

KÖVETELMÉNYTÁBLÁZATOK

2024

**“A”, “B” és “C” típusú versenyeken
egyaránt KÖTELEZŐ érvényű
követelmények**



Érvényes: 2024. január 1-től
Készítette az MRGSZ Technikai Bizottsága

EGYÉNI GYAKORLATOK

- 1. BNK hivatalos versenyeire vonatkozó technikai követelmények**
- 2. VSK I. hivatalos versenyeire vonatkozó technikai követelmények**
- 3. VSK II. hivatalos versenyeire vonatkozó technikai követelmények**
- 4. VSK III. hivatalos versenyeire vonatkozó technikai követelmények**
- 5. SZK hivatalos versenyeire vonatkozó technikai követelmények**

MRGSZ besorolás nélküli (BNK) hivatalos versenyekre vonatkozó technikai követelmények 2024 (EGYÉNI VERSENYEK)



Diákolimpia 0. korcsoport (2017-es születésű, iskolás korú versenyzők)

		TECHNIKAI ÖSSZETEVŐK										D pont megengedett maximuma	MEGJEGYZÉS
Kötelező kézszer	Születési év	sg 1D (DB1-DB2)					sg 2D (DA1-DA2)						
		SZABAD GYAKORLATOK			SZERGYAKORLATOK		SZERGYAKORLAT						
		DB	W	R (AS)	DB	W	R	DA	KÖTELEZŐ fundamental				
KISGYERMEK	SZABAD KARIKA (MK)	2024: 2015-2016	7+1 DB max 0.40 min 1J, 1B, 1R ND-DB min 1 C-DB nem engedélyezett	min 1	max 4 AS max 0.30	7^ DB max 0.40 min 1J, 1B, 1R C-DB nem engedélyezett	min 1	nem engedélyezett	min 1 - max 10***	1-1-1-1	SZABAD GYAKORLAT D: 4.00 SZERGYAKORLAT D: 5.00	***amiből min 1 DA bázisa magas dobás vagy magas dobásból elkapás	

MRGSZ VSK I. hivatalos versenyekre vonatkozó technikai követelmények 2024 (EGYÉNI VERSENYEK)



		TECHNIKAI ÖSSZETEVŐK											
Kötelező készszerek	Születési év	sg 1D (DB1-DB2)					sg 2D (DA1-DA2)				D pont megengedett maximuma	MEGJEGYZÉS	
		SZABAD GYAKORLATOK			SZERGYAKORLATOK		SZERGYAKORLAT						
		DB	W	R (AS)	DB	W	R	DA	KÖTELEZŐ fundamental				
FIG	2024: -2008				9 [^] min 1J, 1B, 1R max 3 C-DB	min 2	max 5	min 1 - max 20		2-2-1-1	FIG		
FIG	2024: 2009-2010				7 [^] min 1J, 1B, 1R max 1 C-DB	min 2	max 4	min 1 - max 15		2-2-1-1	FIG	Labda: 2 DB nem domináns kéz Szalag: 2 DB nem domináns kéz	
2011-ben születettek KARIKA LABDA BUZOGÁNY SZALAG	2024: 2011-2012	7+3 DB max 0.60 ND-DB min 1J, 1B, 1R C-DB nem engedélyezett	min 2	max 4 AS max 0.50	7 [^] DB max 0.60 min 1J, 1B, 1R C-DB nem engedélyezett	min 2	max 3	min 1 - max 12		2-2-1-1	SZABAD GYAKORLAT D: 7.00 SZERGYAKORLAT D: 9.00	Labda: 2 DB nem domináns kéz Grand fouetté elem esetében a maximális elemérték 0.80	
2012-ben születettek SZABAD (MB) KARIKA LABDA BUZOGÁNY SZALAG (MK)													
SZABAD KARIKA LABDA (MK)	2024: 2013-2014	7+3 DB max 0.50 ND-DB min 1J, 1B, 1R C-DB nem engedélyezett	min 2	max 4 AS max 0.40	7 [^] DB max 0.50 min 1J, 1B, 1R C-DB nem engedélyezett	min 1	max 2*	min 1 - max 10		1-1-1-1	SZABAD GYAKORLAT D: 6.00 SZERGYAKORLAT D: 7.00	Labda: 1 DB nem domináns kéz *amiből max 1 eR** ** eR: egyszerűsített rizikó, egy fordulat a dobás alatt + második fordulatnál egyéb testrésszel vagy látótéren kívül elkapott szer esetén érvényes értéke 0.30	

MRGSZ VSK II. hivatalos versenyekre vonatkozó technikai követelmények 2024 (EGYÉNI VERSENYEK)



