

MEZINÁRODNÍ GYMNASTICKÁ FEDERACE

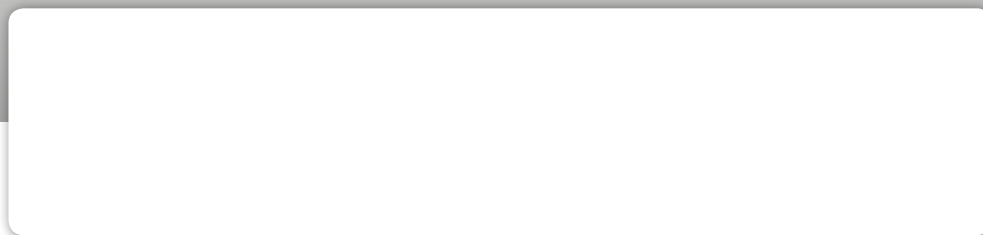


MEZINÁRODNÍ PRAVIDLA
2017 - 2020

MODERNÍ GYMNASTIKA



ČESKÝ SVAZ MODERNÍ GYMNASTIKY



aktualizovaná verze - únor 2018

Schválená pravidla Výkonným výborem FIG • Anglická verze je oficiálním textem

VŠEOBECNÁ USTANOVENÍ

1.	Soutěže a soutěžní program	3
2.	Sbor rozhodčích	5
3.	Závodní plocha (cvičení jednotlivkyň a společných skladeb)	8
4.	Náčiní area (cvičení jednotlivkyň a společných skladeb)	8
5.	Úbor gymnastek (jednotlivkyň a společné skladby)	10
6.	Chování	11
7.	Srážky udílené časomírou, pomezní a koordinační rozhodčí pro cvičení jednotlivkyň a společných skladeb	12

CVIČENÍ JEDNOTLIVKYŇ – OBTÍŽNOST (D)

1.	Přehled	13
2.	Prvky Obtížnosti (BD)	14
3.	Fundamentální a vedlejší technické skupiny s náčiním	16
4.	Série tanečních kroků (S)	23
5.	Dynamické prvky s Rotací (R)	24
6.	Obtížnost s náčiním (AD)	27
7.	Známka za Obtížnost (D)	29
8.	Skoky	30
9.	Rovnováhy	34
10.	Rotace	38

CVIČENÍ JEDNOTLIVKYŇ - PROVEDENÍ (E)

1.	Hodnocení Rozhodčí Provedení	42
2.	Známka za Provedení (E)	42
3.	E- Panel	42
4.	Komponenty Artistiky	43
5.	Chyby Artistiky	46
6.	Technické chyby	48

SPOLEČNÉ SKLADBY – VŠEOBECNÁ USTANOVENÍ

1.	Počet gymnastek	52
2.	Nástup společné skladby	52

SPOLEČNÉ SKLADBY – OBTÍŽNOST (D)

1.	Přehled	52
2.	Prvky obtížnosti Bez výměny a s Výměnou	53
3.	Fundamentální a vedlejší technické skupiny práce s náčiním	56
4.	Série tanečních kroků	56
5.	Dynamické prvky s rotací	57
6.	Kolaborace (C)	58
7.	Známka za Obtížnost (D)	60

SPOLEČNÉ SKLADBY – PROVEDENÍ (E)

1.	Hodnocení Rozhodčí Provedení	61
2.	Známka za Provedení (E)	61
3.	Hodnocení Rozhodčí Provedení (E)	61
4.	Komponenty Artistiky	62
5.	Chyby Artistiky	64
6.	Technické chyby	66

DODATEK

1.	Technická směrnice	68
2.	Soutěžní program: seniorky, juniorky	72
3.	Technický program – juniorky jednotlivkyň	73
4.	Technický program – Společné skladby juniorek	74

1. SOUTĚŽE A SOUTĚŽNÍ PROGRAM

1.1. OFICIÁLNÍ MISTROVSTVÍ V MODERNÍ GYMNASTICE A SOUTĚŽNÍ PROGRAM

V programu soutěží moderní gymnastiky existují dva závody: Soutěž jednotlivkyň a soutěž společných skladeb.

Soutěže jednotlivkyň:

- | | |
|--|-----------|
| • Kvalifikace jednotlivkyň a Soutěž družstev | Závod I |
| • Víceboj jednotlivkyň – 4 náčiní (čtyřboj) | Závod II |
| • Finále s náčiním – 4 náčiní | Závod III |

Soutěže společných skladeb:

- | | |
|--|-----------|
| • Víceboj společných skladeb – 2 skladby (5 náčiní / 3+2 náčiní) | Závod I |
| • Finále společných skladeb (5 náčiní / 3+2 náčiní) | Závod III |

Program náčiní dle FIG pro daný rok určuje náčiní, se kterými se bude daný rok cvičit závodní program (viz Dodatek).

Další informace týkající se oficiálních soutěží FIG najdete v Technické směrnici (Sekce 1 a Sekce 3).

1.2. SOUTĚŽNÍ PROGRAM JEDNOTLIVKYŇ

- 1.2.1. Program jednotlivkyň seniorek a juniorek se obvykle skládá ze 4 sestav (viz FIG program náčiní pro juniorky a seniorky).

- Švihadlo (kromě Seniorek jednotlivkyň)
- Obruč
- Míč
- Kužele
- Stuha

- 1.2.2. Délka každé sestavy je od 1'15" to 1'30."

1.3. SOUTĚŽNÍ PROGRAM SPOLEČNÝCH SKLADEB

- 1.3.1. Program víceboje společných skladeb seniorek (viz FIG Program náčiní pro společné skladby seniorek v Dodatku) se skládá ze 2 sestav:

- Skladba s jedním typem náčiní (5)
- Skladba se 2 typy náčiní (3+2)

- 1.3.2. Program společných skladeb juniorek se obvykle skládá ze 2 sestav: každá skladba je provedena s jedním typem náčiní (viz FIG Program náčiní pro společné skladby juniorek v Dodatku).

- 1.3.3. Délka každé sestavy společných skladeb seniorek a juniorek je od 2'15" do 2'30."

1.4. ČASOMÍRA

Časomíra bude spuštěna s prvním pohybem gymnastky / nebo prvním pohybem gymnastky ve společné skladbě (je tolerován krátký hudební úvod bez pohybu v maximální délce 4 vteřin) a bude zastavena, jakmile gymnastka / nebo poslední gymnastka ve společné skladbě je zcela bez pohybu.

» **Srážka udělovaná rozhodčím časomíry: 0,05 b.** za každou chybějící sekundu, nebo sekundu navíc

» **Srážka udělovaná rozhodčí Artistiky: 0,30 b.** za hudební úvod delší než 4 vteřiny

1.5. HUDBA

1.5.1. Hudební doprovod může mít na začátku zvukový signál.

1.5.2. Všechny sestavy musí být celé předvedeny s hudebním doprovodem. Nicméně, velmi krátká a úmyslná přerušení hudby, která jsou součástí kompozice, mohou být tolerována.

1.5.3. Hudba musí být jednotná. (modifikace již existujícího hudebního aranžmá jsou povoleny. Hudba nesmí být nesouvislou směsicí různých hudebních útržků.

1.5.4. Hudba netypická pro moderní gymnastiku je zcela zakázána (např. sirény, zvuky motorů, atd.)

» **Srážka udělovaná koordinační rozhodčí: 0,50 b.** za hudbu neodpovídající pravidlům.

1.5.5. Hudba smí být interpretována jedním nebo několika nástroji, nebo hudebníky, včetně hlasu, který je použit jako nástroj. Všechny nástroje jsou povoleny za předpokladu, že vyjadřují hudbu s charakteristikami nezbytnými pro doprovod sestavy MG: hudební doprovod má jasnou a řádně definovanou strukturu.

1.5.6. Hudební doprovod, který obsahuje zpívaný text, může doprovázet 1 společnou skladbu a 2 sestavy jednotlivkyň s respektem k etice MG.

Každá národní federace musí sestavu(y), kde je použit hudební doprovod s hudbou a slovy zaznamenat na FORMULÁŘ HUDEBNÍHO DOPROVODU, který je předkládán v rámci všech registrací prováděných skrze FIG online systém. Všechny formuláře budou zkontrolovány Technickým delegátem(y).

» **Srážka udělovaná Koordinační rozhodčí (D1): 1,00 b.** za každou sestavu se zpívaným hudebním doprovodem nad limit

1.5.7. Gymnastka / společná skladba může opakovat sestavu pouze v případě „force major“, tedy zásahu vyšší moci, která je způsobena pořadatelskou zemí a povolena Vyším sborem rozhodčích (Superior Jury) (příklad: přerušení elektrického proudu, chyba zvukové aparatury, atd.).

1.5.7.1. V případě, že je spuštěna nesprávná hudba, je zodpovědností gymnastky / společné skladby okamžitě sestavu přerušit; gymnastka / společná skladba opustí závodní plochu a opětovně nastoupí a zahájí sestavu se správným hudebním doprovodem, až bude vyzvána.

1.5.7.2. Protest podaný po skončení sestavy nebude uznán.

1.5.8. Hudba pro každou sestavu musí být nahrána jednotlivě, na vysoce kvalitním CD, nebo bude nahrána na Internet podle Direktiv a Pracovního plánu oficiálních mistrovství a FIG soutěží. Pokud organizační výbor vyžaduje upload hudebního doprovodu, participující země mají stále právo použít pro závod hudební doprovod na CD.

Na každém CD s hudebním doprovodem musí být zapsáno následující:

- Jméno gymnastky
- Země (zkratka názvu země – 3 velká písmena, která používá FIG k označení daného státu)
- Symbol náčíní
- Jméno(a) skladatele(ů) a název hudebního doprovodu
- Délka hudby
- Symbol náčíní
- Jméno(a) skladatele(ů) a název hudebního doprovodu
- Délka hudby

2. SBOR ROZHODČÍCH

2.1. SLOŽENÍ SBORU ROZHODČÍCH – Oficiální mistrovství a další soutěže

2.1.1. VYŠŠÍ SBOR ROZHODČÍCH (SUPERIOR JURY)

(viz Technická směrnice Sekce 1 a Sekce 3)

2.1.2. SLOŽENÍ SBORU ROZHODČÍCH pro SOUTĚŽE JEDNOTLIVKYŇ A SPOLEČNÝCH SKLADEB

Pro oficiální soutěže FIG, Mistrovství světa a Olympijské hry se každý sbor rozhodčích (soutěže jednotlivkyň a společných skladeb) skládá ze 2 skupin rozhodčích: rozhodčí:

Panel D (Obtížnost) a Panel E (Provedení).

Rozhodčí Obtížnosti a Provedení jsou losovány a jmenovány Technickou komisí FIG v souladu s platnou Technickou směrnicí a Pravidly pro rozhodčí.

Referenční rozhodčí pro oficiální mistrovství FIG: Provedení (technické chyby): 2 rozhodčí sedí odděleně a nezávisle na sobě ohodnotí technické chyby a udělí srážky.

2.1.2.1. Složení panelů rozhodčích

Rozhodčí Panelu Obtížnost (D) pro jednotlivkyňe a společné skladby:

4 rozhodčí rozdělené do 2 podskupin

- 1. podskupina Obtížnosti (D) – 2 rozhodčí (D1 a D2)
- 2. podskupina Obtížnosti (D) – 2 rozhodčí (D3 a D4)

Rozhodčí Panelu Provedení (E) pro jednotlivkyňe a společné skladby:

6 rozhodčích rozdělených na 2 podskupiny

- 1 podskupina Provedení (E) – 2 rozhodčí (E1, E2): hodnotí chyby Artistiky
- 1 podskupina Provedení (E) – 4 rozhodčí (E3, E4, E5, E6): hodnotí technické chyby

Modifikace Panelů rozhodčích jsou povoleny pro další mezinárodní soutěže a národní soutěže (4 rozhodčí Obtížnosti a 4 rozhodčí Provedení).

2.1.2.2. Funkce Panelu D

a.) První podskupina rozhodčích Panelu D (D1 a D2) zaznamená obsah sestavy v symbolech:

- Pro sestavy jednotlivkyň: ohodnotí počet a technickou hodnotu prvků obtížnosti (BD – Body Difficulty) a počet a hodnotu sérií tanečních kroků (S).
- Pro společné skladby: ohodnotí počet a technickou hodnotu prvků obtížnosti (BD – Body Difficulty), Obtížnosti Výměny (ED), počet a hodnotu Sérií tanečních kroků (S).

Rozhodčí D1 a D2 ohodnotí sestavu nezávisle na sobě a poté společně určí dílčí známku D. (jedna společná známka). Poté rozhodčí D1 a D2 zadají dílčí známku D do počítače.

b.) Druhá podskupina rozhodčích Panelu D (D3 a D4) zaznamená obsah sestavy v symbolech:

- Pro sestavy jednotlivkyň: ohodnotí počet a technickou hodnotu Dynamických prvků s rotací (R) a počet a technickou hodnotu Obtížnosti s náčiním (AD – Apparatus Difficulty)
- Pro společné skladby: ohodnotí počet a technickou hodnotu Dynamických prvků s rotací (R) a počet a technickou hodnotu Kolaborací (C).

Rozhodčí D3 a D4 ohodnotí sestavu nezávisle na sobě a poté společně určí dílčí známku D. (jedna společná známka). Poté rozhodčí D3 a D4 zadají dílčí známku D do počítače.

Krátká diskuse v podskupinách je povolena, pokud je zapotřebí; v případě, že se rozhodčí nemohou mezi sebou dohodnout, musí být k poradě přivolán Technický delegát/Supervisor.

c.) Celková známka D bude součtem 2 dílčích známek D.

d.) Rozhodčí D1 Panelu Obtížnosti je Koordinační rozhodčí.

Tato rozhodčí uděluje srážky za opuštění závodní plochy, časomíru a další srážky uvedené v tabulce srážek udělovaných Koordinační rozhodčí.

Vyšší sbor rozhodčích (Superior Jury) musí potvrdit srážky udělené Koordinační rozhodčí.

Funkce rozhodčích Panelu D po závodě (pro jednotlivkyně a společné skladby):

- Pokud je třeba – doložit záznam o rozhodování sestavy v symbolech Vyššímu sboru rozhodčích (Superior Jury) na konci závodu.
- Na požádání Prezidenta Vyššího sboru rozhodčích (Superior Jury), poskytnout kompletní seznam dvojznačností a sporných rozhodnutí spolu se startovním číslem, jménem gymnastky, státem a náčiním.

2.1.2.3. Funkce Panelu E (pro jednotlivkyně a společné skladby):

Rozhodčí Panelu E musí ohodnotit chyby a správně udělit odpovídající srážky.

a.) První podskupina (E) - 2 rozhodčí (E1, E2)

nezávisle ohodnotí komponenty Artistiky a poté společně stanoví srážky za Artistiku (jedna společná známka). Diskuze v podskupinách je povolena, pokud je zapotřebí; v případě, že se rozhodčí nemožou mezi sebou dohodnout, musí být k poradě přivolán Technický delegát/Supervisor.

b.) Druhá podskupina (E) – 4 rozhodčích (E3, E4, E5, E6)

ohodnotí technické chyby odečtením srážek, určí celkovou srážku samostatně a bez konzultace s ostatními rozhodčími. (Průměr 2 středních známek).

c.) Srážky za Artistiku a Technické chyby

jsou zaznamenány zvlášť pro udělení celkové známky za Provedení. Srážky ve známce E za provedení jsou součtem dvou dílčích srážek ve známce E.

d.) Celková známka za provedení E:

Součet srážek za chyby Artistiky a Technické chyby je odečten od 10.00 bodů.

2.1.3. FUNKCE rozhodčích ČASOMÍRY, POMEZNÍCH ROZHODČÍCH a SEKRETÁŘŮ (pro cvičení jednotlivkyň a společných skladeb)

Rozhodčí Časomíry a Pomezni rozhodčí jsou losováni z brevetovaných rozhodčích; jejich funkce musí být zaznamenána v jejich brevetové knížce:

Časomíra (1 nebo 2) je povinna:

- Kontrolovat čas trvání sestavy (viz 1.2., 1.3.)
- Podepsat a předložit správný písemný záznam s jakýmkoli porušením nebo srážkami a předat toto Koordinační rozhodčí (D1)
- Kontrolovat porušení pravidel časomíry a zaznamenat přesný čas přes časový limit, nebo před časovým limitem pokud se toto nezaznamenává do počítače.

Pomezni rozhodčí (2) jsou povinny:

- Určit překročení hranic závodní plochy náčiním nebo jednou či dvěma nohama, nebo jinou částí těla, nebo jakýmkoli náčiním (viz 3 a 4)
- Zvednout vlajku v případě, že náčiní či tělo překročí závodní plochu
- Zvednout vlajku pokud gymnastka jednotlivkyně nebo gymnastka společné skladby změní závodní plochu, nebo ukončí sestavu mimo závodní plochu, nebo opustí závodní plochu během sestavy
- Podepíše a předloží písemný záznam a předá ho Koordinační rozhodčí (D1)

Pomezni rozhodčí musí sedět v opačných rozích a jsou zodpovědné za 2 hranice závodní plochy a roh po jejich pravé ruce.

Funkce sekretářů

Sekretáři musí znát Pravidla a práci s počítačem, jsou obvykle jmenováni Organizačním výborem. Pod dohledem Presidenta Superior Jury jsou zodpovědní za přesnost všech záznamů do počítače; dodržování správného pořadí týmů a gymnastek; obsluha červených a zelených světél; opravit blikání Celkové známky.

- 2.1.4. Jakékoli další informace týkající se rozhodčích, jejich strukturu nebo funkce, viz Technická směrnice, Sekce 1, Reg. 7 a Pravidla rozhodčích.

2.2. VÝPOČET VÝSLEDNÉ ZNÁMKY

Pravidla pro výpočet výsledné známky jsou identické pro všechny fáze soutěže (Kvalifikace jednotlivkyň se soutěží týmů, víceboj, finále s náčiním, víceboj společných skladeb, finále společných skladeb)

VÝSLEDNÁ ZNÁMKA = součet známky D a známky E				
D (bez omezení výše) + E (max. 10 b.) - Penalizace (srážky časomíry, pomezní a koordinační rozhodčí)				
rozhodčí:	D - obtížnost		E - provedení	
podskupina:	D1 a D2	D3 a D4	E1, E2	E3, E4, E5, E6
CVIČENÍ JEDNOTLIVCŮ	BD, S,	R, AD	Artistika	Technické chyby
SPOLEČNÉ SKLADBY	BD, ED, S	R, C		
způsob hodnocení:	ohodnotí nezávisle, udělí společnou známku	ohodnotí nezávisle, udělí společnou známku	ohodnotí nezávisle, udělí společnou srážku	ohodnotí nezávisle, udělí dílčí srážky
poznámka:	• Skupiny rozhodčích Obtížnosti a Artistiky udělejí společnou známku (srážku) po vzájemné poradě. • Rozhodčí pro Technické chyby) udělují srážky nezávisle a výsledná srážka je průměrem středových hodnot.			

Výpočet výsledné známky pro juniorky (jednotlivkyně a společné skladby): viz Dodatek

2.3. DOTAZY KE ZNÁMKÁM

(viz Technická směrnice, Sekce 1)

2.4. MEZINÁRODNÍ TURNAJE

- 2.4.1. Každému panelu rozhodčích bude asistovat Koordinační rozhodčí (viz 2.1.2.2.)
- 2.4.2. Turnaj s 50 % nebo více rozhodčích z pořadající země se nebude započítávat do hodnocení rozhodčích.
- 2.4.3. Složení sboru rozhodčích: 4 rozhodčí Obtížnosti (D) a minimálně 4 rozhodčí Provedení (E)

2.5. ŠKOLENÍ ROZHODČÍCH

- Před každým oficiálním mistrovstvím FIG zorganizuje Technická komise FIG schůzi. Kde bude přítomné rozhodčí informovat o organizaci rozhodování.
- Před každým turnajem či mistrovstvím uspořádá organizační výbor podobnou schůzi.
- Všechny rozhodčí se musí zúčastnit školení rozhodčích, být přítomny během celého trvání závodu a vyhlášení výsledků na konci závodu.

Jakékoli další informace a podrobnosti týkající se rozhodčích a rozhodování soutěží - viz Technická směrnice, Sekce 1, Reg. 7, Sekce 3, Všeobecná pravidla pro rozhodčí a Specifická pravidla pro rozhodčí).

3. ZÁVODNÍ PLOCHA (sestavy jednotlivkyň a společných skladeb)

3.1. Závodní plocha 13x13 m (vnější linie) je povinná.

Pracovní plocha musí být v souladu se standardy FIG (viz Technická směrnice Sekce 1)

3.2. Dotknutí se země za hranicemi závodní plochy

Jakoukoli částí těla nebo náčiní, nebo jakékoli náčiní, které opustí závodní plochu a samo se vrátí, bude penalizováno.

- **Srážka udělená Pomezní rozhodčí: 0,30 b.** pokaždé, když gymnastka, nebo gymnastka ve společné skladbě, nebo náčiní překročí závodní plochu. (dva spojené kužele, které se dotknou země za hranicemi závodní plochy ve stejném okamžiku, budou penalizovány jako jeden dotyk jedním náčiním)
- **Srážka NENÍ udělena:**
 - Pokud náčiní opustí závodní plochu po skončení sestavy a po skončení hudby.
 - Pokud je náčiní ztraceno na konci posledního pohybu sestavy.
 - Pokud náčiní překročí hranice závodní plochy aniž by se dotklo země.
 - Pokud se náčiní a/nebo gymnastka dotkne čáry hranice závodní plochy.
 - Pokud je rozbité nebo nepoužitelné náčiní odstraňováno ze závodní plochy.

SIGNALIZACE POMEZNÍ ROZHODČÍ			
každé překročení závodní gymnastou nebo náčiním plochy signalizuje příslušnou vlajkou			
	bílá vlajka: překročení náčiním		červená vlajka: překročení gymnastkou

3.3. Každá sestava musí být celá provedena na oficiální závodní ploše:

- Pokud gymnastka ukončí svoji sestavu mimo závodní plochu, bude udělena srážka dle #3.2.
- Jakýkoli prvek obtížnosti provedený mimo závodní plochu (během nebo na konci sestavy) nebude hodnocen.
- Pokud je prvek obtížnosti započat na závodní ploše a dokončen mimo závodní plochu, obtížnost hodnocena bude.

