

NEMZETKÖZI TORNASZÖVETSÉG (FIG)



2025 – 2028 PONTOZÁSI SZABÁLYZAT



AKROBATIKUS TORNA

Jóváhagyva a FIG Végrehajtó Bizottsága által

2024 februárjában

Kiadás 2025.január 29.

Fordította: Alton Andrea

NEMZETKÖZI TORNASZÖVETSÉG



AKROBATIKUS TORNA
2025 – 2028 PONTOZÁSI SZABÁLYZAT

Előszó

A FIG Akrobatikus Torna Szövetség Technikai Bizottsága az alábbiakban bemutatja az új, ratifikált Pontozási Szabályzatot, amely 2025. január 1-től lép érvénybe. A Szabályzat a jelenleg érvényben levő FIG Alapszabályzatra, a FIG Általános Technikai Szabályzatra és az Akrobatikus Tornára vonatkozó FIG Technikai Szabályzatra épül. A FIG Bírói szabályzata, valamint az Akrobatikus Tornára vonatkozó Speciális Bírói Szabályzat is fontos dokumentumok, melyek kihatnak a Pontozási Szabályzatra. A módosított, és bővített Nehézségi Elemtáblázat külön került kiadásra, de a Pontozási Szabályzat szerves részét képezi.

A módosítás során figyelembe vettük azt a megfogalmazott igényt, hogy egy stabil, drasztikus változtatások nélküli szabályzat jöjjön létre. Ezért a módosításoknak csekély hatása van a tornászok felkészítésére. Jelen szabályzat az előző ciklusban átszervezett szabályzatára épül, a változtatások tovább egyszerűsítik a szabályokat, érthetőbbé téve azokat.

A művészi pontozás minden szempontját gondosan átnéztük. A kritériumok számát jelentősen csökkentettük, és az elbírálás módszerét is leegyszerűsítettük.

A célunk, hogy minél közelebb kerüljünk a „real-time” (azonnali) technikai kiviteli pontozás megvalósításához és fenntartható versenyeket lehessen rendezni papír használata nélkül.

Köszönetnyilvánítás

A 2025 - 2028-as versenyciklusra vonatkozó új Pontozási Szabályzat átdolgozásában az alkotók maximális figyelmet fordítottak arra, hogy megtartsák az Akrobatikus Torna, korábbi nevén Sport akrobatika megalkotóinak filozófiáját. Olyan javaslatokkal, amelyek jobban értékelik a kreativitást, a nehézséget, és az edzők, sportolók kemény munkáját. A módosítások lehetővé teszik, hogy kezdő sportolók minél hamarabb magas színvonalú gyakorlatokat mutathassanak be, és a sportág veteránjaival együtt magabiztosan és biztonságban indulhassanak nemzetközi versenyeken.

A Pontozási Szabályzat a versenyszabályok és a bíráskodás szabályainak kialakításánál tiszteletben tartja és értékeli a Tagszövetségek, a Kontinentális Szakbizottságok, a szakértő edzők, bírók és sportolók módosító javaslatait.

A Pontozási Szabályzat módosításához hozzájárult az Akrobatikus Torna 2022-2024-es ciklusra megválasztott Technikai Bizottságának összes tagja:

Ms. Rosy TAEYMANS	BEL	<i>Elnök</i>
Mr Bernardo TOMÁS	POR	<i>Alelnök</i>
Ms Nikolina Hristova	BUL	<i>Alelnök</i>
Mr Frank Böhm	GER	<i>Tag</i>
Ms Wiesława Milewska	POL	<i>Tag</i>
Mr Yuriy Goliak	UKR	<i>Tag</i>
Ms. Irina Nikitina	RUS	<i>Tag</i>
Ms May Miller	ISR	<i>Sportolók képviselője</i>

Az Akrobatikus Torna Technikai Bizottsága a következőknek tartozik köszönettel a segítségükért: Köszönjük Morinari Watanabe-nak, a FIG elnökének, irányító munkáját és támogatását. Az ő tanácsai és a szakág fejlődését szorgalmazó intézkedései nagymértékben járultak hozzá az elmúlt ciklus fejlődéséhez.

Köszönjük Nikolas BUOMPANE főtitkár úrnak szakértői tanácsait és támogatását, és különösen Mr. Rui Vinagre, sport menedzserünk segítségét. Köszönet jár a többi torna szakág technikai bizottságainak és elnökeiknek a Pontozási Szabályzat megformálásában nyújtott nagylelkű segítségéért.



Rosy Taeymans
FIG Akrobatikus Torna
Technikai Bizottságának elnöke

Tartalomjegyzék

BEVEZETÉS		7
I. Rész	SZÁNDÉKOK és CÉLOK	
1. cikkely	Szándékok és célok	8
II. Rész	VERSENYSZÁMOK és VERSENYEK	
2. cikkely	A versenyszámok és versenyek jellege	9
III. Rész	VERSENYRENDEZÉS és IRÁNYÍTÁS	
3. cikkely	Versenyszervezés	10
4. cikkely	Fellebbviteli bíró	10
5. cikkely	A Döntő bíró	10
6. cikkely	Versenyzők jogai és kötelezettségei	11
7. cikkely	A edzők jogai és kötelezettségei	12
IV. Rész	BÍRÓK	
8. cikkely	Döntő bíró	14
9. cikkely	Bírói panelek összeállítása	14
10. cikkely	Bírók jogai és kötelezettségei	15
11. cikkely	Vezető bíró	16
12. cikkely	Nehézségi bíró	17
13. cikkely	Művészi és Technikai-kivitel bírók	18
14. cikkely	Bírói egyenruha	19
V. Rész	GYAKORLAT SZERKEZETE és ÖSSZEÁLLÍTÁSA	
15. cikkely	A gyakorlat szerkezete	20
16. cikkely	A gyakorlatok hossza	20
17. cikkely	A gyakorlatok összeállítása	20
18. cikkely	A statikus gyakorlat jellemzői	21
19. cikkely	Páros statikus gyakorlat speciális követelményei	22
20. cikkely	Csoportos statikus gyakorlatok jellemzői	23
21. cikkely	Párosok és csoportok időhibái és egyéni elemek	25
22. cikkely	A dinamikus gyakorlat jellemzői	26
23. cikkely	A dinamikus gyakorlat speciális követelményei	26
24. cikkely	A dinamikus gyakorlat hibái	27
25. cikkely	A kombinált gyakorlat jellemzői	27
26. cikkely	A kombinált gyakorlat speciális követelményei	27
27. cikkely	Az egyéni elemek bemutatása	28

VI. Rész	MŰVÉSZI KIVITELEZÉS és MŰVÉSZI ÉRTÉK	
28. cikkely	Művészi-kivitel	29
29. cikkely	Partnerkapcsolat / magasságkülönbség	29
30. cikkely	Kifejezésmód	30
31. cikkely	Eladásmód és koreográfia	30
32. cikkely	Kreativitás	30
33. cikkely	Zenei kíséret és zeneiség	30
34. cikkely	Versenyruházat	31
35. cikkely	Kiegészítők és segédeszközök	31
VII. Rész	KIVITELI ÉS TECHNIKAI ÉRTÉK	
36. cikkely	Kiviteli és technikai érték	33
VIII. Rész	NEHÉZSÉG	
37. cikkely	Nehézség	34
38. cikkely	Gyakorlat rajzok	34
39. cikkely	Új elemek	36
IX. Rész – EVALUATION OF EXERCISES		
40. cikkely	Kiértékelés	37
41. cikkely	Pontszámok és pontozás	37
42. cikkely	Levonások az összpontszámból	38
43. cikkely	Óvások a pontszám ellen	38
X. Rész– TABLES OF FAULTS AND PENALTIES		
44. cikkely	Vezető és Nehézségi bíró levonásai	40
45. cikkely	Művészi-kivitel pontozása	41
46. cikkely	Technikai hibák	41
MELLÉKLETEK		
1. Melléklet	Útmutató a technikai pontozáshoz	44
2. Melléklet	Az elemek definíciója	51
3. Melléklet	Sportolók mérése	53
4. Melléklet	Gyorsírás	56
5. Melléklet	Versenyruházat oktatási útmutató	62
6. Melléklet	Kifejezések szótára	64
7. Melléklet	Technikai és Művészi pontozó lapok	67