TECHNIKAI ÖSSZETEVŐK												
	Születési év	Kötelező kézszer	sg 1D (DB1-DB2)			sg 2D (DA1-DA2)			D pont megengedett maximuma	MEGJEGYZÉS		
			SZABAD GYAKORLATOK			SZERGYAKORLATOK					SZERGYAKORLAT	
			DB	W	R (AS)	DB	W	R			DA	KÖTELEZŐ fundamentál
FELNŐTT	2024: -2008	BUZOGÁNY VÁLASZTOTT SZER				9^ DB max 0.50 min 1J, 1B, 1R max 1 C-DB	min 1	max 3	min 1 - max 15	1-1-1-1	D: 10.00	
JUNIOR	2024: 2009-2010	LABDA BUZOGÁNY				7^ DB max 0.50 min 1J, 1B, 1R C-DB nem engedélyezett	min 1	max 3*	min 1 - max 12	1-1-1-1	D: 8.00	Labda: 2 DB nem domináns kéz
												*amiből max 1 eR** ** eR: egyszerűsített rizikó, egy fordulat a dobás alatt + második fordulatnál egyéb testrésszel vagy látótéren kívül elkapott szer esetén érvényes értéke 0.30
SERDÜLŐ	2024: 2011-2012	SZABAD LABDA	7+1 DB max 0.50 min 1J, 1B, 1R ND-DB min 1 C-DB nem engedélyezett	min 2	max 4 AS max 0.40	7^ DB max 0.50 min 1J, 1B, 1R C-DB nem engedélyezett	min 1	max 2*	min 1 - max 10	1-1-1-1	SZABAD GYAKORLAT D: 5.00 SZERGYAKORLAT D: 6.00	Labda: 2 DB nem domináns kéz
												*amiből max 1 eR** ** eR: egyszerűsített rizikó, egy fordulat a dobás alatt + második fordulatnál egyéb testrésszel vagy látótéren kívül elkapott szer esetén érvényes értéke 0.30
GYERMEK	2024: 2013-2014	SZABAD	7+1 DB max 0.50 min 1J, 1B, 1R ND-DB min 1 C-DB nem engedélyezett	min 1	max 4 AS max 0.30						SZABAD GYAKORLAT D: 5.00	

MRGSZ VSK III. hivatalos versenyekre vonatkozó technikai követelmények 2024 (EGYÉNI VERSENYEK)



TECHNIKAI ÖSSZETEVŐK												
	Születési év	Kötelező kézszer	sg 1D (DB1-DB2)						sg 2D (DA1-DA2)		D pont megengedett maximuma	MEGJEGYZÉS
			SZABAD GYAKORLATOK			SZERGYAKORLATOK			SZERGYAKORLAT			
			DB	W	R (AS)	DB	W	R	DA	KÖTELEZŐ fundamentál		
JUNIOR	2024: 2009-2010	KARIKA LABDA				7 [^] DB max 0.40 min 1J, 1B, 1R C-DB nem engedélyezett	min 1	max 3*	min 1 - max 10	1-1-1-1	D: 7.00	Labda: 2 DB nem domináns kéz *amiből max 1 eR** ** eR: egyszerűsített rizikó, egy fordulat a dobás alatt + második fordulatnál egyéb testrésszel vagy látótéren kívül elkaptott szer esetén érvényes értéke 0.30
SERDÜLŐ	2024: 2011-2012	SZABAD KARIKA	7+1 DB max 0.40 min 1J, 1B, 1R ND-DB min 1 C-DB nem engedélyezett	min 1	max 4 AS max 0.30	7 [^] DB max 0.40 min 1J, 1B, 1R C-DB nem engedélyezett	min 1	max 2*	min 1 - max 8	1-1-1-1	SZABAD GYAKORLAT D: 4.00 SZERGYAKORLAT D: 5.00	*ami lehet eR** is ** eR: egyszerűsített rizikó, egy fordulat a dobás alatt + második fordulatnál egyéb testrésszel vagy látótéren kívül elkaptott szer esetén érvényes értéke 0.30

MRGSZ SZK hivatalos versenyekre vonatkozó technikai követelmények 2024 (EGYÉNI VERSENYEK)