4. NÁČINÍ

(jednotlivkyň a společné skladby)

4.1. NORMY – KONTROLA

- 4.1.1. Každé náčiní použité gymnastkou, nebo gymnastkou ve společné skladbě musí mít logo výrobce a „schvalovací logo FIG“ na specifickém místě na každém náčiní (švihadlo, obruč, míč, kužele, stuha).
- 4.1.2. Normy pro náčiní jsou stanoveny v Reglementu FIG „Normy pro náčiní“.
- 4.1.3. Veškeré náčiní pro společné skladby musí být identické (váha, rozměry a tvar); pouze barva náčiní se může lišit.
- 4.1.4. Na žádost Superior Jury může být každé náčiní bude zkontrolováno před vstupem gymnastky do závodní haly. Další kontrola může být provedena na konci sestavy.
- 4.1.4. Za jakékoli užití nevyhovujícího náčiní:

» **Srážka udělována Koordinační rozhodčí: 0,50 b.**

4.2. UMÍSTĚNÍ NÁČINÍ OKOLO ZÁVODNÍ PLOCHY – NÁHRADNÍ NÁČINÍ

- 4.2.1. Náhradní náčiní umístěné kolem závodní plochy je povoleno (dle programu náčiní pro jednotlivkyně a společné skladby pro daný rok).
- 4.2.2. Organizační výbor musí umístit sadu náhradního náčiní (kompletní sada náčiní pro jednotlivkyně a společné skladby pro danou soutěž) podél 2 ze 4 stran závodní plochy (kromě místa, kde gymnastky vstupují a opouštějí závodní plochu), tak, aby je každá gymnastka mohla použít. Délka náhradního švihadla musí být minimálně 2 metry. 4.2.3. Gymnastka může použít pouze náhradní náčiní, které bylo umístěno před začátkem sestavy.
- » **Srážka udělení KOORDINAČNÍ rozhodčí: 0,50 b.** za použití náčiní, které nebylo umístěno před sestavou.
- 4.2.4. Gymnastka může použít veškeré náhradní náčiní umístěné okolo závodní plochy při udělení odpovídajících srážek (např.: Organizační výbor umístí okolo náhradní plochy 2 míče dle obrázku výše: gymnastka může použít oba během jedné sestavy, pokud je třeba).
- 4.2.5. **Nepoužitelné náčiní** (např. uzly na stuze):
- 4.2.5.1. Pokud se gymnastka před zahájením sestavy rozhodne, že její náčiní je nepoužitelné (např.: uzly na stuzě), může použít náhradní náčiní.
- » **Srážka udělená KOORDINAČNÍ rozhodčí: 0,50 b.** za přílišné prodlevy v přípravě na sestavu, které zdržují závod.
- 4.2.5.2. Pokud se náčiní stane nepoužitelným během sestavy, je povoleno použití náhradního náčiní.
- 4.2.6. Pokud náčiní spadne a opustí závodní plochu, je použití náhradního náčiní povoleno, s příslušnými srážkami (viz. #3.2.).
- 4.2.7. Pokud náčiní spadne a opustí závodní plochu a je vráceno gymnastce trenérem nebo jiným členem delegace:
- » **Srážka udělená KOORDINAČNÍ rozhodčí: 0,50 b.** za nedovolený návrat (podání) náčiní
- 4.2.8. Pokud náčiní spadne, ale neopustí závodní plochu, není povoleno použití náhradní náčiní:
- » **Srážka udělená KOORDINAČNÍ rozhodčí: 0,50 b.** za nedovolené použití náhradního náčiní

4.3. ROZBITÉ NÁČINÍ NEBO NÁČINÍ ZACHYCENÉ NA STROPĚ

- 4.3.1. Pokud se náčiní rozbije během sestavy, nebo se zachytí na stropě, nebude gymnastce, nebo společné skladbě povoleno opakovat sestavu.
- 4.3.2. Avšak gymnastka nebo společná skladba nebude penalizována za rozbité náčiní, nebo náčiní zachycené na stropě, ale pouze za následky, které způsobí různé technické chyby.
- 4.3.3. V takovém případě může gymnastka nebo společná skladba:
- Přerušit sestavu
 - Odstranit rozbité náčiní ze závodní plochy (žádná srážka) a pokračovat v sestavě s náhradním náčiním
- 4.3.4. Žádná gymnastka nebo společná skladba NESMÍ pokračovat v sestavě s rozbitým náčiním.
- Pokud gymnastka nebo společná skladba přeruší sestavu, sestava nebude hodnocena.
 - Pokud gymnastka nebo společná skladba pokračuje v sestavě s rozbitým náčiním, sestava nebude hodnocena.
- 4.3.5. Pokud se náčiní rozbije na konci sestavy (poslední pohyb) a gymnastka, nebo společná skladba ukončí sestavu s rozbitým náčiním, nebo bez náčiní, srážky budou stejné jako pro "ztrátu náčiní (žádný kontakt) na konci sestavy:"
- » **Srážka je udělována ROZHODČÍ PROVEDENÍ (E): 1,00 b.**

5. ÚBOR GYMNASTEK (JEDNOTLIVKYNĚ A SPOLEČNÉ SKLADBY)

5.1. POŽADAVKY na GYMNASTICKÉ TRIKOTY

- Vhodný gymnastický trikot musí být z neprůhledného materiálu; tedy, trikoty, které mají některé části z krajky, musí být podšité (od trupu po hrudník).
- Přední a zadní výstřih trikotu nesmí být hlubší, než do poloviny hrudní kosti a maximálně do úrovně spodní části lopatek.
- Trikoty mohou být s rukávy, nebo bez rukávů, ale taneční trikoty s úzkými ramínky nejsou povoleny.
- Vykrojení trikotu nesmí přesáhnout ohyb v rozkroku (maximální vykrojení); spodní prádlo pod trikotem by nemělo být viditelné přes švy samotného trikotu.
- Trikot musí být přiléhavý, aby umožnil rozhodčím ohodnotit správnou polohu každé části těla; jsou povoleny ozdobné aplikace, pokud neohrožují bezpečnost gymnastky.
- Trikoty pro společnou skladbu musí být identické (stejný materiál, styl, střih a barva). I přesto, pokud je trikot z materiálu s určitým vzorem, budou tolerovány malé rozdíly, které mohou vzniknout střihem.

5.1.1. Je povoleno nosit:

- Dlouhé punčocháče ke kotníkům přes nebo pod trikot.
- Celotrikot, v případě, že je přiléhavý
- Délka a barva(y) látky zakrývající nohy musí být stejná na obou nohách (vzhled "harlekýn" je zakázán), pouze styl (střih a zdobení) smí být odlišné.
- Sukýnka přes trikot, punčocháče, nebo celotrikot, která nepřesahuje oblast boků.
- Styl sukýnky (střih a zdobení) je libovolný, ale sukýnka ve vzhledu baletní "tutu" je zakázána.
- Gymnastky mohou předvést sestavu bosy, nebo v gymnastických špičkách.
- Účes musí být úhledný a upravený a make-up lehký.

5.1.2. Šperky a všechny druhy piercing, které by mohly ohrozit bezpečnost gymnastky, nejsou povoleny

5.1.3. Každý trikot gymnastky, nebo gymnastek ve společné skladbě bude zkontrolován před vstupem do závodní haly. Pokud trikot gymnastky nebo společné skladby neodpovídá pravidlům, bude udělena srážka KOORDINAČNÍ rozhodčí:

- » **Srážka udělena KOORDINAČNÍ rozhodčí: 0,30 b.** za trikot jednotlivkyně nebo společné skladby neodpovídá pravidlům

5.1.4. Chybějící emblémy budou předmětem srážky KOORDINAČNÍ rozhodčí.

- » **Srážka je udělována KOORDINAČNÍ rozhodčí: 0,30 b.** za emblém nebo reklamu neodpovídající oficiálním normám

5.1.5. Obvazy, nebo jiné bandáže nemohou být barevné a musí mít béžovou barvu.

- » **Srážka udělena KOORDINAČNÍ rozhodčí : 0,30 b.** za nedodržení tohoto pravidla.

6. CHOVÁNÍ

6.1. CHOVÁNÍ GYMNASTEK

6.1.1. Gymnastky jednotlivkyňe nebo gymnastky společné skladby by měly být přítomné na závodní ploše pouze tehdy, pokud byly vyhlášeny mikrofonem, nebo Koordinační rozhodčí, nebo když svítí zelené světlo.

» **Srážka udělovaná KOORDINAČNÍ rozhodčí: 0,50 b.** za brzký (před ohlášením) nebo pozdní nástup gymnastky nebo společné skladby (30 vteřin poté, co byla gymnastka nebo společná skladba ohlášena)

6.1.2. Je zakázáno se rozcvičovat v závodní hale

» **Srážka udělovaná KOORDINAČNÍ rozhodčí: 0,50 b.** pokud toto pravidlo není dodrženo

6.1.3. Pokud gymnastka nastoupí s nesprávným náčiním dle startovního pořadí, bude sestava ohodnocena na konci sledu. Gymnastka bude penalizována.

» **Srážka udělovaná KOORDINAČNÍ rozhodčí: 0,50 b.** pokud toto pravidlo není dodrženo

6.1.4. Během společné skladby spolu gymnastky nesmí verbálně komunikovat.

» **Srážka udělovaná KOORDINAČNÍ rozhodčí: 0,50 b.** pokud toto pravidlo není dodrženo

6.1.5. Jednotlivkyňe i společné skladby musí na závodní plochu nastoupit rychle a bez hudebního doprovodu a ihned zaujmout počáteční pozici.

» **Srážka udělovaná Koordinační rozhodčí: 0,50 b.** pokud tento požadavek není dodržen

6.2. CHOVÁNÍ TRENÉRŮ

6.2.1. Během vlastní sestavy, nesmí trenér gymnastky, nebo společné skladby (nebo jakýkoli jiný člen delegace) jakýmkoli způsobem komunikovat s gymnastkou / gymnastkami, hudebníkem, nebo rozhodčími.

» **Srážka udělena KOORDINAČNÍ rozhodčí: 0,50 b.**

7.

SRÁŽKY UDÍLENÉ ČASOMÍROU, POMEZNÍ A KOORDINAČNÍ ROZHODČÍ PRO CVIČENÍ JEDNOTLIVKYŇ A SPOLEČNÝCH SKLADEB		
1	Každá vteřina navíc, či chybějící vteřina hudby v čase trvání sestavy	0,05
2	Hudba neodpovídající pravidlům	0,50
3	Za každou sestavu navíc se zpívaným textem	1,00
4	Každé překročení hranice závodní plochy náčiním nebo jednou či oběma nohama nebo částí těla, které se dotkne země za specifikovanou oblastí, nebo jakékoli náčiní, které opustí závodní plochu a samo se vrátí	0,30
5	Každé použití nepovoleného náčiní (cvičení jednotlivkyň i společných skladeb)	0,50
6	Použití náhradního náčiní, které nebylo předem položeno k závodní ploše	0,50
7	Prodleva v přípravě na sestavu, která způsobí prodlevu závodu	0,50
8	Nepovolený návrat náčiní	0,50
9	Nepovolené použití náhradního náčiní (původní náčiní stále na závodní ploše)	0,50
10	Trikoty jednotlivkyň nebo společné skladby neodpovídající pravidlům (1x za sestavu)	0,30
11	Emblém nebo reklama neodpovídající oficiálním normám	0,30
12	Bandáže nebo zdravotní pomůcky neodpovídající pravidlům	0,30
13	Brzký, nebo pozdní nástup gymnastky/gymnastek	0,50
14	Gymnastka(ky) se rozcvičují v závodní hale	0,50
15	Gymnastka ve společné skladbě verbálně komunikuje s ostatními během sestavy	0,50
16	Nástup společné skladby na závodní plochu neodpovídající pravidlům	0,50
17	Trenér komunikuje s gymnastkou(kami), hudebníkem, nebo rozhodčími během sestavy	0,50
18	Špatné náčiní dle startovního pořadí (srážka odečtena 1x od výsledné známky za sestavu, která byla předvedena ve špatném startovním pořadí)	0,50
19	Gymnastka opustí společnou skladbu během sestavy	0,30
20	„Užití nové gymnastky“, pokud gymnastka společné skladby opustí společnou skladbu z povoleného důvodu	0,50

1. PŘEHLED

- 1.1. Gymnastka musí zařazovat pouze prvky, které může předvést bezpečně a na vysokém stupni estetické a technické dovednosti.
- 1.2. Prvek, který nebude Rozhodčími Obtížnosti (D) uznán nezíská žádnou hodnotu.
- 1.3. Velmi špatně provedené prvky nebudou uznány rozhodčími Obtížnosti (D) a dále bude udělena srážka rozhodčími Provedení (E).
- 1.4. Obtížnost se skládá ze **4 KOMPONENTŮ OBTÍŽNOSTI**: prvky obtížnosti (BD), Série tanečních kroků (S), Dynamické prvky s rotací (R) a Obtížnost s náčiním (AD)
- 1.5. Pořadí provádění prvků obtížnosti je libovolné; nicméně, Obtížnosti by měly být poskládány logicky a plynule s vloženými pohyby a prvky, které vytvářejí kompozici s myšlenkou, která je více, než pouhá série, nebo seznam Prvků Obtížnosti.
- 1.6. Rozhodčí Obtížnosti identifikují a zaznamenají Prvky Obtížnosti v pořadí, ve kterém jsou provedeny.
 - Rozhodčí D1, D2: ohodnotí počet a hodnotu Prvků Obtížnosti (BD), počet a hodnotu Sérií rytmických kroků (S) a tyto zaznamená v symbolech.
 - Rozhodčí D3, D4: ohodnotí počet a hodnotu Dynamických prvků s rotací (R) a počet a hodnotu obtížností s náčiním (AD) a tyto zaznamená v symbolech.

1.8. Požadavky na Obtížnost:

Komponenty Obtížnosti ve spojení s technickými prvky s náčiním	Prvky obtížnosti	Série rytmických kroků	Dynamické prvky s rotací	Obtížnost s náčiním
symbol	BD	S	R	AD
počet	Min. 3 započte se 9 nejvyšších	Min. 1	Min. 1 Max. 5	Min. 1
skupiny prvků obtížnosti	Skoky – min. 1 • Rovnováhy – min. 1 • Rotace – min. 1			



**OBJEDNEJTE SI
TIŠTĚNÁ PRAVIDLA
moderní gymnastiky**

- » Kvalitní barevný tisk, kroužková vazba, pevné desky
- » Možnost personalizace - jméno a logo oddílu, obrázek / foto na obálce
- » Dvě tištěné varianty - plné znění A4 a výtah pro rozhodčí A5

tištěné vydání pravidel objednávejte na www.rg-rules.cz

2. PRVKY OBTÍŽNOSTI (BD)

2.1. Definice

2.1.1. Prvky obtížnosti (BD) jsou uvedené v Tabulkách v Pravidlech MG ($\wedge$, T, δ).

- V případě, že dojde k rozdílu mezi popisem Prvku obtížnosti v textu a obrázkem v Tabulce prvků obtížnosti, přednost je dána textu.
- Je povoleno dodat nové, schválené Prvky obtížnosti do Tabulek, vždy po skončení Mistrovství světa.

2.1.2. Skupiny prvků obtížnosti

- Skoky / poskoky $\wedge$
- Rovnováhy T
- Rotace δ

2.1.3. Bude započítáno 9 nejvyšších správně provedených prvků obtížnosti.

2.1.4. Každý prvek obtížnosti se započítává pouze jednou; Pokud je prvek obtížnosti opakován, Obtížnost není platná (bez srážky).

2.1.5. Je možné provádět skoky a obraty v sériích.

Série:

- identické opakování 2 a více skoků nebo obrátů;
- každý skok nebo obrat v sérii se počítá jako 1 Prvek obtížnosti skoku, nebo obratu;
- každý skok nebo obrat v sérii se hodnotí jednotlivě

2.1.6. Nové prvky obtížnosti

- Trenéři jsou podporováni v předkládání nových Prvků obtížnosti, které dosud nebyly provedeny, a tedy nejsou zaznamenány v Tabulkách Prvků obtížnosti.
- Nové prvky obtížnosti jsou předloženy Technické komisi FIG (TC) elektronickou poštou, nebo poštou kdykoli v průběhu roku.
- Nový prvek obtížnosti (BD) musí být předložen ne déle, než 2 měsíce před oficiálním závodem FIG.
- Požadavek na ohodnocení prvku musí být doplněn popisem v angličtině a francouzštině společně s kresbou prvku a předán v elektronické podobě.
- Nový prvek obtížnosti musí být předveden během oficiálního pódiového tréninku před závodem, aby mohla Technická komise stanovit předběžnou hodnotu nového Prvku obtížnosti.
- Aby byl prvek obtížnosti zařazen do Pravidel MG, musí být prvek poprvé úspěšně předveden bez chyby na oficiální soutěži FIG:
 - Mistrovství světa
 - Olympijské hry
 - Olympijské hry mládeže
- Rozhodnutí bude poté komunikováno co nejdříve písemně směrem k předkládající federaci a rozhodčím na školení rozhodčích nebo na brífinku rozhodčích před danou soutěží.

2.2. Požadavky: Prvky obtížnosti (BD) jsou platné, když jsou provedeny:

2.2.1. V souladu s technickými požadavky uvedenými v Tabulce Prvků obtížnosti

2.2.2. Minimálně s 1 Fundamentálním technickým prvkem (manipulací) specifickým pro dané náčiní a/nebo s Vedlejším technickým prvkem (manipulací).

- * Poznámka: pokud je prvek obtížnosti (BD) proveden s identickou manipulací náčiní, Obtížnost není platná (bez srážky)
- * Poznámka: během každých 2 rotací fouetté, nebo podmetenek musí být provedena 1 různá manipulace z Fundamentální nebo vedlejší technické skupiny práce s náčiním.

2.2.3. Bez jedné nebo více z následujících vážných technických chyb:

- velké odchýlení od základní charakteristiky specifické pro každou skupinu Prvků obtížnosti
- ztráta rovnováhy s oporou na jedné či dvou rukou nebo s oporou náčiní
- úplná ztráta rovnováhy s pádem
- velká technická chyba s náčiním (technická chyba se srážkou 0.30 b. a více)

VYSVĚTLENÍ	
Prvek obtížnosti je spojen s vyhozením náčiní, nebo kutálením po zemi:	Pokud je náčiní vyhozeno nebo kutáleno po zemi na začátku, během, nebo ke konci Prvku Obtížnosti.
Prvek obtížnosti je spojen s chytáním náčiní:	Pokud je náčiní chyceno na začátku, během, nebo ke konci Prvku Obtížnosti
Poznámka týkající se Sérií skoků:	Je možné provést vyhození náčiní v prvním skoku a chytit náčiní při třetím skoku. Druhý skok, který je proveden pod letícím náčiním (bez Technického prvku s náčiním) je započítán jako Prvek obtížnosti.

2.2.4. Opakování stejného tvaru není povoleno s výjimkou případu sérií (viz 2.1.5.)

VYSVĚTLENÍ	
Stejně tvary	Prvky jsou považovány za stejné, pokud se nacházejí ve stejném okénku v Tabulce prvků obtížnosti v Pravidlech MG.
Odlišné tvary	Prvky jsou považovány za odlišné, pokud se nacházejí v jiném okénku v Tabulce prvků obtížnosti v Pravidlech MG, včetně prvků ze stejné skupiny, ale v oddělených rámečcích.
<i>* Je možné provádět pre-akrobatické prvky a vlny ve spojení s Prvky obtížnosti, aby zvýraznily výraz těla a amplitudu pohybu: tyto vlny a pre-akrobatické prvky nepřidávají žádnou dodatečnou hodnotu k Prvku obtížnosti.</i>	

2.3. Hodnocení Prvků obtížnosti (BD)

2.3.1. Určeno tvarem, který je proveden bez ohledu na zamýšlený tvar prvku.

Aby byly platné, musí být všechny BD prováděny v pevném a definovaném tvaru; tzn. trup, nohy a všechny zapojené segmenty těla jsou v náležité poloze tak, aby bylo možné platný tvar BD identifikovat: př. 180° provaz, uzavřený záklon, skrčení zánožmo, pozice „jelen“, atd.

- Pokud je tvar jedné či více částí těla rozeznatelný s malou odchylkou do 10°, je BD platný se srážkou za technické provedení 0,10 b. za každou nesprávnou pozici těla.
- Pokud je tvar jedné či více částí těla rozeznatelný se středně velkou odchylkou 11 - 20°, je BD platný se srážkou za technické provedení 0,30 b. za každou nesprávnou pozici těla.
- Pokud není tvar jedné či více částí těla dostatečně rozeznatelný a s odchylkou převyšující 20°, BD není platný se srážkou za technické provedení 0,50 b. za každou nesprávnou pozici těla.

Viz technické směrnice: Příloha

2.3.2. Pokud je Prvek obtížnosti proveden s větší amplitudou, než jak je popsáno v Tabulkách Prvků obtížnosti, hodnota Prvku obtížnosti (BD) se nemění.

3.1. Definice

- 3.1.1. Každé náčiní $\cup$, $\circ$, $\bullet$, $\parallel$, $\otimes$ má 4 Fundamentální technické skupiny práce s náčiním. Každá skupina je uvedena zvlášť v Tabulce 3.3.
- 3.1.2. Každé náčiní $\cup$, $\circ$, $\bullet$, $\parallel$, $\otimes$ má Vedlejší technické skupiny práce s náčiním. Každá skupina je uvedena zvlášť v Tabulkách 3.3., 3.4.
- 3.1.3. Fundamentální technické skupiny práce s náčiním mohou být provedeny během Prvků obtížnosti (BD), Sérií tanečních kroků (S), Dynamických prvků s rotací (R), Obtížnosti náčiní (AD) nebo spojovacích prvků.

3.2. Požadavky

- 3.2.1. Technické prvky s náčiním nejsou omezeny, ale nemohou být prováděny identicky během Prvků obtížnosti kromě sérií skoků, nebo obrátů.

VYSVĚTLENÍ	
Různé manipulace s náčiním jsou prováděny:	• V různých rovinách • Různými směry • V různých úrovních • V různém rozsahu • Různými částmi těla
* Identické manipulace s náčiním provedené ve 2 různých Prvcích obtížnosti (ze stejné i odlišné skupiny prvků) nejsou považovány za „různé“ manipulace.	

- 3.2.2. Identické manipulace s náčiním během Prvků obtížnosti nebudou uznány (viz 2.2.1), s výjimkou případu Sérií:

- Je povoleno opakovat identickou manipulaci během sérií skoků a obrátů, přičemž každý skok nebo obrát v sérii je hodnocen jednotlivě.
- V případě, že jeden nebo více skoků prováděných v sérii má nižší hodnotu, hodnota provedeného tvaru bude platná dokonce i s identickou manipulací.

PŘÍKLADY		
		
Všechny prvky platné		
		
Všechny prvky platné		

- 3.3. **Souhrnná tabulka Fundamentálních a vedlejších technických skupin (manipulací) specifických pro jednotlivá náčiní:**



FUNDAMENTÁLNÍ technické skupiny práce s náčiním	VEDLEJŠÍ technické skupiny práce s náčiním
průchod švihadlem celým tělem, nebo částí těla skrze otevřené švihadlo držené za konce (nebo složené na poloviny a více), s kroužením vpřed, vzad, nebo stranou.	- Kroužení (min.1), švihadlo složené napůl (v jedné, nebo obou rukách) - Kroužení (min.3), švihadlo složené na třetiny, nebo čtvrtiny - Kroužení (min.1) okolo části těla - Kroužení (min.1) rozloženého, otevřeného švihadla drženého za střed, nebo konec - Mlýnky (otevřené švihadlo, držené za střed, složené na poloviny, či více)
Průchod švihadlem přeskoky - Série (min.3) s kroužením vpřed, vzad, stranou - Dvojšvih přes švihadlo otevřené, či složené (min. 1 poskok).	
Chycení švihadla za konce, každý konec v jedné ruce bez opory na jiné části těla.	- Namotávání (rozmotávání) okolo části těla - Spirály se švihadlem složeným na poloviny
- Vypuštění a chycení jednoho konce švihadla, s nebo bez rotace (např. Echappé) - Rotace volného konce švihadla, švihadlo drženo za jeden konec (např. spirály)	

VYSVĚTLENÍ	
Švihadlo může být otevřené, složené na 2x,3x nebo 4x (jednou či oběma rukama), ale základní technika je rozložené švihadlo držené oběma rukama za konce během skoků a poskoků které musí být prováděny ve všech směrech: vpřed, vzad, s otočením, atd. Prvky jako je namotávání, odrážení a mlýnky, stejně tak jako pohyby se složeným a zavázaným švihadlem nejsou pro toto náčiní typické a v kompozici tedy nesmí převažovat.	
	- Minimálně 2 velké segmenty těla (např. hlava+trup, paže+trup, trup+nohy, atd.) musí projít. - Průchod může být: celé tělo tam a zpět, nebo průchod dovnitř bez průchodu ven, nebo naopak.
<i>Echappé je pohyb o 2 akcích</i>	- Vypuštění 1 konce švihadla. - Chycení konce švihadla rukou, nebo jinou částí těla po půlrotaci švihadla. - Prvek obtížnosti bude uznán, pokud buď vypuštění, nebo chycení (ne obě) jsou provedeny během Prvku obtížnosti.
<i>Spirála („laso“) má různé variace</i>	- Vypuštění jako „echappé“ s následnou násobnou (2 a více) spirálovou rotací jednoho konce švihadla a chycení rukou, nebo jinou částí těla. - Otevřené a natažené švihadlo držené za konec, z předchozího prvku (pohyb otevřeného švihadla, chycení ze země, atd.) přecházející do spirálové rotace (2 a více) spirálovou rotací jednoho konce švihadla a chycení rukou, nebo jinou částí těla. - Prvek obtížnosti (BD) bude uznán pokud buď vypuštění, nebo chycení, nebo násobná rotace (2 a více) jsou provedeny během Prvku obtížnosti.
<i>Namotávání</i>	Je možné namotávat, nebo rozmotávat švihadlo během Prvku obtížnosti; tyto akce jsou považovány za různé manipulace.
	Chycení je platné z jakéhokoliv házení - malého, středního i vysokého.



