TÁRSAS KATEGÓRIÁK

Start korcsoport:
Korhatár: 5 – 10 év
Gyakorlat: statikus, maximum 120 másodperc
Max pontszám: 20,0 (technika 10,0 + művészi 10,0)
Elemválasztás:
- 4 darab 3 másodperces társas elem, fiú négyesben 3 társas elem. Az egységre vonatkozó elemtáblázat minden sorából kell egy elemet választani!
- 3 darab 3 másodperces egyéni elem a csatolt elemtáblázat 1. kategóriájából 2 hajlékonysági (pl. híd, spárga) és 1 egyensúlyi elem.
- Az ülőtartásokat és a fejenállást zsugorhelyzetben is végre lehet hajtani. Egyensúly elemként elfogadható a gólya-állás is.



Újonc korcsoport:
Korhatár: 6 – 12 év
Gyakorlat: statikus, maximum 120 másodperc
Max pontszám: 30,0 (technika 2x10,0 + művészi 10,0)
Elemválasztás:
- 4 darab 3 másodperces társas elem, fiú négyesben 3 társas elem. Az egységre vonatkozó elemtáblázat minden sorából kell egy elemet választani!
- 3 darab 3 másodperces egyéni elem a csatolt elemtáblázat 1. kategóriájából 2 hajlékonysági (pl. híd, spárga) és 1 egyensúlyi elem.
- Az ülőtartásokat zsugorhelyzetben is végre lehet hajtani.

Gyermek korcsoport:
Korhatár: 7 – 15 év
Gyakorlat: kombinált, maximum 150 másodperc
Max pontszám: 30,4 (technika 2x10,0 + művészi 10,0 + nehézségi max. 0,4)
Minimum 6 maximum 8 társas elem mutatható be a gyakorlatban.
A statikus elemek nehézségi értéke nem haladhatja meg a dinamikus elemek nehézségi értékének a kétszeresét, és fordítva, a dinamikus elemek nehézségi értéke sem haladhatja meg a statikus elemek nehézségi értékének a kétszeresét.
Elemválasztás:
- Minimum 3 darab 3 másodperces statikus elem a csatolt elemtáblázat különböző kategóriáiból (cat. 1-2-3). Párosban a 3. kategória vállba-állása lábfogással is végrehajtható.
- Minimum 2 dinamikus elem a csatolt elemtáblázatból az alábbi kikötésekkel:
  - nem kötelező egy elkapás (a táblázatban G-vel van jelölve), de nemzetközi versenyre készülő egységeknek ajánlott (Cesenaticoban C1-ben kötelező)!
  - maximum 2 ledobás és összesen 5 talajra érkezés megengedett
  - maximum 3 azonos kiinduló és érkező helyzet lehet a gyakorlatban

• 3 egyéni elem a csatolt elemtáblázat két különböző kategóriájából, melyből egy hajlékonysági és egy egyensúlyi elem az első kategóriából, valamint egy ugrás vagy agility a 2. kategóriából. A hajlékonysági elemet jól láthatóan kell bemutatni, de nem szükséges kitartani, az egyensúly elemet 2 másodpercig kell megtartani.

Serdülő korcsoport:
Korhatár: 10 – 19 év
Gyakorlat: kombinált, maximum 150 másodperc
Max pontszám: 30,6 (technika 2x10,0 + művészi 10,0 + nehézségi max. 0,6)
Minimum 6 maximum 8 társas elem mutatható be a gyakorlatban.
A statikus elemek nehézségi értéke nem haladhatja meg a dinamikus elemek nehézségi értékének a kétszeresét, és fordítva, a dinamikus elemek nehézségi értéke sem haladhatja meg a statikus elemek nehézségi értékének a kétszeresét.
Elemválasztás:
• Minimum 3 darab 3 másodperces statikus elem a csatolt elemtáblázat különböző kategóriáiból (cat. 1-2-3)
• Minimum 3 dinamikus elem a csatolt elemtáblázatból az alábbi kikötésekkel:
- egy elkapás kötelező (a táblázatban G-vel van jelölve)
- maximum 2 ledobás és összesen 5 talajra érkezés megengedett
- maximum 3 azonos kiinduló és érkező helyzet lehet a gyakorlatban

• 3 egyéni elem a csatolt elemtáblázat két különböző kategóriájából, a harmadik szabadon választható. A hajlékonysági elemet jól láthatóan kell bemutatni, de nem szükséges kitartani, az egyensúly elemet 2 másodpercig kell megtartani.

Ifi-felnőtt korcsoport:

Korhatár: 11+
Gyakorlat: kombinált, maximum 150 másodperc
Max. pontszám: 31,00 (technika 2x 10,00 + művészi 10,00 + nehézségi max. 1,0)
Elemválasztás:
A gyakorlatot a YOUTH korosztály (régi 12-18) szabályai szerint kell összeállítani (lásd. FIG versenyszabályzat és FIG Youth - Junior szabályzat) azzal a kivétellel, hogy a gyakorlatban nem kötelező bemutatni egy támasztás nélküli kézállást.
Speciális követelmények:
- Minimum 3 statikus tartásnak és 3 dinamikus elemnek kell lennie a gyakorlatban, melyek értéke minimum 1. Ha ez a Speciális követelmény nem teljesül 1.0 pont levonás jár minden hiányzó elemért.
- Minimum 1 elkapásnak lennie kell a gyakorlatban. Ha ez a Speciális követelmény nem teljesül 1.0 pont levonás jár a hiányzó elkapásért

- Az egység minden tagjának 3 egyéni elemet kell bemutatnia. Az egyéni elemeket a tagoknak egyszerre, vagy „vízesés effektusban” kell végrehajtaniuk, de azok lehetnek különbözőek. Ha ezt a Speciális Követelményt nem teljesítik, 1.0 levonás jár.

Korlátozások

- A páros és csoportos elemeknél a statikus elemek nehézségi értéke nem haladhatja meg a dinamikus elemek nehézségi értékének a kétszeresét, és fordítva, a dinamikus elemek nehézségi értéke sem haladhatja meg a statikus elemek nehézségi értékének a kétszeresét.
- Minden a Statikus és a Dinamikus gyakorlatokra bevezetett korlátozás érvényes.

Statikában:

- Egy gyakorlaton belül a felső ugyanazért a pozícióért nehézségi értéket kaphat:

➢ kétszer statikus tartásért

➢ kétszer átépítés közben

Párosoknál:

- A tartók/alsók nem ismételhetik meg egy gyakorlatban ugyanazt az átmenetet / bemenetet, a felső pozíciójától függetlenül.
- A felső csak egyszer változtathat helyzetet az alsó átmenete alatt.
- Az alsó és felső átmenet közben nem változtathatja meg az alátámasztási pontját.
- Maximum 4 nehézségi értékkel bíró elemet lehet összekötni, vagy közvetlenül egymás után bemutatni.

