



MAGYAR RITMIKUS GIMNASZTIKA SZÖVETSÉG
HUNGARIAN RHYTHMIC GYMNASTICS FEDERATION
H-1146 Budapest, Istvánmezei út 1-3.
Phone: (36-1) 460-6906, Fax: 460-6907,
E-mail: rgfed@tornasport.hu

Magyar Ritmikus Gimnasztika Szövetség Követelménytáblázatok 2022-2024.

Módosítások

2022.02.10.

**** eR:** egyszerűsített rizikó, egy fordulat a dobás alatt + második fordulatnál egyéb testrésszel

és/ vagy látótéren kívül elkapott szer esetén érvényes, értéke **0.30**

Kombinált DB

Az MRGSZ hivatalos versenyein, azokban a korosztályokban, amelyekben a **kombinált DB (C-DB)** bemutatása megengedett (kivételem VSK I. osztály junior, felnőtt), a tanítási folyamat támogatása érdekében a következő módosítások lépnek érvénybe, kizárólag a szergyakorlatoknál:

Egyensúly- egyensúly kombináció esetén, megengedett a kombináció mindkét elemét (DB) **talpon, lábujjon - talpon vagy talpon-lábujjon** végrehajtani.

Mindkét DB hez különböző szertechnikai elem bemutatása szükséges.

Forgás – egyensúly kombináció esetén, megengedett a forgás után a sarok letétele és onnan emelkedés lábujjra az egyensúly elemhez.

Mindkét DB hez különböző szertechnikai elem bemutatása szükséges.