FUNDAMENTÁLNÍ technické skupiny práce s náčiním	VEDLEJŠÍ technické skupiny práce s náčiním
 Průchod obručí celým tělem, nebo jeho částí.	 Kroužení (min.1) okolo osy na zemi.
 Kutálení obruče po minimálně 2 velkých segmentech těla.	
 • Kroužení (min. 1) obruče na ruce. • kroužení (min. 1) obruče okolo jiné částí těla.	 Kutálení obruče po zemi.
 Kroužení obruče okolo její osy: • jedno kroužení mezi prsty, • jedno kroužení na jiné části těla.	
VYSVĚTLENÍ	
Technické pohyby s obručí (s a bez vyhození musí být prováděny v různých rovinách, směrech a osách.	
 • Minimálně 2 velké segmenty těla (např. hlava+trup, paže+trup, trup+nohy, atd.) musí projít. • Průchod může být: celé tělo tam a zpět, nebo průchod dovnitř bez průchodu ven, nebo naopak.	



FUNDAMENTÁLNÍ technické skupiny práce s náčiním	VEDLEJŠÍ technické skupiny práce s náčiním
✓ Odbíjení: • Série (min.3) malých odbití (pod úrovní kolen). • Jedno velké odbití (úroveň kolen a výše). • Viditelné odražení od země či od části těla.	∞ • „Překlápění“ míče. • Kroužení ruky / rukou okolo míče. • Série (min. 3) doprovodných malých kutálení. • Volná rotace míče na části těla.
∞ Kutálení míče přes min. 2 velké segmenty těla.	
8 Osmý míčem s velkými kruhy paže(i).	∞ • Kutálení míče po zemi. • Kutálení těla po míči na zemi.
↓ Chycení míče do jedné ruky.	
VYSVĚTLENÍ	
Manipulace s míčem drženým oběma rukama není typická pro toto náčiní, tedy nesmí v kompozici převažovat. Provedení všech Technických skupin s míčem drženým na ruce je správné pouze tehdy, když jsou prsty drženy přirozeně a míč není opřený o předloktí.	
✓	Akce odbití, nebo chycení odbití musí být provedena během Prvku obtížnosti (BD).
↓	Chycení to jedné ruky musí být po vysokém, nebo středním vyhození (ne po malém vyhození, nebo po odražení).
∞	Tato kutálení mohou být malá, střední, nebo velká.



KUŽELE

FUNDAMENTÁLNÍ technické skupiny práce s náčiním	VEDLEJŠÍ technické skupiny práce s náčiním
✕ Mlýnky: minimálně 4 malé kroužky kuželi s časovou prodlevou a se střídáním zkřížených a nezkrížených zápěstí / rukou.	○ Série (min. 3) malých kroužků s 1 kuželi.
⊥ Asymetrické pohyby 2 kuželů.	∞ • Volná rotace 1 nebo 2 kuželů (spojených nebo nespojených) na nebo kolem části těla nebo kolem druhého kužele. • Tukání (min.1). • Malé kroužky oběma kuželi drženými v 1 ruce.
↔ Malé vyhození obou kuželů (nespojených) současně, nebo střídavě s rotací 360° a chycením.	
⊙ Malé kroužky oběma kuželi, simultánně, nebo střídavě, každá kužel v jedné ruce (min. 1x).	⊙ Kutálení 1 nebo 2 kuželů po části těla nebo po zemi.

VYSVĚTLENÍ

Typická manipulace s kuželi je práce s oběma kuželi najednou, tedy tato technika by měla v kompozici převažovat; jiné manipulace s kuželi – např.: držení za tělo, nebo krk, nebo obě kužele držené společně v 1 ruce – nesmí převažovat. Tukání, kutálení, rotování, odrážení, nebo klouzání také nesmí v kompozici převažovat.

- | | |
|---|---|
| ⊥ | <ul style="list-style-type: none"> • Musí být provedeno s různými pohyby každé kužele ve tvaru, amplitudě a rovině či směru. • Malé rotace s prodlevou, nebo provedené různými směry nejsou považovány za asymetrické pohyby, protože mají stejný tvar a stejnou amplitudu. |
| ↔ | <ul style="list-style-type: none"> • Prvek obtížnosti BD je platný pokud buď vyhození nebo chycení (obě akce nejsou vyžadovány) je provedeno během BD. |



STUHA

FUNDAMENTÁLNÍ technické skupiny práce s náčiním	VEDLEJŠÍ technické skupiny práce s náčiním
⊖ Průchod skrz nebo nad kresbou stuhy.	∞ • Rotační pohyby tyčky okolo ruky. • Namotávání (rozmotávání). • Pohyby stuhy okolo části těla vytvořené, když je tyčka držena různými částmi těla (ruka, krk. Kolen, loket) během pohybů těla, nebo prvků obtížnosti s rotací (ne během promenády). • Střední kruh stuhou.
⊙ Spirálky (4-5 kroužků, úzká kresba, stejná výška, kresba ve vzduchu nebo na zemi.	
⊙ Hádky (4 - 5 vlnovek), úzká kresba, stejná výška, kresba ve vzduchu nebo na zemi.	⊙ Kutálení tyčky po části těla.
↗ „Echappé“: rotace tyčky během letu, malá a střední výška.	↗ „Bumerang“: vypuštění stuhy (držené v jedné ruce) do vzduchu, nebo po zemi a chycení („stahovačka“).

VYSVĚTLENÍ

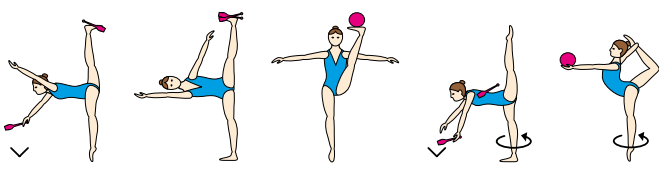
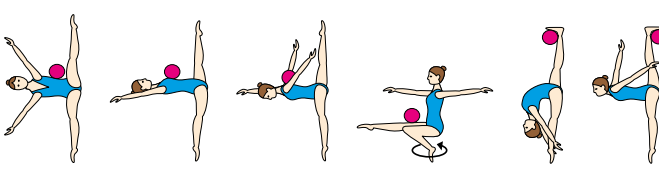
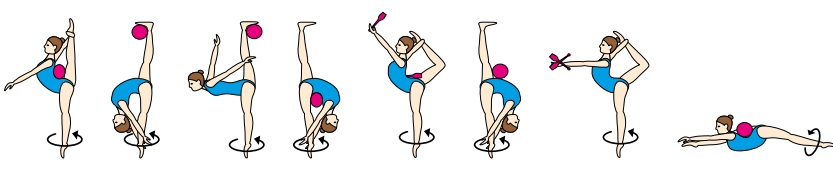
Všechny prvky, které nejsou specifické pro techniku stuhy (namotávání (vymotávání), klouzání tyčky, odrážení, atd., nesmí v kompozici převažovat.

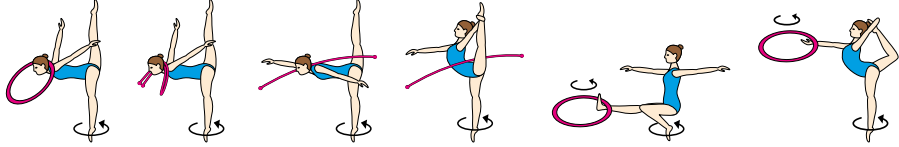
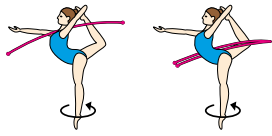
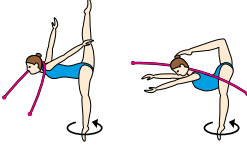
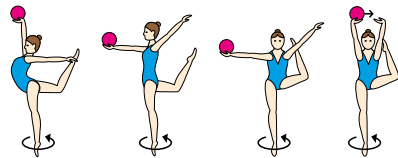
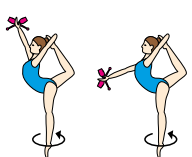
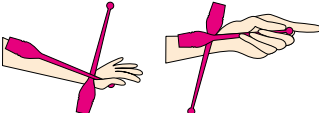
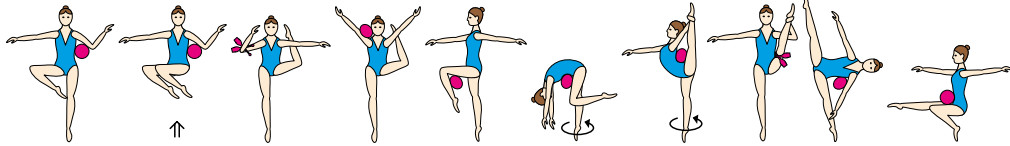
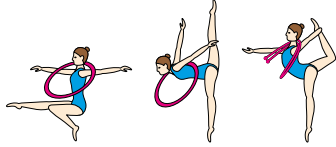
- | | |
|---|--|
| ↗ | <ul style="list-style-type: none"> • Vyhození tyčky do vzduchu / po zemi, konec stuhy je držen v ruce (rukách), nebo jinou částí těla, a stáhnutí zpět s / bez odražení tyčky o zem (pro „bumerang“ ve vzduchu). • Prvek obtížnosti BD je platný, pokud je vyhození nebo chycení (obě akce nejsou vyžadovány) provedeno během prvku obtížnosti BD. • Tyčka stuhy obecně musí být chycena za konec. Nicméně je povoleno záměrně chytit stuhu za látku v rozmezí cca 50 cm od úvazku za předpokladu, že je toto opodstatněno následujícím pohybem či závěrečnou pózou. • Hodnota udělená za AD v „bumerangu“ je 0.30 jednou, bez ohledu na to, zdali jsou kritéria provedena při vypuštění a/nebo při chycení. |
| ↗ | <ul style="list-style-type: none"> • Prvek obtížnosti BD je platný, pokud je buď vyhození nebo chycení (nejsou vyžadovány obě akce) provedeno během prvku obtížnosti BD. |

∞	MANIPULACE S NÁČINÍM (NÁČINÍ V POHYBU):
• Velké kruhy s náčiním • Osmy s doprovodným pohybem těla (neplatí pro míč) • Odražení (neplatí pro míč) od různých částí těla nebo od země • Odražení náčiní o jiné části těla • „Klouzání“ náčiní po jakékoli části těla • Předání náčiní okolo jakékoli části těla, nebo pod nohama • Přejít nad náčiním celým tělem, nebo částí těla bez předání náčiní z jedné ruky nebo části těla do jiné ruky nebo části těla.	

VYSVĚTLENÍ		
∞	<i>odrážení a odrážení / vytrčení o jiné části těla</i>	Akce vypuštění nebo chycení (ne obojí vypuštění + chycení) musí být provedena během Prvku obtížnosti, aby byla uznána.

⌘	NESTABILNÍ VYVAŽOVÁNÍ NÁČINÍ NA ČÁSTI TĚLA
---	---

VYSVĚTLENÍ	
Poznámka: Kužele	Pokud je jedna kužel držena v pozici „nestabilního vyvažování“ a druhá kužel provádí technický prvek, toto je považováno za „nestabilní vyvažování“.
⌘	Vyvažování náčiní bez pomoci ruky(ou) buď: 1) Na malé ploše segmentu těla nebo (pouze během rotace) na druhém kuželi Výjimka: • Otevřená dlaň je považována za malou plochu během Rotace na jedné noze (na relevé – obrat, nebo na celé noze – např. Penché; podmetenka). • Jeden kužel balancovaný na druhém se považuje za nestabilní vyvažování během BD s rotací. 2) S rizikem ztráty náčiní s, nebo bez rotace těla
Příklady 1:	
Příklady 2:	
⌘	Náčiní stlačené v těžké manipulaci mezi tělem a náčiním s rizikem ztráty náčiní během rotace těla.
	

VYSVĚTLENÍ			
⌚	Náčiní „visící/spuštěné“ (visící a volně vlající náčiní ve vzduchu) v těžké manipulaci mezi tělem a náčiním s rizikem ztráty náčiní během rotace těla.		
			
Poznámka:	Stejně a různé pozice „nestabilního vyvažování“		
∩	Otevřené, nebo složené na poloviny vyvažováno za krkem vlající/visící na části těla během Prvku obtížnosti (BD) rotace je považováno za odlišné „nestabilní vyvažování“.		
Různé ⌚		Stejně ⌚	
●	Odlišné „nestabilní vyvažování“ pro míč držený na otevřené ruce během Prvku obtížnosti rotace; paže musí být zřetelně předpažena, upažena, vzpažena, atd., nebo musí viditelně měnit nestabilní pozici z jedné ruky do druhé během rotace.		
Různé ⌚	 <i>Viditelná změna z jedné ruky do druhé.</i>		
Stejně ⌚	Během Obtížnosti rotace, míč držený v předpažení v levé ruce a poté v předpažení v pravé ruce je považován za stejnou pozici.		
⌚	Odlišná nestabilní pozice pro jednu kužel drženou druhou kuželí z vnitřní, nebo vnější strany ruky během Prvku obtížnosti rotace: je nutné změnit polohu paže (nahoru, dolů, stranou, apod.)		
Různé ⌚		Stejně ⌚	 Během Prvku obtížnosti rotace, kužele držené v nestabilní pozici z vnitřní, nebo vnější strany ruky jsou považovány za stejnou pozici.
⌚	Neplatné pozice nestabilního vyvažování: náčiní nesmí být stlačeno: • pažemi / rukama • stlačeno bez rizika ztráty náčiní a být považováno za pozici „nestabilního vyvažování“  • „Vlající“ (visící) pozice náčiní na velké ploše těla bez rizika ztráty náčiní není považována za prvek „nestabilního vyvažování“. 		

→	MALÉ VYHOZENÍ / CHYTÁNÍ (pro kužele s rotací nebo bez rotace 360°) MALÉ VYHOZENÍ 2 SPOJENÝCH KUŽELŮ (s rotací nebo bez rotace 360°)
---	--

VYSVĚTLENÍ	
→	• Malé vyhození musí být provedeno blízko u těla • Vyhození nebo chycení musí být provedeno během Prvku obtížnosti (BD)

↗	VELKÉ NEBO STŘEDNÍ HÁZENÍ (PRO 2 KUŽELE ↗)
---	---

VYSVĚTLENÍ	
↗	• Střední vyhození – jedna nebo dvě výšky gymnastky. • Vysoké vyhození – více než dvě výšky gymnastky

↓	CHYCENÍ NÁČINÍ (PRO 2 KUŽELE ↓)
---	---

Poznámka: Prvek s náčiním může udělat platným pouze 1 prvek obtížnosti (BD), i když má takový prvek s náčiním 2 akce.

3.5. Statické náčiní

3.5.1. Náčiní musí být v pohybu, nebo v pozici nestabilního vyvažování, nesmí být pouze drženo/zmáčkuto po dlouhou dobu.

3.5.2. Za statické náčiní je považováno náčiní, které je drženo/zmáčkuto:

- „držené náčiní“ znamená, že náčiní je pevně drženo jednou, nebo oběma rukama a/nebo jednou, nebo více částmi těla (ne v nestabilní pozici).
- Náčiní „držené dlouhou dobu“ znamená, že náčiní je drženo déle než 4 vteřiny.



adave
POHÁRY / MEDAILE

**Velký výběr
sportovních trofejí skladem**

SPORTOVNÍ CENY, SKLENĚNÉ TROFEJE, POHÁRY, MEDAILE, SOŠKY, DIPLOMY

www.poharymedaile.cz

**Praha 7 - Holešovice
Bubenská 35
mob. 603 212 328**

**e-mail:
adave@poharymedaile.cz**

DOBÍRKA PO CELÉ ČR



4.

S

SÉRIE TANEČNÍCH KROKŮ (S)

4.1. Požadavky: Každá Série tanečních kroků (S) musí být provedena:

- 4.1.1. Minimálně s 1 Fundamentálním technickým prvkem s náčiním
- 4.1.2. V délce minimálně 8 vteřin od prvního tanečního pohybu; všechny kroky musí být jasné a viditelné během celého trvání S.
- 4.1.3. Provedené podle tempa, rytmu, hudebního charakteru a akcentů hudby.
Minimálně s 2 různými změnami pohybu:
 - modalita kroků (krok, poskok, skok, běh, atd.)
 - rytmus
 - směry: směry natočení těla a směry pohybu těla po závodní ploše
 - úrovně

4.2. Níže uvedené je možno provádět během Sérií tanečních kroků (S):

- **Prvek obtížnosti (BD)** s hodnotou 0,10 b. max. (kromě podmetenky).
Např. „cabriole“ skok, „passé“ výdrž.
- **Obtížnost s náčiním AD** – (max. 1) bez preakrobatických prvků nebo podmetenek.
- Házení (malé, střední, velké), v případě, že podporuje myšlenku tanečních kroků, nebo napomáhá zvýšení amplitudy a různorodosti pohybu.

4.3. V Sériích tanečních kroků (S) není možno provádět:

- **R** během S
- Preakrobatický prvek, podmetenku
- Více než 1 **AD**
- Celá S v pozici na zemi

VYSVĚTLENÍ	
Navazující, spojené taneční kroky:	• Jakékoli klasické taneční kroky • Jakékoli kroky ze společenských tanců • Jakékoli kroky z lidových tanců • Jakékoli kroky z moderního tance
Musí být logicky a plynule spojeny bez zastavení, nebo dlouhých přípravných pohybů.	
Různorodost úrovní, směrů, rychlosti a modality pohybů a ne pouze jednotlivé pohyby na ploše (jako např. chůze, krůčky, běhání) s manipulací náčiní.	
Spojené s různými rytmickými vzory, s náčiním v pohybu během celé série (různé roviny / osy, směry a úrovně).	
S částečným, nebo úplným přesunem.	

4.4. Série tanečních kroků nebudou uznány v následujících případech:

- Méně než 8 vteřin tance.
- Velké odchýlení od základní techniky manipulace s náčiním (chyby se srážkou 0,30 b. a více).
- Ztráta rovnováhy s oporou na jedné či obou rukou nebo na náčiní.
- Úplná ztráta rovnováhy s pádem gymnastky.
- Žádný vztah mezi rytmem a charakterem hudby, pohyby těla a manipulace náčiní.
- Chybí minimálně 2 různé typy pohybů: modalita, rytmus, směry, nebo úrovně v každé sérii tanečních kroků.
- Chybí minimálně 1 Fundamentální technický prvek s náčiním.
- Celá Série tanečních kroků je provedena na zemi.
- S preakrobatickým prvkem a/nebo podmetenkou
- Více než 1 **AD**

4.5.

HODNOTA

0,30 b.	za každou Sérii tanečních kroků (S)
---------	-------------------------------------

5. **R** DYNAMICKÉ PRVKY S ROTACÍ (R)

5.1. Požadavky:

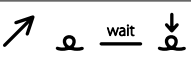
5.1.1. **R**: min. 1, max. 5 (v pořadí, ve kterém jsou provedeny)

5.1.2. Základní požadavky pro Dynamické prvky s rotací (R):

ZÁKLADNÍ HODNOTA	AKCE	POPIS BÁZE
R bude platné pouze v případě, že budou splněna všechny 3 základní požadavky uvedené níže		
0,20 b.	Vyhození náčiní	Velké nebo střední vyhození
	Min.2 základní rotace těla	2 základní rotace těla: • Každá rotace musí mít 360° • Bez přerušení • Okolo jakékoli osy • S nebo bez přechodu na zem • S nebo bez změny osy rotace První základní rotace může být provedena během vyhození nebo pod letícím náčiním.
	Chycení náčiní	Chycení okamžitě na konci základních rotací nebo podle kritérií.

5.1.3. Základní hodnota **R** může být navýšena použitím doplňujících kritérií. Doplňující kritéria mohou být provedena během vyhození náčiní, během rotace pod vyhozením a během chycení náčiní.

5.1.4. Hodnota **R** je určena počtem rotací a provedenými kritérii: pokud je poslední rotace provedena po chycení náčiní, tato rotace a kritéria náležející k této rotaci (případně změna úrovně nebo osy) nebudou uznána. Ostatní kritéria správně provedená při chycení jsou platná, dokonce i když finální rotace uznána nebude.

VYSVĚTLENÍ	
Chycení na konci rotací	Platné
	Ano (R)
	Ne (přerušení mezi 2 základními rotacemi)
chycení po skončení hudby 	Ne

5.1.5. Všechna **R** musí být různá, bez ohledu na počet rotací.

5.1.6. Každá rotace (pre-akrobatické prvky, chaine, podmetenka, atd.) může být provedeno buď izolovaně, nebo v sérii, maximálně 1x. Opakování jakékoli rotace (izolovaně, nebo v sérii) v dalším **R** nebude uznáno.

5.2. Souhrnná tabulka Doplňujících kritérií pro R

BĚHEM LETU NÁČINÍ	
Symbol	Doplňující kritéria R + 0,10 b. pokaždé
R3, R4, atd.	Další rotace těla okolo jakékoli osy během letu náčiní
	Změna osy rotace těla nebo změna úrovně (v každém R může být uznáno pouze 1 kritérium: změna osy nebo úrovně – nikoli obojí).

5.2. Souhrnná tabulka Doplnujících kritérií pro R

BĚHEM VYHOZENÍ NEBO CHYCENÍ NÁČINÍ	
Symbol	Všeobecná kritéria platná pro házení ↗ a chytání ↓ + 0,10 b. pokaždé
⊗	Bez zrakové kontroly
≠	Bez pomoci rukou (neplatné pro přímé chycení s rotací paže ○; smíšené chycení ∪, †)
⌋	Chycení během rotace: platné pouze v případě provedení s ⊗
↘	Pod nohou / nohama

Symbol	Specifická kritéria pro házení ↗ + 0,10 b. pokaždé	Symbol	Specifická kritéria pro chytání ↓ + 0,10 b. pokaždé
⊖	Průchod náčiním během vyhození ∪, ○	⊖	Průchod náčiním během chycení ∪, ○
✓	Přímé opětovné vyhození/odbití bez přerušení od různých částí těla nebo od země - všechna náčiní	✓	Přímé opětovné vyhození / odbití bez přerušení – všechna náčiní
		∩	Chycení švihadla za konce bez pomoci jinou částí těla
—	Vyhození otevřeného a rozloženého ∪ (drženého za jeden konec, nebo uprostřed)	—	Chycení otevřeného a rozloženého švihadla drženo za jeden konec s nepřetržitým pohybem švihadla pokračujícím po jeho chycení
⊖	Vyhození s rotací okolo osy (○) nebo rotací v horizontální rovině (†)	↓	Přímé chycení náčiní do kutálení po těle
∅	Vyhození v šikmé rovině ∪, ○, †, ∅	↓	Chycení míče • do jedné ruky
↗	Vyhození 2 nespojených kuželů †: simultánní, asymetrické, „kaskáda“ (dvojitá, trojitá) *	⊙	Přímé chycení obruče ○ do kroužení (viz. ≠ „Bez pomoci rukou“)
		⊕	Smíšené chycení švihadla a kuželů ∪, † (viz. ≠ „Bez pomoci rukou“)

Kužele (↗)

- **Asymetrická vyhození** mohou být provedena jednou či oběma rukama zároveň. Pohyby obou kuželů ve vzduchu musí mít odlišný tvar, nebo amplitudu (jedno vyhození vyšší než druhé), a odlišnou rovinu, nebo směr.
- **“Kaskáda”** (dvojitá, trojitá). Obě kužele musí být ve vzduchu během části vyhození.

* **Poznámka:** přímé opětovné vyhození / opětovné odbití bez přerušení (✓) – všechna náčiní

- Opětovné vyhození / opětovné odbití je hlavní součástí **R** (část úvodního vyhození **R**); v takovém případě, je nutné chytit opětovné vyhození / opětovné odbití, aby byl **R** platný.
- Kritéria provedená během opětovného vyhození / opětovného odbití jsou platná.
- Kritéria během chycení náčiní po opětovném vyhození / opětovném odbití nejsou hodnocena jako součást **R**, protože ve většině případů není výška opětovného vyhození / opětovného odbití stejná jako výška prvního vyhození. Chycení opětovného vyhození může být využito jako součást Obtížnosti s náčiním (AD).

VYSVĚTLENÍ A PŘÍKLADY: ZÁZNAM PRVKŮ R		
R ₂ ⚡ ⌘	= 0,40 b.	Vyhození a 2 rotace (0.20), chycení během druhé rotace (+ 0.10) a bez zrakové kontroly (+ 0.10)
≠ R ₃ ↓	= 0,50 b.	Vyhození bez pomoci rukou (+ 0.10) a tři rotace (0.20 báze + 0.10 rotace navíc), chycení míče do jedné ruky (0.10)

5.3. Výběr prvků v Dynamických prvcích s rotací R

5.3.1. Možnost použití Prvků obtížnosti:

- S rotací s hodnotou 0.10 b. během jakékoli fáze R, jako rotaci.
 - příklad:** 1 podmetenka vpřed může být použita jako prvek s rotací okolo horizontální osy. Pokud gymnastka provede 2 nebo 3 podmetenky za sebou během R, musí tyto podmetenky provést vždy s 1 krokem mezi každou podmetenkou.
- S rotací s hodnotou vyšší než 0,10 b. (např.: skoky a rotace o 180° a více během vyhození nebo chycení): tyto rotace jsou započítány jak do počtu rotací v R a zároveň jako Prvek obtížnosti (BD).
- S Prvkem obtížnosti během vyhození, pokud 2 základní rotace začnou ihned po Prvku obtížnosti BD bez vložených mezikroků.
- S Prvkem obtížnosti během chycení pokud jsou splněna kritéria R (5.1.)