Bevezetés

1. Az Akrobatikus Torna sportágban rendezett versenyeken a Pontozási Szabályzat részvételi szerződésként szolgál a TC-ACRO, az edzők, a tornászok és a bírók között. Időnként szükségessé válhat egyes cikkelyeknek a magyarázata, melyeket a Tagszövetségek számára hivatalos hírleveleinkben tesszük közzé.
2. A Pontozási Szabályzat és a Technikai Szabályzat közötti bármilyen ellentmondás esetén a Technikai Szabályzatban foglaltak a mérvadók.
3. A szöveg értelmezésében minden esetben az angol nyelvű változat az irányadó.
4. A FIG a Technikai Szabályzat szerint gyakorolja a szerzői jogokat. A szerzői jogra vonatkozó törvény szerint a FIG engedélyezi a Pontozási Szabályzat angolról más nyelvre történő fordítását és megjelentetését. Az engedélyezett nyelvekre történő fordítás egy példányát elektronikus úton a FIG-nek meg kell küldeni.
5. A Pontozási Szabályzat tartalma figyelembe veszi a FIG Végrehajtó Bizottságának és albizottságainak irányelveit. Az 1. részben ismertetett szándékok és célok hűen tükrözik azt, hogy a FIG TC-ACRO mekkora figyelmet fordít a Pontozási Szabályzat megalkotására, és annak indokoltságára
6. A nemzeti szövetségek a saját, hazai versenyekre vonatkozóan megváltoztathatják a szabályokat a saját fejlődési igényüknek megfelelően
7. A Technikai Szabályzatban és a Pontozási Szabályzatban foglaltakat minden FIG által engedélyezett kontinentális és nemzetközi versenyen szigorúan be kell tartani. Ezekről eltérni csak a TC-ACRO írásos engedélyével lehetséges.
8. A Pontozási Szabályzatot nemre, fajra, hitre vagy kulturális háttérre való megkülönböztetés nélkül kell alkalmazni. Életkor szerinti korlátozások vannak egyes versenyeken.
9. A fogyatékkal élő tornászoknak rendezett versenyeseményeket örömmel fogadjuk és támogatjuk.

I. RÉSZ

SZÁNDÉKOK ÉS CÉLOK

1. Cikkely: SZÁNDÉKOK ÉS CÉLOK

- 1.1. A Pontozási Szabályzat elsődleges szándéka, hogy biztosítsa, ösztönözze és előmozdítsa az Akrobatikus Torna minden területének a fejlődését.
- 1.2. A Pontozási Szabályzat és a Nehézségi Elemtáblázat együttesen egy olyan eszközt alkotnak, amelyen keresztül lehetőség nyílik a sportág versenyeinek objektív strukturálására, megszervezésére és a gyakorlatok értékelésére.
- 1.3. A Pontozási Szabályzat és a hozzá tartozó dokumentumok hasznosak az akrobatikus tornászok és edzők számára, hiszen támpontot nyújtanak a versenyre való felkészüléshez és a gyakorlatok kialakításához.
- 1.4. A Pontozási Szabályzat egy keretet nyújt az új versenyzők számára, hogy tudásuk és készségeik fejlődjenek, és minél hamarabb részt vehessenek országos és nemzetközi versenyeken. Ezen kívül a Szabályzat célja, hogy hozzájáruljon a magas szintű sportolók, edzők és bírók tudásának és készségeinek folyamatos fejlődéséhez.
- 1.5. E Pontozási Szabályzat szerkezetét és terminológiáját úgy alakítottuk ki, hogy amennyire lehetséges, azok a többi torna szakág terminológiával összhangban legyenek, így a többi torna szakágakban résztvevők is könnyen megértsék.
- 1.6. A Pontozási Szabályzat könnyen érthető szabályai segítik a nézőket abban, hogy a versenyek során élvezhessék a világklasszis sportolók gyakorlatait.

II. RÉSZ: VERSENYSZÁMOK ÉS VERSENYEK

2. Cikkely: A VERSENYSZÁMOK ÉS VERSENYEK JELLEGE

Versenyszámok

- 2.1. Az Akrobatikus Torna versenyeken öt versenyszám van:
 - Női páros
 - Férfi páros
 - Vegyes páros (alsó férfi, felső nő)
 - Női hármas
 - Férfi négyes
- 2.2. Versenyek fajtái:
 - Kvalifikációk
 - Csapatverseny (Lásd Technikai Szabályzat)
 - Döntők
- 2.3. A különböző versenyszámokra, a versenyek szervezésére és irányítására vonatkozó szabályzatok és előírások a FIG Technikai Szabályzat általános rendelkezései között található.
- 2.4. Szintén a Technikai Szabályzat tartalmazza a versenyeken való részvétellel kapcsolatos rendelkezéseket. Néhány ezek közül a Pontozási Szabályzatban kerül alaposabb kifejtésre. Az Akrobatikus torna sajátos rendelkezéseit az Akrobatikus torna speciális Technikai Szabályzata tartalmazza. (Technikai Szabályzat 5. rész)

III. RÉSZ: VERSENYRENDEZÉS ÉS IRÁNYÍTÁS

3. Cikkely: VERSENYEK SZERVEZÉSE

(Lásd. Technikai Szabályzat 1. rész)

4. Cikkely: A FELLEBBVITELI BÍRÓ

- 4.1. A Fellebbviteli bíró feladata, hogy ellenőrizze a FIG Alapszabályának, a Technikai Szabályzatának, a Médiaira, Reklámozásra és egyéb ügyekre vonatkozó FIG szabályok és előírások betartását.
- 4.2. Fellebbviteli bíró feladatai (Lásd. Technikai Szabályzat 1. rész)

5. Cikkely: A DÖNTŐ BÍRÓK

- 5.1. A Döntő bírók feladatai (Lásd. Technikai Szabályzat 1. rész)
- 5.2. A Döntő bírók felügyelik a verseny minden részletét az előkészületektől a befejezéséig. Ez magába foglalja: a kapcsolattartást a versenyt rendező szövetséggel és a 3. cikkely bekezdésben felsorolt személyekkel; az edző- és versenyszerek és létesítmények előkészítése; a verseny és melegítés ideje alatt a sportolók, edzők, bírók és egyéb tisztségviselők magatartásának felügyelete; a bírók irányítása; a verseny befejezése után az esemény értékelése.
- 5.3. A FIG által rendezett eseményeken a Döntő bírók általában a Technikai Bizottság elnökéből, és a TC-ACRO további hat tagjából állnak össze. (Lásd. Versenyrendezési szabályzat)
- 5.4. A verseny teljes ideje alatt a döntő bírói panel tagjait a saját országuk delegációjával kapcsolatban semmilyen felelősség nem terhelheti.
- 5.5. A fegyelmi ügyek kivételével, a Döntő bírónak a verseny ideje alatt hozott döntései véglegesek. Döntéseiket közvetlenül a verseny után kiértékelik, és az esetleges súlyos tévedéseket kijavítják.

A Döntő bírók kötelezettségei

(a Technikai Szabályzat 1. részében említetteken kívül)

- 5.6. Felügyelje, hogy a versenyzők mérése az 3. Mellékletben foglaltak szerint történik-e.
- 5.7. Egy megbízott kijelölése akkor, ha egy sportoló mérése vitatható eredményt mutat, ill. mutathat, vagy, ha a mérést végző orvos bármely okból új mérést rendel el.
- 5.8. **Engedheti** a gyakorlat leállítását és újratezdését, ha a ki hangosító rendszer meghibásodik, vagy a zene nem jó helyen indul el.

6. Cikkely: A VERSENYZŐK JOGAI ÉS KÖTELEZETTSÉGEI

Versenyzők jogai

- 6.1. Minden versenyen csak egy versenyszámban vegyen részt.
- 6.2. Teremtsenek számára olyan biztonságos eszközöket és edzésfeltételeket, amely a versenyhelyszín felszereltségéhez hasonló.
- 6.3. Az edző és a delegáció vezetője értesítse az edzésbeosztásról. Legalább egyszer edzhet a versenytalajon, a verseny termében, és amikor lehetséges TV világitással.
- 6.4. Beosztás szerint minden gyakorlat bemutatása előtt lehetősége legyen a bemelegítésre a melegítőtalajon, amely hasonlóan felszerelt, mint a versenytalaj (kivéve a TV világitást). A melegítő talajon egyszerre maximum hat egység edzhet.
- 6.5. Újrakezdheti gyakorlatát, ha rajta kívül álló okok miatt azt nem lehetett befejezni (pl.: a gyakorlat bemutatása közben áramszünet lép fel)

Versenyzők kötelezettségei

- 6.6. Ismerje és tartsa be az érvényben levő FIG Alapszabályt, a Technikai- és Drogellenes Szabályzatot, a Pontozási Szabályzatot és a Sportolói Esküben foglaltakat.
- 6.7. A Technikai Szabályzatban található korosztályi követelményeknek megfelelően vegyen részt a versenyeken.
- 6.8. Mindig legyen udvarias a szervezőkkel, saját és mások edzőivel, más versenyzőkkel és a nézőkkel, őrizze meg méltóságát, integritását és viselkedjen sportszerűen.
- 6.9. Ismerje és tartsa be az edzés és a verseny beosztását.
- 6.10. A programban kiírt időpont előtt legalább egy órával álljon készen a versenyre, a szabályoknak megfelelő öltözetben, és a kiírt időpontban álljon készen gyakorlata bemutatására. Lemondások esetén a műszaki igazgatónak, a döntő bírók engedélyével joga van a versenyszámokat előbbre hozni.
- 6.11. Tartsa be a versenyt szervező személyzet utasításait.
- 6.12. Nem tehet jelöléseket a versenytalajon, hogy megkönnyítse a gyakorlat végrehajtását.
- 6.13. Jelenjen meg időben és megfelelő öltözetben a díjátadáson.
- 6.14. A megjelölt helyen és időben jelenjen meg a magasságmérésen.