TECHNIKAI ÖSSZETEVŐK												
	Születési év	Kötelező kézszer	SZABAD GYAKORLATOK			SZERGYAKORLATOK					D pont megengedett maximuma	MEGJEGYZÉS
			sg 1D (DB1-DB2)			sg 1D (DB1-DB2)			sg 2D (DA1-DA2)			
			DB	W	R (AS)	DB	W	R	DA	KÖTELEZŐ fundamentál		
FELNŐTT	2024: -2008	LABDA VÁLASZTOTT SZER				7^ DB max 0.30 min 1J, 1B, 1R C-DB nem engedélyezett	min 1	max 3*	min 1 - max 12	1-1	D: 7.00	*ami lehet eR** is ** eR: egyszerűsített rizikó, egy fordulat a dobás alatt + második fordulatnál egyéb testrésszel vagy látótéren kívül elkapott szer esetén érvényes értéke 0.30
JUNIOR	2024: 2009-2010	KARIKA LABDA				7^ DB max 0.30 min 1J, 1B, 1R C-DB nem engedélyezett	min 1	max 3*	min 1 - max 10	1-1	D: 6.00	Labda: 2 DB nem domináns kéz *ami lehet eR** is ** eR: egyszerűsített rizikó, egy fordulat a dobás alatt + második fordulatnál egyéb testrésszel vagy látótéren kívül elkapott szer esetén érvényes értéke 0.30
SERDÜLŐ	2024: 2011-2012	SZABAD KARIKA	min 3 - max 7 DB max 0.30 min 1J, 1B, 1R ND-DB min 1 C-DB nem engedélyezett	min 1	max 4 AS max 0.30	7^ DB max 0.30 min 1J, 1B, 1R C-DB nem engedélyezett	min 1	max 2*	min 1 - max 8	1-1	SZABAD GYAKORLAT D: 3.50 SZERGYAKORLAT D: 5.00	*ami lehet eR** is ** eR: egyszerűsített rizikó, egy fordulat a dobás alatt + második fordulatnál egyéb testrésszel vagy látótéren kívül elkapott szer esetén érvényes értéke 0.30
GYERMEK	2024: 2013-2014	SZABAD	min 3- max 7 DB max 0.30 min 1J, 1B, 1R C-DB nem engedélyezett	min 1	max 4 AS max 0.30						D: 3.00	

EGYÜTTES KÉZISZERCSAPAT GYAKORLATOK (CSOPORTOS ÉS CSAPAT)

- 1. BNK hivatalos versenyeire vonatkozó technikai követelmények**
- 2. EKCS 1 hivatalos versenyeire vonatkozó technikai követelmények**
- 3. EKCS 2 hivatalos versenyeire vonatkozó technikai követelmények**
- 4. SZK versenyeire vonatkozó technikai követelmények**

MRGSZ besorolás nélküli (BNK) hivatalos versenyekre vonatkozó technikai követelmények 2024 (CSOPORTOS ÉS CSAPATVERSENYEK)



TECHNIKAI ÖSSZETEVŐK								
	Kötelező kézszerék	sg 1D (DB1-DB2)			sg 2D (DA1-DA2)			D pont megengedett maximuma
			DB/DE	W	R	DC	KÖTELEZŐ fundamental	
KISGYERMEK	CSOPORT (2-3 fő) szabad Zene időtartama: 1'30-2'00 CSAPAT (5 fő) szabad	2024: 2015-2016	6 DB DB max 0.40 min 1J, 1B, 1R	min 1	max 1 AS max 0.30 (rizikó kizárólag egy irányba és egy időben hajtható végre)	min 3 - max 8 különböző CR (kritérium és/vagy fordulat eltérő) értéke max 0.40; min 1 CL; max 3 széria (minden preakrobatikai és vertikális csoportból 1 használható)		D: 6.00

MRGSZ EKCS 1 hivatalos versenyeire vonatkozó technikai követelmények 2024 (CSAPATVERSENYEK)



TECHNIKAI ÖSSZETEVŐK								
	Kötelező kézszer	Születési év	sg 1D (DB1-DB2)			sg 2D (DA1-DA2)		D pont megengedett maximuma
			EGYÜTTES KÉZISZER GYAKORLATOK					
			DB/ DE	W	R	DC	Speciális fundamental	
FELNŐTT	3 LABDA/2 KARIKA	2024: -2008	min 4 DB min 4 DE + 1 választott (max. 9)	min 2	max 1	min 9- max 14	2-2	FIG
JUNIOR	5 PÁR BUZOGÁNY	2024: 2009-2010	3 DB 3 DE	min 2	max 1	min 6 - max 10	2-2	FIG
SERDÜLŐ	5 LABDA	2024: 2011-2012	3 DB DB max 0.60 min 1J, 1B, 1R J11 3 DE DE max 0.80	min 1	max 1	min 6 - max 10 min 1 CC, min 1 CR, min 1 vagy C-DC max 1	1-1	D: 9.00
GYERMEK	5 KARIKA	2024: 2013-2014	4 DB DB max 0.50 min 1J, 1B, 1R 2 DE DE max 0.60	min 1	max 1	min 3 - max 8 min 1 CC, min 1 CR, min 1 vagy C-DC max 1	1-1	D: 7.00

