



## LAUSANNE (SUI), July 2022

Kedves Barátaim,

Az újonnan megválasztott ACRO TC első találkozóját Lausanne-ban tartotta 2022. június 20-24.



Az alábbiakról szeretnénk tájékoztatni mindenkit:

### 1. Akro Akadémia 3. szint Aalen (GER) 2022. április 18-24.

A 2018-as és 2019-es két 2. szintű akadémia után Németország adott otthont egy 3. szintű akadémiának Aalen városában. 13 szövetség (AUT, BEL, BRA, ESP, FRA, GBR, GER, HUN, ISR, ITA, NED, POR és USA) rekordszámú 23 résztvevője vett részt ezen a sikeres akadémián.

A tanfolyam vezető Chris Evans volt Angliából, aki, Lourenco Franca (POR) és Sergey Tretyakov (BEL) ACRO szakértők segítségével tartotta meg az akadémiát. A Covid-19 miatt a pszichológia leckéket online tartotta Thomas Heinen (GER).



Mindenkinek gratulálunk!



## 2. Acro Világkupák

- 10. Maia FIG Akro Világkupa

A versenyre 2022. május 13-15. között került sor, melyen 3 kontinens 12 országából 99 tornász vett részt (AUS, AUT, AZE, BEL, ESP, GBR, GER, ISR, ITA, POR, UKR, USA). A Versenyen a FIG technikai bizottság delegáltja, Wiesława Milewska volt, aki szeretné kifejezni őszinte elismerését a FIG, valamint az ACRO TC nevében a Portugál Tornaszövetségnek, Maia városának és a Helyi Szervező Bizottságnak, kiváló munkájukért. Ezúton is szeretnénk kifejezni elismerésünket az Acro - Companion felé, aki biztosította a lehetőséget, hogy a technikai kivitel pontozás itt első alkalommal „Real Time” rendszerrel mehessen. Ez egy nagyon jó tapasztalat volt, ami segíteni fog abban, hogy a jövőben javítsuk a pontozás igazságosságát és pontosságát.



- **FIG Acro Világkupa, RZESZOW, Poland 2022. június 3-5.**

Nikolina HRISTOVA volt az esemény technikai delegáltja, és őszinte elismerését szeretné kifejezni a FIG ACRO TC nevében a Lengyel Torna Szövetségnek, valamint a helyi szervezőbizottságnak, akik jó munkát végeztek.

A tornászok magas szintű versenyfeltételeket és körülményeket biztosítottak. Köszönet a helyi szervező bizottság munkatársainak és az önkénteseknek, akik professzionálisan teljesítették feladataikat, biztosítva a rendezvény magas színvonalát és sikerét.



## 3. Kérdések és válaszok

### Pontozási szabályzat

1. K: Ha a páros alsója spárgalecsúzás közben először a térdét teszi le, majd lecsúszik spárgába, akkor az elem elfogadható speciális követelmény teljesítésének?  
V: Igen 12-18, Junior és felnőtt korcsoportban ez csak egy másik technikai végrehajtás. 11-16-ban ezek két külön elemnek számítanak.
2. K: Spárgalecsúzás közben, ha nyújtott lábbal csúszik az alsó, van-e levonás, ha a térde leér a földre?  
V: A levonás akkor adható, ha a hátul levő láb nem nyújtott (ezért a térd leér a földre) (tökéletes vonalak és pozíciók 0,1-0,2)
3. K: Az alsó átmenete például 180°-os fordulattal azonosnak tekintendő-e ugyanazzal az átmenettel fordulás nélkül?  
V: Nem az alsók átmenetei fordulattal, különböző elemnek számítanak.