Szankciók

- 6.15. Ha egy versenyző nem tartja be a rendszabályokat, a Döntő bírók elnökétől figyelmeztetést, vagy büntetést kap.
- 6.16. Ha egy versenyző nem jelenik meg a díjkiosztáson, vagy szándékosan nem tartja be a dobogón állás szabályait, a TR értelmében a következő szankciók lépnek érvénybe:
 - Az éremtől és az éremmel járó pénzjutalomtól megfosztják.
 - Az eredmények rangsorát módosítják.
 - Az érmek és a pénzjutalom az új rangsor szerint kerülnek kiosztásra.
- 6.17. Kivételes esetben, mint pl. betegség, a Döntő bírók elnöke eltekinthet a díjátadáson való hiányzásért járó büntetéstől.
- 6.18. Bármilyen második vétség szankciókat von maga után.
- 6.19. A versenyzőket, akik nem jelennek meg a megadott időben a mérésen, vagy azok, akik a mérésen adott utasításokat nem tartják be, és ezzel akadályozzák a mérést (csalni próbálnak), vagy bármi más módon próbálnak előnyös mérési eredményeket elérni, kizárják a versenyből.

7. Cikkely: EDZŐK JOGAI ÉS KÖTELEZETTSÉGEI

Az edzők jogai

- 7.1. Értesítést kapni a sorsolással eldöntött indulási sorrendről.
- 7.2. Edzésbeosztást kapni, ami a verseny előtti két napon napi egy vagy két alkalommal min. 2 órás edzést tesz lehetővé.
- 7.3. Teremtsenek számára a versenyhelyszín felszereltségéhez hasonló eszközöket és biztonságos edzésfeltételeket.
- 7.4. Megkapni a dokumentumokat az edzés és a verseny beosztásáról, valamint hozzáférést a napi versenyeredményekhez. Minden csapatedző számára biztosítani kell egy kijelölt helyet a talaj közelében, ahonnan a verseny folyamán figyelheti a versenyzői által bemutatott gyakorlatot.
- 7.5. Világversenyeken a verseny megkezdése előtt meghatározott időben és helyen értesíteni kell az edzőt a gyakorlatrajzban lévő bármilyen problémáról, ami hatással lehet a speciális követelményekre vagy a gyakorlat nehézségi értékére.

Az edzők kötelelességei

- 7.6. Mindig becsülettel, integritással és sportszerűen az Akrobatikus Torna sport javára cselekedjen.
- 7.7. A versenyzőkkel, bírókkal, edzőkkel és a verseny szervezőivel tisztelettudóan, előzékenyen és udvariasan viselkedjen; cselekedjen mindig az Emberi Jogok, a Gyerekvédelmi törvény és a FIG Etikai Kódjában foglaltak szerint.
- 7.8. Biztosítsa a saját és a többi versenyző épségét, biztonságát.
- 7.9. Ismerje és szigorúan tartsa be a Technikai-, a Drogellenes-, a Reklám-, a Fegyelmi és Etikai Szabályzatot és a Pontozási Szabályzatot.

- 7.10. A melegítés és a verseny ideje alatt semmilyen formában (szóban, mobiltelefonon vagy más formában) **nem kommunikálhat** egyik csapat bírójával sem. Ennek megszegésekor az érintett bírót/bírókat azonnal kizárik az adott versenyszám alatt végzendő bírói tevékenységből, valamint a bírót és az edzőt hivatalos figyelmeztetésben részesítik.
- 7.11. Az edző felelőssége biztosítani a gyakorlat rajzának helyességét leadás előtt.
- 7.12. Rajzokkal, és értékekkel jelölve, legalább 30 perccel a verseny kezdete előtt a Döntő bírótat tájékoztatni kell, ha egy gyakorlatban alapvető, vagy kisebb változtatások lesznek valamilyen kivételes okból.
- 7.13. A verseny területén a nemzeti válogatott melegítőt kell viselni.

Szankciók

- 7.14. Azokat az edzőket, akik nem tartják be a szabályokat, csálnak, befolyásolni próbálják a bírótat, sértően beszélnek vagy viselkednek a versenyzőkkel, más edzőkkel, bírókkal vagy szervezőkkel, elvonják a figyelmet a sportolók gyakorlatáról, a Döntő bírói panel azonnal kitiltja a versenyteremből. Az edző és az ország is hivatalos figyelmeztetést kap. A terembe való visszatérés csak a Döntő bírói panel engedélyével lehetséges.
- 7.15. Egy második szabálysértés szankciót von maga után.
- 7.16. A figyelmeztetések a FIG események egész ciklusára érvényesek. Ha például, egy edző figyelmeztetést kap egy Világbajnokságon, és ugyanabban a ciklusban egy másik FIG rendezvényen kap még egyet, automatikusan a Fegyelmi Bizottság elé kerül az ügy.
- 7.17. Azokat az edzőket, akik a verseny ideje alatt nem a nemzeti öltözéküket viselik, kitiltják az arénából. A terembe való visszatérés csak a Döntő bírói panel engedélyével lehetséges.
- 7.18. Az edzőkre és szövetségekre vonatkozó szankciók a FIG Fegyelmi-, és Etikai Szabályzata alapján kerülnek kialakításra.

IV. RÉSZ: BÍRÓK

8. Cikkely: DÖNTŐ BÍRÓK

8.1. A Döntő bírói panel maximális összeállítása:

- A Technikai Bizottság Elnöke
- 2 Művészi-kivitel szakértő
- 2 Technikai-kivitel szakértő
- 2 Nehézségi szakértő

8.2. A FIG világversenyein a Döntő bírói panel tagjai általában az Akrobatikus Torna Technikai Bizottsága tagjaiból kerülnek ki. Egy Technikai Bizottsági tag hiányzása esetén a Döntő bírói panel kiegészülhet 1. vagy 2. kategóriás bírókkal. (1. kategória előnyben)

9. Cikkely: A BÍRÓI PANELEK ÖSSZEÁLLÍTÁSA

9.1. Az Akrobatikus Torna versenyeken a Bírói Panelek összetétele:

9.1.1. Világbajnokság, Világjátékok és Ifjúsági Olimpiai Játékok

- | | |
|---------------------------------|-----|
| • 1 Vezetőbíró | CJP |
| • 2 Nehézségi bíró | DJ |
| • 6 Technikai-kivitel bíró | EJ |
| • 6 Művészi-kivitel bíró | AJ |
| • 2 Vonal bíró (nem kötelező) | LJ |
| • 1 Időmérő bíró (nem kötelező) | TJ |

9.1.2. Multi Sport Games, Kontinentális Bajnokságok és Világ kupák

- | | |
|-----------------------------------|-----|
| ▪ 1 Vezetőbíró | CJP |
| ▪ 2 Nehézségi bíró | DJ |
| ▪ 4 vagy 6 Technikai-kivitel bíró | EJ |
| ▪ 4 vagy 6 Művészi-kivitel bíró | AJ |
| ▪ 2 Vonal bíró (nem kötelező) | LJ |
| ▪ 1 Időmérő bíró (nem kötelező) | TJ |

9.2. A bírók különböző versenyekre való kijelölése és sorsolásának eljárási rendje az Akrobatikus Torna Speciális Bírói Szabályzatának 3. cikkelyében vannak leírva.

9.3. Amennyiben elegendő bíró áll rendelkezésre, azok közül a bírók közül, akik nem lettek sorsolva, kijelölik a vonalbíró és időmérő bírókat.

9.4. Az Akrobatikus Torna minden bírójának kommunikációs szinten kell bírnia egy hivatalos (FIG) nyelvet, de ha az nem angol, akkor legalább egy működő angol nyelvtudás ezen felül.

10. Cikkely: BÍRÓK JOGAI ÉS KÖTELEZETTSÉGEI

Jogok

- 10.1. A maga területén minden bírónak joga van a bírói tudásának és szakértelmének kijáró tisztelethez, amennyiben a FIG Etikai Kódja és Fegyelmi Szabályzata, valamint egyéb szabályzatai szerint jár el.