Csoportoknál:

- Egy gúlában, vagy egy átmenetes gúlában, ahol, maximum 3 alsó alapgúla engedélyezett, nehézségi értéket maximum 4 db 3 mp-es kitartás kaphat, a következő kivétellel: 2-es kategóriás alapgúlánál (2 fölső dolgozik) maximum 3 statikus kitartás engedélyezett.
- Az 1-es kategóriás piramisokban csak 1x lehet átmenet az alapgúlában.
- Nehézségi értéket csak 1x kaphat azonos dobozban levő gúla az egész gyakorlat során. (Az olyan átépített gúláknál, ahol az alapgúlák ugyanabban a dobozban vannak, legmagasabb értékékkel bírót kell megadni)
- Az egynél több alapgúlájú elemeknél az első alapgúla kategóriája határozza meg a gúla kategóriáját.
- A 2-es kategóriájú gúlákban két felső dolgozik. Ebben a kategóriában lehetséges, hogy csak az egyik fölső végez átmenetet, és ezért meg is kapja az átmenet és az új statikus tartás nehézségi értékét, akkor is, ha a másik felső és az alsó helyzete változatlan. Ha azonban a másik felső nem végez átmenetet, csak egyszer kapja meg a statikus tartásának nehézségi értékét. (Az alsó helyzetéért szintén csak egyszer jár nehézségi érték).
- Ha a partnerek egyszerre mozognak, akkor az egy átmenetnek számít. Ha azonban különböző időben mozognak, akkor mozgásuk különböző átmenetnek számít. (pl. ha először a felső, majd a középső, majd az alsó végez átmenetet, akkor ez 3 átmenet)

Átépített Gúlák

- **Meghatározása:** A nehézségi elemtáblázatban változnia kell, hogy melyik dobozban van az elem, és további átmeneteknél ugyanabba a dobozba visszatérni nem lehet (FIG versenyszabályzat 20.9 cikkely) Az elem értékelésekor mindegyik alapgúla értéke megadható. (max. 3 alapgúla)
- Az átmenetért csak akkor jár nehézségi érték, ha 3mp statikus pozícióból 3mp statikus pozícióba mennek.
- Átépítések alatt egyik partner sem jöhet le a gúlából a talajra, vagy mehet a talajról a gúlára.

Átmenet közben a felső:
• Lehet értékkel bíró pozícióban
• Lehet értékkel nem bíró pozícióban is
• Átmehet (értékkel vagy érték nélkül) a következő statikus helyzetbe

Átépített gúláknál:

- Amikor a felső nem változtat helyzetet az átépítés alatt, a kezdő pozíció alapján kapja a felső a nehézségi értéket.

Nem szükséges, hogy a felső ugyanazt a pozíciót tartsa az átmenet közben és az átmenetet követő gúlán. Pl. a felső lehet az átmenet közben terpeszülőben, majd kiemel kézállásba és azt tartja meg 3mp-ig.

- Amikor a felső helyzetet változtat az átépítés közben, a nehézségi értéket az alábbi módon számoljuk:
• a felső kezdő pozíciójának értéke
• + átmenetének értéke
• + az átépítés értéke
• + a felső véghelyzetének értéke és alsó statikus tartás értéke
- Ha a felső értéket nem érő pozícióban van az átmenet közben, akkor a felső nehézségi
értéke nulla (0) DE az alsók átmenetének értékét megkapják.
- A felső az átépítés közben nem használhat plusz, vagy másik alátámasztási pontot, különben az átmenet nem kap értéket.

Dinamikában:

- maximum 2 leugrás számít bele a nehézségi értékbe
- Maximum 3 vízszintes elkapási helyzet számít bele a nehézségi értékbe (ölbe, kézbe stb.) Belengetés és ágyúgolyó kezdő és befejező pozíció NEM számít vízszintes pozíciónak.
- Maximum 3 kötés kaphat nehézségi értéket egy gyakorlatban
- Maximum 3 azonos kezdőhelyzet számít bele a nehézségi értékbe

Kivételek:

➢ Knótról dobás nincs maximalizálva a csoportoknál
➢ Maximum 4-szer lehet franciából („half arm”) dobni nehézségi értékért párosoknál
• Maximum 4 elemet lehet egybekötni akár szériában akár közvetlenül egymás után. Tempóra dobás (az elemeket közvetlen egymásutánban kell végrehajtani megállás, illetve további előkészítés nélkül az elemek között.)
• Maximum 3 talajra érkezésért lehet (Le ugrások PLUSZ átdobások együtt) nehézségi értéket kérni.

Csoportoknál:

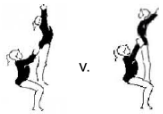
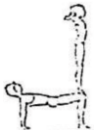
- Az egység minden tagjának aktívan részt kell vennie az elem végrehajtásában, hogy a nehézségi értéket megkapja. Az érkezések asszisztálása nem számít aktív részvételnek.

Férfi négyes egységekre vonatkozó további korlátozások:
- Ugyanazon elem végrehajtása 2x különbözőnek számít akkor, ha egyik esetben történik párcsere a levegőben töltött idő alatt, míg másik esetben nem.
- Csak 2 olyan dobásért jár nehézségi érték, ahol 3-an együtt dobják el a felső társat.
- Csak 1 olyan elkapás számítható be a nehézségi értékbe, ahol 3-an kapják el a felsőt.
- Csak 1 vízszintes elkapás értékelhető (változatoktól függetlenül)
- Csak 1 olyan elem hajtható végre férfi négyeseknél nehézségi értékért, amiben egyszerre két párosként dolgoznak. A páros elem nehézségi értékét összeadják és elosztják 2-vel. (Értékük a Nehézségi Elemtáblázat párosokra vonatkozó része tartalmazza.)

Női négyes egységekre vonatkozó szabályozások:
Ifi-felnőtt női négyeseknél a serdülő korosztály szabályai és elemtáblázata alkalmazandó!

Korhatár: 11+
Gyakorlat: kombinált, maximum 150 másodperc
Max pontszám: 30,6 (Technika 2x10,0 + Művészi 10,0 + nehézségi max. 0,6)
Minimum 6 maximum 8 társas elem mutatható be a gyakorlatban
A statikus elemek nehézségi értéke nem haladhatja meg a dinamikus elemek nehézségi értékének a kétszeresét, és fordítva, a dinamikus elemek nehézségi értéke sem haladhatja meg a statikus elemek nehézségi értékének a kétszeresét.
Elemválasztás:
- 3 darab 3 másodperces statikus elem a csatolt elemtáblázat különböző kategóriáiból (cat. 1-2-3)
- 3 dinamikus elem a csatolt elemtáblázatból az alábbi kikötésekkel:
    - egy elkapás kötelező (a táblázatban G-vel van jelölve)
    - maximum 2 ledobás és összesen 5 talajra érkezés megengedett
    - maximum 3 azonos kiinduló és érkező helyzet lehet a gyakorlatban
- 3 egyéni elem a csatolt elemtáblázat két különböző kategóriájából, a harmadik szabadon választható. A hajlékonysági elemet jól láthatóan kell bemutatni, de nem szükséges kitartani, az egyensúly elemet 2 másodpercig kell megtartani.

VIKTÓRIA KUPA START KOROSZTÁLY (5-10 év)

	1	2	3	4	5
A	3" 	3" 	3" 		
B	3" 	3" 	3" 	3" 	
C	3" 	3" 	3" 		
D	3" 	3" 	3" 	3" 	

Párosok

4 társas elem:

Minden sorból 1 elemet kell választani.

Támasztott kézállás csak nyújtott, zárt lábbal hajtható végre!

Ülőtartások zsugor helyzetben is végrehajthatók!

3 egyéni elem:

2 hajlékonysági
1 egyensúlyi
(fejenállás zsugor helyzetben is végrehajtható, valamint gólya állás is elfogadható)

VIKTÓRIA KUPA START KOROSZTÁLY (5-10 év)

Hármasok

	1	2	3	4	5
A	3" 	3" 	3" 		
B	3" 	3" 	3" 		
C	3" 	3" 	3" 		
D	3" 	3" 	3" 		

4 társas elem:

Minden sorból 1 elemet kell választani.

Támasztott kézállás csak nyújtott, zárt lábbal hajtható végre!

