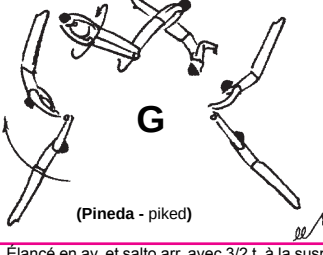
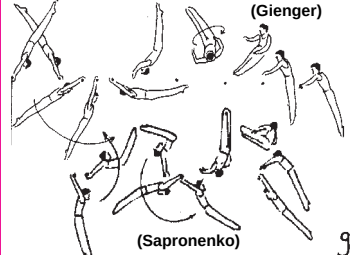
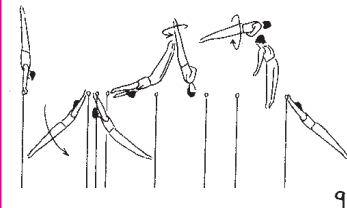
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Longs élans en suspension et rotations - Long hang swings and turns - Grandes vuelos en suspensión y rotaciones					
25. 	26. Grand tour avant d'un bras prise palmaire (360°). <i>Giant swing fwd. with one arm in ungr. (360°).</i> Molino 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. à prise palmaire. On one arm, giant swing fwd. w. 1/1 t. to el-grip and 1/1 t. to ugr. En un brazo, molino ad. con 1/1 g. a presa cubital y 1/1 g. en presa palmar. (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. Grand tour arrière sauté avec 2/1 t. <i>Flying giant swing bwd. with 2/1 t.</i> Molino atrás con salto con 2/1 g. 	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 élan 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 dorsale arrière (grand tour tchèques). <i>Giant swing rw. bwd. (Czech giant swing).</i> Molino dorsal atrás (molino checo). 	71.	72.

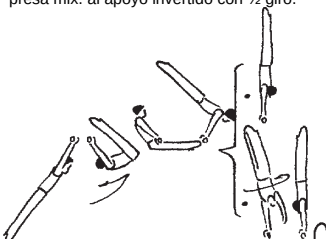
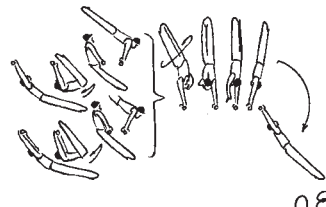
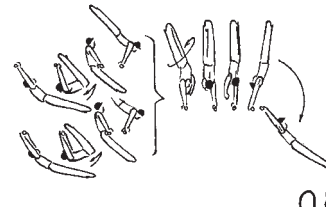
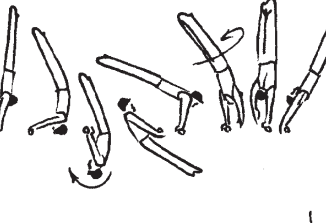
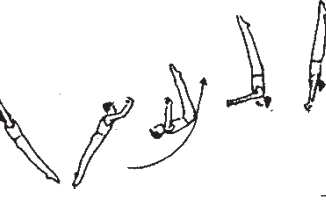
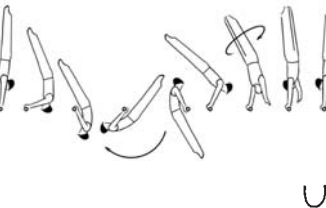
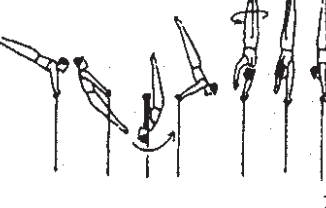
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG I: Longs élans en suspension et rotations - Long hang swings and turns - Grandes vuelos en suspensión y rotaciones					
73. Grand tour arrière avec dislocation av. en montant et arrière par l'appui renversé. <i>Giant swing bwd. with inlocation during swing and dislocate to hdst.</i> Molino atrás con dislocación adelante subiendo por el apoyo invertido.  ⑨	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)  ⑨!	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.  ⑨m	76. Grand tour dorsale arrière (grand tour tchèques) avec ½ tour a grand tour dorsale. <i>Giant swing nw. bwd. (Czech giant swing) with ½ turn to fwd giant swing.</i> Molino dorsal atrás (molino checo) con ½ giro a molino.  ⑨f	77.	78.
79.	80.	81.	82.	83.	84.
85.	86.	87.	88.	89.	66.
67.	68.	69.	70.	71.	72.