A bírók kötelezettségei a verseny előtt

- 10.2. Rendelkezzen érvényes FIG Brevet-vel.
- 10.3. A Pontozási Szabályzat, a Technikai Szabályzat, a Bírói Szabályzat és az Etikai és Fegyelmi Szabályzat anyagából, az STS bírói oldalon közzétett oktatási anyagból fel kell készülnie még a versenyre való érkezése előtt.
- 10.4. Segíteni saját nemzeti szövetségük edzőinek a gyakorlatrajzok helyességének ellenőrzésében, mielőtt azokat a versenyen benyújtják.
- 10.5. Vinnie kell a hivatalos technikai és művészi nyomtatványt a versenyre. (ha nem elektronikus módon történik a pontozás)
- 10.6. A verseny előtt, alatt és után részt kell vennie a beosztás szerinti értekezleteken, bírói gyakorlatokon, eligazításokon. Mulasztása esetén kizárásra kerülhet, kivéve, ha a Döntő bírók figyelembe vehetnek enyhítő körülményeket.

A bírók kötelezettségei a verseny alatt

- 10.7. Tudnia kell a Bírói Esküt, biztosítani annak értékeit, és személyesen jelen lenni a verseny ünnepélyes megnyitásakor a nyilvános eskütételen.
- 10.8. A Technikai, a Pontozási, Bírói szabályzatot és a Bírói Esküt szigorúan be kell tartania. Ezek megszegése esetén a bíró szóbeli figyelmeztetést kap a Döntő bírói panel elnökétől, mely a Vezetőbírón keresztül is történhet. A versenyen, vagy a ciklusban rendezett további versenyek során második esetben történő szabályszegés esetén a bírót szankcionálják az érvényes FIG Bírói Szabályzat és az Etikai és Fegyelmi szabályzatokban foglaltak szerint.
- 10.9. Viselnie kell a hivatalos bírói egyenruhát. Ennek hiányossága esetén a bíró nem bírászkodhat az eseményen.
- 10.10. A verseny során a bírói működésén kívül más megbízatása nem lehet.
- 10.11. A verseny és a bemelegítés ideje alatt a versenybíró semmilyen módon nem léphet kapcsolatba sem edzővel, sem versenyzővel. Ha ezt nem tartja be, felmentik az éppen esedékes versenyen való bírászkodás alól, és hivatalos figyelmeztetést kap.
- 10.12. Követnie kell a Döntő bírók és a Vezetőbíró (CJP) minden utasítását, különben figyelmeztetést vagy szankciót kap.
- 10.13. A bírónak időben el kell foglalnia a helyét, és a verseny teljes ideje alatt azt elhagyni, beszélgetni és meg nem engedett kapcsolatot tartani más bírókkal, nézőkkel, edzőkkel vagy versenyzőkkel nem szabad. E szabály bármilyen megszegése rögtön figyelmeztetést vagy szankciót von maga után.
- 10.14. A gyakorlatok elbírálásának módját fel kell jegyezni, bírói gyorsírással is (lásd. 4. Melléklet). Ezt le kell adnia a Vezetőbírónak, vagy a Döntő bíróknak.

- 10.15. Egy gyakorlat befejezése után azonnal regisztrálnia kell a pontszámát.
- A bírók nem változtathatják meg beadott és regisztrált pontszámukat, kivéve, ha arra a Vezetőbíró engedélyt ad. (a CJP minden változtatást feljegyez, és ezek a változások ellenőrzésre kerülnek a verseny utáni elemzésen).
 - Lehet kérni a pontszám javítását, ha hiba történt a pontszám regisztrálása közben.
- 10.16. A díjkiosztás ideje alatt a bírói helyén kell maradnia a fordulók után, amíg a Döntő bírók elnöke engedélyt nem ad a távozásra.

11. Cikkely: A VEZETŐBÍRÓ (CJP)

- 11.1. A Vezetőbíró kijelölését az Akrobatikus Torna Speciális Bírói Szabályzata határozza meg.
- 11.2. A Vezetőbírók kinevezéséről a TC-ACRO elnöke a FIG titkárságon keresztül értesíti a nemzeti szövetségeket és a szervező bizottságokat.
- 11.3. A verseny során mindenkor etikusan kell eljárnia a FIG Etikai és Fegyelmi Szabályzatának betartásával.
- 11.4. Követnie kell a Döntő bírók utasításait.
- 11.5. Minden CJP vezeti, és ellenőrzi a panelban történő bírói tevékenységet az egész verseny folyamán. A panelek összeállítása minden kategóriában cserélődik. A Vezetőbíróknak képesnek kell lennie mind az 5 versenyszámban a panel vezetésére.
- 11.6. Ha elegendő versenybíró áll rendelkezésre egy FIG versenyen, a Vezetőbírók segítségére van egy Időmérőbíró, és Vonalbírók.

A Vezetőbíró (CJP) kötelezettségei a verseny előtt

- 11.7. Tisztában lenni a Pontozási, a Bírói, a Technikai Szabályzattal, és az Alapszabállyal.
- 11.8. Kísérje figyelemmel, szervezze és irányítsa a nehézségi bírók munkáját, amikor a versenyen bemutatásra kerülő gyakorlatok gyakorlatrajzainak pontosságát ellenőrzik.
- 11.9. Biztosítsa, hogy a nehézségi bírók legalább 8 órával a verseny kezdete előtt befejezzék a gyakorlatrajzok ellenőrzését.
- 11.10. Ha a Nehézségi bírók digitális felületen fognak pontozni, a dokumentumokat ellenőrizni kell, hogy hibátlanok és szóltási sorrendben vannak, de ha papíron folyik a pontozás, akkor biztosítani, hogy szóltási sorrendben legyenek, és másolatuk eljusson az illetékes személyekhez.
- 11.11. A Döntő bírók felé továbbítsa minden olyan megoldásra váró ügyet, ami a verseny előkészítése során felmerül.

A vezetőbíró (CJP) kötelezettségei a verseny alatt

A vezetőbíró (CJP) köteleles

- 11.12. Összegyűjteni a bírói paneleket minden versenyfordulóhoz való bevonuláshoz, vagy díjátadáshoz, és a verseny befejezésekor elvonultatni őket, miután a Döntő bírók elnöke engedélyezte a kivonulásukat.
- 11.13. Adjon jelet a versenyzőknek, hogy beléphetnek a talajra, és elkezdhetik a gyakorlatot.

- 11.14. Jegyzetelje az előadott gyakorlatokat, gyorsírás segítségével.
- 11.15. Adjon technikai pontot (ellenőrző pontként)
- 11.16. Mérje a gyakorlat idejét, és jegyezze fel az esetleges kilépéseket (ehhez segítséget kaphat az alkalmazott időmérőbírótól és vonalbírótól).
- 11.17. A nehézségi bírókkal együttműködve döntsön a végpontszámból levonandó büntetésekről.
- 11.18. Alkalmazzon levonást a végpontszámból, a 44.2 cikkelyek értelmében.
- 11.19. Fogadja a bírók által adott pontszámokat, ellenőrizze az eltéréseket.
- 11.20. Válaszoljon, ha egy bíró felállással jelzi, hogy hiba történt a pontszámok regisztrálása során.
- 11.21. Avatkozzon közbe:
- Ha a Nehézségi bírók nem tudják eldönteni egy elem nehézségi értékét vagy a D pontszámot a 44.3 cikkely előírásai szerint.
- 11.22. Avatkozzon közbe:
- Ha egy Vonalbíró nem látta a kilépést.
 - Ha az Időmérő bíró az időmérés során hibát vét.
- 11.23. Döntse el a pontszámot, mielőtt a következő versenyzők elkezdik a gyakorlatukat, kivéve, ha komoly probléma adódik, és nincs elég idő a megoldásra. Ebben az esetben:
- A Vezetőbíró egy ideiglenes pontszám rögzítését kéri.
 - A Vezetőbíró jelenti a Döntő bírók elnökének, hogy a forduló befejeztével és az eredményhirdetés előtt beavatkozásra van szükség a pontszámmal kapcsolatban.
- 11.24. Jeleztesse ki a Művészi-kivitel (A), Technikai-kivitel (E), Nehézségi (D), végső pontszám és a levonások összes értékét az eredményjelzőn, hacsak a Döntő bírók elnöke a rendelkezésre álló időn belül nem állította le a pontszám kivetítését, illetve kérje, hogy egy ideiglenes pontszámot vetítsenek ki, ha óvás miatt késleltetésre van szükség.
- 11.25. Minden versenynap végén írásban számol be a Döntő Zsűrinek a bírói panelban felmerült problémákról.

12. Cikkely: NEHÉZSÉGI BÍRÓK (DJ)

- 12.1. A Világbajnokságokon minden kategóriában 2 különböző nemzethez tartozó Nehézségi bíró (DJ) működik.

A Nehézségi bírók kötelezettségei a verseny előtt

- 12.2. FIG versenyeken, a CJP irányításával és felügyelete mellett a Nehézségi bíróknak egyöntetűen jóvá kell hagyniuk az edzők által beadott gyakorlatrajzokban található elemek nehézségi értékét. A CJP vita esetén a Döntő bírók nehézségi szakértőinek véleményét kéri.
- 12.3. A FIG Világversenyeken egy kijelölt helyen és időpontban a Nehézségi bírók (DJ) tájékoztatják az edzőket az feltüntetett elemek nehézségi értékének meghatározásánál előfordult pontatlanságokról. Ezek után az edzők által történt módosításokat a gyakorlatrajzon min. 90 perccel a verseny kezdése el kell fogadtatni a Nehézségi bírókkal.