Poznámka: série 2-3 skoků s rotací s vyhozením během skoku a chycením během skoku není považováno za R.

5.4. Pre-akrobatické prvky

5.4.1. Jsou povoleny pouze následující skupiny pre-akrobatických prvků:

- Kotouly vpřed, vzad a stranou bez výdrže a letové fáze (nesprávná technika: Srážka rozhodčí Provedení)
- Přemety vpřed, vzad, stranou bez výdrže a letové fáze (nesprávná technika: Srážka rozhodčí Provedení)
- „Rybíčka“: přemet na zemi přes jedno rameno s přechodem přes vertikální pozici



- „Skok do kotoulu“ skok s trupem skloněným vpřed bezprostředně následovaný kotoulem:
 - Je platný i pro R (Dynamický prvek s rotací) když je přímo následován další rotací.
 - Rozhodčí by měli udělit kritérium Z za dálkový skok do kotoulu během R. „Skok do kotoulu“ ihned následován dalším kotoulem / rotací = R₂ Z.

5.4.2. Přemety a hvězdy jsou považovány za rozdílné:

- Vpřed, vzad, nebo stranou
- Na předloktí, na hrudníku, nebo na zádech
- S nebo bez výměny nohou
- Počáteční a konečná pozice: na zemi nebo ve stoji

5.4.3. Následující prvky jsou povoleny, ale nepovažují se za akrobatické prvky:

- Stoj na lopatkách „svíčka“
- Bočný nebo čelný rozštěp bez zastavení v pozici
- Opora o 1 nebo obě ruce, nebo předloktí bez dalšího kontaktu se zemí, bez přemetu, hvězdy a bez zastavení ve vertikální pozici.

5.4.4. Všechny skupiny povolených akrobatických prvků a prvků, které nejsou považovány za akrobatické, mohou být v sestavě použity za podmínky, že jsou provedeny bez zastavení v pozici kromě krátké pauzy při chycení náčiní během prvku.

5.4.5. Stejný rotační prvek (preakrobatický prvek, chainée, podmetenka, atd.) může být použit 1x v R a 1x v AD.

5. **AD** **OBTÍŽNOST S NÁČINÍM (AD)**

6.1. Definice:

- mimořádně technicky obtížné synchronizace mezi náčiním a tělem skládající se z minimálně 1 báze + minimálně 2 kritéria nebo 2 báze + 1 kritérium
nebo
- zajímavé nebo inovativní použití náčiní (ne provedené jako standardní manipulace náčiní v MG) skládající se z minimálně 1 báze + minimálně 2 kritéria nebo 2 báze + 1 kritérium

6.1.1. Může být provedena:

- izolovaně
- během Prvku obtížnosti (BD): báze náčiní bude uznána pro Prvek obtížnosti
- během Série rytmických kroků (S)) - max. 1 **AD** (bez preakrobatických prvků a podmetenek)

6.1.2. Každá **AD** musí být odlišná, identické opakování není platné (bez srážky).

6.2. Požadavky:

6.2.1. Každá sestava jednotlivkyň musí obsahovat alespoň 1 **AD**.

6.2.2. **AD** bude uznána, pokud budou splněna definovaná kritéria Báze a Kritérií

6.2.3. Prvky **AD** nebudou uznány, pokud:

- Báze nebo kritérium není provedeno podle definice.
- Úplná ztráta rovnováhy s pádem.
- Velký odklon od základní techniky náčiní (technická chyba se srážkou 0,30 b. a vyšší).
- V případě opakování akrobatického prvku.

6.3. Hodnota

6.3.1. Každá Báze je buď fundamentální, nebo vedlejší technický prvek s náčiním (3.3., 3.4.) a má hodnotu 0,00 b.

6.3.2. Báze zkoordinovaná s minimálně 2 níže uvedenými kritérii (6.4.) má hodnotu 0,20 b., 0,30 b. nebo 0,40 b.

POPIS BÁZE	HODNOTA
Báze s náčiním (Fundamentální nebo vedlejší skupiny náčiní)	0,20 b.
Specifické báze s náčiním: • Kutálení přes minimálně 2 velké segmenty těla • Malé vyhození a chycení 2 nespojených kuželů • Vysoké vyhození • Předání náčiní bez pomoci rukou minimálně dvěma částmi těla (nikoli rukama)	0,30 b.
Chycení nebo odbití od země nebo části těla z vysokého vyhození ↓	0,40 b.

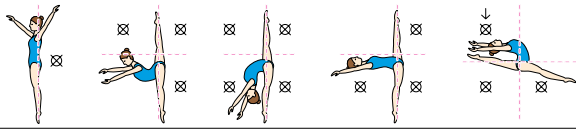
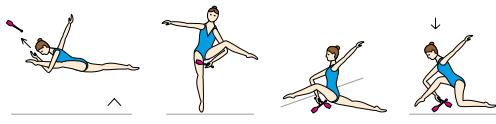
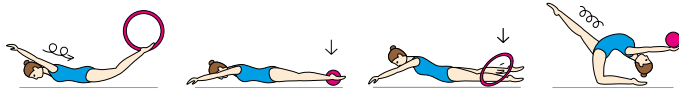
6.4.

KRITÉRIA PRO AD

≠	Bez pomoci rukou (neplatné pro přímé chycení s rotací paže ○; smíšené chycení ∪, !↓)	↓↘	Průchod náčiním během vyhození nebo chycení
⊗	Bez zrakové kontroly	✓	Přímé opětovné vyhození/odbití od různých částí těla nebo od země
⌋	S rotací 180° a více	—	Vyhození otevřeného a rozloženého ∪ Chycení otevřeného a rozloženého ∪ držného za jeden konec s nepřetržitým pohybem švihadla pokračujícím po jeho chycení
BD	Provedeno během Prvku obtížnosti skoku, rovnováhy, nebo rotace	⊖	Vyhození s rotací okolo osy náčiní (obruče) nebo rotace v horizontální rovině (kužel/e)
←	Kroužení švihadla ∪ vzad (rozložené, nebo složené), nebo s křížením paží	↗	Vyhození 2 kuželů !↓ : simultánní, asymetrické „kaskáda“ (dvojitá, trojitá) *
↗	Pod nohou / nohama	∩	Chycení švihadla za konce
≠	Předání bez pomoci rukou alespoň se dvěma různými částmi těla	↓↘	Přímé chycení náčiní do kutálení po těle
3→	Provedeno v sérii po 3 bez přerušení: velká kutálení ○ a •; malá vyhození !↓ (nespojených)	↓	Chycení míče • do jedné ruky
∞	Dvojšvih náčiní během skoků, nebo poskoků	Ⓐ	Přímé chycení obruče ○ do kroužení (viz. ≠ „Bez pomoci rukou“)
=	Pozice na zemi	↑	Smíšené chycení švihadla a kuželů ∪, !↓ (viz. ≠ „Bez pomoci rukou“)

6.4.1

VYSVĚTLENÍ A PŘÍKLADY

≠	Bez pomoci rukou - Náčiní musí provést autonomní technický pohyb, který může být započat: • Impulsem daným jinou částí těla • Počátečním impulsem daným rukou/rukama, ale poté se náčiní musí být schopno pohybovat autonomně bez pomoci ruky/rukou
⊗	Bez zrakové kontroly - příklady: 
↗	Vyhození, chycení a manipulace s náčiním v obtížném spojení těla - náčiní provedená pod nohou/nohama. Příklad:  Příklady, pokr.: rotace míče na prstech pod nohou, nebo mlýnky kuželi v rotačním prvku po nohou, atd.
=	Vyhození, chycení, dlouhé kutálení náčiní po těle nebo náročná spolupráce náčiní-tělo s rizikem ztráty náčiní v pozici na zemi (též platí pro pozici v kleku). Příklady: 

6.5. Nové originální prvky s náčiním (Originality)

- Trenéři jsou podporováni k překládání nových originálních Obtížností s náčiním, které ještě nikdo nepředvedl. Originality mají nejvyšší hodnotu mezi prvky Obtížnosti s náčiním – 0,40 b.
- Všechny Originality s náčiním musí být předloženy Technické komisi MG FIG.
- Předkládající národní federace musí předat v elektronické formě FIG videonahrávku s Originalitou s náčiním (nahrávka prvku samostatně a další nahrávka celé sestavy, ve které je prvek předveden v závodě) a popisný text ve 2 jazycích (angličtina a francouzština) spolu s kresbou Prvku.
- Schválená Originalita bude platná pro dané náčiní a gymnastku, která ji předložila, po dobu trvání olympijského cyklu; Originalitu mohou provádět i další gymnastky, avšak bez udělení hodnoty bonusu Originality.
- Originalita s náčiním udělená za Kolaboraci ve společné skladbě: Originalita provedená s malou chybou v provedení – hodnota Kolaborace je platná, ale nebude udělen bonus za Originalitu.

7. D ZNÁMKA ZA OBTÍŽNOST (D):

Rozhodčí Obtížnosti ohodnotí Obtížnosti, udělí dílčí známku a odečtou možné srážky, v tomto pořadí:

7.1.

PODSKUPINA 1 (D1 A D2)		
Obtížnost	Minimum / maximum	Srážka 0,30 b.
Prvky obtížnosti	Minimum 3 započte se 9 BD s nejvyšší hodnotou	• Méně než 1 prvek obtížnosti z každé skupiny ^ T d : srážka za každou chybějící Skupinu obtížnosti • Méně než 3 provedené Prvky obtížnosti
Pokud je prvek obtížnosti opakován, nebo je během prvku obtížnosti prováděna identická manipulace s náčiním, opakováný prvek není uznán (bez srážky).		
Promenáda v rovnováze	Maximum 1	Více než 1
Série tanečních kroků	Minimum 1	Chybí minimálně 1

7.2.

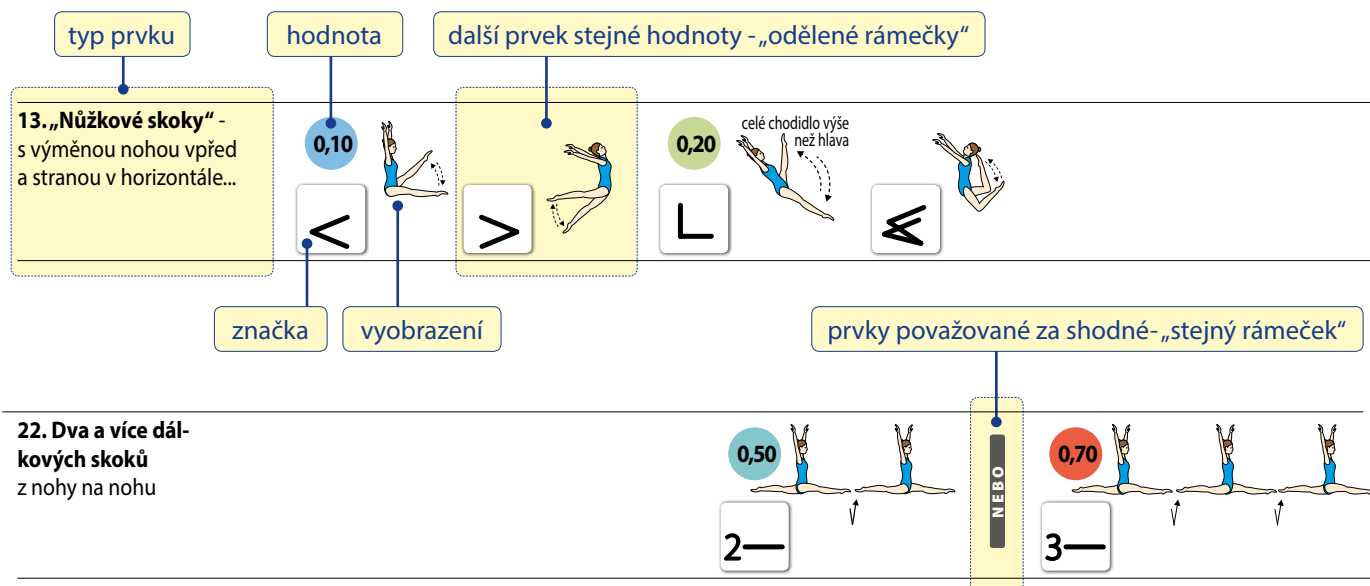
PODSKUPINA 2 (D3 A D4)		
Obtížnost	Minimum / maximum	Srážka 0,30 b.
Dynamické prvky s rotací	Minimum 1	Chybí minimálně 1
Obtížnost s náčiním	Minimum 1	Chybí minimálně 1



8.1. Všeobecná ustanovení

- 8.1.1. Všechny Prvky obtížnosti skoků musí mít následující základní charakteristiky:
- Zafixovaný a řádně definovaný tvar skoku během letu
 - Dostatečná výška skoku pro provedení požadovaného tvaru skoku
- 8.1.2. Skok bez dostatečné výšky, aby ukázala zafixovaný a řádně definovaný tvar, nebude uznán jako Prvek obtížnosti a bude penalizován v Provedení.
- 8.1.3. Skoky, které nejsou provedeny minimálně s 1 Fundamentálním technickým prvkem specifickým pro dané náčiní a/nebo s manipulací z vedlejší skupiny práce s náčiním nebudou uznány jako Prvek obtížnosti skoku.
- 8.1.4. Opakování skoku se stejným tvarem není platné kromě případu sérií (8.1.5.).
Stejný tvar: odraz z jedné nebo obou nohou (není-li v Tabulce popsáno jinak); počet rotací během letu.
- 8.1.5. Série skoků se skládá z 2 nebo více po sobě jdoucích identických skoků, provedených s, nebo bez mezikroku (dle typu skoku). Každý skok v sérii se počítá jako jeden Prvek obtížnosti. (viz Tabulka 8.2.). Každý skok je hodnocen jednotlivě. Viz #3.2.2.
- 8.1.6. „Skok do kotoulu“ – skok s trupem předkloněným dopředu přímo do kotoulu – není považován za Prvek obtížnosti skoku, ale je považován za pre-akrobatický prvek.
- 8.1.7. U všech Prvků obtížnosti skoku se skrčením zánožmo, chodidlo, nebo jiný segment nohy musí být blízko hlavy (uzavřená pozice skrčení zánožmo, dotek je vyžadován).
- 8.1.8. U všech Prvků obtížnosti skoku se záklonem musí být hlava blízko nějaké části nohy (dotek je vyžadován).
- 8.1.9. Rotace celého těla během letu je hodnocena po odrazu z jedné, nebo obou nohou od země a před doskokem nohou na zem.
- 8.1.10. Skoky kombinované s více než jednou hlavní akcí (např. jelení skok se skrčením zánožmo), s odrazem z jedné nebo obou nohou, musí být provedeny tak, aby byl během letu vytvořen jednotný a jasně definovaný tvar, spíše než 2 různé tvary (pozice je platná bez velké „houpačky“).

VYSVĚTLIVKY K TABULKÁM PRVKŮ



8.2.



TABULKA OBTÍŽNOSTÍ SKOKŮ

1. „kufr“

vertikální skok
s rotací těla

0,10

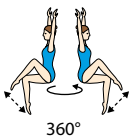


360°

2. „nůžky“

se skrčením
přednožmo

0,10



360°

3. „luftka“

vertikální skok
s rotací těla

0,10



360°

4. skok

na Passé

pokrčená noha
vpřed / stranou

0,10



360°

5. Skok

s přednožením
90°

0,10



180°

6. skok

s unožením
90°

0,10



180°

7. skok

se zanožením
90°

0,10



180°

8. Skok

s nohou
v pozici
„attitude“

0,10

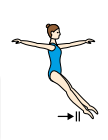


180°

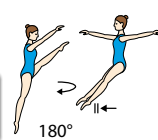
9. „Přiklep“

- vpřed

0,10



0,20



180°

10. „Přiklep“

- stranou

0,10



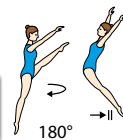
11. „Přiklep“

- vzad

0,10



0,20



180°

12. Skok

prohnutě

0,10



0,20



80°

13. „Nůžkové skoky“ -

s výměnou nohou vpřed
a stranou v horizontále; také
nad horizontálou, odrazová
noha vysoko, celé chodidlo
nad hlavou, nebo s výměnou
nohou vzad (v horizontále),
nebo se skrčením zánožmo

0,10



0,20

celé chodidlo výše
než hlava

14. „Štika“

0,30

15. „Kozáček“ - vpřed,
přední noha horizontálně,
nebo s obratem (180°
a více) nebo s obratem
a předklonem trupu

0,10



0,20



180°

0,30



180°

16. „Kozáček“ - napnutá
noha vpřed, vysoko, celé
chodidlo výše než hlava,
nebo s obratem (180°
a více)

0,20



0,30



180°

17. „Kozáček“ - napnutá
noha stranou, vysoko, celé
chodidlo výše než hlava,
nebo s dopomocí (žukova)
a/nebo s obratem (180° více)

0,20



0,30



180°



**18. „Přípatka“**

- odraz z jedné,
nebo obou nohou,
nebo s obratem
(180° a více)

0,10



0,20



180°

19. „Přípatka“

- s oběma nohama
ve vzduchu

0,30



20. Dálkový skok,
nebo se skrčením
zánožmo, nebo se
záklonem trupu,
nebo s odrazem
a dopadem
na stejnou nohu
(Zaripova)

0,30



0,40



0,50



21. Dálkový skok
s odrazem obou-
nož, nebo se skrče-
ním zánožmo, nebo
se záklonem trupu

0,30



0,40



0,50



22. Dva a více dál-
kových skoků
z nohy na nohu

0,50



0,70



23. Dálkový skok
s obratem

0,40



0,50



0,60



24. Prošvihnutý
dálkový skok
(prošvihává napnu-
tá noha)

0,40



0,50



0,60



25. Prošvihnutý
dálkový skok
(prošvihává
skrčená noha)

0,30



0,40



0,50



26. Dálkový skok
stranou „štika“,
odraz z jedné nohy

0,30



27. Dálkový skok
stranou „štika“
s odrazem
obounož

0,30



0,40



28. Dálkový skok
stranou „štika“
s prošvihnutím
(prošvihává skrčená
nebo napnutá noha)

0,40

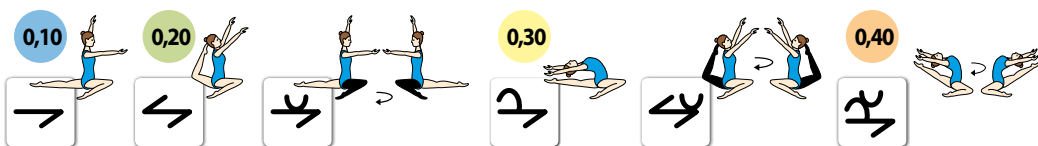


0,50



**29. „Jelení skok“**

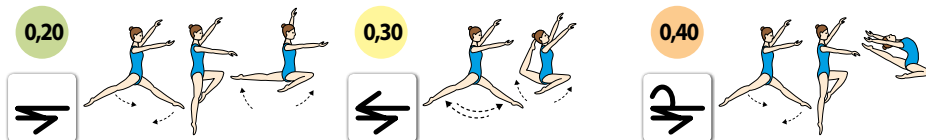
- odraz jednož, nebo* obouž, se skrčením zánožmo, nebo obratem, nebo se záklonem trupu



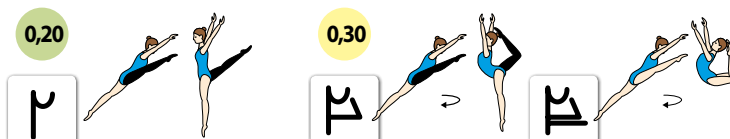
* všechny uvedené jelení skoky provedené s odrazem obouž

**30. „Jelení skok“**

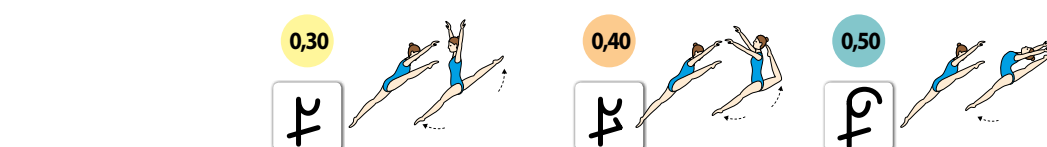
s prošvihnutím (prošvihnutí skrčenou nebo napnutou nohou)

**31. „Fouetté“**

- (dopad na odrazovou nohu), nebo se skrčením zánožmo s jednou nebo oběma nohama ve vzduchu

**32. „Fouetté“**

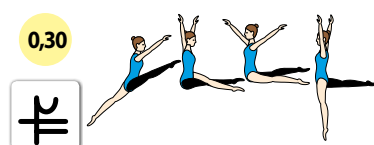
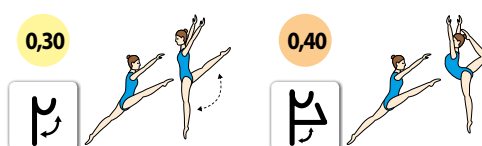
- s velkým roznožením, se skrčením zánožmo, nebo se záklonem trupu

**33. „Fouetté“**

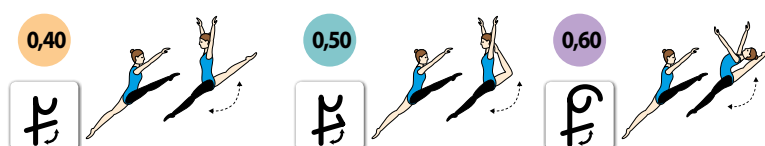
do jeleního skoku, nebo se skrčením zánožmo, nebo se záklonem

**34. „Revoltade“**

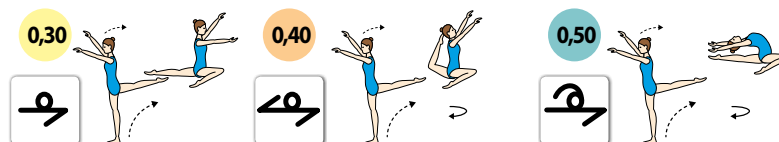
- přechod jedné nohy napnuté přes druhou

**35. „Kadet“****36. „Kadet“**

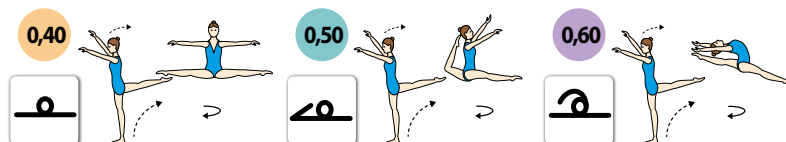
s velkým roznožením

**37. Jelení skok**

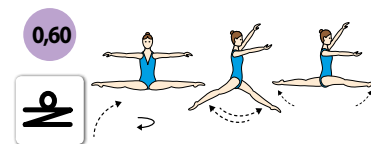
s obratem (Jeté en tournant)

**38. Dálkový skok**

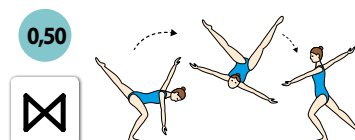
s rotací „ronda“ (jeté en tournant)

**39. Prošvihnutá „ronda“**

(jeté en tournant)

**40. „Butterfly“**

(volná noha prochází pozicí blízko horizontále, odrazová noha prohází přes horizontálu. Během letu je trup blízko horizontále, nebo pod horizontálou)





9.1. Všeobecná ustanovení

9.1.1. Existují 3 různé typy Prvků obtížnosti Rovnováhy:

- A. Rovnováhy na chodidle – na relevé či na celé noze
- B. Rovnováhy na jiných částech těla
- C. Dynamické rovnováhy

9.1.2. Základní charakteristika:

A. Rovnováhy na chodidle

- a. Provedeny na špičce (relevé), nebo na celé noze
- b. Zafixovaný a řádně definovaný tvar se „stop-pozicí“
 - minimálně 1 vteřinu v pevném tvaru
 - minimálně 1 technický prvek náčiní provedený dle jeho definice v Tabulkách #3.3. a #3.4.
 - pokud je tvar dobře definován a prvek náčiní je proveden správně ale „stop-pozice“ je nedostatečná, rovnováha je platná se srážkou za technické provedení

B. Rovnováhy na jiných částech těla

- a. Provedeny na jiných částech těla
- b. Zafixovaný a řádně definovaný tvar se „stop-pozicí“

C. Dynamické rovnováhy

- a. Provedené s plynulými a návaznými pohyby z jednoho tvaru do druhého
- b. Řádně definovaný tvar: všechny příslušné části těla jsou ve správné pozici ve stejném okamžiku v čase.