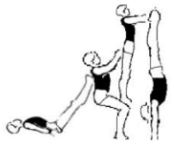
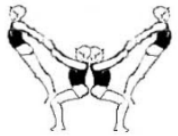
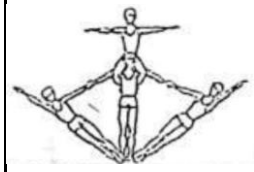
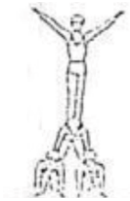
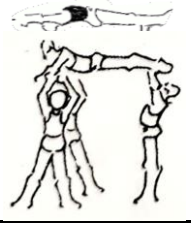
Ülőtartások zsugor helyzetben is végrehajthatók!

3 egyéni elem:

2 hajlékonysági
1 egyensúlyi
(fejenállás zsugor helyzetben is végrehajtható, valamint gólya állás is elfogadható)

VIKTÓRIA KUPA START KOROSZTÁLY (5-10 év)

Négyesek

	1	2	3	4	5
A	2x 3" 	2x 3" 	2x 3" 		
B	3" 	3" 	3" 		
C	3" 	3" 	3" 		

4 társas elem:

Minden sorból 1 elemet kell választani.

Támasztott kézállás csak nyújtott, zárt lábbal hajtható végre!

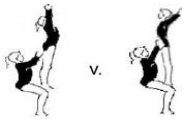
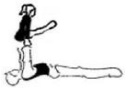
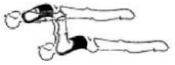
Ülőtartások zsugor helyzetben is végrehajthatók!

3 egyéni elem:

2 hajlékonysági
1 egyensúlyi
(fejenállás zsugor helyzetben is végrehajtható, valamint gólya állás is elfogadható)

VIKTÓRIA KUPA ÚJONC KOROSZTÁLY (6-12 év)

Párosok

	1	2	3	4	5
A	3" 	3" 	3" 	3" 	
B	3" 	3"  v.	3" 	3" 	
C	3" 	3" 	3" 	3" 	
D	3" 	3" 	3" 	3" 	3" 

4 társas elem:

Minden sorból egy elemet kell választani.

Támasztott kézállás csak nyújtott, zárt lábbal hajtható végre!

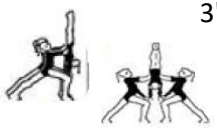
Ülőtartások zsugor helyzetben is végrehajthatók!

3 egyéni elem:

2 hajlékonysági
1 egyensúlyi

VIKTÓRIA KUPA ÚJONC KOROSZTÁLY (6-12 év)

Hármasok

	1	2	3	4	5
A	3" 	3" 	3" 	3" 	
B	3" 	3" 	3" 	3" 	3" 
C	3" 	3" 	3" 	3" 	
D	3" 	3" 	3" 	3" 	

4 társas elem:

Minden sorból kell 1 elemet választani.

Támasztott kézállás csak nyújtott, zárt lábbal hajtható végre!

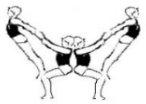
Ülőtartások zsugor helyzetben is végrehajthatók!

3 egyéni elem:

2 hajlékonysági
1 egyensúlyi

VIKTÓRIA KUPA ÚJONC KOROSZTÁLY (6-12 év)

Négyesek

	1	2	3	4	
A	2x 3" 	2x 3" 	2x 3" 		
B	3" 	3" 			
C	3" 	3" 	3" 	3" 	
D					

3 társas elem:

Minden sorból kell 1 elemet választani. A gyakorlatnak tartalmaznia kell egy ülőtartást és egy támasztott kézállást!

Támasztott kézállás csak nyújtott, zárt lábbal hajtható végre!

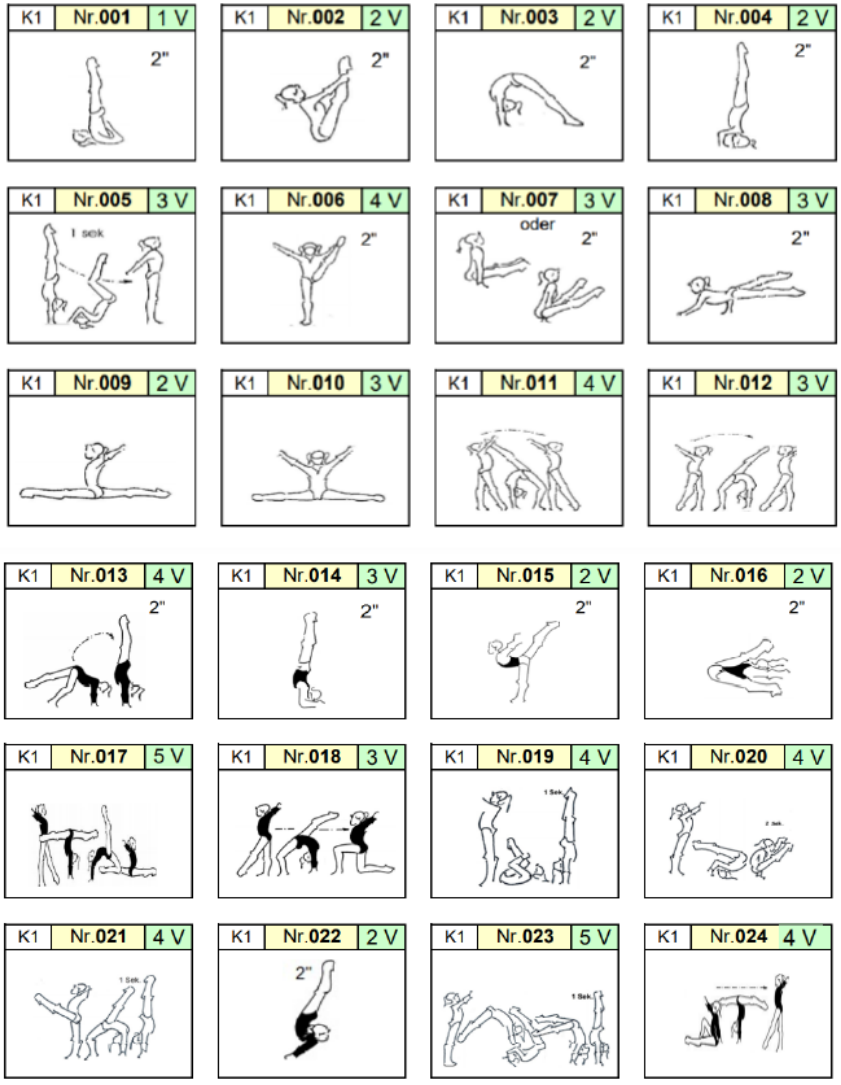
Ülőtartások zsugor helyzetben is végrehajthatók!