- 12.4. A gyakorlatrajzokon a verseny ideje alatt észlelt hibákat akkor javítják ki, amikor azokat észreveszik, még akkor is, ha azokról a verseny megkezdése előtt nem tájékoztatták az edzőt. Ám, az ilyen jellegű hiba, a Nehézségi bíróról szankciót vonhat maga után.
- 12.5. A Nehézségi bírók állapítják meg a gyakorlat nehézségi értékét. Miután az értéket meghatározták, a gyakorlatrajzokat alá kell írniuk és dátummal kell ellátniuk.
- 12.6. A Nehézségi bírók biztosítják, hogy a gyakorlatrajzok ki vannak javítva.

A Nehézségi bírók kötelezettségei a verseny alatt

- 12.7. A bemutatásra került gyakorlatok nehézségi értékeit és nehézségi pontszámait szigorúan a Pontozási Szabályzat szellemében kell megállapítani.
- 12.8. Közös a Vezető bíróval megegyeznek minden, a végső pontszámot befolyásoló levonásról.
- 12.9. A gyakorlatrajzon fel kell tüntetni:
 - a bemutatott elemeket
 - elemérték változását
 - időhibát (abban a dobozban, ahol az történt)
 - nehézségi értékek megváltoztatását (D- pont)
- 12.10. A végpontszámból a 44.3 cikkely szerinti, DJ által alkalmazott levonásokat felismerni.
- 12.11. Ha probléma adódik a nehézségi értékkel vagy nehézségi pontszámmal kapcsolatban és nem tudják megoldani, kötelesek segítséget kérni a CJP-től. Ha nem jutnak megegyezésre, először a Döntő bírók illetékes szakértőjének, majd a Döntő bírók elnökének a segítségét veszik igénybe. Ha a vitás esetet a következő gyakorlat megkezdéséig nem lehet rendezni, akkor ideiglenes pontszámot kell kiadni a forduló befejezéséig, de a vitát meg kell oldani az eredményhirdetés megkezdése előtt.
- 12.12. Minden selejtező verseny végén és a döntők után a gyakorlatrajzokat visszaadják a Döntő bírók elnökének, a versenyek utáni elemzéshez.

13. Cikkely: MŰVÉSZI-KIVITEL ÉS TECHNIKAI-KIVITEL BÍRÓK

- 13.1. A FIG eseményeken a Művészi-kivitel és Technikai-kivitel bíróit sorsolással jelölik ki. (Speciális Bírói Szabályzat 2025)
- 13.2. A Művészi-kivitel bíróinak a gyakorlat elbírálásakor a művészi előadás pontértékét kell meghatározni, szigorúan a Pontozási Szabályzat szerint.
- 13.3. A Technikai-kivitel bíróinak a gyakorlat elbírálásakor a technikai hibák levonását szigorúan a Pontozási Szabályzat pontjai szerint kell megállapítaniuk.
- 13.4. A gyakorlatok elbírálása más személlyel folytatott beszélgetés nélkül történik.
- 13.5. Ha pontszám elektronikus bevitelénél a bíró hibázik, azt felállással azonnal jeleznie kell a CJP felé, aki azonnal intézkedik a 11.23 cikkelyben leírtak szerint. A CJP azonnali írásbeli jelentést kér a hibát elkövető bírótól, hogy igazolja a javítást.

- 13.6. A 13.5 cikkelyben leírt esetet kivéve az eredmény másféle módosítására nincs lehetőség, csak akkor, ha a versenybíró a felettese, vagy a Döntő bírók elnöke kéri a pontok átgondolására, mert egy **lehetetlen pont** született. A változtatás nem kötelező, a bíró visszautasíthatja ezt, azonban ez figyelmeztetést, vagy büntetést vonhat maga után. A hibákról a bíró köteles írásban jelentést tenni, az esetet a verseny elemzése során vizsgálják

14. Cikkely: A BÍRÓI EGYENRUHA

- 14.1. A FIG TC-ACRO tagjai kötelesek viselni a FIG egyenruháját a versenyeken és hivatalos eseményeken.
- 14.2. A versenybíróknak viselniük kell a hivatalos bírói egyenruhát, melyet az Általános Bírói szabályzat határoz meg.

V. RÉSZ: A Gyakorlatok Szerkezete és Összeállítása

15. cikkely: A GYAKORLATOK SZERKEZETE

Általános elvek

- 15.1. A versenyzők 3 gyakorlattípust mutatnak be, statikus, dinamikus és kombinált gyakorlatot, amelyek mindegyike saját jellemzőkkel bír.
- 15.2. Minden gyakorlatot zenére mutatnak be, olyan 12x12 méteres rugalmas tornatalajon, amely megfelel a FIG szerkövetelményeinek. A férfi négyesek a statikus és kombinált gyakorlathoz használhatnak szőnyeget (lásd FIG szerkövetelményeknél), ezzel segítve a gúlákból való leérkezést. (lásd 20.19-es korlátozást!)
- 15.3. A gyakorlatok statikus pozícióból indulnak, és a végső statikus pozícióig megkoreografáltak. Ez a statikus pozíció nem lehet nehézségi értékkel bíró elem része.
- 15.4. Az egységek csak olyan elemeket mutathatnak be, melyeket biztonsággal, technikailag jól végre tudnak kivitelezni.
- 15.5. A gyakorlat felépítése része a művészetének.
- 15.6. Minden gyakorlatnak speciális követelményei és korlátozásai vannak. A speciális követelmények mindegyikének a gyakorlatrajzon feltüntetett elemekkel kell eleget tenni.

Kivétel: Ha a tornászok más elemet mutatnak be, mint amit az edző a gyakorlatrajzon feltüntetett, akkor **nem jár** a nehézségi érték, viszont a speciális követelményekbe az elem beleszámít.

- 15.7. Ha egyetlen elemet sem mutatnak be (mely értékkel bír), a végeredmény DNS és nem kapnak pontszámot.

16. cikkely: A GYAKORLATOK HOSSZA

- 16.1. A statikus és kombinált gyakorlat maximum 2 perc 30 másodperc, a dinamikus gyakorlat maximum 2 perc hosszú lehet. Nincsen meghatározott minimum időtartam. A gyakorlatok időtartama (gyakorlat kezdete, hossza) másodpercekben mérik, a CJP levonást alkalmaz, ha a zene hosszabb a megengedettnél.
- 16.2. A gyakorlat az **első zenei hangtól** indul (nem a „beep”). A gyakorlat a versenyzők **statikus pozíciójával** zárul, amelynek egybe kell esnie a zene végével.

17. cikkely: A GYAKORLATOK ÖSSZEÁLLÍTÁSA

- 17.1. Minden gyakorlat az arra jellemző páros/csoportos elemekből tevődik össze.
- 17.2. A statikus gyakorlatok erőt, egyensúlyt, lazaságot és ügyességet kell, hogy bemutassanak.
- 17.3. A dinamikus gyakorlatok során dobásokból, lendítésekben, hajításokból történő repülést követő elkapásokat kell, hogy tartalmazzanak.

- 17.4. A kombinált gyakorlatok mind a statikus mind a dinamikus gyakorlatok tulajdonságait tartalmazzák.
- 17.5. A gyakorlatban **nehézségi értékért** bemutatott csoportos elemek száma **minden** gyakorlattípusnál maximum **8 db**.
- 17.6. Minden gyakorlat összeállítására speciális követelmények (SR) vonatkoznak.
- 17.7. A párosoknak és csoportoknak minden gyakorlatban végre kell hajtania az adott gyakorlatra jellemző, megkövetelt számú és fajtájú társas elemeket.
- 17.8. Minden gyakorlatban lehet egyéni elemeket is végrehajtani, melyekért nehézségi érték jár, de **nem kötelező**. Az egyéni elemeket a nehézségi elemtáblázatból kell kiválasztani.
- 17.9. **Mindegyik** gyakorlatban a nehézségi értékért **maximálisan** végrehajtható egyéni elemek száma tornászönként **3 darab**.
- A statikus tartást tartalmazó egyéni elemek (pl. arabeszk vagy kézállás) megtartásában a társ nem nyújthat segítséget. Ezeket 2 másodpercig kell kitartani.
- Az egyéni elemeket külön-külön vagy egymás utáni szériában is be lehet mutatni, de nem lehet bennük átfedés. Például hátra-bógni spárgába és ott a spárga helyzet megtartása egy elemnek számít, nem két különbözőnek.
- 17.10. Tiltott elemek bemutatásáért minden gyakorlatban alkalmanként 1.0 levonás jár. A tiltott elemek nem számítanak be sem a nehézségi értékbe, sem a Speciális Követelményekbe.
- 17.11. Egy gyakorlatban azonos elemek vagy kapcsolatok (páros, társas vagy egyéni) csak **egyszer** kapnak nehézségi értéket. Azonos elemek ismétlése nem minősül a speciális követelmények teljesítésének. Azonosnak akkor tekintünk két elemet, ha azok **minden** aspektusukban azonosak.
- 17.12. A páros, csoportos és egyéni elemek nehézségi értékeit a Nehézségi Elemtáblázat tartalmazza.