9.1.3. Všechny Prvky obtížnosti Rovnováhy musí být provedeny s 1 Fundamentálním nebo vedlejším technickým prvkem s náčiním. Rovnováhy, které nejsou provedeny minimálně s 1 Fundamentálním technickým prvkem specifickým pro dané náčiní a/nebo s prvkem z vedlejší skupiny práce s náčiním nebudou uznány jako Prvek obtížnosti rovnováhy.

9.1.4. Technické prvky s náčiním (fundamentální nebo vedlejší) musí být počítány od okamžiku, kdy byla Rovnováha zafixována ve „stop-pozici“ po dobu minimálně 1 vteřiny.

9.1.5. Stojná noha napnutá či skrčená nemění hodnotu Prvku obtížnosti Rovnováhy.

9.1.6. Ve všech Prvcích obtížnosti se skrčením zánožmo, chodidlo či jiný segment nohy musí být v blízkosti hlavy (uzavřená pozice skrčení zánožmo, dotek je vyžadován).

9.1.7. Ve všech Prvcích obtížnosti Rovnováhy se záklonem trupu, musí být hlava blízko části nohy s predominantní akcí trupu (dotek je vyžadován).

9.1.8. V sestavě je možné provést jednu Rovnováhu s „promenádou“ na „relevé“ nebo na celé noze.

HODNOTA	+ 0,10 b.	za „promenádu“ na celé noze
	+ 0,20 b.	za „promenádu“ na relevé + hodnota Prvku obtížnosti.

9.1.9. Promenáda musí být provedena poté, co je zafixována pozice Prvku obtížnosti a ne více než s ¼ rotace na každý impuls. Rotace, která vychází z jednoho impulsu, ruší hodnotu Prvku obtížnosti („Promenáda“ není považována za rotaci těla). Během Prvků obtížnosti s „promenádou“ se tělo nesmí „kývat“ (s pohybem těla a ramen nahoru a dolů). Tato nesprávná technika ruší hodnotu „promenády“ (+ chyba provedení).

9.1.10. Není povoleno provádět „promenádu“ na koleni, na rukách, nebo v pozici „Kozáčku“.

9.1.11. Opakování Rovnováhy se stejným tvarem s, nebo bez „promenády“ nejsou platné.

- | | | |
|----------------|------------------|---|
| HODNOTA | - 0,10 b. | Pro Rovnováhu na celé noze je hodnota Rovnováhy snížena o 0,10b. a symbol bude obsahovat šipku dolů (↓). |
|----------------|------------------|---|

PŘÍKLADY			
Na relevé:		Na celé noze:	
$\overline{T}^x = 0,30 \text{ b.}$		$\downarrow \overline{T}^x = 0,20 \text{ b.}$	

- Je důležité zachovat vertikální pozici trupu a horizontální pozici volné nohy.
- Přejchod z jednoho tvaru – „stojná noha napjatá“ do dalšího tvaru – „stojná noha pokrčená“ (a/nebo obráceně) musí být pomalý a zjevně postupný, gymnastka musí být od počátku do konce na relevé.

SISI
NATALY SHOP

ZBOŽÍ PRO MODERNÍ GYMNASTIKU

OFICIÁLNÍ ZÁSTUPCE FIRMY SASAKI PRO ČESKOU REPUBLIKU



9.2.



TABULKA PRVKŮ OBTÍŽNOSTI ROVNOVÁHY

» ROVNOVÁHY NA CHODIDLE

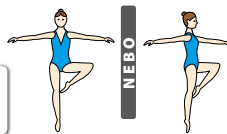
1. Volná noha zad pod horizontální pozicí, trup v záklonu

0,10



2. Passé vpřed, stranou (horizontální pozice) nebo s hrudním záklonem

0,10



3. „Anaván“ přednožení: volná noha v horizontální pozici (skrčená, nebo napnutá) nebo se záklonem trupu v horizontální pozici

0,20



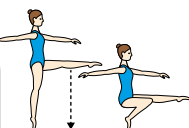
0,30



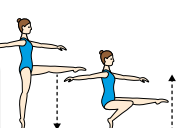
4. „Anaván“

Se změnou úrovně gymnastky, stojná noha se postupně krčí a / nebo se navrácí do napnuté pozice

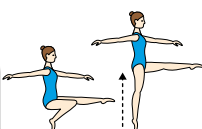
0,30



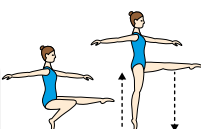
0,40



0,30



0,40

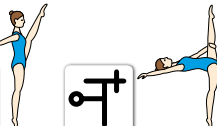


5. Vysoké přednožení s pomocí ruky, nebo bez nebo trup v záklonu horizontálně či níže

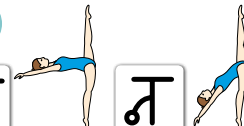
0,30



0,40



0,50



6. Unožení:

volná noha v horizontální pozici, nebo trup v úklonu

0,20



0,30

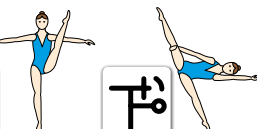


7. Vysoké unožení s pomocí ruky nebo bez, nebo trup v úklonu horizontálně

0,30



0,40



0,50



8. „Arabeska“: volná noha v horizontální pozici nebo s předklonem nebo záklonem trupu horizontálně nebo „íčko“ s pomocí nebo bez pomoci ruky

0,20



0,30



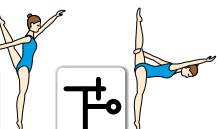
0,40



0,30



0,40



0,50



9. „Cep / Chytačka“ skrčení zánožmo pomocí ruky či bez nebo „íčko“ se skrčením zánožmo s trupem horizontálně

0,30



0,40



0,50



10. Attitude také se záklonem trupu

0,20



0,40



11. „Kozáček“ volná noha horizontálně: všechny směry

0,10



12. „Kozáček“ volná noha v přednožení či unožení (chodidlo výše než hlava), s pomocí ruky nebo bez

0,10



0,20



9.2.



TABULKA PRVKŮ OBTÍŽNOSTI ROVNOVÁHY

» ROVNOVÁHY NA JINÉ ČÁSTI TĚLA

13. Volná noha v přednožení
(chodidlo výše než hlava), s nebo bez pomoci ruky

0,10



0,20



14. Volná noha v unožení
(chodidlo výše než hlava), s nebo bez pomoci ruky

0,10



0,20



15. Volná noha ve vysokém zanožení
(chodidlo výše než hlava), s nebo bez pomoci rukou

0,10



0,20



16. Skrčení zanožmo, s nebo bez pomoci rukou

0,10



0,20



17. Rovnováha v lehu na zemi se zvednutým trupem (nohy mohou být mírně roznožené, maximálně do šíře ramen)

0,10



18. Rovnováha s oporou o hrudník (Kabajeva), s nebo bez pomoci rukou

0,10



0,20



9.2.



TABULKA PRVKŮ OBTÍŽNOSTI ROVNOVÁHY

» DYNAMICKÉ ROVNOVÁHY

19. Přejít z břicha na hrudník

0,20

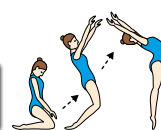


20. Dynamická rovnováha s plnou vlnou těla všemi směry v pozici (vpřed, stranou, vzad), nebo s přechodem na zem, nebo ze země do stoji

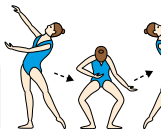
0,10



0,20

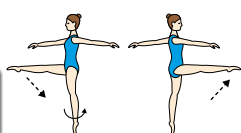


0,10

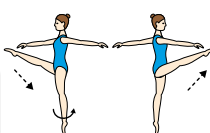


21. Fouetté, min. 3 stejné nebo různé tvary s nohou horizontálně min. 2 tvary; noha výše než horizontálně min. 2 tvary

0,30



0,50



22. Dynamické rovnováhy s oporou o předloktí, s nebo bez pohybů nohou (Obtížnosti jsou považovány za totožné)

0,10

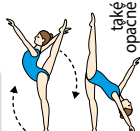


NEBO



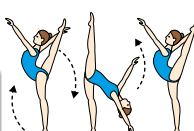
23. Dynamická rovnováha se 2 nebo 3 tvary (Utyasheva); také s otočením

0,40



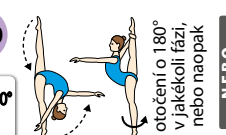
také opačně

0,50



také opačně

0,60



180°

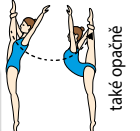


180°



24. Dynamická rovnováha: vysoké přednožení s přechodem volné nohy do vysokého zanožení s pomocí ruky (Gizikova), nebo vysoké přednožení s pomocí ruky, půlbrat trupu do vysokého zanožení s pomocí ruky (Kapranova)

0,40



také opačně

NEBO



také opačně



10.1. Všeobecná ustanovení

10.1.1. Existují 2 typy Rotací:

- A. Rotace na chodidle: na relevé (Obrat), nebo na plném chodidle
- B. Rotace na jiných částech těla

Všechny Prvky Obtížnosti Rotací musí mít následující základní charakteristiky:

- Minimální základní rotace o 360° v pevném a dobře definovaném tvaru (kromě Obtížností č. 6, 9, 17, kde je základní rotace 180°)
- Zafixovaný a jasně definovaný tvar během rotace až do konce

Poznámka: jasně definovaný tvar znamená, že správný tvar zaujatý gymnastkou je udržen v zafixované poloze minimálně po dobu základní rotace; drobné odchylky = srážka v Provedení. Pokud není tvar rozemnatelný, nebo není vůbec zaujatý, Prvek Obtížnosti není uznán.

- 10.1.2. Rotace bude ohodnocena podle počtu provedených rotací. V případě přerušení rotace (poskok), bude uznána pouze hodnota rotací provedených před přerušením.
- 10.1.3. Rotace musí být provedeny minimálně s 1 Fundamentálním technickým prvkem specifickým pro dané náčiní a/nebo s prvkem z Vedlejší skupiny práce s náčiním, aby byly uznány.
- 10.1.4. Série identických Obrátů (2 a více) jsou provedeny za sebou bez přerušení a pouze s oporou o patu. Každý Obrat v sérii se počítá jako 1 Prvek Obtížnosti. Každý obrat je hodnocen jednotlivě (kromě kombinací identických Fouetté, které se počítají jako 1 Prvek obtížnosti).

		
<i>platné</i>	<i>platné</i>	<i>platné</i>
		
<i>platné</i>	<i>neplatné</i>	<i>platné</i>

- 10.1.5. Rozdílné obraty jsou obraty s různým tvarem bez ohledu na počet rotací (platí rovněž pro Fouetté).
- 10.1.6. Stojná noha skrčená či napnutá nemění hodnotu Prvku obtížnosti.
- 10.1.7. Tvaru musí být dosaženo před ukončením minimální základní rotace.
- 10.1.8. Ve všech prvcích rotace ve skrčení zánožmo nebo se záklonem trupu, musí být hlava blízko některé části nohy (uzavřená pozice, dotek je vyžadován).
- 10.1.9. Obraty se změnou tvaru
 - Počítají se jako 1 Prvek obtížnosti
 - Každý tvar je prováděn v relevé
 - Každý tvar v obratu musí mít minimální základní rotaci
 - Přejchod z jednoho tvaru do druhého musí být proveden bez opory o patu a tak plynule, jak je to možné
 - Minimálně s 1 Fundamentálním technickým prvkem specifickým pro dané náčiní a/nebo s manipulací z vedlejší technické skupiny práce s náčiním během libovolného komponentu Prvku Obtížnosti Obratu.

10.1.10. Fouetté

- Počítají se jako 1 Prvek obtížnosti
- 2 a více identických, nebo rozdílných tvarů spojených s oporou o patu
- Mohou být provedeny různé tvary:
 - a. Izolovaně
 - b. kombinovaně (následující po sobě, nebo střídavě) během jednoho obratu Fouetté, ale žádný z těchto tvarů nemůže být opakován v další rotaci Fouetté.
- Během každých 2 Fouetté musí být proveden minimálně s 1 Fundamentální technický prvek specifický pro dané náčiní a/nebo manipulace z vedlejší technické skupiny práce s náčiním.

10.1.11. Podmetenka

- Počítá se jako 1 obtížnost 2 nebo více identických tvarů spojených s nebo bez opory o patu (0.10 za každou další rotaci nad bázi 360°).
- Během každých 2 podmetenek musí být proveden minimálně s 1 Fundamentální technický prvek specifický pro dané náčiní a/nebo manipulace z vedlejší technické skupiny práce s náčiním.

10.1.12. Obrat se změnou úrovně gymnastky (stojná noha se postupně krčí a/nebo) navrací do napnuté pozice).

- První tvar určuje základní hodnotu
- Je nutné udržet trup ve vertikální pozici a volnou nohu v horizontální pozici.
- Přejít z jednoho tvaru (stojná noha napnutá) do druhého tvaru (stojná noha skrčená) (nebo/a obráceně) musí být pomalý a zjevně postupný, a gymnastka musí v celém průběhu prvku udržet stojnou nohu na relevé.
- V tomto případě je nutné přidat šipku (šipky) specifikující směr změny úrovně gymnastky napravo od symbolu.

↓ Stojná noha se postupně krčí + 0,10 b.

↑ Stojná noha se vrací do napnuté pozice + 0,10 b.

↕ Stojná noha se postupně krčí a poté se navrací do napnuté pozice + 0,10 b., + 0,10 b.

10.2.

KRITÉRIA PRO STANOVENÍ HODNOTY PRVKŮ OBTÍŽNOSTI ROTACE

10.2.1.

- **obraty se základní hodnotou 0,10**
- nebo na plné noze,
- nebo na jiné části těla

+ 0,10 b.

- za každou rotaci navíc nad základní rotaci 360°

10.2.2.

- **obraty se základní hodnotou >= 0,20 na relevé**

+ 0,20 b.

- za každou následnou rotaci na relevé navíc k základní rotaci 360°
- nebo o 180° k základní rotaci u Obtížností č. 6 , 9  a 17 



1. Volná noha
vpřed, předklon
trupu

0,10



2. Volná noha
v zanožení, záklon
trupu

0,10



3. „Passé“
(vpřed, stranou);
nebo s hrudním
záklonem

0,10



4. „Spirálový obrat“
(„tonneau“) s kon-
trakcí trupu, na 1
noze

0,30



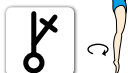
5. Přednožení:
volná noha horizon-
tálně (napnutá, či
skrčená)

0,20



**6. Obrat ve vyso-
kém přednožení**
s pomocí ruky, nebo
bez, nebo s trupem
horizontálně

0,30



0,40



0,50



7. Unožení: volná
noha nebo trup
horizontálně

0,20



0,30



**8. Obrat ve vy-
sokém unožení**
s pomocí ruky, nebo
bez

0,30

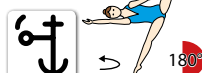


0,40

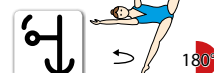


**9. Obrat ve váze
úklonmo**
s pomocí ruky nebo
bez, trup horizon-
tálně

0,40



0,50



10. Arabeska: Volná
noha horizontálně,
trup horizontálně
nebo trup v záklonu

0,20



0,30



0,40



**11. Obrat ve vyso-
kém
zanožení** s pomocí
rukou nebo bez

0,30



0,40



**12. Obrat ve váze
předklonmo „ičko“**
s pomocí ruky, nebo
bez nebo se skrče-
ním zanožmo

0,40



0,50



13. Penché: tělo horizon-
tálně či níže, noha ve vy-
sokém zanožení, nebo
ve skrčení zanožmo, rotace
na plném chodidle

0,40

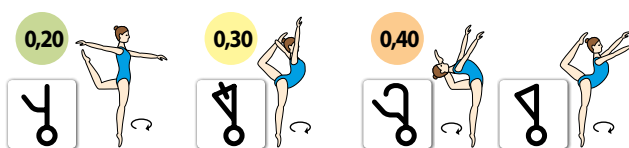


10.3.

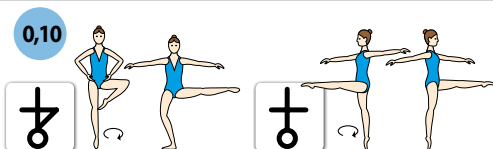


TABULKA OBTÍŽNOSTÍ ROTACÍ

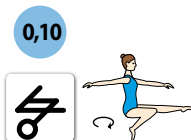
14. Attitude nebo obrat v zanožení se skrčením zánožmo s pomocí ruky nebo se záklonem



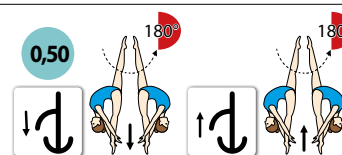
15. Fouetté: passé, nebo napnutá noha horizontálně, potom horizontálně v přednožení, unožení, „arabeska“, nebo „attitude“



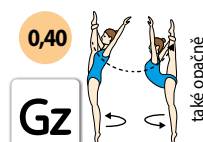
16. Kozáček



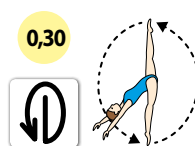
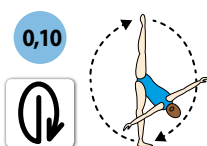
17. Vysoké přednožení; trup v hlubokém záklonu, z pozice ve stoje nebo z pozice na zemi



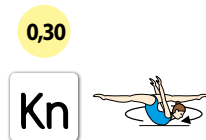
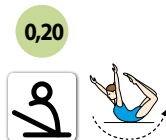
18. Vysoké přednožení s dopomocí a převedením volné nohy do vysokého zanožení s dopomocí (Gizikova)



19. Podmetenka s předklonem / úklonem trupu, také se záklonem trupu

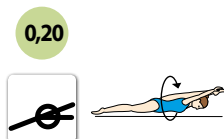
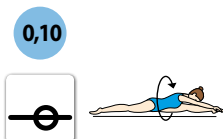


20. Rotace na břiše...



...nohy téměř ve skrčení zánožmo, nebo ve velkém roznožení, bez dopomocí rukou (Kanaeva), nebo na zádech (Ralenkova)

21. Rotace ve velkém roznožení, s dopomocí ruky, bez přerušení



Velký výběr
sportovních trofejí skladem

SPORTOVNÍ CENY, SKLENĚNÉ TROFEJE, POHÁRY, MEDAILE, SOŠKY, DIPLOMY

www.poharymedaile.cz

Praha 7 - Holešovice
Bubenská 35
mob. 603 212 328

e-mail:
adave@poharymedaile.cz

DOBÍRKA PO CELÉ ČR



1. Hodnocení skupinou rozhodčích Provedení

1.1. Rozhodčí Provedení dbají na to, aby byly prvky provedeny esteticky a technicky dokonale.

- 1.2. Od gymnastky se očekává, že do své sestavy zařadí pouze prvky, které může provést bezpečně a s vysokým stupněm technické a artistické dovednosti. Všechny odchylky od těchto očekávání budou penalizovány rozhodčími Provedení (E).
- 1.3. Rozhodčí Provedení (E) se nezajímá o technickou obtížnost sestavy. Rozhodčí je povinna penalizovat stejně jakoukoli chybu stejné závažnosti bez ohledu na technickou náročnost prvku nebo spojení.
- 1.4. Rozhodčí Provedení (a Rozhodčí Obtížnosti) musí být obeznámeny s aktuálním vývojem moderní gymnastiky, vždy musí znát, jak by měly prvky vypadat a být provedeny, musí být obeznámeny se všemi změnami standardů v MG a se současným vývojem tohoto sportu. V tomto kontextu také musí vědět, co je možné, co je možné od gymnastek očekávat, ale zároveň i to, co je výjimečné a mimořádné.
- 1.5. Všechny odchylky od správného provedení jsou považovány jako chyby artistiky a technické chyby a dle toho budou rozhodčími penalizovány. Počet srážek za malé, střední, nebo velké chyby je určen stupněm odchýlení od správného provedení. Následující srážky budou uděleny pokaždé a za každou viditelnou artistickou nebo technickou odchylku od očekávaného perfektního provedení. Tyto srážky musí být uděleny bez ohledu na obtížnost prvku nebo sestavy.

1.5.1.	Malá chyba	0,10 b.	jakákoli malá odchylka od perfektního artistického nebo technického provedení
1.5.2.	Střední chyba	0,20 b. - 0,30 b.	jakákoli zřetelná nebo značná odchylka od perfektního artistického nebo technického provedení
1.5.3.	Velká chyba	0,50 b. a více	jakákoli velká nebo kritická odchylka od perfektního artistického nebo technického provedení

2. Provedení (E) – Zámka 10.00 b.

Zámka za Provedení zahrnuje srážky za:

- Chyby Artistiky
- Technické chyby

3. Rozhodčí Provedení (Panel E)

Skupina Rozhodčích Provedení čítá 6 Rozhodčích, které jsou rozděleny do 2 podskupin:

- **První podskupina** Provedení (E) – 2 Rozhodčí hodnotí chyby Artistiky v sestavě
- **Druhá podskupina** Provedení (E) – 4 Rozhodčí hodnotí Technické chyby

Srážky za Artistiku a Technické chyby jsou sečteny dohromady a poté odečteny od 10,00 b. k určení výsledné známky za Provedení (E).

4. KOMPONENTY ARTISTIKY

4.1. JEDNOTA KOMPOZICE

4.1.1. Vůdčí myšlenka: Charakter

- a. Hlavním cílem je vytvořit uměleckou image, vyjádřenou pohyby těla a náčiní a charakterem hudebního doprovodu.
- b. Charakter hudby musí být vybrán s ohledem na věk, technickou vyspělost gymnastky, umělecké kvality gymnastky a etické normy.
- c. Kompozice by neměla být sérií prvků obtížnosti nebo prvků náčiní bez souvislosti s charakterem hudby.
- e. Styl pohybu, který vyjadřuje charakter hudby a vůdčí myšlenku:
 - I. Styl a typ pohybu by měly odrážet charakter nebo myšlenku kompozice, například, ale ne pouze:
 - a. Pohyb paží
 - b. Stylizované spojovací taneční kroky
 - c. Vlny tělem
 - d. Spojující prvky náčiní zdůrazňující rytmus a charakter
 - II. Tento charakter pohybu by měl být vyjádřen:
 - a. Během kombinace tanečních kroků: kroky mající styl specificky související s hudbou a nejsou prostou chůzí, skoky nebo během do rytmu.
 - b. Ve spojujících prvcích mezi nebo během BD, například ale ne pouze:
 - V přípravě na BD nebo vyhození
 - Během BD
 - Při přechodech mezi BD
 - Pod vyhozeními/ během chytání
 - Během prvků rotace
 - Při změnách úrovní
 - Ve stylu prvků náčiní

VYSVĚTLENÍ A NÁVRHY
Vytvoření vůdčí myšlenky neboli "příběhu"
1. Rozvinutí myšlenky (téma, příběh) Příběh má jasný začátek, střed a konec • První fáze: představení myšlenky či charakteru, začátek příběhu • Střední fáze: hlavní rozvinutí sestavy, včetně změn rytmu • Závěrečná část: hudba by měla růst na intenzitě a končit jasným výrazným finále, aby se zdůraznilo ukončení sestavy, ať rychlé či pomalé
2. Struktura prvků pro co největší efekt, maximální zapůsobení • Umístěte BD, R a AD do sestavy tak, aby korespondovaly s hudebními akcenty, které jsou silné, jasné a nejlépe odpovídají energii a intenzitě prvku (příklad: crescendo). • Umístěte ty nejoriginálnější/unikátní prvky do sestavy na místa s nejzajímavějšími akcenty nebo frázemi hudby nebo tam, kde jsou dynamické změny.