MRGSZ EKCS 2 hivatalos versenyeire vonatkozó technikai követelmények 2024 (CSOPORTOS ÉS CSAPATVERSENYEK)



		TECHNIKAI ÖSSZETEVŐK						D pont megengedett maximuma	
	Kötelező kézszerkek	Születési év	sg 1D (DB1-DB2)			sg 2D (DA1-DA2)			
			2-3 fős CSOPORT / EKCS						
			DB/DE	W	R (AS)	DC	KÖTELEZŐ fundamental		
FELNŐTT	CSOPORT (2-3 fő) buzogány CSAPAT (5 fő) buzogány Zene időtartama: 1'30-2'00	2024: -2008	3 DB DB max 0.30 min 1 J, 1B, 1R 3 DE DE max 0.60	min 1	max 1	min 6 - max 10 min 1 CC, min 1 CR, min 1 c [↗] vagy c [↘] max 1 C-CR	1	D: 7.00	
JUNIOR	CSOPORT (2-3 fő) labda CSAPAT (5 fő) labda Zene időtartama: 1'30-2'00	2024: 2009-2010	4 DB DB max 0.30 min 1 J, 1B, 1R 2 DE DE max 0.50	min 1	max 1	min 3 - max 8 min 1 CC, min 1 CR, min 1 c [↗] vagy c [↘] max 1 C-CR	1	D: 6.00	
SERDÜLŐ	CSOPORT (2-3 fő) karika CSAPAT (5 fő) karika Zene időtartama: 1'30-2'00	2024: 2011-2012	4 DB DB max 0.30 min 1 J, 1B, 1R 2 DE DE max 0.40	min 1	max 1	min 3 - max 8 min 1 CC, min 1 CR, min 1 c [↗] vagy c [↘] max 1 C-CR	1	D: 5.00	
GYERMEK	CSOPORT (2-3 fő) szabad CSAPAT (5 fő) szabad Zene időtartama: 1'30-2'00	2024: 2013-2014	4 DB DB max 0.30 min 1 J, 1B, 1R	min 1	max 1 AS értéke 0.30	min 3 - max 6 különböző CR (kritérium és/vagy fordulat eltérő) értéke max 0.30; max 1 széria (minden preakrobatikai és vertikális csoportból 1 használható)		D: 4.00	

MRGSZ SZK hivatalos versenyekre vonatkozó technikai követelmények 2024 (CSOPORTOS ÉS CSAPATVERSENYEK)



		TECHNIKAI ÖSSZETEVŐK						
	Kötelező kézszeretek	Születési év	sg 1D (DB1-DB2)			sg 2D (DA1-DA2)		D pont megengedett maximuma
			csoport/csapat			csoport/csapat		
			DB/DE	W	R (AS)	DC	KÖTELEZŐ fundamentál	
FELNŐTT	CSOPORT (2-3 fő) buzogány CSAPAT (5 fő) buzogány Zene időtartama: 1'30-2'00	2024: -2008	3 DB DB max 0.30 min 1 J, 1B, 1R 3 DE DE max 0.60	min 1	max 1	min 6 - max 10 min 1 CC, min 1 CR, min 1 c [↗] vagy c [↘] max 1 C-CR	1	D. 7.00
JUNIOR	CSOPORT (2-3 fő) labda CSAPAT (5 fő) labda Zene időtartama: 1'30-2'00	2024: 2009-2010	4 DB DB max 0.30 min 1 J, 1B, 1R 2 DE DE max 0.50	min 1	max 1	min 3 - max 8 min 1 CC, min 1 CR, min 1 c [↗] vagy c [↘] max 1 C-CR	1	D: 6.00
SERDÜLŐ	CSOPORT (2-3 fő) karika CSAPAT (5 fő) karika Zene időtartama: 1'30-2'00	2024: 2011-2012	4 DB DB max 0.30 min 1 J, 1B, 1R 2 DE DE max 0.40	min 1	max 1	min 3 - max 8 min 1 CC, min 1 CR, min 1 c [↗] vagy c [↘] max 1 C-CR	1	D: 5.00
GYERMEK	CSOPORT (2-3 fő) szabad CSAPAT (5 fő) szabad Zene időtartama: 1'30-2'00	2024: 2013-2014	4 DB DB max 0.30 min 1 J, 1B, 1R	min 1	max 1 AS értéke 0.30	min 3 - max 6 különböző CR (kritérium és/vagy fordulat eltérő) értéke max 0.30; max 1 széria (minden preakrobatikai és vertikális csoportból 1 használható)		D: 4.00