18. cikkely: A STATIKUS GYAKORLATOK JELLEMZŐI

- 18.1. A statikus gyakorlat sajátossága, hogy a partnerek egy páros vagy csoportos elem végrehajtása során végig érintkezésben vannak egymással
- 18.2. **Minden** páros/csoportos elemet, amelyet nehézségi értékért mutatnak be, fel kell tüntetni a gyakorlatrajzon, és minimum 3 mp-ig kell kitartani.
- 18.3. Amikor egy építést vagy átmenetet nehézségi értékért mutatnak be, az utolsó pozíciót 3 mp-ig kell megtartani.
- 18.4. Amikor az alsó vagy a felső olyan helyzetben van, amelyért nem jár nehézségi érték ismétlés vagy korlátozás miatt, vagy mert 0 értékkel bíró pozícióban van, nem jár plusz nehézség sem a partner statikus pozíciójáért, sem az átmenetéért. (kivétel: 20.16)
- 18.5. Az alsó/felső **nem** használhat plusz/másik alátámasztási pontot a statikus pozíció megtartására átmenetek közben, ha nehézségi értéket meg szeretné kapni.

19. cikkely: STATIKUS GYAKORLAT SPECIÁLIS KÖVETELMÉNYEI PÁROSOKNÁL

- 19.1. A párosok gyakorlatának minimum **5** statikus elemet kell tartalmaznia. **Mindegyik** elemnek minimum 1 nehézségi értékűnek kell lennie.
Ha ezt a Spec.köv. nem teljesül, akkor 1.0 levonás jár minden hiányzó elemért
- 19.2. A felsőnek be kell mutatnia egy támasztás nélküli kézállást, amit a Nehézségi Elemtáblázat kézállásokat tartalmazó táblájából kell kiválasztani.
Ha ezt a Spec.köv. nem teljesül, akkor 1.0 levonás jár

Párosokra vonatkozó korlátozások

- 19.3. Egy gyakorlaton belül a felső ugyanazért a pozícióért nehézségi értéket kaphat:
- kétszer statikus tartásért
 - kétszer átépítés/ átmenet közben
- További nehézségi érték nem adható sem a felsőnek, sem az alsónak, ameddig a felső egy másik nehézségi értékkel bíró pozíciót fel nem vesz.
- 19.4. Maximum **3** nehézségi értékkel bíró elemet lehet összekötni, vagy közvetlenül egymás után bemutatni.
- 19.5. A tartók/alsók **nem** ismételhetik meg egy gyakorlatban ugyanazt az átmenetet, a felső pozíciójától függetlenül.
- 19.6. A felső csak egyszer változtathat helyzetet az alsó átmenete alatt.

Tisztázandók Párosoknál:

- 19.7. Nehézségi értékkel bíró elem definíciója (lásd 2. melléklet!)
- Felső statikus tartása + Alsó helyzete
 - Építés (ideértve a felső és alsó statikus helyzetét is)
 - Felső átmenete + Felső statikus helyzete + Alsó pozíciója
 - Felső kezdő helyzete + Alsó átmenete + Felső statikus tartása + Alsó pozíciója
 - Felső kezdő helyzete + Felső átmenete + Alsó átmenete + Felső statikus tartása + Alsó pozíciója
- 19.8. Az alsó az átmenetnél a földre teheti a kezét (pl. ülésbe vagy spárgába), de az átmenet befejezése után fel kell emelni a talajról a statikus tartás idejére. Ha a kéz a statikus tartás közben talajon marad, 0.5 pontos technikai levonás jár a **plusz támasztásért**.

20. cikkely: STATIKUS GYAKORLAT SPECIÁLIS KÖVETELMÉNYEI CSOPORTOKNÁL

- 20.1. A gyakorlatban minimum **2** különálló gúlát be kell mutatni, a Nehézségi Elemtáblázat két különböző kategóriájából kiválasztva
Ha ez a Spec.köv. nem teljesül, **minden hiányzó piramisért** 1.0 büntetés jár.
- 20.2. A gyakorlatban lennie kell **3** darab 3 mp-es statikus tartásnak.
Ha ez a Spec.köv. nem teljesül, **minden hiányzó elemért** 1.0 büntetés jár.
- 20.3. Minimum egy gúlában a Nehézségi Elemtáblázat kézállás táblázatából választott bármilyen testhelyzetben végrehajtott támasztás nélküli kézállás bemutatása kötelező a felsőnek. (Ezt a speciális követelményt **nem** elégítheti ki a felsőként viselkedő középső.)
Ha ez a Spec.köv. nem teljesül 1.0 büntetés jár.

Csoportokra vonatkozó korlátozások

- 20.4. Egy gúlában maximum **3** alapgúla lehet, és nehézségi értéket maximum **4db** 3 mp-es kitarítás kaphat, a következő kivétellel:
2-es kategóriás alapgúlánál (2 főső dolgozik) maximum 3 statikus kitarítás engedélyezett.
- 20.5. Egy gyakorlaton belül a felső ugyanazért a pozícióért nehézségi értéket kaphat:
- kétszer statikus tartásért
 - kétszer átépítésért
- 20.6. A gyakorlaton belül maximum 4 különálló gúla építhető.
- 20.7. Az 1-es kategóriás piramisokban csak 1x lehet átmenet az alapgúlában.

Tisztázandók csoportoknak

- 20.8. Miután a Speciális Követelményeknek eleget tettek (20.1), van lehetőség további gúla bemutatására, de **minden** bemutatott gúlának **különböző** kategóriából kell lennie.
- 20.9. A statikus és kombinált gyakorlatban nehézségi értéket csak **egyszer** kaphat azonos dobozban levő gúla az egész gyakorlat során.
Az olyan átépített gúlánál, ahol az alapgúla ugyanabban a dobozban vannak, legmagasabb értékkel bírót kell megadni.
- 20.10. Az átmenetes gúla (ahol több, mint 1 alapgúla van), 1 gúlának számít.
- 20.11. Az átmenetes gúlánál az első alapgúla kategóriája határozza meg a gúla kategóriáját.
- 20.12. A **2-es kategóriájú gúla**ban két felső dolgozik. Ebben a kategóriában lehetséges, hogy csak az egyik felső 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).
- 20.13. 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) Amikor a középső és felső egyszerre hajtja végre ugyanazt a statikus pozíciót az 1 statikus tartásnak minősül.

Átépitett Gúlának:

20.14. **Meghatározása:**

A nehézségi elemtáblázatban változnia kell, hogy melyik dobozban van az elem, és további átmenetekenél ugyanabba a dobozba visszatérni nem lehet (20.9 cikkely) Az elem értékelésekor mindegyik alapgúla értéke megadható. (max. 3 alapgúla)

20.15. Az átmenetért csak akkor jár nehézségi érték, ha 3mp statikus pozícióból 3mp statikus pozícióba mennek.

20.16. Átépitések 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 (a kivétel a 18.4 cikkelyben)
- Átmehet (értékkel vagy érték nélkül) a következő statikus helyzetbe

20.17. Átépitett gúlánál:

- 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 átmenet 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.

20.18. **Az elem definíciója** (Lásd 2-es melléklet.)

- Felső statikus helyzete + Alsó pozíció
- Felső és/vagy középső statikus helyzete + Alsó pozíció
- Felső és/vagy középső átmenete + Felső és/vagy középső statikus tartása + Alsó pozíció
- Felső kezdő helyzete + Alsók átépítése + Felső véghelyzete + Új alsó pozíció
- Felső kezdő helyzete + Felső átmenete + Alsók átépítése + Felső véghelyzete + Új alsó pozíció
- Elemépítés/bemenet (Mount) + Felső véghelyzete + Alsó pozíciója

20.19. Férfi négyes: Statikus és kombinált gyakorlatok során a gúlákból való leérkezésekhez szőnyeg használata engedélyezett, amennyiben az a talaj határát érintve van elhelyezve. A szőnyeg a gyakorlat egésze alatt a helyén marad. A szőnyeg gyakorlat előtti elhelyezéséért és közvetlen gyakorlat utáni eltávolításáért az edző a felelős.