4.1.2. Spojení

- a. Sestava musí být vytvořena technickými, estetickými a spojujícími prvky, kde jeden pohyb přechází do druhého logicky a plynule bez zbytečných zastavení, nebo příliš dlouhých přípravných prvků.
- b. Různé úrovně a směry pohybu gymnastky těla a směrů a rovin náčiní musí být vzájemně propojeny s jasným záměrem.
- c. Propojení mezi pohyby, které narušují jednotu kompozice/sestavy, budou pokaždé penalizovány, například, ale ne pouze:
 - Přechody mezi pohyby, které jsou nelogické nebo nesouvislé včetně změn směrů nebo úrovní mezi prvky obtížnosti
 - Příliš dlouhé přípravné pohyby před prvky obtížnosti (tj. „chodivé“ přípravné kroky, které nepodporují myšlenku nebo charakter kompozice)
 - Neodůvodněná zastavení mezi pohyby, která neodpovídají rytmu nebo charakteru

4.2. HUDBA A POHYB

4.2.1. Rytmus

- a. Pohyby gymnastky a náčiní musí přesně korelovat s hudebními akcenty a hudebními frázemi; pohyby těla i náčiní musí zdůrazňovat tempo/rychlost hudby.
- b. Pohyby, které jsou provedeny mimo akcenty hudby, nebo mimo hudební fráze, nebo neodpovídají tempu danému hudebním doprovodem, budou pokaždé penalizovány.

Příklady:

- Když jsou pohyby viditelně zdůrazněny před nebo po akcentech v hudbě
- Když je jasný hudební akcent opominut a nezdůrazněn pohybem
- Když se pohyby neúmyslně opožďují za hudební frázi
- Když se změni tempo a gymnastka je uprostřed pomalejších pohybů a nedokáže patřičně reflektovat změnu rychlosti (mimo rytmus)

VYSVĚTLENÍ PRO RYTMUS
Cíle pro spojení hudby a pohybu • Vytvořit širokou škálu pohybů a vyhnout se monotónnosti a opakování • Využít hudbu různými způsoby, když jsou rytmus a tempo stejné
Doporučujeme, aby trenéři a rozhodčí studovali a porozuměli základním hudebním strukturám a vzorům rytmu, aby mohli vytvářet a posléze ohodnotit pohyby v souladu s hudbou.
Níže uvedené body jsou důležitými koncepty pro porozumění, jak správně spojit pohyby s hudebními/rytmickými strukturami a jak správně uvážit umístění specifických pohybů na specifické akcenty, nebo takty pro vytvoření specifických artistických „efektů“. • Hudební fráze: melodická část, sled not k vytvoření výrazné sekvence. • Melodie: rytmicky organizovaný sled jednotlivých tónů vztahujících se k sobě, aby vytvořily určitou hudební frázi či myšlenku. • Základní rytmus. • Metronomická rychlost.
Možnosti/příklady různých rytmických vzorů: • Synkopy: dočasné nahrazení pravidelného metrického akcentu v hudbě, provedené typicky důrazem na slabou dobu (záměrně „použít“ slabou dobu). <i>Příklad: Gymnastka začíná rovnováhu na slabou dobu a využije silnou dobu, aby v rovnováze stála bez využití těla k zdůraznění akcentu a vytvoří tak úmyslný efekt.</i> • Kontratempo. • Trioly.

4.2.2. Dynamické změny

- Energie, síla, rychlost a intenzita pohybů musí korespondovat dynamickým změnám v hudebním doprovodu.
- Gymnastka ukazuje změny v dynamice, kontrasty v energii, síle, rychlosti a intenzitě pohybů jejího těla a náčiní dle změn v hudebním doprovodu.

Dynamická změna v hudbě	Dynamická změna v pohybu
Změna hlasitosti, tempa a/nebo stylu	Změna v rychlosti, stylu nebo intenzitě

- U hudby postrádající identifikovatelné dynamické změny, gymnastka vytvoří svou vlastní změnu viditelnou změnou rychlosti, stylu nebo intenzity pohybů svého těla a/nebo náčiní.
- Sestava, kde energie, síla, rychlost a intenzita pohybů jsou monotónní (bez kontrastů nebo změn v rychlosti, stylu nebo intenzitě s ohledem na změny v hudbě), postrádá dynamiku a bude penalizována.

4.3. VÝRAZ

- Měla by existovat syntéza síly, krásy a elegance pohybů
- Dostatečná participace všech segmentů těla (hlava, ramena, trup, paže, ruce, nohy, včetně výrazu obličeje) tak, aby gymnastka:
 - Pružnými, plastickými pohyby odrážela charakter hudby
 - Komunikovala pocit nebo reakci na hudbu výrazem obličeje
 - Zdůrazňovala akcenty
 - Vytvářela jemnost pohyby jednotlivých segmentů těla
 - Vytvářela rozmanitost sestavy.
- Absence výše popsaných aspektů výrazu je penalizována jako nedostatečná participace segmentů těla, včetně výrazu obličeje.
- Součástí kompozice by měly být minimálně 2 různé vlny tělem, buď částečné (se zapojením paží nebo poloviny těla) nebo úplné** tak, aby zvyšovaly expresivnost a vytvářely elegantní pohyb.
- Absence 2 odlišných vln tělem (částečných nebo úplných) je penalizována jako nedostatečná participace segmentů těla.

4.4. RŮZNORODOST

- Směry a trajektorie (vpřed, vzad, oblouk, atd.): vytvářející různé vzory pro využití celé závodní plochy různorodým a celistvým způsobem.
- Úrovně a způsob přemísťování: gymnastka v letu, stojí, na zemi, v běhu, poskoky, kroky, atd.
- Prvky s náčiním:**
Povinné: technické prvky náčiní by měly být prováděny různými technikami:
 - v různých rovinách
 - v různých směrech
 - na různých částech těla

Srážka: 0,20 b. za nedostatek různorodosti

Příklady:

- pokud jsou všechna vyhození obruče rukou v šikmé rovině
- pokud jsou všechna odbití míče o zem prováděna rukou
- pokud při všech chytáních kuželů jeden kužel zastavuje druhý na zemi

Povinné: minimálně 1 prvek z každé fundamentální skupiny v každé sestavě

Srážka: 0,30 b. za každý chybějící prvek

CVIČENÍ JEDNOTLIVKYŇ		SRÁŽKA			
Jednota kompozice					
VŮDČÍ MYŠLENKA: CHARAKTER - Všechny prvky kompozice by měly být podřízeny definovanému charakteru pohybu těla a náčiní					
Definovaný charakter je zjevný mezi nebo během většiny (ale ne všech) spojovacích prvků/pohybů a sériemi tanečních kroků	0,10				
Definovaný charakter nebo styl není plně rozvinut v sériích tanečních kroků; skládají se hlavně z chůze, běhu nebo skoků na hudební akcenty bez ohledu na specifický styl hudby. Definovaný charakter je zjevný mezi nebo během některých spojovacích prvků a pohybů			0,30		
Sestava postrádá jakýkoli definovaný charakter pohybu mezi prvky obtížnosti, které jsou předváděny jako pouhá série prvků bez stylu pohybu spojeného s hudbou. Definovaný charakter je zjevný pouze v sériích tanečních kroků.				0,50	
Série tanečních kroků i spojovacích pohybů nemají žádný definovaný charakter					0,70
SPOJENÍ - Logické a plynulé přechody z jednoho pohybu do druhého					
Izolovaná přerušení, > pokaždé až do hodnoty 1,00 b.	0,10			»	1,00 max.
Chybí kontakt s náčiním na začátku a konci sestavy (chyba kompozice)			0,30		
Neopodstatněná začáteční pozice			0,30		
RYTMUS - Harmonie mezi pohyby a: hudební akcenty, fráze a tempo					
Izolovaná přerušení, > pokaždé až do hodnoty 1,00 b.	0,10			»	1,00 max.
Celá sestava je mimo rytmus (hudba jako kulisa)					1,00
Hudební úvod delší jak 4 vteřiny bez pohybu			0,30		
Nedostatek harmonie mezi hudbou a pohybem na konci sestavy				0,50	
DYNAMICKÉ ZMĚNY - Energie, síla, rychlost a intenzita koresponduje s dynamickými změnami v hudebním doprovodu					
Pohyby gymnastky nerespektují dynamické změny v hudebním doprovodu NEBO pohyby gymnastky nevytváří dynamické změny, když je hudební doprovod je celkově bez jakýchkoli dynamických změn			0,30		
VÝRAZ					
Nedostatečná participace jak segmentů těla, tak výrazu obličeje	0,10				
Absence minimálně 2 různých vln tělem (částečných nebo úplných)		0,20			
Segmentární, tvrdé pohyby během celé sestavy			0,30		

CVIČENÍ JEDNOTLIVKYŇ		SRÁŽKA			
Různorodost					
Směry a trajektorie - Nedostatečná různorodost ve využití směrů a trajektorií		0,20			
Směry a trajektorie - Pohyby provedené na 1 místě závodní plochy dlouhou dobu		0,20			
Směry a trajektorie - Není využita celá závodní plocha		0,20			
Úrovně a přemísťování - Nedostatečná různorodost ve využití úrovní a modalit		0,20			
Prvky s náčiním - Nedostatečná různorodost v rovinách, směrech a technikách prvků s náčiním		0,20			
Prvky s náčiním - Za každý chybějící fundamentální prvek s náčiním			0,30		



cesta k vítězství začíná u nás

SPORTOVNÍ MARKETINGOVÝ SERVIS

PROPAGACE SPORTOVNÍCH KLUBŮ
vytvoříme propagaci vašeho klubu pro veřejnost i sponzory:
• webové stránky • brožury • letáky • vizitky • kalendáře • rollupy ...

ORGANIZACE SPORTOVNÍCH AKCÍ
pomůžeme vám se zajištěním sportovních akcí:
• propagace akcí (soutěže, nábor) • organizační příprava
• diplomy • originální medaile a ceny • plakáty • pozvánky
• vstupenky • programy • bannery • fotostěny • paravány ...

TISKOVINY A FORMULÁŘE
navrhne, vytvoříme a vytiskneme vám:
pravidla moderní gymnastiky • průkazky • přihlášky • formuláře ...

RG rules

602 495 191 • info@rg-rules.cz • www.rg-rules.cz

CVIČENÍ JEDNOTLIVKYŇ		SRÁŽKA			
» penalizován každý chybný prvek					
Pohyby těla					
VŠEOBECNÉ SRÁŽKY					
Nedokončený pohyb nebo nedostatečný rozsah ve tvaru skoků, rovnováh a rotací	0,10				
Přemístění / posun bez vyhození, přizpůsobení pozice těla	0,10				
ZÁKLADNÍ TECHNIKA					
Nesprávně držené části těla během pohybu (pokaždé), včetně nesprávné pozice chodidla a/nebo kolene, ohnutí lokte, zvednutých ramen	0,10				
Asymetrická pozice ramen a/nebo trupu během prvku obtížnosti		0,30			
Ztráta rovnováhy: další pohyb bez přemístění	0,10				
Ztráta rovnováhy: další pohyb s přemístěním		0,30			
Ztráta rovnováhy s oporou o 1 nebo 2 ruce, nebo náčiní			0,50		
Celková ztráta rovnováhy a pád těla				0,70	
SKOKY (viz také příloha -tabulka s úhly)					
Těžký dopad	0,10				
Nesprávný dopad: zjevně prohnutá záda během finální fáze dopadu		0,30			
Nesprávný tvar s malou odchylkou	0,10				
Nesprávný tvar se střední odchylkou		0,30			
Nesprávný tvar s velkou odchylkou			0,50		
Tvar s malou „houpačkou“	0,10				
Tvar se střední „houpačkou“		0,30			
Tvar s velkou „houpačkou“			0,50		
ROVNOVÁHY (viz také příloha -tabulka s úhly)					
Nesprávný tvar s malou odchylkou	0,10				
Nesprávný tvar se střední odchylkou		0,30			
Nesprávný tvar s velkou odchylkou			0,50		
Tvar není držen po dobu minimálně 1 vteřiny		0,30			

CVIČENÍ JEDNOTLIVKYŇ		SRÁŽKA			
» penalizován každý chybný prvek					
Pohyby těla					
ROTACE (viz také příloha -tabulka s úhly)					
Nesprávný tvar s malou odchylkou	0,10				
Nesprávný tvar se střední odchylkou		0,30			
Nesprávný tvar s velkou odchylkou			0,50		
Tvar není ani pevný ani udržení během základní rotace		0,30			
Opora o patu během části rotace prováděné na „relevé“	0,10				
Osa těla není ve vertikále a ukončení s 1 krokem		0,30			
Poskok(y) bez přemístění	0,10				
Poskok(y) s přemístěním		0,30			
PRE-AKROBATICKE PRVKY					
Těžký dopad	0,10				
Nepovolená technika preakrobatického, nebo nepreakrobatického prvku		0,30			
Chůze po rukou ve stojce		0,30			



**OBJEDNEJTE SI
TIŠTĚNÁ PRAVIDLA
moderní gymnastiky**

- » Kvalitní barevný tisk, kroužková vazba, pevné desky
- » Možnost personalizace - jméno a logo oddílu, obrázek / foto na obálce
- » Dvě tištěné varianty - plné znění A4 a výtah pro rozhodčí A5

tištěné vydání pravidel objednávejte na **www.rg-rules.cz**

CVIČENÍ JEDNOTLIVKYŇ		SRÁŽKA			
» penalizován každý chybný prvek					
Náčíní					
ZTRÁTA NÁČINÍ (za následnou ztrátu obou kuželů; rozhodčí bude penalizovat pouze jednou na základě počtu kroků, které gymnastka udělá za vzdálenějším z kuželů)					
Ztráta a opětovné uchopení náčiní bez přemístění			0,50		
Ztráta a opětovné uchopení náčiní po krátkém přemístění (1 - 2 kroky)				0,70	
Ztráta a opětovné uchopení po 3 a více krocích					1,00
Ztráta mimo závodní plochu (bez ohledu na vzdálenost)					1,00
Ztráta náčiní, které neopustí závodní plochu a použití náhradního náčiní					1,00
Ztráta náčiní (žádný kontakt) na konci sestavy					1,00
TECHNIKA					
Nepřesná trajektorie a chycení v letu s 1 krokem		0,30			
Nepřesná trajektorie a chycení v letu s 2 a více kroky / „chassé“ kroky během R			0,50		
Chycení s nechtěnou pomocí druhé ruky (výjimka u míče: chycení mimo zorné pole)	0,10				
Nesprávné chycení s nechtěným kontaktem s tělem		0,30			
Statické náčiní**		0,30			
Nepoužitelné náčiní				0,70	
Švihadlo					
Nesprávná manipulace nebo chycení: amplituda, tvar, rovina, u švihadla – není drženo na obou koncích (pokaždé)	0,10				
Ztráta jednoho konce švihadla bez přerušení sestavy		0,30			
Ztráta jednoho konce švihadla s přerušením sestavy			0,50		
Průchod švihadlem: zachycení chodidla švihadlem		0,30			
Nechtěné namotání kolem těla nebo jeho části s přerušením sestavy			0,50		
Uzel bez přerušení sestavy		0,30			
Uzel s přerušením sestavy			0,50		

** Statické náčiní: viz Cvičení Jednotlivkyň, # 3.5.

CVIČENÍ JEDNOTLIVKYŇ		SRÁŽKA			
» penalizován každý chybný prvek					
○ Obruč					
Nesprávná manipulace nebo chycení: změna roviny manipulace, vibrace, nepravidelná rotace kolem vertikální osy (pokaždé)	0,10				
Chycení po vyhození: kontakt s předloktím	0,10				
Chycení po vyhození: kontakt s paží		0,30			
Nedokončené kutálení po těle	0,10				
Nesprávně provedené kutálení s poskakováním	0,10				
Sklouznutí na paži během kroužení	0,10				
Průchod obručí: zakopnutí o obruč		0,30			
● Míč					
Nesprávná manipulace: míč je držen proti předloktí („popadnut“) nebo viditelně stisknut prsty (pokaždé)	0,10				
Nechtěné, nedokončené kutálení po těle	0,10				
Nesprávné kutálení s poskakováním	0,10				
Chycení s nechtěnou pomocí druhé ruky (Výjimka: chytání bez zrakové kontroly)	0,10				
🔪 Kužele					
Nesprávná manipulace (nepravidelné pohyby, paže příliš daleko od sebe během mlýnků, atd., (pokaždé)	0,10				
Změna synchronizace v rotaci 2 kuželů během vyhazování a chytání 2 kuželů	0,10				
Nedostatečná přesnost v rovině manipulace kuželů během asymetrických pohybů	0,10				
🌀 Stuha					
Změna kresby stuhy (hádky, spirálky nejsou dostatečně u sebe, nemají stejnou výšku, amplitudu, atd.) (pokaždé)	0,10				
Nesprávná manipulace: nepřesná předání, tyčka stuhy neúmyslně držená za prostředek, nesprávné napojení kreseb stuhy, „práskání“ stuhy (pokaždé)	0,10				
Nechtěné namotání kolem těla, nebo jeho části s přerušením sestavy			0,50		
Uzel bez přerušení sestavy			0,30		
Uzel s přerušením sestavy				0,50	
Konec stuhy zůstává neúmyslně na zemi během kresby stuhy, vyhazování, ešapé“, apod. (méně než 1 metr)	0,10				
Konec stuhy zůstává neúmyslně na zemi během kresby stuhy, vyhazování, ešapé, apod. (více než 1 metr)			0,30		

1. POČET GYMNASTEK

- 1.1. Každá společná skladba se skládá ze 6 gymnastek; v každé sestavě cvičí 5 gymnastek a zbývající gymnastka může být přítomna v závodním prostoru během provedení sestavy (pro případ zranění některé ze cvičících gymnastek).
- 1.2. Pokud gymnastka opustí společnou skladbu během sestavy z povoleného důvodu:
 - Gymnastka může být nahrazena další gymnastkou (srážku Koordinační rozhodčí)
 - Pokud není gymnastka nahrazena, sestava nebude hodnocena

2. NÁSTUP

- 2.1. Nástup společné skladby na závodní plochu musí být uskutečněn rychle a bez hudebního doprovodu (srážka udělená Koordinační rozhodčí)

1. PŘEHLED

- 1.1. Gymnastky musí zařazovat pouze prvky, které může předvést bezpečně a na vysokém stupni estetické a technické dovednosti.
- 1.2. Obtížnost se skládá ze 5 KOMPONENTŮ OBTÍŽNOSTI: Prvky obtížnosti (BD), Prvky obtížnosti Výměny (ED), Série tanečních kroků (S), Dynamické prvky s rotací (R) a Kolaborace (C).
- 1.3. Komponenty Obtížnosti typické pro Společnou skladbu:
 - Výměny (ED): obtížnosti s výměnou náčiní mezi gymnastkami
 - Kolaborace (C): mezi gymnastkami a náčiním
- 1.4. Pořadí provádění prvků obtížnosti je libovolné; nicméně, Obtížnosti by měly být poskládány logicky a plynule s vloženými pohyby a prvky, které vytvářejí kompozici s myšlenkou, která je více, než pouhá série, nebo seznam Obtížností.
- 1.5. Rozhodčí Obtížnosti identifikují a zaznamenají Obtížnosti v pořadí, ve kterém jsou provedeny.
 - Rozhodčí D1, D2: ohodnotí počet a hodnotu prvků obtížnosti (BD), počet a hodnotu Prvků obtížnosti s výměnou (ED), počet a hodnotu Sérií rytmických kroků (S) a tyto zaznamenají v symbolech.
 - Rozhodčí D3, D4: ohodnotí počet a hodnotu dynamických prvků s rotací (R) a počet a hodnotu Kolaborací (C) a tyto zaznamená v symbolech.
- 1.6. Výslednou známku za sestavu bude tvořit součet známky D a známky E.

1.7. Požadavky na Obtížnost:

Komponenty Obtížnosti ve spojení s technickými prvky s náčiním	Obtížnosti bez výměny: Prvky obtížnosti	Obtížnosti s výměnou: Výměny	Série tanečních kroků	Dynamické prvky s rotací	Kolaborace
symbol	BD	ED	S	R	C
počet	Min. 4	Min. 4	Min. 1	Max. 1	Min. 4
	Max. 9 (1 na výběr)				
skupiny prvků obtížnosti BD	Skoky – min. 1 • Rovnováhy – min. 1 • Rotace – min. 1				

2. PRVKY OBTÍŽNOSTI BEZ VÝMĚNY A S VÝMĚNOU: BD a ED

2.1. **BD** DEFINICE OBTÍŽNOSTI BEZ VÝMĚNY - BD

- 2.1.1. Všechny Prvky obtížnosti (BD) platné pro sestavy jednotlivkyň jsou platné i pro společné skladby. (viz Tabulky Prvků obtížnosti č. 8-9-10-11 Sestavy jednotlivkyň) ($\wedge$, T, δ).
- 2.1.2. Skupiny prvků obtížnosti:
- Skoky / poskoky $\wedge$
 - Rovnováhy T
 - Rotace δ
- 2.1.3. Minimálně 1 Prvek obtížnosti z každé skupiny musí být zařazen a proveden simultánně (nebo ve velmi rychlém sledu; nikoliv v podskupinách) všemi 5 gymnastkami.
V případě, že prvek obtížnosti není proveden simultánně:
- prvek může být platný, pokud je proveden v souladu s definicí
 - **srážka rozhodčích D1, D2: 0,30 b.**
- 2.1.4. Každý prvek obtížnosti se počítá pouze 1x; Pokud je Prvek obtížnosti zopakován, nebude započítán (žádná srážka).
- 2.1.7. Aby byl prvek obtížnosti (BD) uznán, musí být proveden všemi 5 gymnastkami. Prvky obtížnosti nebudou uznány, pokud nebudou provedeny všemi 5 gymnastkami, buď v důsledku chyby kompozice, nebo technické chyby jedné či několika gymnastek.

VYSVĚTLENÍ	
Prvky obtížnosti mohou být provedeny:	• Simultánně, nebo velmi rychle po sobě • Všemi 5 gymnastkami, nebo v podskupinách • Stejně nebo různé hodnoty pro všech 5 gymnastek • 1 - 2 gymnastky mohou provést jeden nebo více BD během S a C z důvodů choreografie nebo zdůraznění hlavní myšlenky kompozice. Prvek obtížnosti není registrován a není počítán jako Prvek obtížnosti navíc.

- 2.1.6. Prvek s nejnižší hodnotou provedený jednou z gymnastek určuje hodnotu Prvku obtížnosti (BD).
- 2.1.7. Simultánní provedení 3 nebo více Prvků obtížnosti všemi 5 gymnastkami není povoleno. V takovém případě nebude Prvek obtížnosti (BD) uznán.

VYSVĚTLENÍ	
Není povoleno: 3 prvky obtížnosti najednou:	• 3 gymnastky provedou „rundu“ • 1 gymnastka provede skok v Kozáčku • 1 gymnastka provede spirálový obrat

- 2.1.8. Série: identické opakování 2 a více skoků nebo obrátů:
- každý skok nebo obrat se počítá jako jeden Prvek obtížností skoku, resp. Obratu
 - každý skok nebo obrat je hodnocen jednotlivě
 - pokud je jeden nebo více skoků v sérii provedeno s nižší hodnotou, hodnota předvedeného tvaru(ů) bude platná dokonce i se stejnou manipulací.
- Viz Cvičení jednotlivců #3.2.2 a #10.1.4
- 2.1.9. Nové Prvky obtížnosti: viz 2.1.5. – 2.2. (Jednotlivkyně)
- 2.1.10. Požadavky: Prvky obtížnosti (BD) jsou platné, když jsou provedeny: (viz Cvičení Jednotlivkyň #2.2.)
- 2.1.11. Hodnocení Obtížnosti: (viz Cvičení jednotlivkyň #2.3.)

2.2.



DEFINICE PRVKŮ OBTÍŽNOSTI S VÝMĚNOU (VÝMĚNY) – ED

2.2.1. Výměna náčiní, které se musí účastnit všech 5 gymnastek ve dvou akcích (**báze: 0,20 b.**):

- Vyhození vlastního náčiní partnerce
- Chycení náčiní od partnerky

VYSVĚTLENÍ	
Výměny mohou být provedeny:	• Simultánně, nebo velmi rychle za sebou • S gymnastkami na místě nebo s přesunem • Všemi gymnastkami společně, nebo v podskupinách • Mezi 1 nebo 2 typy náčiní • Ve stejné, odlišné nebo smíšené úrovni trajektorie vyhození
Poznámka pro stuhu	Při výměně stuh, gymnastky musí stuhu chytit za konec tyčky. Nicméně, je možné záměrně chytit Stuhu za látku cca do 50cm od úvazku, za předpokladu, že toto chycení je opodstatněné pro další pohyb nebo pro závěrečnou pózu.
Poznámka pro kužele	Výměna je platná při vyhození 1 kužele i 2 kuželů.