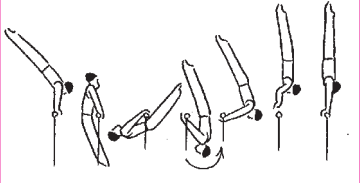
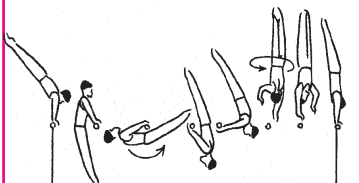
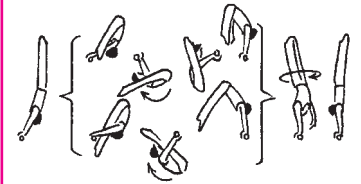
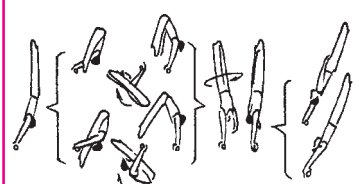
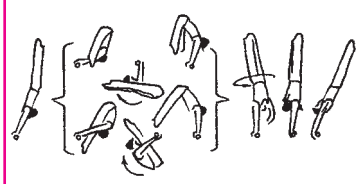
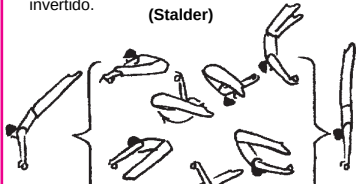
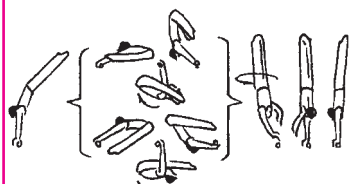
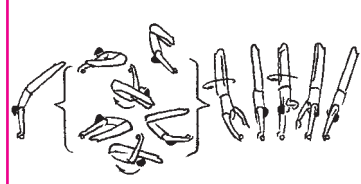
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG II: Éléments volants - Flight elements - Seltas											
1.	2. Établissement arrière en pass. les jambes écartés en avant à la suspension dorsal. <i>Back uprise and straddle over to hang rw.</i> Dominación atrás pasando las piernas abiertas adelante a la suspensión dorsal.		3. Établissement arrière et poisson écarté avec ½ t. à la suspension. <i>Back uprise and strad. hecht with ½ t. to hang.</i> Dominación atrás y tigre piernas abiertas con ½ g. a la suspensión. (Markelov)		4. Markelov tendu avec jambes ensembles. <i>Markelov stretched with legs together.</i> Markelov extendido con piernas juntas. (Yamawaki)		5.		6. Établissement arrière et poisson tendu avec 3/2 t. à la suspension. <i>Back uprise and hecht stretched with 3/2 t. to hang.</i> Dominación atrás y tigre ext. con 3/2 g. a la susp. (Walstrom)		
											
		+			M				YE		
7.	8.		9. Elan en av. et sauté dorsal jamb. éc. ou c. à la susp. <i>Swing fwd. and vault bwd. strad. or piked to hang.</i> Impulso ad. y salto dorsal p. ab. o carp. a la susp. (Tkatchev)		10. Tkatchev tendu. <i>Tkatchev stretched.</i> Tkatchev extendido.		11. Tkatchev tendu avec ½ t. à prise pal.-cub. élan arrière à l'appui renversé. <i>Tkatchev stretched with ½ t. to mix el-grip into back uprise to hdst.</i> Tkatchev extendido con ½ g. a presa mixta dominación atrás al apoyo invertido. (Moznik)		12. Tkatchev tendu avec 1/1 t. <i>Tkatchev stretched with 1/1 t.</i> Tkatchev extendido con 1/1 g. (Liukin)		
											
			T		T		T _m		T _ε		
13.	14.		15.		16. Tkatchev écarté avec ½ t. aux prise mixte. <i>Tkatchev straddled with ½ t. to mix el-grip into back uprise to hdst.</i> Tkatchev con ½ giro a presa mixta. (Lynch)		17. 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)		18.		
											
					T _m		T _ε				
19.	20. Établissement arrière et sauté carapé 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)		21.		22. Élan circulaire libre en arrière ca. ou éc. ou tour d'appui avec Tkatchev écarté. <i>Stalder, stoop circle or free hip circle bwd to Tkatchev straddle.</i> Impulso circ. libre atrás en carpa, piernas abiertas o giro de apoyo con Tkatchev p. ab. (Piatti)		23. Piatti tendu. <i>Piatti stretched.</i> Piatti extendido.		24. Piatti tendu avec ½ t. à prise palmaire-cubitale élan arrière à l'appui renversé. <i>Piatti stretched with ½ t. to mix el-grip into back uprise to hdst.</i> Piatti ext. con ½ g. a presa mixta domin. at. al apoyo inv. (Kierzkowski)		
											
		V			P		P		P _m		

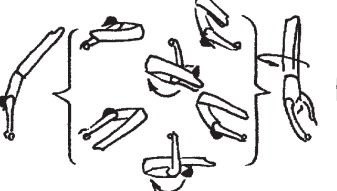
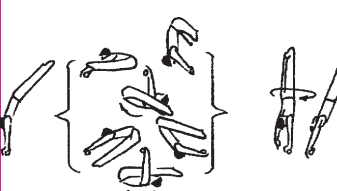
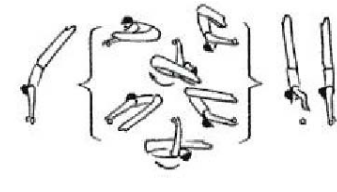
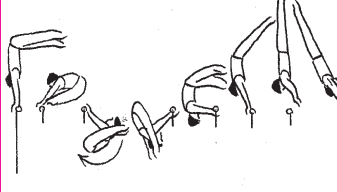
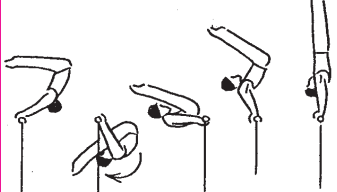
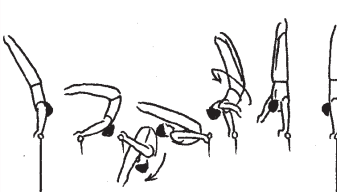
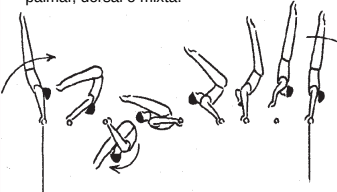
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG II: Éléments volants - Flight elements - Seltas											
25.	26. Établissement arrière et sauté dorsal avec ¼ t. à la suspension. <i>Back uprise and rear vault with ¼ t. to hang.</i> Dominación atrás y salto dorsal con ¼ g. a la suspensión.		27.	28. Piatti carpé. <i>Piatti piked.</i> Piatti en carpa.		29. Piatti avec ½ t. à prise palmaire-cubitale élan arrière à l'appui renversé. <i>Piatti with ½ t. to mix el-grip into back up. to hdst.</i> Piatti con ½ g. a presa mixta dominación atrás al apoyo invertido.		30. Piatti tendu avec 1/1 tour. Piatti stretched with 1/1 turn. Piatti extendido con 1/1 giro. (Suarez)			
											