21. cikkely: PÁROSOK és CSOPORTOK IDŐHIBÁI ÉS EGYÉNI ELEMEK

21.1. Ha egy 3 mp-ig tartandó elemet jelöltek a rajzon, és csak 1 vagy 2 mp-ig tartanak meg,

- 0.6 vagy 0.3 pont levonás jár
- Az elem megkapja a nehézségi értéket
- A Speciális Követelményekbe beszámít. Ez a szabály vonatkozik az átmeneteket követő statikus tartásokra is.
- Ha technikai hibák történtek, azt a Technikai-kiviteli bírók büntetik.

21.2. Ha egy páros vagy csoportos statikus elemet megpróbálnak végrehajtani, de nem sikerül,

- nem kap nehézségi értéket, és a maximális időhiba-levonás (0.9) ad a DJ
- **Nem** számít bele a Speciális Követelményekbe.
- A Technikai-kivitel bírók alkalmazzák a technikai hibákért járó levonásokat, vagy 0.5 pontot az elem befejezetlenségéért, vagy 1.0 pontot az esésért.

21.3. A páros vagy csoportos elemek építésekor, mikor még nincs helyén, minden tag és mielőtt a felső az alátámasztási ponton valamilyen statikus pozícióban lenne (mindegy, hogy kérnek érte nehézségi értéket vagy nem), akkor a megcsúszásért vagy esésért **nem jár** időhiba. A megfelelő technikai levonásokat alkalmazni kell. Az elem megismételhető a nehézségi értékért.

Egyéni elemek

21.4. Ha egy statikus tartású egyéni elemet mutatnak be, de csak 1 mp-ig tartják meg jár a nehézségi érték. (lásd 44.3 cikkely). Mindazonáltal 0.3 időhibát kap, és a Technikai-kivitel bírók alkalmazzák a megfelelő levonásokat.

21.5. Ha egy statikus tartású egyéni elemet elkezdenek, de nem fejezik be, vagy kevesebb, mint 1 mp-ig tartják meg, akkor nem kapják meg a nehézségi értéket. 0.6 pont levonás jár a Nehézségi bíróktól (lásd 44.3 cikkely). A Technikai-kivitel bírók levonják a technikai hibákat, és vagy 0.5 pontot az elem befejezetlenségéért, vagy 1.0 pontot az esésért.

22. cikkely: A DINAMIKUS GYAKORLATOK JELLEMZŐI

- 22.1. A versenyzőknek be kell mutatniuk segítséggel és egyéni repülő szakasszal rendelkező elemeket, felhasználva a különböző irányok, fordulatok, csavarok és különböző testhelyzetek és ugrások által nyújtott variációs lehetőségeket.
- 22.2. A dinamikus elemek jellemzői közé tartozik a repülési szakasz, a partnerek közötti rövid kapcsolat, ami segíti vagy megszakítja a repülési szakaszt.
- 22.3. A talajra való érkezések történhetnek segítséggel vagy a nélkül. Azonban a felső érkezésének megfelelő kontrollt kell tanúsítania.
- 22.4. Minden elkapásnak kontrollálnak kell lennie. A kontroll hiánya technikai hibának minősül.
- 22.5. A dinamikus elemek összekötése megengedett, ezeket közvetlen egymásutánban kell végrehajtani (tempóra dobás) megállás, vagy további előkészítés nélkül.
- 22.6. Az egység minden tagjának aktívan részt kell vennie az elem végrehajtásában, hogy a nehézségi értéket megkapja. Az érkezések asszisztálása aktív részvételnek számít.

23. cikkely: A DINAMIKUS GYAKORLATOK SPECIÁLIS KÖVETELMÉNYEI

- 23.1. Minimum **6** páros vagy csoportos repülő szakasszal rendelkező elemet kell végrehajtani a gyakorlatok során, melynek legalább 1 nehézségi értéke van.
Ha ez a speciális követelmény nem teljesül 1.0 pont levonás jár minden hiányzó elemért.
- 23.2. Lennie kell **2** elkapásnak a gyakorlatban.
Ha ez a speciális követelmény nem teljesül 1.0 pont levonás jár minden hiányzó elkapásért.

A páros és csoportos egységekre vonatkozó korlátozások

- 23.3. A következő korlátozások befolyásolják egy gyakorlat nehézségi értékét.
 - 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:

- 1) Knótról dobás nincs maximalizálva a csoportoknál
- 2) Maximum 4-szer lehet franciából („**half arm**” lásd. 4. Melléklet) dobni nehézségi értékért párosoknál
- A gyakorlatban csak egyszer lehet, maximum 4 elemet egybekötni akár szériában akár közvetlenül egymás után.
- Maximum 4 talajra érkezésért lehet (le ugrások PLUSZ át dobások) nehézségi értéket kérni.

Férfi négyes egységekre vonatkozó további korlátozások

- 23.4. A következő korlátozások befolyásolják a gyakorlat nehézségi értékét férfi négyeseknél.
 - Ugyanazon elem végrehajtása kétszer 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 két párosként dolgoznak. A páros elem nehézségi értékét összeadják. (Értéküket a Nehézségi Elemtáblázat párosokra vonatkozó része tartalmazza.)

24. cikkely: A DINAMIKUS GYAKORLAT HIBÁI

24.1. Ha egy dinamikus elemet elkezdnek, de nem fejezik be,

- Az elem nem kap nehézségi értéket
- Az elem nem számítható bele a Speciális követelményekbe
- A Technikai-kiviteli bíró a megfelelő technikai levonást alkalmazza, illetve 0.5 pontot von a be nem fejezett elemért, vagy 1.0 pontot esésért.

24.2. Ha a dinamikus elem minden fázisát teljesítették, de a társat nem kontrolláltan kapják el

- Az elem megkapja a nehézségi értéket
- teljesíti a Speciális Követelményeket
- A Technikai-kiviteli bíró súlyos hibáért 0.5 pontot von le. Ha a társ az elkapás vagy leérkezés után esik le/el, akkor 1.0 pont levonás jár.

25. cikkely: A KOMBINÁLT GYAKORLATOK JELLEMZŐI

25.1. A kombinált gyakorlatok összeállításánál az elemeknek tükrözniük kell a statikus és dinamikus gyakorlatok jellemzőit is.

25.2. 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.

Pl.: Ha a dinamikus elemek értéke 60, akkor a statikus elemekre nem adható 120-nál magasabb nehézségi érték, ugyanez igaz fordított esetben is. Ha ezt a súlyozást nem tartják be, akkor a megengedett értéken felül eső értéket nem veszik figyelembe.

26. cikkely: A KOMBINÁLT GYAKORLATOK SPECIÁLIS KÖVETELMÉNYEI

26.1. 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.

26.2. Minimum 1 elkapásnak lennie kell a gyakorlatban.

Ha ez a Speciális követelmény nem teljesül 1.0 pont levonás jár.

26.3. A felsőnek be kell mutatnia egy támasztás nélküli kézállást, mely bármelyik pozícióban lehet a kézállásokat tartalmazó táblázatból. Ezt a speciális követelményt nem teljesítheti a felsőként dolgozó középső.

Ha ez a speciális követelmény nem teljesül 1.0 pont levonás jár.

Korlátozások

26.4. Minden a statikus és a dinamikus gyakorlatokra bevezetett korlátozás érvényes.

Kivételek:

- Párosok: Ha az elemsorozat statikus és dinamikus elemek kombinációja, akkor is csak 4 elem mutatható be sorozatban nehézségi értékért.
- Nem több, mint 3 talajra érkezés (leugrás, vagy átdobás) kaphat nehézségi értéket.

27. cikkely: EGYÉNI ELEMOK BEMUTATÁSA

27.1. Csak azok az egyéni elemek számítanak bele a nehézségi értékbe, amelyeket egyszerre hajtanak végre a partnerek, vagy „vízesés effektusba”. A partnerek által bemutatott egyéni elemek száma és típusa lehet különböző.

PÉLDA:

N3-asoknál 1. alsó: Rundel + Flikk-flakk + szaltó (3 elem)
2. alsó: cizga (1 elem)
Felső: spárga (1 elem)

Maximum elemszám= 3 (az 1. alsó megcsinálta mind a 3 megengedett elemet)

27.2. **Mind a 3** nehézségi értékbe számító egyéni elemet fel kell tüntetni a gyakorlatrajzon.

Egy szériába tartozó minden egyéni elemet fel kell tüntetni a gyakorlatrajzon, ezekért jár a nehézségi érték. Ha elemet ismételnék, vagy nem tüntetnek fel, akkor az azt követő elemek sem kapnak nehézségi értéket.

PÉLDA:

1. Rundel-flikk-szuplé = széria = 3 elem

Ez a széria kitölti a maximálisan megengedett elemszámot, és mindet fel kell tüntetni a gyakorlatrajzon, hogy a nehézségi értékbe beszámítson.

27.3. Ha az egység egyik tagja nem hajtja végre az egyéni elemet, a többiek által bemutatott egyéni elemek sem kapnak nehézségi értéket.