2.2.2. Pouze výměny provedené s vysokým vyhozením (netýká se bumerangu) mezi gymnastkami jsou platné jako Prvky Obtížnosti Výměny (ED). Vysoká vyhození jsou určena potřebnou výškou nebo vzdáleností 6 m mezi gymnastkami.

2.2.3. Výměny mohou mít stejnou hodnotu pro všech 5 gymnastek, nebo rozdílnou hodnotu; nejnižší provedená hodnota jednou z gymnastek určí hodnotu Prvku obtížnosti Výměny.

2.2.4. Prvek obtížnosti (BD) s hodnotou 0,10b. může být proveden buď při vyhození nebo chycení během Prvku obtížnosti Výměny (jako kritérium v hodnotě ED), ale není započítán jako Prvek obtížnosti BD.

Prvek obtížnosti s hodnotou vyšší než 0.10 provedený během Prvku obtížnosti Výměny nebude hodnocen jako Prvek obtížnosti a nezapočítán jako kritérium Prvku obtížnosti Výměny.

2.2.5. **Požadavky:**

Aby byl Prvek obtížnosti Výměny platný, musí být proveden všemi 5 gymnastkami bez níže uvedených závažných technických chyb:

- Ztráta náčiní, včetně 1-2 kuželů
- Ztráta rovnováhy s oporou o ruku či náčiní nebo pád gymnastky
- Kolize gymnastek nebo náčiní

2.2.6.

HODNOTA

2.2.6.1. Základní hodnota pro vyhození a chycení všemi 5 gymnastkami:

0,20 b.

2.2.6.2. Hodnota Výměny (ED) může být navýšena o doplňující kritéria.

- Kritéria provedená bezprostředně před vyhozením nebo bezprostředně po chycení se nezapočítávají do hodnoty.

+ 0,10 b.
pokaždé za vyhození
a/nebo chycení

2.2.6.3. Doplňující kritéria (stejná nebo rozdílná) jsou platná pouze, když jsou provedena všemi 5 gymnastkami.

TABULKA KRITÉRIÍ PRO ED - VYSVĚTLENÍ / PŘÍKLADY

Kritéria: + 0,10 b. pokaždé za vyhození a/nebo chycení

Kritéria provedená bezprostředně před vyhozením nebo bezprostředně po chycení se nezapočítávají do hodnoty.

→6	Vzdálenost: 6 metrů mezi každou jednotlivou gymnastkou účastnicí se výměny během vyhození a/ nebo chycení (pokud je toto zamýšleno choreografií) platné jedenkrát pro každé ED
=	Vyhození a / nebo chycení na zemi: - gymnastky musí být již v pozici na zemi a ne být v pozici přesunu na zem během vyhození a / nebo chycení (pokud je toto zamýšleno jako součást choreografie) - aby kritéria byla platná, musí gymnastky změnit pozici na zemi jak při vyhození tak při chycení - pokud je prvek obtížnosti výměny ED chycen na zemi a další taková výměna ED následuje bezprostředně, musí gymnastky změnit pozici na zemi, aby získaly kritéria za vyhození
⌋	Jeden prvek rotace během vyhození a/nebo během letu a/nebo během chycení Výměny (každá rotace musí být odlišná)
BD	S Prvkem obtížnosti BD v hodnotě 0,10b. buď při vyhození nebo při chycení (za prvek obtížnosti BD s hodnotou 0,10 b. s rotací 0,10 b. + 0,10b.)
⊗	Vyhození a/nebo chycení bez zrakové kontroly
≠	Vyhození a/nebo chycení bez pomoci rukou (neplatné pro přímé chycení v rotaci na paži pro obruč nebo smíšené chycení pro švihadlo a kužele)
↗	2 kužele vyhozené spolu (nespojené) simultánně nebo asymetricky nebo v kaskádě
⌢	Vyhození a/nebo chycení pod nohou / nohama
∅	Vyhození v šikmé rovině (pouze pro ○)
⊖	Průchod náčiním skrze během vyhození (∪, ○)
✓	Chycení po odbití o zem / vyhození po kutálení na zemi. Okamžité opětovné vyhození /opětovné odbití od různých částí těla/země – platné pro všechna náčiní.
┐	Vyhození otevřeného a rozloženého Švihadla ∪ (drženo za konec nebo střed) Chycení otevřeného a rozloženého Švihadla ∪ (drženo za konec) s nepřetržitým pohybem švihadla ∪ po chycení
∩	Chycení Švihadla za konečky (každý koneček do jedné ruky) bez opory na jiné části těla
⊖	Vyhození s rotací okolo osy náčiní (obruč) nebo rotací v horizontální rovině (kužel / kužele)
↓	Přímé chycení náčiní do kutálení po těle
↓	Chycení míče (•) do jedné ruky
⊗	Přímé chycení obruče ○ do rotace (viz ≠ „Bez pomoci rukou“)
⌢	Smíšené chycení švihadla a kuželů (∪, !l) (viz ≠ „Bez pomoci rukou“)

3.

AP

FUNDAMENTÁLNÍ A VEDLEJŠÍ TECHNICKÉ SKUPINY PRÁCE (MANIPULACE) S NÁČINÍM

3.1. Definice

3.1.1. Viz Cvičení jednotlivkyň 3.1.1. a 3.1.2.

3.1.2. Fundamentální Technické skupiny s náčiním mohou být provedeny během Prvků obtížnosti, Sérií tanečních kroků, během kritérií Dynamických prvků s rotací, Kolaborací, Výměn, nebo spojovacích prvků.

3.2. Požadavky

3.2.1. Fundamentální prvky s náčiním: pro společné skladby není požadováno zařazení všech fundamentálních technických skupin práce s náčiním. Výjimka: minimálně 1 fundamentální manipulace s náčiním je vyžadováno pro Série rytmických kroků (S). Je požadována Různorodost výběru z fundamentálních a vedlejších manipulací s náčiním, nedostatek různorodosti bude penalizován v Artistických komponentech.

3.2.2. Technické prvky s náčiním nejsou omezeny, ale nemohou být prováděny identicky během Prvků obtížnosti, kromě sérií identických Skoků a Obrátů.

VYSVĚTLENÍ	
Různé manipulace s náčiním jsou prováděny:	• V různých rovinách • Různými směry • V různých úrovních • V různém rozsahu • Různými částmi těla
<i>Poznámka: Identické manipulace s náčiním provedené ve 2 různých Prvcích obtížnosti (ze stejné nebo odlišné skupiny prvků obtížnosti těla) nejsou považovány za „různé“ manipulace. Prvek obtížnosti provedený s identickou manipulací nebude uznán.</i>	

3.3. Souhrnná tabulka Fundamentálních a vedlejších technických skupin práce s náčiním: viz Cvičení jednotlivkyň, tabulky 3.3. a 3.4.

3.4. Statické náčiní: viz Cvičení jednotlivkyň 3.5.

4.

S

SÉRIE TANEČNÍCH KROKŮ (S)

4.1. Viz Cvičení jednotlivkyň 4.1.1. – 4.1.5. , 4.5.

VYSVĚTLENÍ	
Série tanečních kroků mohou být provedeny:	• Stejně nebo různě všemi 5 gymnastkami • Stejně nebo různě v podskupinách

4.2. Níže uvedené je možno provést během S:

- Prvek obtížnosti **BD** s hodnotou 0,10 b. max. (Např. „rovnováha na „passé“, skok „příklep“).
- Házení (malé, střední, vysoké) pokud doplňují myšlenku tance nebo napomáhají zvýšení amplitudy a různorodosti pohybu; část tanečních kroků může být provedena pod letem náčiní, pokud jsou provedeny minimálně 1 Fundamentálním technickým prvkem s náčiním
- Kolaborace **CC**, které nenaruší kontinuitu **S**.

4.2.1. Není dovoleno provádět:

- **R** během **S**.
- celou **S** v pozici na zemi.

VYSVĚTLENÍ	
Průvodce pro vytvoření Série tanečních kroků	
Navazující, spojené taneční kroky:	• Jakékoli klasické taneční kroky • Jakékoli kroky ze společenských tanců • Jakékoli kroky z lidových tanců • Jakékoli kroky z moderního tance
Musí být logicky a plynule spojeny bez zastavení, nebo dlouhých přípravných pohybů.	
Různorodost úrovní, směrů, rychlosti a modality pohybů a ne pouze jednotlivé pohyby na ploše (jako např. chůze, krůčky, běhání) s manipulací náčiní.	
Spojené s různými rytmickými vzory, s náčiním v pohybu během celé série (různé roviny / osy, směry a úrovně).	
S částečným, nebo úplným přesunem.	

4.2.2. Série tanečních kroků nebudou uznány v následujících případech:

- Méně než 8 vteřin tance.
- Velké odchýlení od základní techniky manipulace s náčiním (chyby se srážkou 0,30 b. a více).
- Ztráta rovnováhy s oporou na jedné či obou rukou nebo na náčiní.
- Úplná ztráta rovnováhy s pádem gymnastky.
- Žádný vztah mezi rytmem a charakterem hudby, pohyby těla a manipulace náčiní.
- Chybí minimálně 2 různé typy pohybů: modalita, rytmus, směry, nebo úrovně v každé sérii tanečních kroků.
- Chybí minimálně 1 Fundamentální technický prvek s náčiním.
- Celá Série tanečních kroků je provedena na zemi.
- S preakrobatickým prvkem a/nebo podmetenkou

5. **R** DYNAMICKÉ PRVKY S ROTACÍ (R)

5.1. Viz Cvičení jednotlivkyň; základní definice musí být splněna všemi 5 gymnastkami, aby bylo R uznáno.

VYSVĚTLENÍ	
R může být provedeno:	• Simultánně • Následně po sobě v podskupinách

- 5.2. Základní hodnota **R** může být navýšena použitím doplňujících kritérií. Doplňující kritéria mohou být provedena během vyhození náčiní, během rotace pod vyhozením a během chycení náčiní.
- 5.3. Hodnota **R** je určena počtem rotací a provedenými kritérii: pokud je poslední rotace provedena po chycení náčiní, tato rotace a kritéria nebudou uznána. Ostatní kritéria správně provedená při chycení jsou platná, dokonce i když finální rotace uznána nebude.
- 5.4. Hodnota je určena nejnižším počtem provedených rotací a doplňujících kritérií všemi 5 gymnastkami.
- 5.5. Viz Cvičení jednotlivkyň (5.1. Požadavky, 5.2. Souhrnná tabulka Doplňujících kritérií pro **R**, 5.3. Výběr pohybů v **R**, 5.4. Pre-akrobatické prvky).
- 5.6. Stejný prvek rotace (pre-akrobatický prvek, chainé, podmetenka, atd.) může být použit 1x v **ED** a 1x v **R** nebo při kolaboraci. Prvek obtížnosti opakován se stejným prvkem rotace (pre-akrobatický prvek, chainé, podmetenka, atd.) není platný (bez srážky).

6.

C

KOLABORACE - (C)

6.1. Definice:

Hlavním rysem společných skladeb je společná práce, kdy se každá gymnastka účastní vztahů s jednou, nebo více náčiními a s jednou nebo více gymnastkami.

VYSVĚTLENÍ	
Úspěšná Kolaborace závisí na perfektní koordinaci mezi gymnastkami a je provedena:	• S nebo bez přímého kontaktu • Všech 5 gymnastek současně nebo v podskupinách • S různými přesuny, v různých směrech a formacích • S nebo bez rotace • S možným vyzdvižením 1 nebo více gymnastek a/nebo s oporou o náčiní či gymnastky

6.2. Požadavky:

- 6.2.1. Všech 5 gymnastek musí participovat v akci/akcích Kolaborace, i v různých rolích, jinak není Kolaborace platná.
- 6.2.2. Všech 5 gymnastek musí být ve vztahu buď přímo a/nebo prostřednictvím náčiní.
- 6.2.3. Pro Kolaborace s rotací: náčiní musí být vyhozeno partnerce během rotace a ne až poté, co gymnastka rotaci dokončí.

6.3.

HODNOTA			TABULKA KOLABORACÍ
0,10 b.	0,20 b.	0,30 b.	
Minimálně 2 výměny během kolaborace s minimálně 2 typy předání (uvedeno níže) jednoho nebo více náčiní			
CC			• vyhození: malé nebo střední • kutálení • odbití • klouzání • opětovné odbití • atd.
Se simultánním středním či vysokým vyhozením 2 nebo více náčiní jednou gymnastkou druhé gymnastce			
	C↗		Zatímco dvě gymnastky mohou držet náčiní společně, hlavní činnost – vyhození – musí být provedeno jednou gymnastkou. Hodnota tohoto typu vyhození je dána jedenkrát za kolaboraci. Pokud dvě různé gymnastky vyhodí 2 či více náčiní simultánně nebo v rychlém sledu, je to jedna kolaborace. Poznámka: musí být vyhozeny minimálně 3 kužele nebo jeden kužel (2 spojené kužele) a 1 další náčiní.
S chycením 2 nebo více náčiní stejnou gymnastkou po simultánním středním či vysokém vyhození.			
	C⇓		Pokud je chycení jednou gymnastkou provedeno ve velmi rychlém (1 sec.) sledu, je toto C⇓ také platné. Dvě náčiní musí přicházet od dvou různých partnerek nebo od jedné jiné partnerky a gymnastky samotné. Není možné stejné náčiní vyhodit jako C↗ a chytat jako C⇓. Hodnota této kolaborace je udělena jedenkrát za kolaboraci. Poznámka: neplatné pokud jsou dvě nebo více náčiní spojena k sobě těsně („zamčená“) ale platné pokud jsou dvě nebo více náčiní spojena k sobě těsně („zamčená“) + další náčiní.

6.4.

HODNOTA				TABULKA KOLABORACÍ S DYNAMICKÝMI PRVKY ROTACÍ TĚLA
0,20 b.	0,30 b.	0,40 b.	0,50 b.	
CR 1 gym	CR2 2 - 3 gym			Vyhození vlastního náčiní jednou/dvěma nebo několika gymnastkami a okamžité chycení vlastního náčiní nebo náčiní partnerky po: - Dynamickém prvku rotace pod letícím náčiním se ztrátou zrakové kontroly náčiní. - Je možné provést dynamický prvek s pomocí partnerky(ek) - (vyzdvižení).
	CRR 1 gym	CRR2 2 - 3 gym		Vyhození vlastního náčiní jednou/dvěma nebo několika gymnastkami a okamžité chycení vlastního náčiní nebo náčiní partnerky po: - Dynamickém prvku s rotací pod letícím náčiním se ztrátou zrakové kontroly nad náčiním. - S přechodem nad, pod nebo skrze jedno, nebo několik náčiní a/ nebo partnerek. - Možný přechod nad, pod, nebo skrz s pomocí 1 nebo více partnerek a/nebo náčiní: aktivní podpora na gymnastce(kách) nebo náčiní, nebo vyzdvižením jednou nebo více gymnastkami a/nebo náčiním.
			CRRR	Střední, nebo velké vyhození vlastního náčiní jednou nebo několika gymnastkami a okamžité chycení vlastního náčiní, nebo náčiní partnerky po: Průchodu skrze náčiní partnerky v letu (náčiní nesmí být drženo ani partnerkou, ani procházející gymnastkou) s dynamickým prvkem rotace ze ztrátou zrakové kontroly.
CR, CRR, CRRR - Při kolaboraci s dynamickým prvkem rotace těla může jedna či více gymnastek, zapojených do hlavní rotace, vyhodit nebo chytit své vlastní náčiní v kolaboraci se svými partnerkami. Kolaborace je platná. - Při předání náčiní nesmí toto náčiní jednoduše ležet na zemi, ale musí být zvednuto minimálně do výše kolen. - Kolaborace s r dynamickými prvky rotací těla mohou být kombinovány s Kolaborací se simultánním vyhozením C[↗] nebo chycením C[↘]. V takovém případě je hodnota Kolaborace dána součtem hodnot těchto dvou komponentů. - Kolaborace s rotací nemůže být kombinována s CC.				
DOPLŇUJÍCÍ KRITÉRIA (pouze pro C[↗], C[↘], CR, CRR, CRRR)				
≠	bez pomoci rukou			+0,10 b.
⊗	bez zrakové kontroly			+0,10 b.
Pro CR, CRR, CRRR: pokud je provedeno minimálně 1gymnastkou, která se účastní hlavní akce rotace těla se ztrátou zrakové kontroly, platné 1x během Kolaborace s dynamickým prvkem rotace těla: při vyhození a / nebo při chycení. Hodnota kritéria je udělena jedenkrát za vyhození a/nebo chycení bez ohledu na počet gymnastek.				

6.5. **Kolaborace jsou platné, pokud jsou provedeny všemi 5 gymnastkami bez níže uvedených vážných technických chyb:**

- Všech 5 gymnastek se neúčastní akce(i) v Kolaboraci
- Ztráta náčiní, včetně 1 nebo 2 kuželů
- Ztráta rovnováhy s oporou o ruku, nebo náčiní nebo pád gymnastky
- Kolize gymnastek nebo náčiní
- Nehybná gymnastka nebo náčiní/gymnastka bez náčiní vždy déle než 4 vteřiny)
- Zakázaný prvek
- Pre-acrobatické prvky s neschválenou technikou (Příklad: kotoul letmo)
- Náčiní je vyhozeno partnerce poté, co dokončí svoji rotaci (náčiní musí být v letu během rotace).

6.6. Zakázané prvky Kolaborace

- Pozice nebo akce v nalehnutí na 1 nebo několik partnerek bez kontaktu se zemí déle než 4 pohyby (4 vteřiny)
- Nesení nebo tažení gymnastky po zemi více než 2 kroky
- Chůze – s více než 1 oporou – přes jednu nebo několik gymnastek seskupených dohromady
- Čelný nebo boční rozštěp na zemi se zastavením v pozici
- Opora o jednu nebo obě ruce, nebo o předloktí bez jiného kontaktu se zemí, bez hvězdy/přemetu a se zastavením ve vertikální pozici
- Vytváření pyramid

6.7. Nové Originální prvky s náčiním: viz Cvičení jednotlivkyň 6.5.

7. D ZNÁMKA ZA OBTÍŽNOST (D):

Rozhodčí Obtížnosti ohodnotí Obtížnosti, udělí dílčí známku a odečtou možné srážky, v tomto pořadí:

7.1.

PODSKUPINA 1 (D1 A D2)		
Obtížnost	Minimum / maximum	Srážka 0,30 b.
Prvky obtížnosti BD bez výměny v pořadí, ve kterém jsou provedeny	Minimum 4	• Méně než 1 prvek obtížnosti z každé skupiny $\wedge$ T δ : srážka za každou chybějící skupinu obtížnosti • 1 prvek obtížnosti z každé skupiny neprovedený simultánně nebo ve velmi rychlém sledu (ne v podskupinách) všemi 5 gymnastkami • Méně než 4 provedené Prvky obtížnosti
Obtížnosti Výměny, v pořadí, ve kterém jsou provedeny	Minimum 4	Méně než 4 provedené Obtížnosti Výměny
Série tanečních kroků	Minimum 1	Chybí minimálně 1

7.2.

PODSKUPINA 2 (D3 A D4)		
Obtížnost	Minimum / maximum	Srážka 0,30 b.
Dynamické prvky s rotací	Maximum 1	Více než 1
Kolaborace	Minimum 4	Chybí minimálně 4

1. Hodnocení skupinou rozhodčích Provedení

1.1. Rozhodčí Provedení dbají na to, aby byly prvky provedeny esteticky a technicky dokonale.

- 1.2. Od gymnastky se očekává, že do své sestavy zařadí pouze prvky, které může provést bezpečně a s vysokým stupněm technické a artistické dovednosti. Všechny odchylky od těchto očekávání budou penalizovány rozhodčími Provedení (E).
- 1.3. Rozhodčí Provedení (E) se nezajímá o technickou obtížnost sestavy. Rozhodčí je povinna penalizovat stejně jakoukoli chybu stejné závažnosti bez ohledu na technickou náročnost prvku nebo spojení.
- 1.4. Rozhodčí Provedení (a Rozhodčí Obtížnosti) musí být obeznámeny s aktuálním vývojem moderní gymnastiky, vždy musí znát, jak by měly prvky vypadat a být provedeny, musí být obeznámeny se všemi změnami standardů v MG a se současným vývojem tohoto sportu. V tomto kontextu také musí vědět, co je možné, co je možné od gymnastek očekávat, ale zároveň i to, co je výjimečné a mimořádné.
- 1.5. Všechny odchylky od správného provedení jsou považovány jako chyby artistiky a technické chyby a dle toho budou rozhodčími penalizovány. Počet srážek za malé, střední, nebo velké chyby je určen stupněm odchýlení od správného provedení. Následující srážky budou uděleny pokaždé a za každou viditelnou artistickou nebo technickou odchylku od očekávaného perfektního provedení. Tyto srážky musí být uděleny bez ohledu na obtížnost prvku nebo sestavy.

1.5.1.	Malá chyba	0,10 b.	jakákoli malá odchylka od perfektního artistického nebo technického provedení
1.5.2.	Střední chyba	0,20 b. - 0,30 b.	jakákoli zřetelná nebo značná odchylka od perfektního artistického nebo technického provedení
1.5.3.	Velká chyba	0,50 b. a více	jakákoli velká nebo kritická odchylka od perfektního artistického nebo technického provedení

2. Zámka za Provedení: 10,00 b.

Zámka za Provedení zahrnuje srážky za:

- Chyby Artistiky
- Technické chyby

3. Hodnocení Rozhodčími Provedení (E)

6 Rozhodčích Provedení je rozděleno do 2 podskupin:

- Podskupina 1 – 2 rozhodčí hodnotí chyby Artistiky v sestavě: 1 společná známka
- Podskupina 2 – 4 rozhodčí hodnotí Technické chyby: srážky udělují nezávisle na sobě (průměr dvou středních známek)

Srážky za Artistiku a Technické chyby jsou sečteny dohromady a poté odečteny od 10,00 b. k určení výsledné známky za Provedení (E).

4. Komponenty Artistiky

4.1. Kontakt mezi náčiním a gymnastkami

- 4.1.1. Na začátku nebo během sestavy, jedna nebo několik gymnastek nesmí zůstat bez náčiní déle než 4 vteřiny.
- 4.1.2. Pokud se náčiní a gymnastky nezačnou pohybovat simultánně, různé pohyby musí následovat rychle po sobě maximálně během 4 vteřin, aby nedošlo ke statické jedné nebo více gymnastek/náčiní.
- 4.1.3. Během Kolaborací může jedna nebo několik gymnastek držet dvě a více náčiní a jejich partnerky mohou být bez náčiní, pod podmínkou, že tato situace trvá 4 vteřiny nebo méně.
- 4.1.4. Na konci sestavy může gymnastka držet, nebo být v kontaktu s jedním nebo několika náčiními. V takovém případě, jedna nebo několik gymnastek mohou být v závěrečné póze bez náčiní.
- 4.1.5. Je možné začít nebo ukončit sestavu s „vyzdvižením“ jedné, nebo několika gymnastek s oporou o náčiní a/nebo gymnastky; pro začáteční pózu – přechod ze zdvihu nesmí trvat déle než 4 vteřiny od začátku sestavy.

4.2. Charakter, Rytmus, Dynamické změny:

Všechny normy zmíněné ve Cvičení jednotlivců #4.1.1., #4.1.2. - 4.2.1. a #4.2.2. platí rovněž pro společné skladby tak, aby kompozice byla vytvořena s harmonií a vystavěna okolo vůdčí myšlenky vycházející z charakteru hudby a nebyla jen sérií nesouvisajících prvků.

VYSVĚTLENÍ A NÁVRHY
Vytvoření vůdčí myšlenky neboli “příběhu”
1. Rozvinutí myšlenky (téma, příběh) Příběh má jasný začátek, střed a konec • První fáze: představení myšlenky či charakteru, začátek příběhu • Střední fáze: hlavní rozvinutí sestavy, včetně změn rytmu • Závěrečná část: hudba by měla růst na intenzitě a končit jasným výrazným finále, aby se zdůraznilo ukončení sestavy, ať rychlé či pomalé
2. Struktura prvků pro co největší efekt, maximální zapůsobení • Umístěte BD, R a AD do sestavy tak, aby korespondovaly s hudebními akcenty, které jsou silné, jasné a nejlépe odpovídají energii a intenzitě prvku (příklad: crescendo). • Umístěte ty nejoriginálnější/unikátní prvky do sestavy na místa s nejzajímavějšími akcenty nebo frázemi hudby nebo tam, kde jsou dynamické změny.
3. Přechody mezi formacemi nebo prvky obtížnosti • Přechody by měly být rychlé, logické a plynulé, s ohledem na různé metody (běh, skoky, poskoky, tanec) a organizaci pohybu (simultánnost, posloupnost, atd.)