3 egyéni elem:

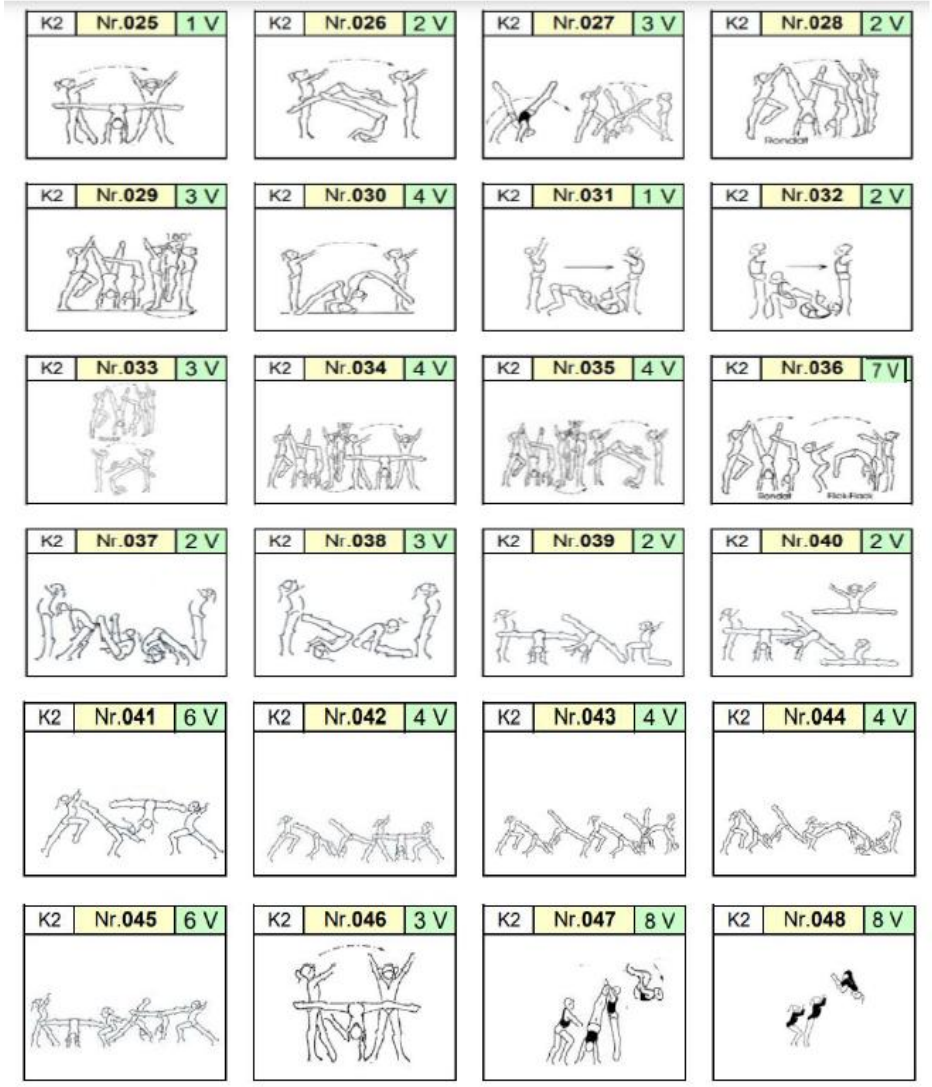
2 hajlékonysági
1 egyensúlyi

EGYÉNI ELEMEK

1.kategória

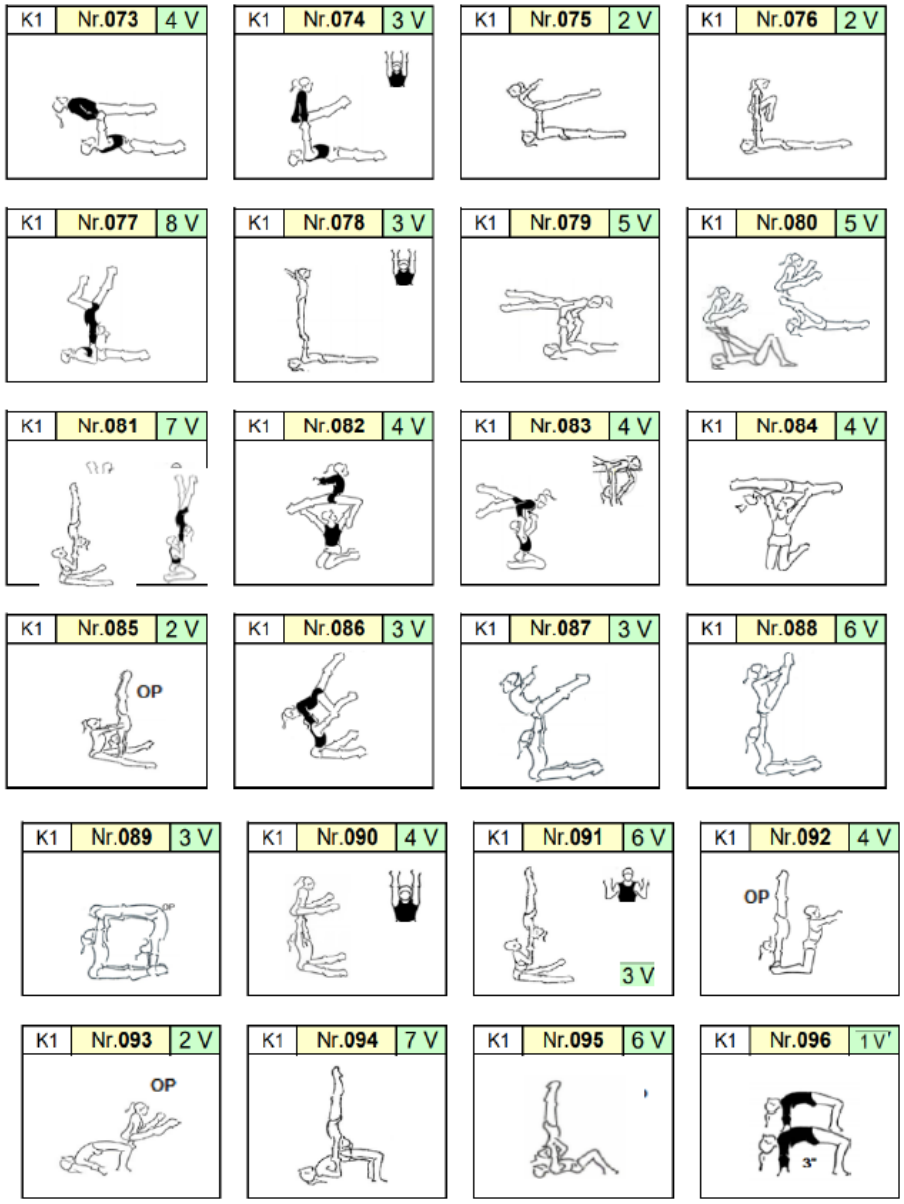


2. kategória

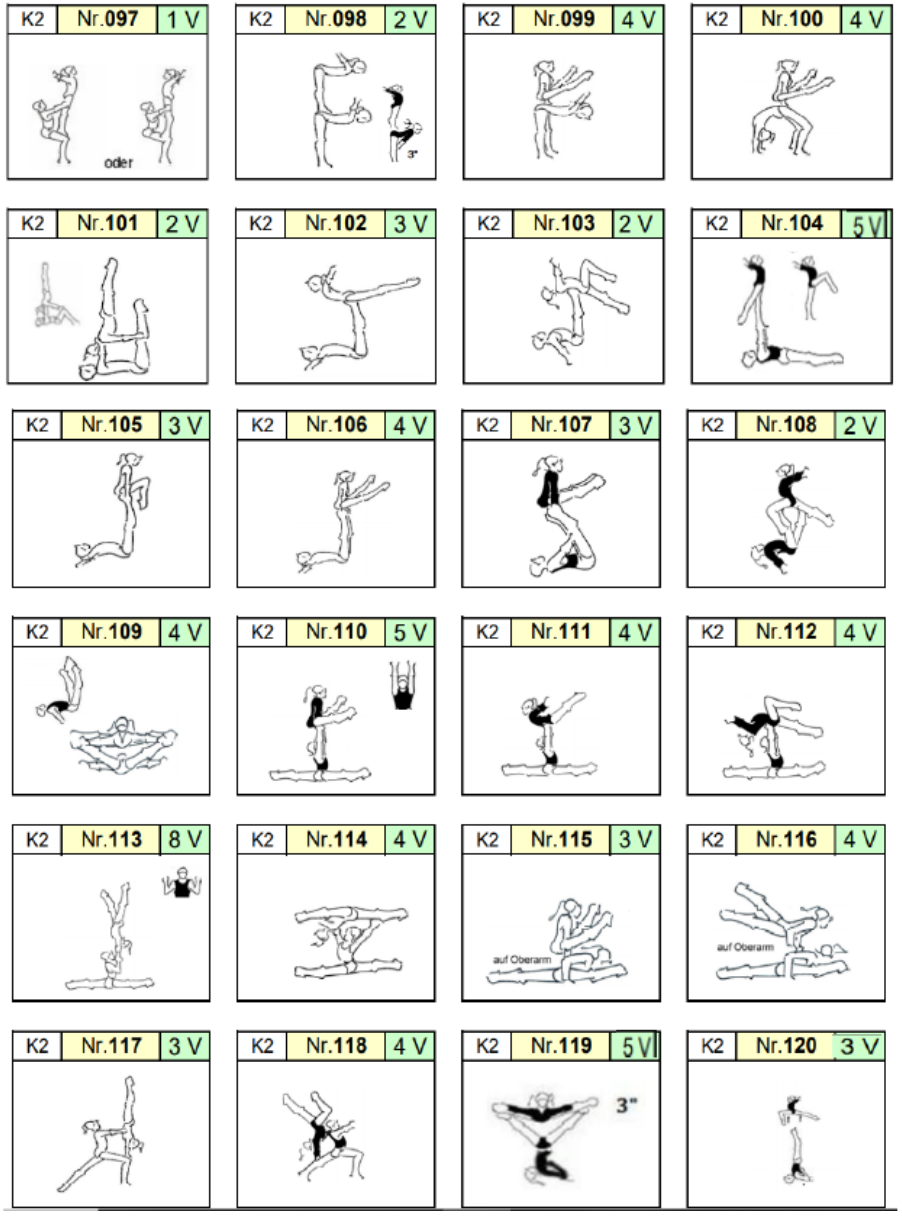


GYERMEK ÉS SERDÜLŐ PÁROS STATIKUS ELEMEK

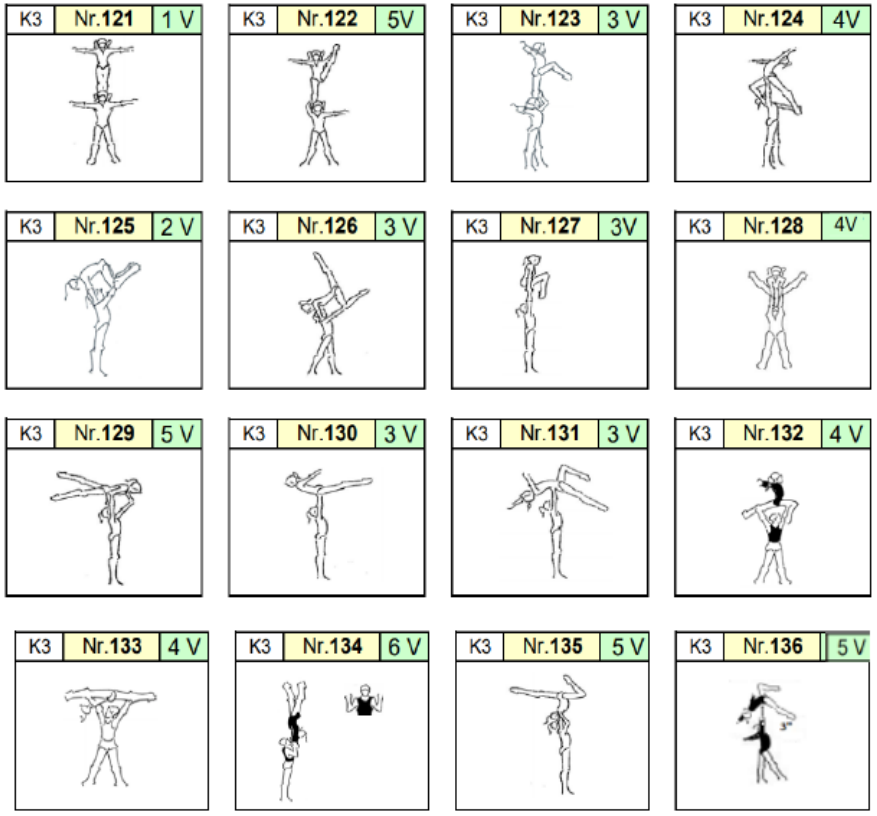
1.kategória



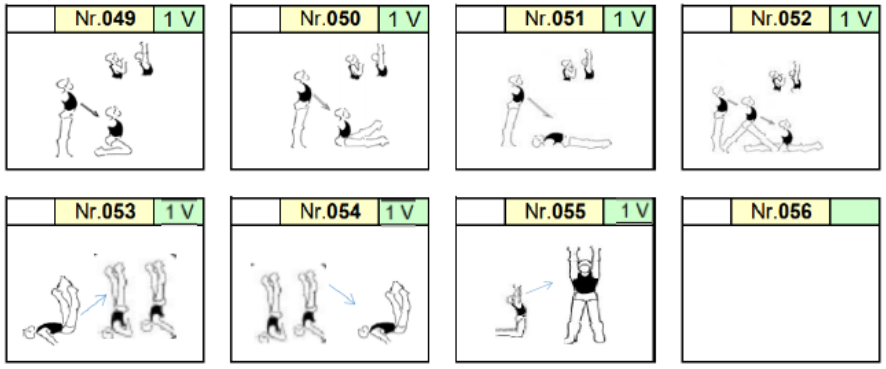
2.kategória



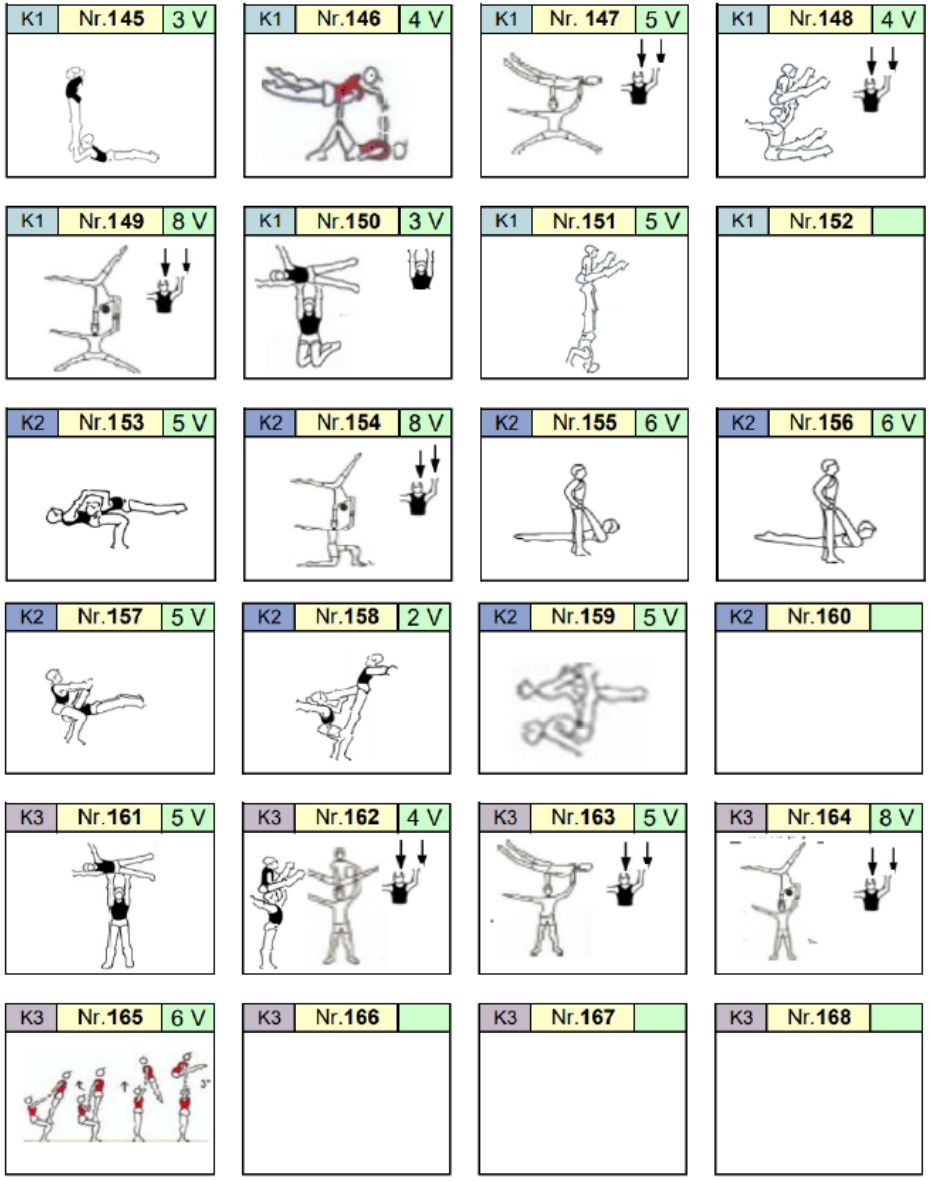
3.kategória



Átmenetek

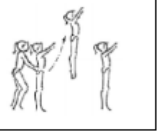


Csak férfi párosoknak és vegyes párosoknak



GYERMEK ÉS SERDÜLŐ PÁROS DINAMIKUS ELEMEK

D	Nr.169	1 V



G	Nr.170	2 V



G	Nr.171	3 V



D	Nr.172	5 V



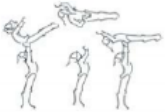
G	Nr.193	3 V



G	Nr.194	5 V



G	Nr.195	4 V



G	Nr.196	6 V



D	Nr.173	3 V



A	Nr.174	1 V



D	Nr.175	2 V



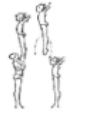
D	Nr.176	3 V



A	Nr.197	2 V



A	Nr.198	2 V



A	Nr.199	2 V



A	Nr.200	3 V



G	Nr.177	2 V



G	Nr.178	5 V