	r v			p v		p m		G			p e
31.	32.		33. 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)		34. Salto avant tendu, aussi de la prise cubitale. <i>Salto fwd. stretched, also from el-grip.</i> Mortal adelante extendido, también de cubital. (Balabanov)		35.		36. Salto avant tendu avec 1/1 t., aussi prise cubitale. <i>Salto fwd. stretched with 1/1 t. also from el grip.</i> Mortal ad. ext. con 1/1 g., también de cubital. (Winkler - Pogorelev)		
											
			y v		y				e		
37.	38.		39.		40.		41.		42. Salto av. tendu avec 2/1 t., aussi prise cubitale. <i>Salto fwd. stretched with 2/1 t. also from el grip.</i> Mortal ad. ext. con 2/1 g., también de cubital.		
											
									G		
									e		
43.	44.		45.		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)		47. Yamawaki tendu avec ½ t. aux prise palmaire-cubitale, élan arrière à l'appui renverse. <i>Yamawaki ½ t. stretched to mixed grip into back uprise to hdst.</i> Yamawaki ½ g. ext. a presa mixta en agarre por detrás al apoyo invertido. (Muñoz - Pozzo)		48.		
											
					T y		y m				

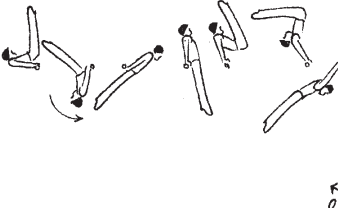
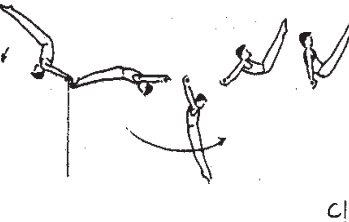
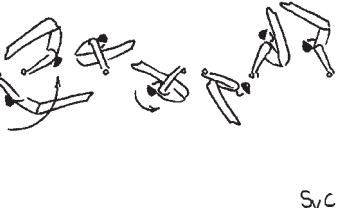
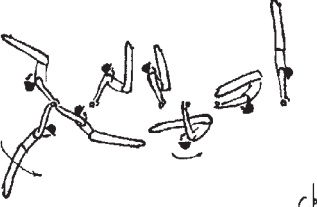
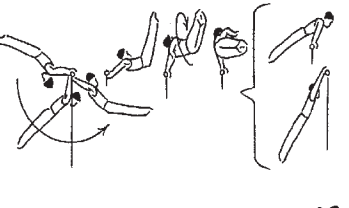
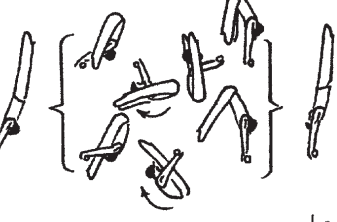
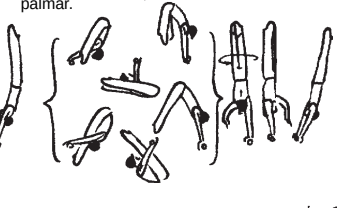
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
EG II: Éléments volants - Flight elements - Sueltas											
49.	50.	51.	52. Salto av. par-dessus la barre gr. ou écarté, aussi de la prise cubitale. Salto fwd, tuck or strad. over the bar, also from el-grip. Mortal ad. por encima de la b. agr. o p. ab., también desde cubital. (Gaylord) 		53.	54. Gaylord with ½ t. Gaylord with ½ t. Gaylord con ½ g. (Pegan) 					
55.	56.	57. Grand tour tchèque et sauté dorsal jambes écartés à la suspension. Czech giant and vault bwd. strad. to hang. Molino Checo y salto dorsal piernas abiertas a la suspensión. 		58.	59. Gaylord carpe. Gaylord piked. Gaylord en carpa. 		60.	60. Pegan carpe. Pegan Pike. Pegan en carpa. (Maras) 			
61.	62.	63. Élan en av. et salto arrière écarté avec ½ t. à la suspension. Swing fwd. and salto bwd. strad. w. ½ t. to hg. Lanzarse ad. y mortal atrás con ½ g. a la susp. (Deltchev) 		64.	65.		66. Kovacs tendu ou carpe avec 1/1 tour. Kovacs stretched or piked with 1/1 turn. Kovacs extendido o en carpa con 1/1 giro. (Cassina) 				
67.	68.	69. Élané en av. et salto arr. ca. avec ½ t. à la susp. Swing fwd. and salto bwd. piked w. ½ t. to hang. Lanzarse ad. y mortal at. carp. con ½ g. a la susp. (Gienger) 		70.	71.		72. Élané en av. et salto arr. avec 3/2 t. à la susp. Swing fwd. and salto bwd. w. 3/2 t. to hang. Lanzarse ad. y mortal atrás con 3/2 t. a la susp. (Deff) 				