4. K: A 19.6 cikkely azt jelenti Alsó és/vagy Felső?  
V: Igen, Alsó ÉS Felső  
19.6: Az alsó és felső átmenet közben nem változtathatja meg az alátámasztási pontját.
5. K: Új levonás jár az alsónak, ha ülésben a lábai 90°-nál nagyobb terpeszben vannak? Le kell vonnunk ezt?  
V: Igen az alsó meg fogja kapni a korrekt levonást.
6. K: Ha egy bemenetet alacsony tartásba már csináltak, lehet ugyanezt a bemenetet magasba is megcsinálni, vagy ugyanannak a bemenetnek számít?  
V: Mivel ugyanazt a kiinduló helyzetet csinálják, ezért ez ugyanaz a bemenet.
7. K: 20.18 cikkely nem vonatkozik párosokra?  
V: Ugyan ez az érvelés vonatkozik a párosokra is, de a 20.18. cikkely csak a csoportokra vonatkozik.
8. K: Átmenetes gúláknál, mikor 3" tartásból 3" tartásba építik át az alapgúlát, a felső a vállban áll így 0 értékű pozícióban van. Átépités közben leesnek a földre, akkor a 21.3. cikkelyt használjuk: nincs időhiba, vagy van időhiba 0,9, mert már elkezdtek a gúlát?  
V: Van időhiba 0,9
9. K: Ha időhiba van az átmenetes gúla egyikében, akkor megkapják az átmenetért járó nehézségi értéket?  
V: Igen
10. K: Ha átmenet közben a gúlából lesnek, és a 2 alapgúla kategóriája megegyezik, akkor felépíthetik a 2. alapgúlát?  
V: Nem
11. K: Ha ezt csinálják, az kategória ismétlésének számít?  
V: Nem

	1	Cat.4 Gr.4	2	3	Cat.3 Gr.3	4	5	Cat.4 Gr. 4	3"
Value	16	28		6	16	6	11	7	24
SH	61 2E			64 12A		64 12A		64 12A	
Top									
Base	69 A5			68 D5		59		69 A5	

12. K: Átmenetes gúláknál, ha a felső ugyanazt a pozíciót tartja az átmenet közben, és az átmenet végén megy át egy másik pozícióba akkor a felső mozgásának értéke az első alapgúla nehézségi csoportjába vagy a második alapgúla nehézségi csoportjába fog tartozni (mivel itt történik a felső mozgása)?  
V: A felső mozgásának értékét annak az alapgúlának az értéke határozza meg, amelyen a felső a mozgást végzi, jelen esetben a második.



**13. K:** Az alsó(k)nak el kell kezdeni az átmenetet, a felső csak ezután kezdheti meg a saját átmenetét . Mit tesz a Nehézségi Bíró, ha ez nem történik, és a felső kezdi az átmenetnél a mozgást?

**V:** Az alsó(k) mozgása vagy átmenete közben megkapják a felső kiinduló pozíciójának nehézségi értékét. Ez azt jelenti, hogy a felsőnek ebben a nehézségi értékű pozícióban kell lennie abban a pillanatban, amikor az alsó(k) mozgása megkezdődik. Ha a felső nincs ebben a pozíciójában, akkor a mozgás/átmenet KÖZBEN elveszítik a felső statikus tartás értékét.

**14. K:** Levonást von maga után, ha érkezésnél a lábak nincsenek zárva?

**V:** Igen, ha érkezésnél nincsenek zárva lábak társas, vagy egyéni elemeknél, akkor az levonást von maga után.

**15. K:** A 36.4 cikkely: értékelési kritériumok, az előadás amplitúdója szempontjából, azt mondja, hogy „koreográfiai elemek”. Akkor a koreográfiai elemeket is pontozni kell technikai bíróként?

**V:** Koreográfiai elemek, például: „grand jeté vagy piruett vagy ugrás 720°-os fordulattal”, igen

#### Művészi Pontozás

**16. K:** Ha egy vagy több partner egyszerre esik el a koreográfiában, az 1,0 vagy 2,0 pont az esésben?

**V:** 1,0 pont

**17. K:** Mikor esés van egy sorozatban, milyen hatással van a művészi megítélésre?

**V:** ez a gyakorlat folytonosságának megszakadásától függ, és mindig alacsonyabb pontot eredményez az előadásmódban.

#### Nehézségi elem táblázat

**18. K:** A zárt lábért járó +1 érték az általános szabályzatból vonatkozik az átmenetekre is?

**V:** A zárt lábért járó +1 érték hozzáadható a felső statikus helyzetéhez az alsó átmenete közben.

**19. K:** 15. oldalon található - egyéb pozícióknál (hátrahajlás/gyűrű) van-e plusz érték ezekhez a pozíciókhoz:

**V:** Nem, csak a 7. oldalon feltüntetett pozícióknak van, a többi az eredeti pozíció azonos értékű és azonos azonosítójú változatának minősül.

**20. K:** A mínusz (-) érték az alsó átmenetére vonatkozó általános szabályoknál csak az átmenet értékére vonatkozik, és nem az átmenetre + statikus helyzetre?