G	Nr.179	6 V



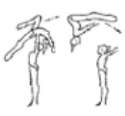
G	Nr.180	7 V



A	Nr.201	4 V



A	Nr.202	3 V



A	Nr.203	4 V



A	Nr.204	6 V



D	Nr.181	6 V



D	Nr.182	7 V



D	Nr.183	4 V



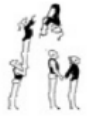
D	Nr.184	5 V



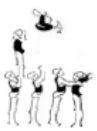
A	Nr.205	5 V



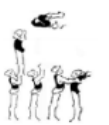
A	Nr.206	6 V



A	Nr.207	5 V



A	Nr.208	6 V



D	Nr.185	2 V



D	Nr.186	4 V



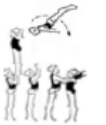
G	Nr.187	2 V



G	Nr.188	3 V



A	Nr.209	7 V



G	Nr.210	4 V



D	Nr.211	7 V



A	Nr.212	3 V



G	Nr.189	3 V

G	Nr.190	5 V

G	Nr.191	4 V

G	Nr.192	5 V

D	Nr.213	2 V

	Nr.214	3 V

	Nr.215	4 V

	Nr.216	4 V

GYERMEK ÉS SERDÜLŐ PÁROS DINAMIKUS ELEMEK

Csak férfi párosoknak és vegyes párosoknak

D	Nr.217	2 V



D	Nr.218	3 V



G	Nr.219	5 V



A	Nr.220	4 V



A	Nr.221	6 V



	Nr.222	7 V



G	Nr.223	4 V



D	Nr.224	



A	Nr.225	2 V



D	Nr.226	4 V



D	Nr.227	3 V



A	Nr.228	2 V



D	Nr.229	4 V