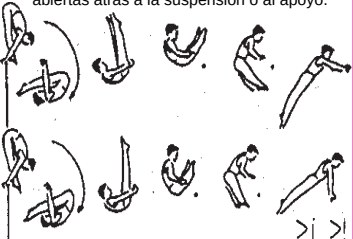
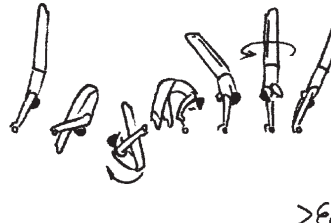
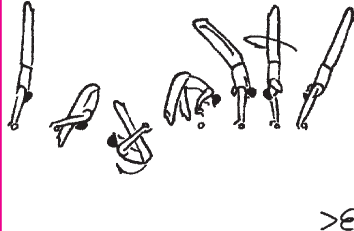
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG II: Éléments volants - Flight elements - Seltas					
73.	74.	75. Stalder ½ t. et sauté dorsal avec ¼ t. à la susp. <i>Stalder ½ t. to rear vault with ¼ t. to hang.</i> Stalder con ½ g. y salto dorsal con ¼ g. a la susp. (Jansen)	76. Salto arrière ½ t. groupe par-dessus la barre. <i>Salto bwd. ½ t. tucked over the bar.</i> Mortal atrás agrupado con ½ g. por encima de la barra.	77. Salto arrière ½ t. carpe par-dessus la barre. <i>Salto bwd. ½ t. piked over the bar.</i> Mortal atrás en carpa con ½ g. por encima de la barra. (Gaylord 2)	78.
		 SrV	 G	 Gv	
79.	80.	81.	82. Double salto arrière gr. par-dessus la barre. <i>Double salto bwd. t. over the bar.</i> Doble mortal atrás agr. por encima de la barra. (Kovacs)	83. Kovacs carpe ou tendu. <i>Kovacs piked or stretched.</i> Kovacs en carpa o extendido.	84. Kovacs avec 2/1 t. <i>Kovacs with 2/1 t.</i> Kovacs con 2/1 g. (Bretschneider)
			 ll	 ll	 H llm
85.	86.	87.	88.	89. Kovacs avec 1/1 t. <i>Kovacs with 1/1 t.</i> Kovacs con 1/1 g. (Kolman)	90.
				 llE	
91.	92.	93.	94.	95.	96. 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)
					 G llE