**V:** Igen, csak az alsó átmenetének értékére!

**21. K:** Bemenet - 28. oldal - A... Ez a bemenet egy zsugor vagy bicska helyzetben van?

**V:** Ez csak egy ugrás a kézenállásba, és mindegy milyen a helyzet az ugrás közben.

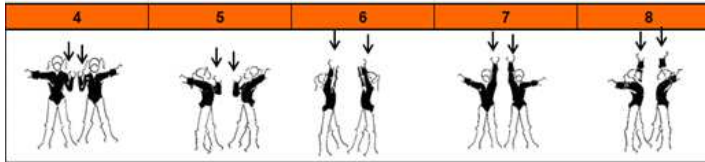
**K:** Ha zsugor, akkor a +2 érték vonatkozik erre, ha bicskában csinálják?

**V:** Nem



22. K: Alapgúla pozíció a Női hármásoknál, két alsó a földön, az általános szabályzat 9. oldalán a kézenállásért járó plusz érték női párosban és Női hármásoknál ide vonatkozik?

V: Nem, ezekért a pozíciókért nem jár további érték.



23. K: Befejező pozíció a N2 DIN 4 doboz általános szabályaiból mínusz értékű végpozíció. Ez a pozíció elfogadható 4/4-es vagy több fordulatú kézben elkapásnak, és így megkaphatja a + értéket?

V: A Vállal érkezés az alsó kezébe és az alsó vállára érkezés kézállásban NEM minősül „Kézben fogottnak”, így NEM kap + értéket.

24. K: EZ az a szabály alkalmazható N3-asoknál, mikor az egyik alsó 4/4 szaltóból kapja el a felsőt függőleges pozícióban?



• **Plusz nehézségi érték női párosoknak dinamikában:**

1. A tartó a kezében elkapott 4/4-es szaltóért járó plusz nehézségi érték, ahol a felső függőleges pozícióban van: +4 pl.:
2. 8/4-es, vagy ennél több fordulatú szaltóért járó plusz nehézségi érték: +4



V: NEM. Ez a szabály csak a Női párosokra vonatkozik, hármásokra nem. Női hármásoknál ez az elkapás már díjazzák a megfelelő értékkel

25. K: Használható ez a pozíció elkapási helyzetként? Ha igen, akkor ez

V: Igen



„Variációja”



ennek?

K: Kérem tisztázzák, hol lehetnek a második alsó kezei? Csak a talp alatt? A boka vagy a vádli környékén lehetnek?

V: A boka környékén lehet, a vádlinál NEM!



26. K: Ha a gyakorlatban 8/4-szaltó + 360° + 360°van berajzolva, akkor ennek a nehézségi értéke  $8/4 (18) + 360^\circ (8) + 360^\circ(8) = 34$ , vagy mindegy hol vannak a csavarok és  $8/4 (18) + 720^\circ (12) = 30$  adjunk, mindegy, hogy hogyan rajzolták be?

V: NEM, logikus választ ad a rajz és a csavarás minden egyes szaltóban:



Csavar értéke 2x 360°

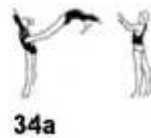
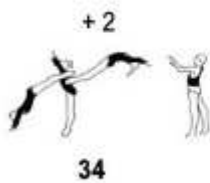


Csavar értéke 1x 720°

K: Hogyan működik ez az érték a 180°-os csavaroknál, amit most már lehetnek az első és a második szaltóban is? Az érték irányonként eltérő lehet.

V: Ebben az esetben is a rajz alapján lehet meg adni a logikus választ, figyelembe véve az elem kiinduló és cél pozícióját.

27. K: Mia a különbség ezek az elemek között?



V: a 34-es rundelből vagy flikk-flakkból indul  
a 34a pedig állásból hátra ugrásból

28. K: Ez a két elem ugyanaz?



21



8

V: A Férfi négyes 8-as számú kiinduló pozíció, a Női hármasok 21-es kiinduló pozíció változatának tekinthető

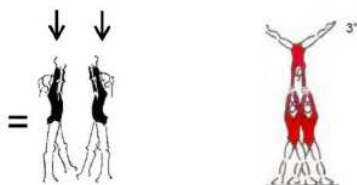


29. K: Ha kérik az elkapás nélküli érkezés plusz értékét a rajzon, de nem hajtják végre, mi a büntetés? Csak a plusz érték kerül kihúzásra, (mint például a zárt lábás kézenállás esetében), vagy egész elem?

V: Csak a plusz értéket húzza ki a nehézségi bíró.