4.3. Výraz:

Kolektivní práce společné skladby musí obsahovat stejnou krásu, eleganci a intenzitu pohybů od všech gymnastek.

4.4. Různorodost:

4.4.1. Útvary: mimimálně 6

VYSVĚTLENÍ	
Útvary musí být vytvořeny s různorodostí uvedeného:	• Umístění v různých místech plochy: střed, rohy, diagonály, řady. • Rozdělení pozic v rámci útvarů (čelem vpřed, vzad, atd.). • Vytvoření: kruhů, řad ve všech směrech, trojúhelníky, atd. • Amplituda: velikost/hloubka vytvořených útvarů.

4.4.2. Výměny: musí být použity různé typy házení a/nebo chytání.

VYSVĚTLENÍ
• Různá výška házení, včetně různé výšky, kde některá náčiní letí najednou velmi vysoko a některá středně vysoko. • Různá technika házení. • Různá technika chytání. • Různé kombinace stejných nebo různých kritérií.

4.4.3. Organizace Kolektivní spolupráce:

- Typická charakteristika společné skladby je participace každé gymnastky na homogenní práci společné skladby a duchu kooperace;
- Každá společná skladba musí obsahovat různé typy organizace kolektivní práce minimálně s 1 z níže uvedených typů kolektivní spolupráce". (viz Vysvětlení. Průvodce kolektivní spolupráce). Měla by existovat rovnováha mezi různými typy organizace v kolektivní spolupráci tak, aby jeden typ v kompozici nepřevládal (např. většina cvičení provedená synchronně)
- Každá kompozice by měla obsahovat různé typy kolaborací. Měla by existovat rovnováha mezi různými typy kolaborace tak, aby jeden typ v kompozici nepřevládal (např. většina cvičení s kolaborací).

VYSVĚTLENÍ - Průvodce pro Kolektivní spolupráci
1. Synchronizace: simultánní provedení stejného pohybu se stejnou amplitudou, rychlostí, dynamikou, atd. 2. Provedení „chorál“: simultánní provedení různého pohybu (všemi 5 gymnastkami, nebo podskupinami) s různou amplitudou, nebo rychlostí, nebo směrem. 3. Provedení jako „kánón“: provedení všemi 5 gymnastkami (nebo podskupinami) jedna po druhé. Pohyb začíná okamžitě po nebo během stejného pohybu předchází gymnastky nebo podskupinou. 4. Kontrast: provedení 5 gymnastkami (nebo podskupinami) v kontrastu s rychlostí (pomalu-rychle), nebo intenzitou („forte-piano“) nebo úrovní (stojící-na zemi), nebo směrem, nebo pohybem (pauza-pokračování).

4.4.4. Směry a přemísťování vytvářející různé útvary, aby byla využita celá plocha různorodým způsobem, gymnastky v letu, stojící, na zemi, běžící, provádějící poskoky, kroky, atd.

4.4.5. Prvky s náčiním: prvky s náčiním musí být provedeny v různých rovinách, směrech, na různých částech těla, různou technikou, atd. Pokud jsou prvky s náčiním opakovány, nebo jsou všechny provedeny ve stejné rovině bez jakýchkoli změn, bude tento nedostatek různorodosti penalizován.

SPOLEČNÉ SKLADBY		SRÁŽKA			
KONTAKT MEZI NÁČINÍM A GYMNASTKAMI					
Na začátku / během sestavy, 1 nebo několik gymnastek jsou bez náčiní déle než 4 vteřiny			0,30		
Žádná z 5 gymnastek není v kontaktu s žádným náčiním v závěrečné póze			0,30		
Na začátku sestavy, 1 gymnastka zůstane v pozici vyzdvižení déle než 4 vteřiny			0,30		
VŮDČÍ MYŠLENKA: CHARAKTER - Styl a charakter pohybů odráží charakter hudebního doprovodu; charakter vytváří vůdčí myšlenku rozvinutou na začátku, uprostřed a na konci sestavy					
Definovaný charakter je zjevný mezi nebo během většiny (ale ne všech) spojovacích prvků/pohybů a sériemi tanečních kroků	0,10				
Definovaný charakter nebo styl není plně rozvinut v sériích tanečních kroků; skládají se hlavně z chůze, běhu nebo poskoků na hudební akcenty bez ohledu na specifický styl hudby. Definovaný charakter je zjevný mezi nebo během některých spojovacích prvků a pohybů.			0,30		
Sestava postrádá jakýkoli definovaný charakter pohybu mezi prvky obtížnosti, které jsou předváděny jako pouhá série prvků obtížnosti bez stylu pohybu spojeného s hudbou Definovaný charakter je zjevný pouze v sériích tanečních kroků.				0,50	
Série tanečních kroků i spojovacích pohybů nemají žádný definovaný charakter.					0,70
VŮDČÍ MYŠLENKA: SPOJENÍ MEZI FORMACEMI					
Málo logických a vhodně spojených přechodů z jedné formace do druhé. Gymnastky přecházejí či přebíhají mezi formacemi (alespoň z 50%) bez logického vztahu k jednotné/vůdčí myšlence nebo souladu s ní.		0,20			
RYTMUS - Harmonie mezi pohyby a: hudební akcenty, fráze a tempo.					
Izolovaná přerušení, > pokaždé až do hodnoty 1,00 b.	0,10			»	1,00 max.
Celé cvičení je mimo rytmus (hudba je jen pozadím)					1,00
Hudební úvod delší jak 4 vteřiny bez pohybu			0,30		
Absence souladu mezi hudbou a pohybem na konci sestavy				0,50	
DYNAMICKÉ ZMĚNY - Energie, síla, rychlost a intenzita koresponduje s dynamickými změnami v hudebním doprovodu					
Pohyby gymnastky nerespektují jakoukoli dynamickou změnu v hudebním doprovodu NEBO hudební doprovod je celkově monotónní bez jakýchkoli dynamických změn			0,30		
VÝRAZ					
Nedostatek výrazu (krása, elegance a intenzita) pohybů těla u všech gymnastek			0,30		

SPOLEČNÉ SKLADBY		SRÁŽKA			
RŮZNORODOST					
Útvary - Nedostatek vyváženosti mezi amplitudou / tvary formací		0,20			
Útvary - Dlouhá pauza ve formaci		0,20			
Útvary - Méně než 6 útvarů (srážka pouze 1x)			0,30		
Výměny - Nedostatek různorodosti házení		0,20			
Organizace kolektivní spolupráce - Jeden typ kolektivní spolupráce v kompozici převládá		0,20			
Kolaborace - Jeden typ kolaborace v kompozici převládá		0,20			
Kolaborace - Zakázané prvky s Kolaborací			0,30		
Směry a přemísťování - Nedostatečná různorodost ve využití směrů a přemísťování		0,20			
Směry a přemísťování - Není využita celá závodní plocha		0,20			
Směry a přemísťování - Nedostatečná různorodost ve využití úrovní a metod pohybu po ploše		0,20			
Prvky s náčiním - Nedostatek různorodosti v rovinách, směrech, typech prvků s náčiním		0,20			

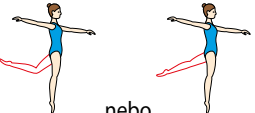
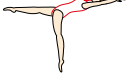
SPOLEČNÉ SKLADBY		SRÁŽKA			
» Všechny srážky uvedené v seznamu jsou uděleny pokaždé, bez ohledu na počet chybujících gymnastek (srážky za celek), pokud není specifikováno „každá gymnastka“ (tyto srážky jsou uděleny zvlášť za každou chybující gymnastku)					
Pohyby těla					
ZÁKLADNÍ TECHNIKA					
Nesprávné držení segmentů těla během pohybu, včetně nesprávné pozice chodidla a/nebo kolene, ohnutí lokte, zvednutých ramen během prvku obtížnosti těla	0,10				
Asymetrická pozice ramen a/nebo trupu během prvku obtížnosti těla		0,30			
SKOKY (viz také příloha -tabulka s úhly)					
Těžký dopad	0,10				
Nesprávný dopad: zjevně prohnutá záda během finální fáze dopadu		0,30			
Nesprávný tvar s malou odchylkou	0,10				
Nesprávný tvar se střední odchylkou		0,30			
Nesprávný tvar s velkou odchylkou			0,50		
Tvar s malou „houpačkou“	0,10				
Tvar se střední „houpačkou“		0,30			
Tvar s velkou „houpačkou“			0,50		
ROVNOVÁHY (viz také příloha -tabulka s úhly)					
Nesprávný tvar s malou odchylkou	0,10				
Nesprávný tvar se střední odchylkou		0,30			
Nesprávný tvar s velkou odchylkou			0,50		
Tvar není držen po dobu minimálně 1 vteřiny		0,30			
ROTACE (viz také příloha -tabulka s úhly)					
Nesprávný tvar s malou odchylkou	0,10				
Nesprávný tvar se střední odchylkou		0,30			
Nesprávný tvar s velkou odchylkou			0,50		
Tvar není ani pevný ani udržený během základní rotace		0,30			
Opora o patu během části rotace prováděné na „relevé“	0,10				
Osa těla není ve vertikále a ukončení s 1 krokem		0,30			
Poskok(y) bez přemístění	0,10				
Poskok(y) s přemístěním		0,30			

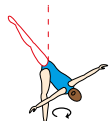
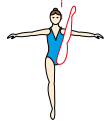
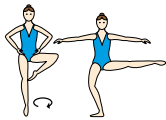
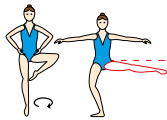
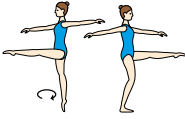
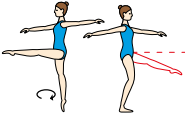
SPOLEČNÉ SKLADBY		SRÁŽKA			
» Všechny srážky uvedené v seznamu jsou uděleny pokaždé, bez ohledu na počet chybujících gymnastek (srážky za celek), pokud není specifikováno „každá gymnastka“ (tyto srážky jsou uděleny zvlášť za každou chybující gymnastku)					
PRE-AKROBATICKE PRVKY					
Těžký dopad	0,10				
Nepovolená technika preakrobatického, nebo nepreakrobatického prvku		0,30			
Chůze po rukou ve stojce		0,30			
SYNCHRONIZACE					
Nedostatečná synchronizace mezi individuálním pohybem a pohybem skupiny	0,10				
FORMACE					
Nepřesné linie v rámci formace	0,10				
Náčíní					
KOLIZE					
Kolize mezi gymnastkou/náčíním (+ veškeré další následky)	0,10				
ZTRÁTA NÁČINÍ - Za ztrátu náčiní udělí rozhodčí jednu srážku, bez ohledu na počet gymnastek, založenou na celkovém počtu kroků nutných k získání nejvzdálenějšího ze ztracených náčiní					
Ztráta a opětovné uchopení náčiní bez přemístění			0,50		
Ztráta a opětovné uchopení náčiní po krátkém přemístění (1 - 2 kroky)				0,70	
Ztráta a opětovné uchopení po 3 a více krocích					1,00
Ztráta mimo závodní plochu (bez ohledu na vzdálenost)					1,00
Ztráta náčiní, které neopustí závodní plochu a použití náhradního náčiní					1,00
Ztráta náčiní (žádný kontakt) na konci sestavy					1,00
TECHNIKA					
Nepřesná trajektorie a chycení v letu s 1 krokem		0,30			
Nepřesná trajektorie a chycení v letu s 2 a více kroky / „chassé“ kroky během R			0,50		
Chycení s nechtěnou pomocí druhé ruky (výjimka u míče: chycení mimo zorné pole)	0,10				
Nesprávné chycení s nechtěným kontaktem s tělem		0,30			
Statické náčiní** (bez ohledu na počet gymnastek)		0,30			
Nepoužitelné náčiní (bez ohledu na počet gymnastek)				0,70	
Během Kolaborace viditelná nehybnost jednoho nebo několika náčiní déle než 4 vteřiny (bez ohledu na počet gymnastek)		0,30			

SPOLEČNÉ SKLADBY		SRÁŽKA			
» Všechny srážky uvedené v seznamu jsou uděleny pokaždé, bez ohledu na počet chybujících gymnastek (srážky za celek), pokud není specifikováno „každá gymnastka“ (tyto srážky jsou uděleny zvlášť za každou chybující gymnastku)					
Švihadlo					
Nesprávná manipulace nebo chycení: amplituda, tvar, rovina, u švihadla – není drženo na obou koncích	0,10				
Ztráta jednoho konce švihadla bez přerušení sestavy (každá gymnastka)		0,30			
Ztráta jednoho konce švihadla s přerušením sestavy (každá gymnastka)			0,50		
Průchod švihadlem: zachycení chodidla švihadlem (každá gymnastka)		0,30			
Nechtěné namotání kolem těla nebo jeho části s přerušením sestavy (každá gymnastka)			0,50		
Uzel bez přerušení sestavy (každá gymnastka)		0,30			
Uzel s přerušením sestavy (každá gymnastka)			0,50		
Obruč					
Nesprávná manipulace nebo chycení: změna roviny manipulace, vibrace, nepravidelná rotace kolem vertikální osy	0,10				
Chycení po vyhození: kontakt s předloktím	0,10				
Chycení po vyhození: kontakt s paží		0,30			
Nedokončené kutálení po těle	0,10				
Nesprávně provedené kutálení s poskakováním	0,10				
Sklouznutí na paži během kroužení	0,10				
Průchod obručí: zakopnutí o obruč (každá gymnastka)		0,30			

SPOLEČNÉ SKLADBY		SRÁŽKA				
» Všechny srážky uvedené v seznamu jsou uděleny pokaždé, bez ohledu na počet chybujících gymnastek (srážky za celek), pokud není specifikováno „každá gymnastka“ (tyto srážky jsou uděleny zvlášť za každou chybující gymnastku)						
 Míč						
Nesprávná manipulace: míč je držen proti předloktí („popadnut“) nebo viditelně stisknut prsty	0,10					
Nechtěné, nedokončené kutálení po těle	0,10					
Nesprávné kutálení s poskakováním	0,10					
Chycení s nechtěnou pomocí druhé ruky (Výjimka: chytání bez zrakové kontroly)	0,10					
 Kůžele						
Nesprávná manipulace (nepravidelné pohyby, paže příliš daleko od sebe během mlýnků, atd.,	0,10					
Změna synchronizace v rotaci 2 kůželů během vyhazování a chytání 2 kůželů	0,10					
Nedostatečná přesnost v rovině manipulace kůželů během asymetrických pohybů	0,10					
 Stuha						
Změna kresby stuhy (hádky, spirálky nejsou dostatečně u sebe, nemají stejnou výšku, amplitudu, atd.)	0,10					
Nesprávná manipulace: nepřesná předání, tyčka stuhy neúmyslně držená za prostředek, nesprávné napojení kreseb stuhy, „práskání“ stuhy	0,10					
Nechtěné namotání kolem těla, nebo jeho části s přerušením sestavy (každá gymnastka)			0,50			
Uzel bez přerušení sestavy (každá gymnastka)		0,30				
Uzel s přerušením sestavy (každá gymnastka)			0,50			
Konec stuhy zůstává neúmyslně na zemi během kresby stuhy, vyhazování, ešapé, apod. (méně než 1 metr)	0,10					
Konec stuhy zůstává neúmyslně na zemi během kresby stuhy, vyhazování, ešapé, apod. (více než 1 metr)		0,30				

** Statické náčiní: viz Cvičení Jednotlivkyň, # 3.5. a Společné skladby # 3.4.

VYSVĚTLENÍ / PŘÍKLADY			
BD platné	BD platné srážka E -0,10 b. Nesprávný tvar s tolerancí - do 10°	BD platné srážka E -0,30 b. Nesprávný tvar s tolerancí - do 20°	BD není platné srážka E -0,50 b. Nesprávný tvar mimo toleranci - nad 20°
Dálkový skok (180° vyžadováno) 	 nebo 	 nebo 	 nebo 
Jelení skok 		 nebo 	 nebo 
Kozáček 	 nebo 	 nebo 	 nebo 
Dálkový skok se skrčením 		 nebo 	 nebo 
Dálkový skok se záklonem (doteč vyžadován) 			platné 0,30 b. neplatné 0,00 b.  
Attitude 			 nebo 
Přednožení se záklonem trupu 			

VYSVĚTLENÍ / PŘÍKLADY			
BD platné	BD platné srážka E -0,10 b. Nesprávný tvar s tolerancí - do 10°	BD platné srážka E -0,30 b. Nesprávný tvar s tolerancí - do 20°	BD není platné srážka E -0,50 b. Nesprávný tvar mimo toleranci - nad 20°
Vysoké přednožení se záklonem			
Penché			
Skrčení zánožmo s trupem horizontálně			
Vysoké přednožení			
Vysoké unožení			
Fouette Passe			
Fouette s nohou horizontálně			

SOUTĚŽNÍ PROGRAM

SOUTĚŽNÍ PROGRAM - SENIORKY

1. VĚK GYMNASTEK
 - 2017: ročník 2001 a starší
 - 2018: ročník 2002 a starší
 - 2019: ročník 2003 a starší
 - 2020: ročník 2004 a starší

2. **SENIORKY JEDNOTLIVKYŇ: ČTYŘBOJ**

2017 - 2018				
2019 - 2020				
2021 - 2022				
2023 - 2024				

3. **SENIORKY – SPOLEČNÉ SKLADBY: 2 SESTAVY**

2017 - 2018	5 	3  2 
2019 - 2020	5 	3  2 páry 
2021 - 2022	10 	3  2 
2023 - 2024	5 	3  2 páry 

SOUTĚŽNÍ PROGRAM - JUNIORKY

1. VĚK GYMNASTEK
 - 2017: ročníky 2004 - 2003 - 2002
 - 2018: ročníky 2005 - 2004 - 2003
 - 2019: ročníky 2006 - 2005 - 2004
 - 2020: ročníky 2007 - 2006 - 2005

2. **JUNIORKY JEDNOTLIVKYŇ: ČTYŘBOJ**

2017 - 2018					
2019 - 2020					
2021 - 2022					
2023 - 2024					

3. **JUNIORKY – SPOLEČNÉ SKLADBY: 2 SESTAVY**

2017 - 2018	5 	5 páry 
2019 - 2020	5 	5 
2021 - 2022	5 	5 
2023 - 2024	5 páry 	5 

Technický program pro juniorky jednotlivkyň

1. Požadavky na Obtížnost:

Komponenty Obtížnosti ve spojení s technickými prvky s náčiním	Prvky obtížnosti	Série rytmických kroků	Dynamické prvky s rotací	Obtížnost s náčiním
symbol	BD	S	R	AD
počet	Min. 3, započte se 7 nejvyšších	Min. 1	Min. 1 Max. 4	bez omezení
skupiny prvků obtížnosti	Skoky – min. 1 • Rovnováhy – min. 1 • Rotace – min. 1			

- Technická komise nedoporučuje pro juniorky zařazovat provádění Prvků obtížnosti na koleni.
- Všechny obecné normy pro Obtížnost Seniorek jednotlivkyň jsou rovněž platné pro Juniorky jednotlivkyň.
- Nedominantní ruka musí být použita při provádění Fundamentálních a Vedlejších technických prvků s náčiním během 2 Prvků obtížnosti (BD) (míč a stuha).
- Známka za obtížnost (D): Rozhodčí obtížnosti D ohodnotí prvky obtížnosti, udělí dílčí známku a odečtou možné srážky, tzn.:

5.1.

SRÁŽKY UDĚLOVANÉ ROZHODČÍMI OBTÍŽNOSTI D (D1 A D2)		
Obtížnost	Minimum / maximum	Srážka 0.30 b.
Prvky obtížnosti v pořadí, ve kterém jsou provedeny	Minimum 3 Maximum 7	- Méně než 1 prvek obtížnosti z každé skupiny $\wedge \top \delta$: srážka za každou chybějící Skupinu obtížnosti - Méně než 3 provedených Prvků obtížnosti - Méně než 2 Prvky obtížnosti s manipulací provedenou nedominantní rukou
Promenáda v rovnováze	Maximum 1	Více než 1
Série tanečních kroků	Minimum 1	Chybí minimálně 1

5.2.

SRÁŽKY UDĚLOVANÉ ROZHODČÍMI OBTÍŽNOSTI D (D3 A D4)		
Obtížnost	Minimum / maximum	Srážka 0.30 b.
Dynamické prvky s rotací	Minimum 1	Chybí minimálně 1

Technický program pro juniorské společné skladby

1. Požadavky na Obtížnost:

Komponenty Obtížnosti ve spojení s technickými prvky s náčiním	Obtížnosti bez výměny: Prvky obtížnosti	Obtížnosti s výměnou: Výměny	Série tančních kroků	Dynamické prvky s rotací	Kolaborace
symbol	BD	ED	S	R	C
počet	Min. 3	Min. 3	Min. 2	Max. 1	Min. 4
	Max. 7 (1 dle výběry)				
skupiny prvků obtížnosti BD	Skoky – min. 1 • Rovnováhy – min. 1 • Rotace – min. 1				

- Technická komise nedoporučuje pro juniorky zařazovat provádění Prvků obtížnosti na koleni.
- Všechny obecné normy, které platí pro obtížnost společných skladeb seniorek, jsou rovněž platné pro společné skladby juniorek (s výjimkou juniorky jednotlivkyň č.5)
- Známka za obtížnost (D): Rozhodčí obtížnosti D ohodnotí prvky obtížnosti, udělí dílčí známku a odečtou možné srážky, tzn.:

4.1. SRÁŽKY UDĚLOVANÉ ROZHODČÍMI OBTÍŽNOSTI D (D1 A D2)

Obtížnost	Minimum / maximum	Srážka 0.30 b.
Prvky obtížnosti BD bez výměny v pořadí, ve kterém jsou provedeny	Minimum 3	- Méně než 1 prvek obtížnosti z každé skupiny $\wedge \top \delta$: srážka za každou chybějící skupinu obtížnosti 1 prvek obtížnosti z každé skupiny prvků obtížnosti těla neprovedený simultánně (nebo ve velmi rychlém sledu, ne v podskupinách) - Méně než 3 provedené Prvky obtížnosti
Obtížnosti Výměny, v pořadí, ve kterém jsou provedeny	Minimum 3	Méně než 3 provedené Obtížnosti Výměny
Série tanečních kroků	Minimum 2	Chybí minimálně 1

4.2. SRÁŽKY UDĚLOVANÉ ROZHODČÍMI OBTÍŽNOSTI D (D3 A D4)

Obtížnost	Minimum / maximum	Srážka 0.30 b.
Dynamické prvky s rotací	Maximum 1	Více než 1
Kolaborace	Minimum 4	Chybí minimálně 4

5. Provedení pro sestavy juniorek jednotlivkyň a společných skladeb juniorek

Všechna všeobecná ustanovení platná pro seniorky jednotlivkyň a společné skladby seniorek jsou platné i pro sestavy juniorek jednotlivkyň a společných skladeb juniorek.









SASAKI

NATALY SHOP

ZBOŽÍ PRO MODERNÍ GYMNASTIKU

OFICIÁLNÍ ZÁSTUPCE FIRMY SASAKI PRO ČESKOU REPUBLIKU



www.natalyshop-sasaki.com

chcete novou
image?

GRAFIKA
TISK
WEB
REKLAMA

Dodáme vám **originální image**
ve skutečném i digitálním světě.

Navrhneme **grafický design** od loga
přes grafiku tiskovin až po celý vizuální styl.

Zrealizujeme **reklamu a marketing**
v elektronické, tištěné i třírozměrné formě.



602 495 191 • info@gitech.cz

www.gitech.cz



ČESKÝ SVAZ MODERNÍ GYMNASTIKY

vydal: © 2018 Český svaz moderní gymnastiky • autor grafického zpracování a tisk: © 2017-2018 Gitech - Jiří Herian • www.gitech.cz

ŠÍŘENÍ, TISK A KOPIOVÁNÍ JE POVOLENO PRO POTŘEBY ČLENŮ ČESKÉHO SVAZU MODERNÍ GYMNASTIKY.

Jakékoliv jiné použití, komerční prodej nebo použití jednotlivých grafických částí v jiných dílech bez povolení autora není povoleno.

TIŠTĚNÉ VYDÁNÍ PRAVIDEL OBJEDNÁVEJTE NA WWW.RG-RULES.CZ



aktualizovaná verze - únor 2018 - vydání 18.01.20