	Nr.230	2 V

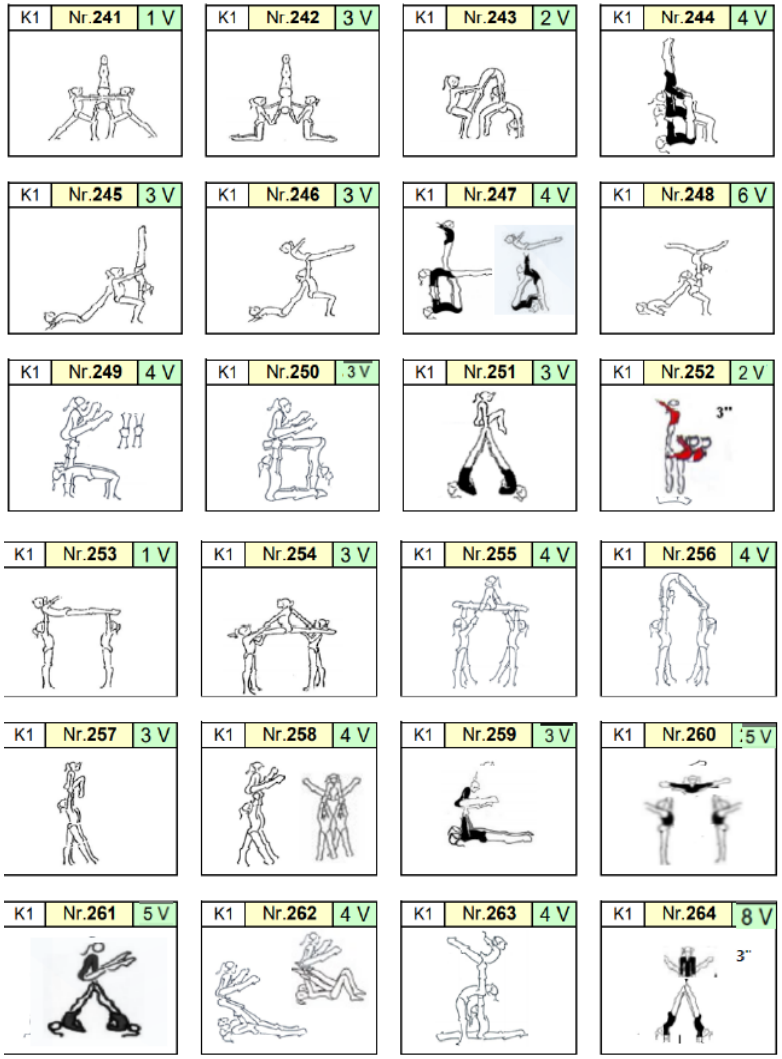


	Nr.231	

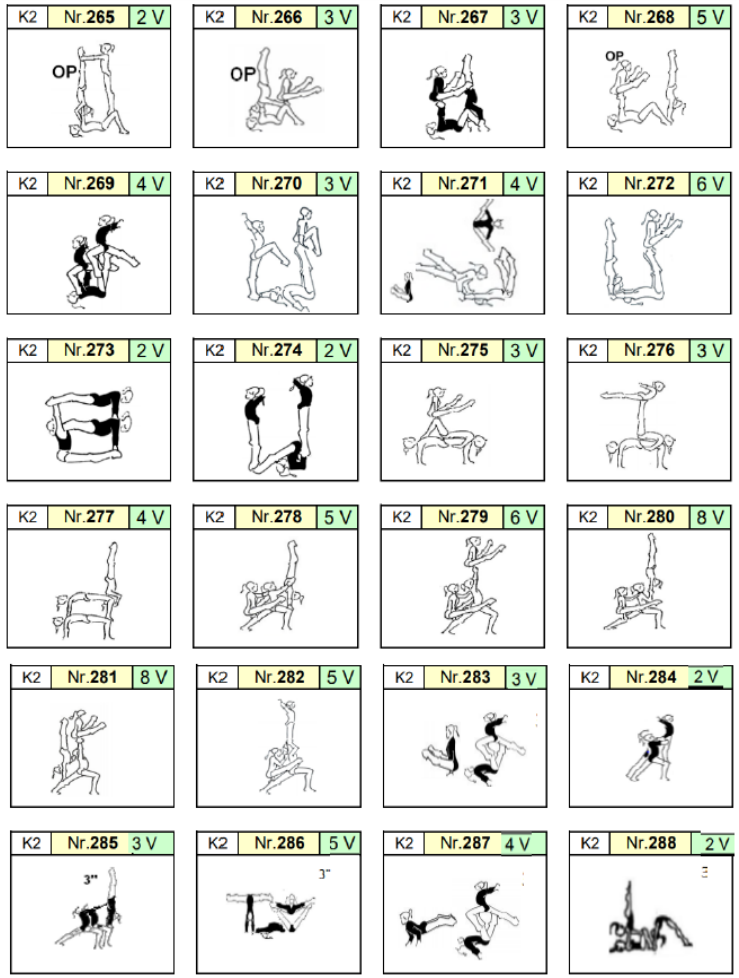
	Nr.232	

GYERMEK ÉS SERDÜLŐ HÁRMAS STATIKUS ELEMEK

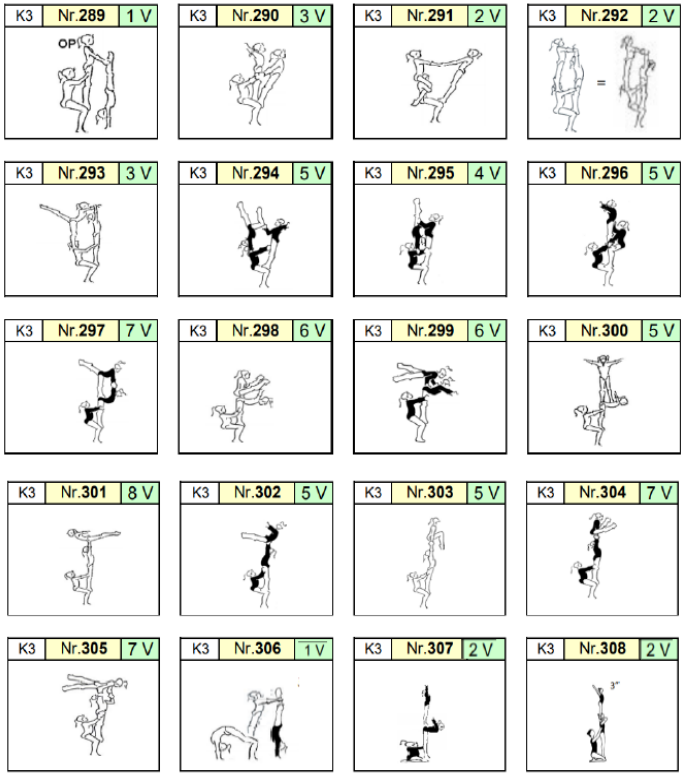
1. kategória



2. kategória



3. kategória



GYERMEK ÉS SERDÜLŐ HÁRMAS DINAMIKUS ELEMEK

G Nr.337 1 V



G Nr.338 2 V



D Nr.339 2 V



G Nr.340 2 V



A Nr.361 4 V



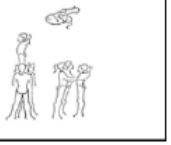
A Nr.362 5 V



A Nr.363 4 V



A Nr.364 5 V



G Nr.385 3 V



D Nr.386 2 V



G Nr.341 3 V



G Nr.342 3 V



G Nr.343 3 V



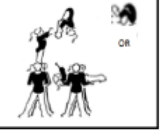
A Nr.344 2 V



A Nr.365 6 V



G Nr.366 6 V



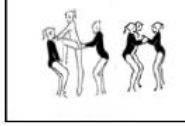
G Nr.367 (3 V



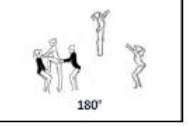
A Nr.368 2 V



A Nr.389 2 V



A Nr.390 3 V



A Nr.345 2 V



G Nr.346 3 V



A Nr.347 2 V



A Nr.348 3 V



G Nr.369 5 V



A Nr.370 5 V



A Nr.371 6 V



A Nr.372 7 V



G Nr.387 2 V



G Nr.388 3 V