30. K: A 13-as hírlevélben már pontosítva volt ugyan, de sok Női 3-as használja ezt az alap gúlát az alábbi elemekkel. De általában a Női 3-as 4 vagy 3 alátámasztási pontot használ, amikor alapgúla csak 2 alátámasztáspontot mutat. A párosoknál jól csinálják, szóval... A Női 3-asban ez így helyes?

2. A 65. oldal D6-os Cat.1-es női hármas alapgúla úgy is végrehajtható, hogy az alsók egymással szemben, vagy egymás mellett állnak, a koordináták ugyanazok mindkét variánsnál.



A: IGEN helyes, követte a TOD, 58.oldalán a 3-as sor/ 9.oszlopát, valamint a 61. oldalon a az 5. asztal felső pozícióit



K: Plusz alátámasztásért lehet-e vonni 0,5?

A: Nem





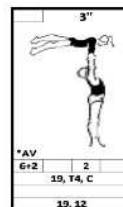
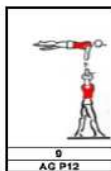
## EGYÉNI ELEMÉK

31. K: Junior és Felnőtt korosztályban 1 partner 3 egyéni elemet csinálhat, a másik pedig nem vagy kevesebbet?  
V: Ha sorozatban mutatják be kevesebb = Igen. Nincs = Nem
32. K: 11-16 és 12-18-as korosztályban, egy partner csinálhat 3 egyéni elemet a hajlékonysági kategóriából?  
V: Igen
33. K: Ezért művészi pontozásban büntetni fogják őket?  
V: Nem
34. K: Az egyéni elemek lehetnek egyformák statikus és dinamikus gyakorlatban? Például az alsó minkét gyakorlatban csinálhat flikk-flakkot támadóba?  
V: Igen
35. K: Ha az egyéni elemek a hajlékonysági- ügyességi-egyensúlyi kategóriából összekötve csinálják, (PL: ügyességi elem, utána spárga, majd fejállás), ez sorozatnak számít?  
V: Igen
36. K: És akkor a kiviteli bírő összesen 1,0-pontot vonhat összesen ezekből az elemekből tornásonként?  
V: Igen
37. K: Mi a „vízesés”?  
V: Vízesés effektusnál, a tornásznak el kell kezdeni az egyéni elemet, MIELŐTT a másik tornász befejezi a saját egyéni elemét.

## Age Group 11-16

Statika:

38. K: Csinálhatnak támaszmérleget a választható elemek táblázatából (4. melléklet), V9?



V: Igen, azért tettük be a 4. mellékletbe, mert a nehézségi elemtáblázatban ennek az elemnek 10 az értéke, de szerettük volna, a párosok tudják csinálni, ezért a választható elemeknél a kódja: AG P12 (V=9)

Dinamika:

39. K: A kötelező elemtáblázat elemeit lehet kötésben csinálni?  
V: Igen





40. K: A tornászok csinálhatják-e az egyéni elemeket sorozatban, mivel minden kategóriából (ügyesség, egyensúly, hajlékonyság) egy-egy elemre van szükség? Ha igen, a levonások ugyanazok, mint az összes többi korosztály esetében?

V: Igen

#### 4. ÚJ ELEMÉK

1) Párosok statika 24. old.: tegyétek be az alábbi ÚJ pozíciót 21:

20		6	
		10	
21		2	
		2	

2) Férfi négyes ÚJ dinamikus elem: 114.old. 4/4 bicska szaltó kézállásba

99

Front Salto  
Finish Position

		A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	
1						1		2	2		4							0/4								
2		2	3	3		5		8	10		22			3	4			4	6		3	6				27
3		2	3	3		6		10	12		24			3	4			/	7		3	7				30
4		2	3	3		7		14	16		26			3	4			4	7		3	7				33
5		4	6	6		12	10	20						7	9				16		8	14				
6		5	7	7		14	12	24						8	10			8	18		10	16				

#### 5. Pontosítások

Pontosítás:

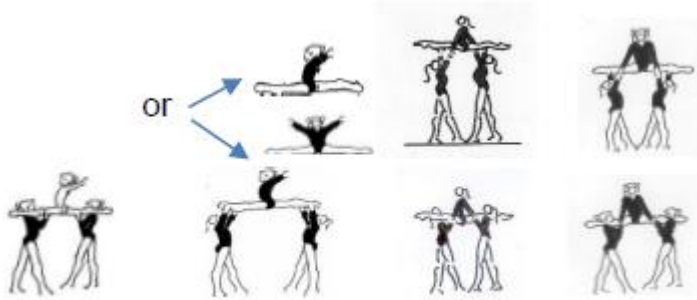
A Térdelésben tartás a hátrahajlított pozíció egyik változatának tekinthető, ha a pozíció nem szerepel az oldalon külön dobozban (példa: a 26. oldalon a 14. alapállás használható).