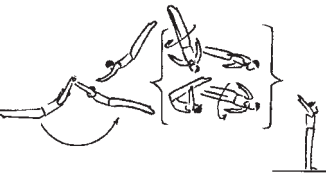
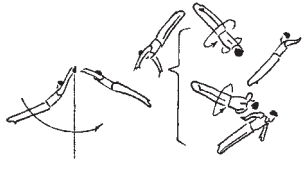
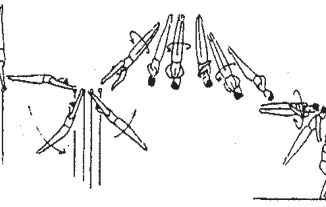
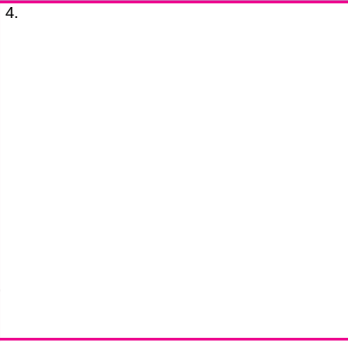
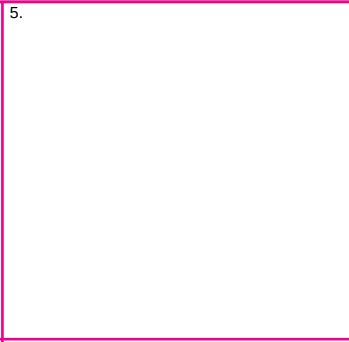
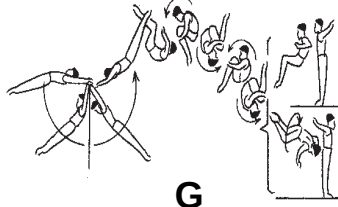
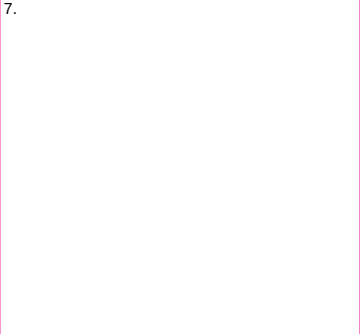
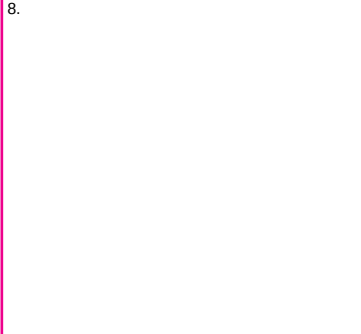
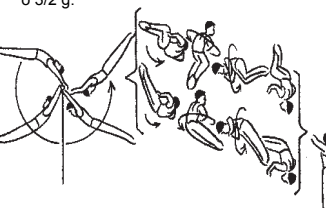
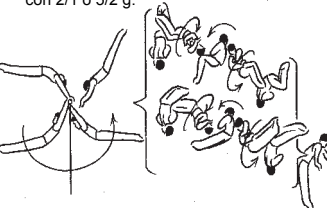
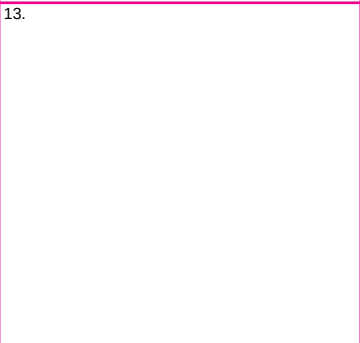
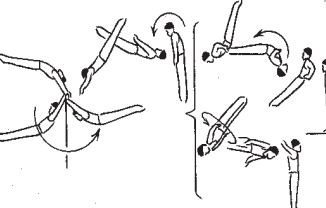
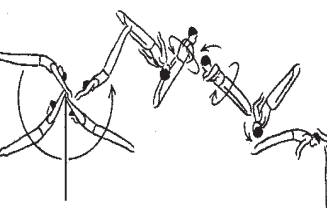
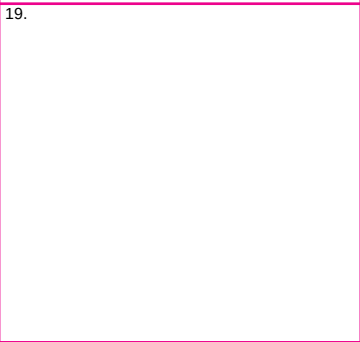
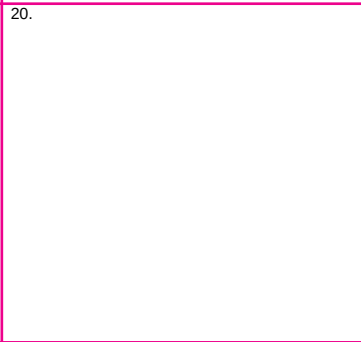
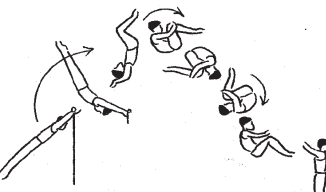
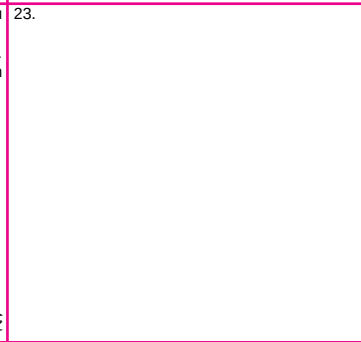
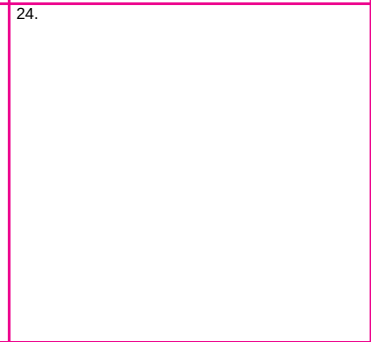
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Éléments près de la barre et éléments Adler - In bar and Adler elements - Elementos cerca de la barra y elementos Adler					
1. Bascule d'élan à l'appui renversé ou de la prise mixte bascule à l'appui renversé avec ½ t. <i>Kip to hdst. or from mixed grip to hdst w. ½ t.</i> Báscula de imp. al apoyo invertido o desde presa mix. al apoyo invertido con ½ giro. 	2. Bascule d'élan à l'appui renversé de la prise palmaire ou mixte avec 1/1 t. à la prise mixte. <i>Kip to hdst. in under or mixed grip w. 1/1 t. to mixed grip.</i> Kipe al apoyo invertido en presa palmar o mixta con 1/1 a presa mixta. 	3. Bascule d'élan à l'appui renversé de la prise palmaire ou mixte avec 1/1 t. à la prise cubitale. <i>Kip to hdst. in under or mixed grip w. 1/1 t. to el-grip.</i> Kipe al apoyo invertido en presa palmar o mixta con 1/1 a cubital. 			
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) 	9. Weiler avec 1/1 tour à prises palmaire - cubitale. <i>Weiler with 1/1 turn to mixed - grip.</i> Weiler con 1/1 giro a presa mixta. 	10. Weiler avec 1/1 tour à prises cubitales des 2 mains. <i>Weiler with 1/1 turn to double el - grip.</i> Weiler con 1/1 giro a cubital. 		
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. 	14. Weiler avec ½ tour. <i>Weiler with ½ turn.</i> Weiler con ½ giro 				
19. De la suspension ou de l'appui, d'élan par-dessus à l'appui renversé avec ½ tour. <i>From hang or from support, free hip circle through handstand with ½ turn.</i> De la suspensión o del apoyo, impulso por debajo al ap. invertido con ½ g. 	20. De la suspension ou de l'appui, d'élan par-dessus à l'appui renversé avec ½ tour, pr. cubitale. <i>From hang or from support, free hip circle through handstand with ½ turn to el grip.</i> De la suspensión o del apoyo, impulso por debajo al ap. invertido con ½ g. presa cubital. 	21.	22.	23.	24.