A Nr.349 3 V



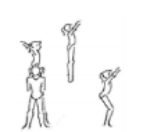
G Nr.350 4 V



G Nr.351 4 V



A Nr.352 2 V



G Nr.373 6 V



G Nr.374 1 V



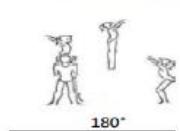
G Nr.375 2 V



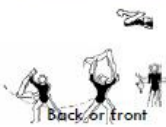
G Nr.376 3 V



Nr.391 3 V



Nr.392 6 V



G Nr.353 2 V

G Nr.354 2 V

G Nr.355 3 V

G Nr.356 4 V

D Nr.377 4 V

G Nr.378 6 V

D Nr.379 5 V

G Nr.380 4 V

Nr.393 1 V

G Nr.357 4 V

G Nr.358 4 V

G Nr.359 5 V

G Nr.360 4 V

A Nr.381 4 V

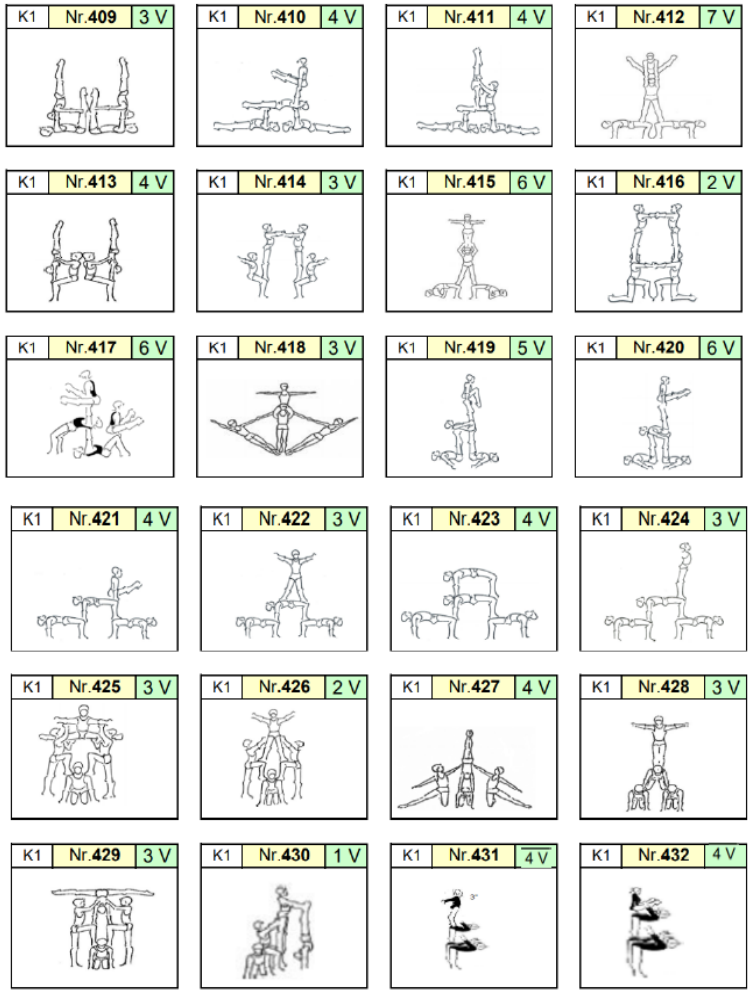
G Nr.382 4 V

D Nr.383 5 V

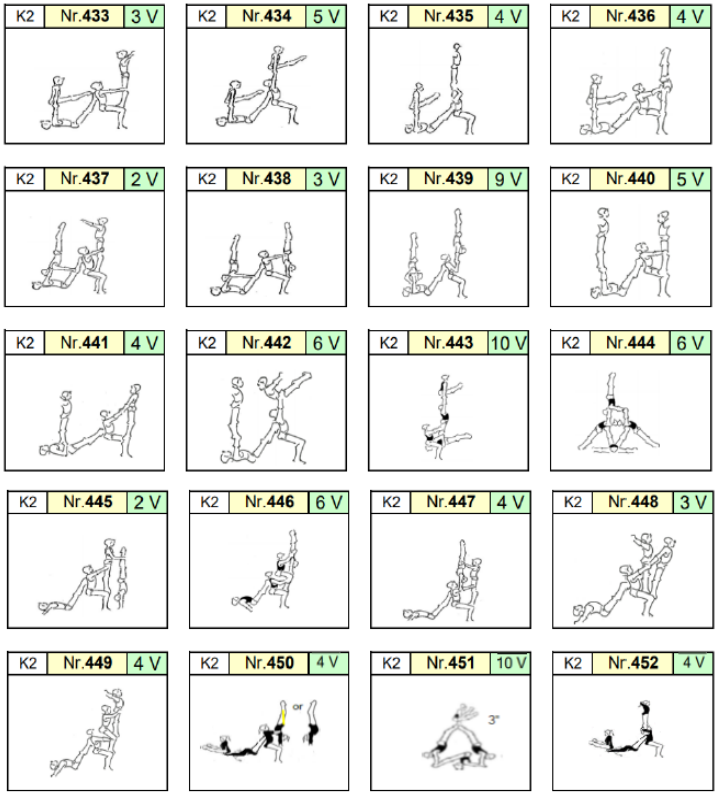
D Nr.384 6 V

GYERMEK ÉS SERDÜLŐ NÉGYES STATIKUS ELEMEK

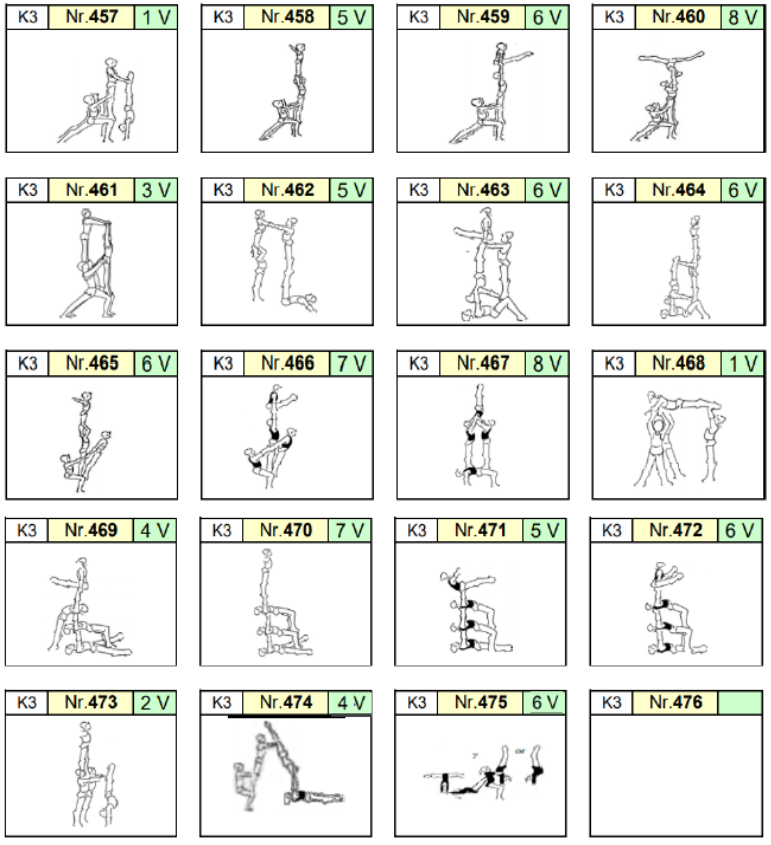
1.kategória



2.kategória



3.kategória



GYERMEK ÉS SERDÜLŐ NÉGYES DINAMIKUS ELEMEK

G	Nr.481	4 V



G	Nr.482	2 V



G	Nr.483	3 V



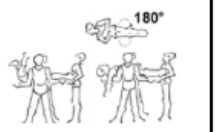
G	Nr.484	7 V



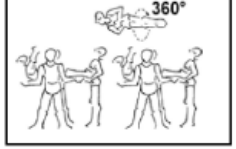
G	Nr.505	1 V



G	Nr.506	2 V