**Pontosítás:**

A női csoportoknál a spárgában elkapás helyzete (lásd még a 2. számú hírlevélben, 2017-2021-es ciklus): **MINDEN** következő elkapási pozíció megengedett (és kisebb stilsztikai variációkat elfogadunk, pl. foghatják a kezét vagy karját, lábát vagy sípcsontját - a támaszpontok opcionálisak), és a nehézségi táblázat megfelelő helyére be kell tenni:



**Pontosítás:**

Olyan alapgúlán, ahol az alsó keze(i) vagy lába/lábai a talajon vannak, a felsőnek CSAK a kéz vagy a láb fogása engedélyezett, és **NEM** szabad további támaszkodni a talajon. Ellenkező esetben 0,5 büntetés jár a kiegészítő támaszért. (pontosítva a 9. hírlevélben is, 2017-2021-es ciklus)

Például:

Helyes

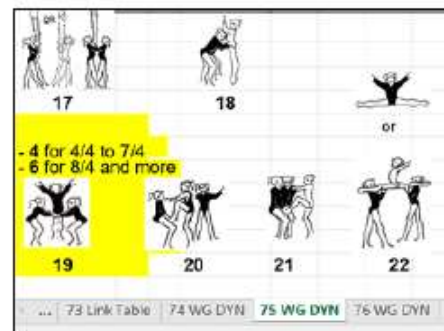
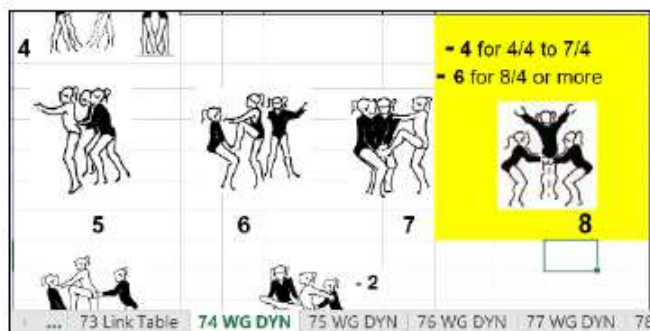


Helytelen



**Pontosítás:**

Női hármasoknál dinamikában a 74.old 8-as és a 75.old. 19-es kiindulóhelyzetéhez oda kell írni, hogy 4/4-7/4 szaltó, valamint 8/4 vagy több szaltó:





**Javítás:**

Férfi négyesek: 85.old

**Men's Group:**  
**How to look for the value of the top.**  
 In the left column of vertical boxes you have typical middle positions. In all the others boxes you have variations of these middle positions.  
 The difficulty of the top in these different positions depends on the value of the left column holds.  
 The value of these holds you can find at the tables **Pg 88, 89, 90, 91.**

	1	2	3	4	5	6

To define the base position from Pg 92 to 99, the following **different points of support** are considered as identical

*Page 1*

85 Pos Top 86 MG Transitions 87 MG Mounts 88 MG Bal Top 89 MG Bal Top 90 MG Bal Top ...

**A FIG által elfogadott Akrobatikus Torna versenyek naptára:**

2022-2023 Akrobatikus Torna világbajnokság:

- World Cup Aalen (GER) 2022. nov. 3-5.
- World Cup Maia (POR) 2023. márc. 10-12.
- World Cup Puurs (BEL) 2023. ápr. 7-9.
- *World Cup Rzeszow (POL) 2023. jún. 9-11. engedélyezés folyamatban*

**2023**

- 12th Korosztályos Európa bajnokság – Várna (BUL) 2023. okt. 12-15.
- 31. Európa bajnokság– Várna (BUL) 2023. okt. 18-22.

**2024**

- 13. Korosztályos Világ bajnokság – Holon (ISR) 2024. máj. 22-28.
- 29. Világ bajnokság – Holon (ISR) 2024. máj. 31- jún. 2.

**Rosy TAEYMANS**  
 President of the Acrobatic Gymnastics Technical Committee