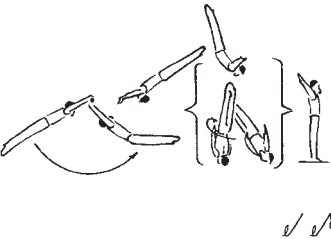
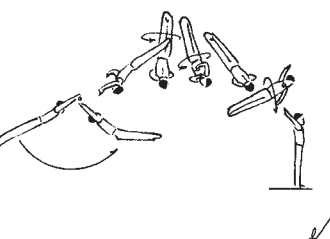
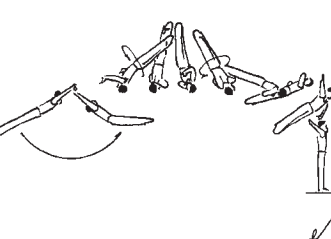
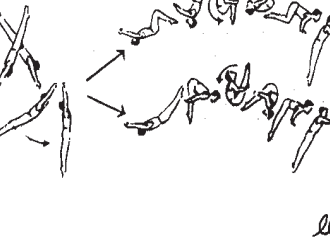
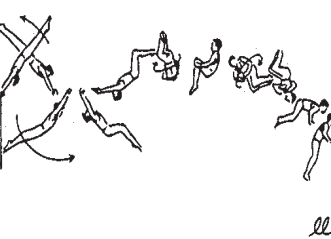
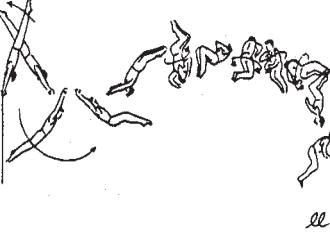
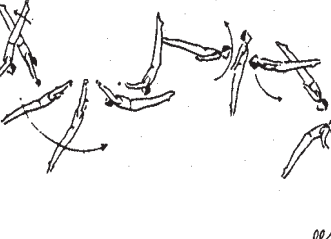
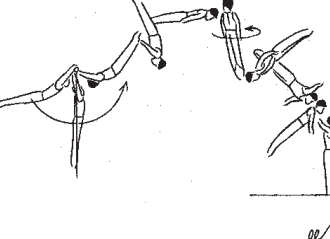
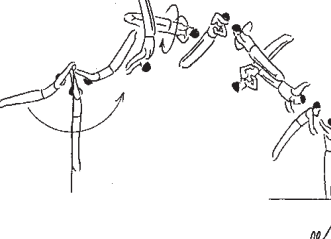
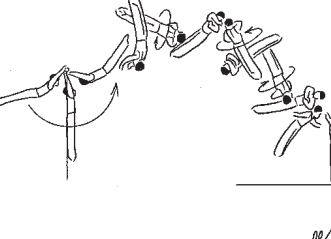
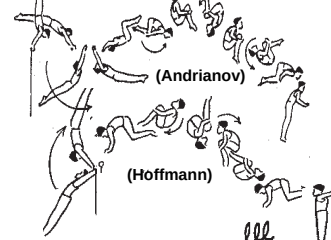
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Éléments près de la barre et éléments Adler - In bar and Adler elements - Elementos cerca de la barra y elementos Adler					
25. De la suspension ou de l'appui, d'élan par-dessus sauté à l'appui renversé. <i>From hang or from support, free hip circle hop to handstand.</i> De la suspensión o del apoyo, impulso por debajo saltando al apoyo invertido.  f ↑		27. De la suspension ou de l'appui, d'élan par-dessus sauté à l'appui renversé avec 1/1 tour. <i>From hang or from support, free hip circle hop through handstand with 1/1 turn.</i> De la suspensión o del apoyo, impulso por debajo saltando al ap. invertido con 1/1 g.  f ↺	28.	29.	30.
31.	32. Élan circulaire carpé éc. ou carpé libre en av. par l'appui renversé. <i>Free circle fwd. straddled or legs together thr. hdst.</i> Impulso circ. carp. p. ab. o carp. ad. por el ap. inv. (Endo)  Q	33.	34.	35.	36.
37.	38. Endo avec 1/2 t. par l'appui renversé. <i>Endo with 1/2 t. thr. hdst.</i> Endo con 1/2 g. por el apoyo invertido.  Q	39. Endo avec 1/1 t. par l'appui renversé en prise mixte. <i>Endo. with 1/1 t. thr. hdst. in mixt grip.</i> Endo con 1/1 g. por el apoyo invertido en presa mixta.  Q Em	40. Endo avec 1/1 t. par l'appui renversé en pr. cub. <i>Endo with 1/1 t. thr. hdst. in el-grip.</i> Endo con 1/1 g. por el apoyo invertido en presa cubital.  Q E	41.	42.
43.	44. Élan circulaire carpé écarté ou carpé libre arrière par l'appui renversé. <i>Free circle bwd. straddle or legs together thr. hdst.</i> Impulso circ. carp. p. ab. o carp. atrás por el ap. invertido. (Stalder)  S	45. Stalder sauté avec 1/1 t. par l'appui renversé. <i>Stalder with hop 1/1 t. through hdst.</i> Stalder saltado con 1/1 g. por el apoyo invertido.  S E	46. 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.  S R m	47. 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.  S R	48.