G	Nr.507	3 V



G	Nr.508	1 V



G	Nr.485	5 V



G	Nr.486	3 V



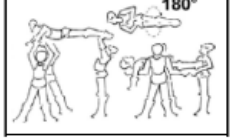
G	Nr.487	3 V



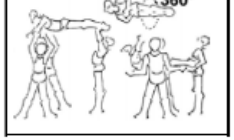
G	Nr.488	4 V



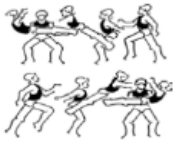
G	Nr.509	2 V



G	Nr.510	3 V



G	Nr.511	2 V



A	Nr.512	7 V



G	Nr.489	3 V



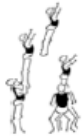
G	Nr.490	6 V



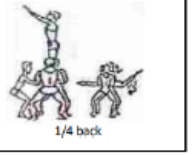
G	Nr.491	7 V



G	Nr.492	5 V



	Nr.513	3 V



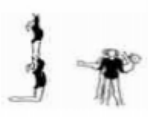
	Nr.514	3 V



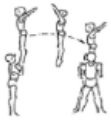
	Nr.515	2 V



	Nr.516	2 V



G	Nr.493	7 V



G	Nr.494	6 V



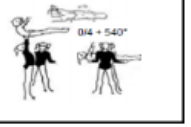
A	Nr.495	3 V



G	Nr.496	8 V



	Nr.517	4 V



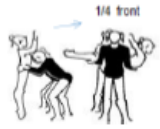
	Nr.518	8 V



	Nr.519	8 V



	Nr.520	3 V



A	Nr.497	2 V



A	Nr.498	2 V



G	Nr.499	4 V



A	Nr.500	4 V



	Nr.521	2 V



	Nr.522	

	Nr.523	

	Nr.524	

A	Nr.501	5 V



A	Nr.502	6 V



D	Nr.503	4 V



D	Nr.504	2 V