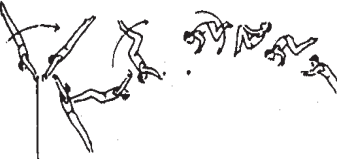
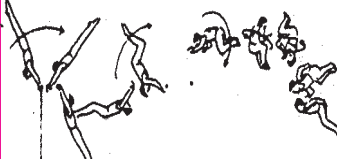
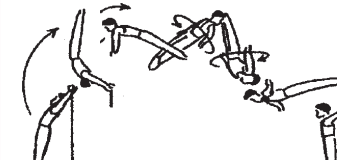
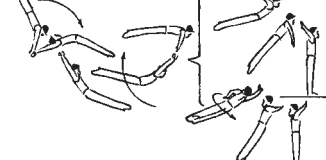
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
EG III: Éléments près de la barre et éléments Adler - <i>In bar and Adler elements</i> - Elementos cerca de la barra y elementos Adler					
49.	50. Stalder avec ½ tour par l'appui renversé. <i>Stalder with ½ turn through hdst.</i> Stalder con ½ g. por el apoyo invertido. 	51. Stalder avec ½ tour par l'appui renversé pr. cub. <i>Stalder with ½ turn through hdst. in el-grip.</i> Stalder con ½ g. por el apoyo inv. presa cubital. 	52.	53.	54.
55.	56. Stalder sauté par l'appui renversé. <i>Stalder with hop through hdst.</i> Stalder saltado por el apoyo invertido. 	57. Stalder sauté par l'appui renversé prise cubitale. <i>Stalder with hop through hdst. in el-grip.</i> Stalder de salto por el apoyo invertido presa cubital. 	58.	59.	60.
61.	62.	63. Élan circulaire Adler par l'appui renversé. <i>Stoop circle rearward fwd. through hdst. (Adler).</i> Adler por el apoyo invertido. 	64. Élan circulaire Adler avec ½ t. par l'appui renversé avec prise dorsal. <i>Adler with ½ t. through hdst. in ovgr.</i> 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. <i>Adler and 1/1 t. through hdst. in ungr.</i> Adler con 1/1 g. por el ap. inv. con presa palmar. 	66.
67.	68.	69.	70. Élan circulaire Adler avec sauté par l'appui renversé prise palmaire ou prise dorsal ou prise mixte. <i>Adler hop to hdst. in ungr. or ovgr. or mixed grip.</i> 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 salto. <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.	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 dorsale. <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. Endo prise cubitale par l'appui renversé. <i>Endo in el-grip thr. hdst.</i> Endo presa cubital por el apoyo invertido.		94. Endo prise cubitale et 1/1 en prise mixte ou palmaire. <i>Endo in el-grip and 1/1 t. to mixed grip or under-grip.</i> Endo presa cubital y 1/1 g. a presa mixta o palmar.		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.	100. Koste ½ tour terminé en prise cubitale. <i>Koste ½ turn to elgrip.</i> <i>Koste con ½ giro a cubital.</i> (Likhovitskiy) 	101.	102.
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. (Quintero) 	107. Quintero en prise cubitale. <i>Quintero to el-grip.</i> Quintero en presa cubital. 	108.
109.	110.	111.	112.	113.	114.
115.	116.	117.		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 tendue, aussi avec ½ t. <i>Salto fwd. piked or stretched, also with ½ t.</i> Mortal ad. en carpa o ext., también con ½ g.  ✓ ✓	2. Salto avant tendue avec 1/1 ou 3/2 t. <i>Salto fwd. str. with 1/1 or 3/2 t.</i> Mortal ad. ext. con 1/1 o 3/2 g.  ✓ ✓ ✓	3. Salto avant tendue avec 2/1 ou 5/2 t. <i>Salto fwd. str. with 2/1 or 5/2 t.</i> Mortal adelante extendido con 2/1 o. 5/2 g.  ✓ ✓ ✓	4. 	5. 	6. Triple salto av. gr. <i>Triple salto fwd. t.</i> Triple mortal ad. agr. (Rumbutis)  G
7. 	8. 	9. Double salto av. groupe ou carpé ou avec ½ tour. <i>Double salto fwd. t. or p. or with ½ turn.</i> Doble mortal ad. agr., en carpa o con ½ g.  ✓ ✓ ✓	10. Double salto av. gr. ou carpé avec 1/1 ou 3/2 t. <i>Double salto fwd. t. or p. with 1/1 or 3/2 t.</i> 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. <i>Double salto fwd. t. or p. with 2/1 or 5/2 t.</i> Doble mortal adelante agrupado, en carpa o con 2/1 o 5/2 g.  ✓ ✓ ✓	12. 
13. 	14. 	15. 	16. Double salto av. tendue ou avec ½ t. <i>Double salto fwd. str. or with ½ t.</i> Doble mortal extendido con ½ g.  ✓ ✓	17. Double salto av. tendu avec 1/1 ou 3/2 t. <i>Double salto fwd. str. with 1/1 or 3/2 t.</i> Doble mortal extendido con 1/1 o 3/2 g.  ✓ ✓	18. 
19. 	20. 	21. Double salto av. gr. ou carpé ou avec ½ tour par-dessus la barre. <i>Double salto fwd. t. or p. or with ½ turn over the bar.</i> 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. <i>Dbl. salto fwd. t. or p. w. 1/1 or 3/2 t. over the bar.</i> 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 tendue 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 tendue 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 tendue 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 carpé. <i>Double salto bwd. tuck or pike.</i> Doble mortal atrás agrupado o en carpa. 	33. Double salto arrière groupé ou ca. avec 1/1 t. <i>Double salto bwd. t. or pike with 1/1 t.</i> Doble mortal atrás agrupado o en carpa con 1/1 g. (Tsukahara) 	34. Double salto arrière gr. ou ca. avec 2/1 t. <i>Double salto bwd. t. or p. with 2/1 t.</i> Doble mortal atrás agrupado o en carpa con 2/1 g. 	35. 	36. 
37. 	38. 	39. Double salto arrière tendue. <i>Double salto bwd. str.</i> Doble mortal extendido. 	40. Double salto arrière tendue 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. ou carpé par-dessus de la barre. <i>Double salto bwd. t. or p. over the bar.</i> Doble mortal atrás agr. o en carpa por encima de la barra. 	51. Double salto arrière gr. ou carpé avec 1/1 t. par-dessus la barre. <i>Dbl. salto bwd. t. or p. with 1/1 t. over the bar.</i> Doble mortal atrás agr. o en carpa con 1/1 g. por encima de la barra. 	52. Double salto arrière gr. ou carpé avec 2/1 t. par-dessus la barre. <i>Double salto bwd. t. or p. with 2/1 t. over the bar.</i> Doble mortal atrás agr. o carp. 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. abiertes, 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 – Függelék

A függelék

Magyarázatok

1. Az elemtáblázatban a szöveg felülírja az ábrát.

2. (Lásd 7.4.m cikk) Ezt a szabályt - részben - a következők szerint magyarázzuk:

a) Fordulattal bemutatott elemeket a hat szer egyikén sem fogadnak el, ha 1/4 (90°) fordulat hiányzik az elem leírásában megfogalmazott követelményekhez képest.

b) Lendületi elemeket az érintett szerek egyikén sem fogadnak el, ha 45° vagy annál nagyobb mértékben eltér a tökéletestől, vagy az előírt véghelyezettől. Nyújtón ez például azt jelenti, hogy a szabadkelep bemutatható legfeljebb 45°-ig a kézálláson túl úgy, hogy a D zsűri még mindig elfogadja azt. Korláton, például, a támaszcserét 45°-kal vízszintes fölé kell bemutatni ahhoz, hogy a D zsűri elfogadja. A nyújtott testhelyzet bicskának minősül, ha a csípőszög az elem során bármikor nagyobb, mint 45°.

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 téveszteni más elemekkel. Ezek például az alábbiak:

i. Fordulattal bemutatott elemek, melyek több mint 90°-kal alul vagy túl fordultak.

ii. Kápáslovon haránt vándor, mely több mint 45°-kal elferdül.

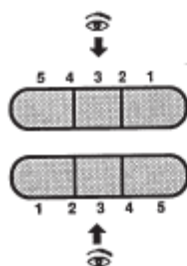
iii. Ugráson kézenátfordulás előreszaltó (I. csoport) vagy az első ívben bemutatott 1/4 fordulat, és a második ívben bemutatott 1/4 fordulat és előre szaltó (II. csoport).

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).

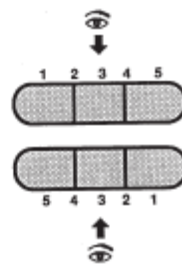
j) Kivételt képez ez alól, ha egy elem megfelelő technikai kivitelezése a fenti definíciók átértelmezését teszik szükségessé.

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 véghelyezettel 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, még hozzá nyújtott karral, ami lehetővé teszi a lágy átmenetet a lendületi elembe.
- b) Lehetséges, hogy gyűrűn lefüggésből vállkifordítást kézállásba hajtsanak végre, de ezt nem fogalmaznánk 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) Kápásló részei Hogy segítsük a körök és vándorok meghatározását oldal vagy haránt támaszban, a kápásló részeit az alábbi ábrán feltüntetettek szerint határoztuk meg.

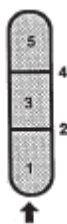


óra járásával ellentétes



óra járásának megfelelő

Elemek oldaltámaszban.



Elemek haránttámaszban.