27.4. Egy gyakorlaton belül, a társak által végrehajtott különböző értékű egyéni elemek nehézségi értékét összeadják, majd a társak számával elosztva átlagolják, és ez határozza meg az egyéni elemek nehézségi értékét. A kapott eredményt a legközelebbi egész számhoz kerekítik, 0.5 végződéstől felfelé.

:

Azaz: $\frac{\text{A végrehajtott elemek nehézségének összege}}{\text{partnerek száma}}$

27.5. Az egyéni elemek technikai végrehajtását minden egyes társnál külön-külön kell értékelni, a maximum levonás 1.0 pont

Példa 1:

Felső: R_szaltó = 1 széria (2 elem) → max. levonás 1 pont
1. alsó: R_Flikk-flakk_szaltó = 1 széria (3 elem) → max. levonás 1 pont
2. alsó: R_Flikk-flakk_szuplé = 1 széria (3 elem) → max. levonás 1 pont

Példa 2:

különálló elemek (nem szériában bemutatva)

Felső: 1) cizga 2) fejállás 3) felugrás 360° spárgába
1. alsó: 1) flikk-flakk térdre 2) fejállás 3) felugrás 360° angolspárgába
2. alsó: 1) cizga térdre 2) fejállás 3) támla 360°

Ebben az esetben minden elem és minden partner egyenként van értékelve

27.6. Ha egy egyéni elemet megkezdnek, de nem fejezik be,

- nem kap nehézségi értéket
- technikai-kivétel bíró 0.5 pont levonást ad be nem fejezett elemért (ha esés történt, akkor 1.0 pont levonás jár).

Néhány esetben időhiba levonást kell alkalmazni azoknál az egyéni elemeknél, ahol a statikus megtartás kötelező 2 másodpercig, pl.: fejállás.

VI. RÉSZ: MŰVÉSZI KIVITELEZÉS

28. cikkely: MŰVÉSZI KIVITEL

Általános alapelvek

- 28.1. A művészi kivitel a gyakorlat koreográfiájának összeállítására és megtervezésére és a nehézségi elemek kiválasztásából adódó tartalom változatosságára vonatkozik. Ide tartozik még a partnerek, a zene és a mozgás közötti kapcsolat is.
- 28.2. A művészi előadás során érződnie kell az egység stílusának, előadásmódjának, zeneiségének. Az a képesség, hogy túllépjék az egyszerű sportági követelményeket, és megérintsék a közönséget és a bírókat.
- 28.3. A gyakorlatot a nézők és bírók felé kell végrehajtani. Létrehozni a csoportok és párosok egyéni stílusát, amit a koreográfia hangsúlyoz.
- 28.4. A sportolóknak a kezdőpóz felvételéhez a legrövidebb úton kell eljutni. A végpóz után ünnepelhetnek, integethetnek a közönségnek talajról levonulás közben.
- 28.5. A művészi kivitel pontozás a gyakorlat kezdetekor indul, és a végpózig tart. A talajra bejövetelet a lehető legrövidebb úton kell megtenni, egyszerűen, koreográfia és zene nélkül. Ne legyen vonulás!
- 28.6. A végpóznak egy pillanatra megtartott statikus helyzetnek kell lennie, amely egybe esik a zene végével.
- 28.7. A talajon nem lehetnek az előadást segítő jelzések.
- 28.8. A sportolóknak szóbeli és fizikai segítségnyújtás nélkül kell előadniuk a gyakorlatot.
- 28.9. A sportszerű viselkedés elvárás az arénában töltött teljes idő alatt.
- 28.10. A következő pozíció szemérmetlennek számít (vezető bírói levonás: 0,3) Minden olyan pozíció, ahol az alsó feje a felső combjai között vannak!



29. cikkely: PARTNERKAPCSOLAT

- 29.1. A partnerségen belül logikus (fejlettség, technikai és fizikai képzettségi szint az elemekben, táncban és mozgásban, egyensúly a partnerek között az előadásmódban) és látható kapcsolatnak kell lennie.
- 29.2. A tagoknak képesnek kell lenniük túllépni a saját maguk közötti kapcsolaton, hogy megérintsék a közönséget és a bírókat.
- 29.3. A partnerek közötti magasságkülönbségnek esztétikusan logikusnak kell lennie, korosztálynak és kategóriának megfelelően. (lásd. 3. Melléklet)

A végpontszámból levonásokat, a vezetőbíró (CJP) alkalmazza a 3. Melléklet alapján.

30. cikkely: ELŐADÁSMÓD / KOREOGRÁFIA

- 30.1. A koreográfia nem más, mint a test mozgásainak feltérképezése, elosztása térben és időben, a többi előadótárhoz viszonyítva, legyen az elem vagy művészi mozdulat. A nehézségi elemeket esztétikus módon pl. bemenetek és kijövetek, koreográfiai lépésekkel, ugrásokkal és fordulatokkal köti össze, a folyamatosságot megőrizve. Ehhez szükséges a tér kreatív használata, különböző bejárt útvonalakkal, szintekkel, irányokkal, testtartásokkal, ritmussal és sebességgel.
- 30.2. A nehézségi elemek és a koreográfia az egész talajt ki kellene, hogy használják.
- 30.3. A társaknak egységet kell mutatniuk, azáltal, hogy bemutatnak **szinkron mozdulatokat**.
- 30.4. A koreográfiának **eredetinek** kell lennie és az egységnek **saját személyiséget** kell teremtenie.
- 30.5. Minden mozdulatot **maximális mozgáskiterjedéssel**, lehetőleg a teljes tér kihasználásával kell bemutatni, vagy finoman és a hangulat változtatásával, ahogy azt a zene diktálja.

31. cikkely: KIFEJEZÉSMÓD

- 31.1. Az egység tagjainak bizonyítaniuk kell, hogy képesek **érzelmek kisugárzására**.
Extrém arcokat és „playback” utánzásokat kerülni kell.
A szélsőségesen agresszív, udvariatlan és tiszteletlen mozdulatokat kerülni kell.
- 31.2. Az **érzelmek** kifejezését **tartsák meg** az egész gyakorlat során.
- 31.3. A partnerek közötti **arckifejezéseknek összhangban** kellene lenniük.

32. cikkely: KREATIVITÁS

- 32.1. Legyen **eredeti, inspiráló, újító** jellegű, mutasson képzelőerőt.
- 32.2. Eredeti és különleges **be és kimenetek** használata az elemeknél.
- 32.3. **Változatos** legyen a kompozícióban, **különbéle** és ritkán látott **elemek** bemutatása

33. cikkely: ZENEISÉG

- 33.1. Minden gyakorlat koreográfiáját úgy kell elkészíteni, hogy az mind **logikailag** mind **esztétikailag** illeszkedjen a kísérő **zene ritmusához és hangulatához**, kihasználva annak **hangsúlyait és zenei mondatait**.
- 33.2. A gyakorlatban **nem lehet megszakítás a nehézségi elemek és a koreográfia között**. A szüneteknek logikusnak kell lenniük, és nem szakíthatják meg a gyakorlat folytonosságát.

Zenei kíséret

- 33.3. Minden gyakorlatot zenére kell végrehajtani. Dalszöveges zene használható, a FIG etikai kódexének betartásával. Illetlen szövegek (pl: szexualitást tartalmazó, sértő, agresszív, erőszakos) tiltottak.
- 33.4. A zenét a lehető legjobb minőségben kell leadni.

- 33.5. A jól kiválasztott zene segíti a gyakorlat struktúrájának, ritmusának és témájának kialakítását.
- 33.6. Ha a versenyzők nem kezdik el, vagy megszakítják a gyakorlatukat a hibás zene, vagy egyéb technikai hiba miatt, akkor újratekinthetik a gyakorlatot büntetés nélkül. Ha a problémát nem lehet rögtön helyrehozni, akkor a technikai igazgató, a döntő bíró (SJ) egyetértésével jóváhagyhatja, hogy a gyakorlatot a csoport végén hajtsák végre.
- 33.7. A gyakorlat nem ismételt meg, ha azt teljes egészében végrehajtották.

34. cikkely: VERSENYRUHÁZAT (lásd. 5. Melléklet)

- 34.1. A tornászoknak nem áttetsző tornaruhát kell viselniük. Elegánsnak, és a gyakorlat művészi jellegéhez kell igazodnia, nem igényelhet a gyakorlat közben igazgatást. A nők versenyezhetnek tornadresszben, kezeslábasban, vagy szoknyás dresszben. A férfiak versenyezhetnek kezeslábas ruhában, tornadresszben hosszú, vagy rövidnadrággal.
- 34.2. A társaknak egyforma, vagy egymást kiegészítő ruházatot kell viselniük, egyforma szabással (kivéve a vegyes párosokat)
- 34.3. Testszínű harisnya engedélyezett a dressz és szoknya alatt. A dressz lehet ujjas vagy ujjatlan is, de a táncos stílusú ruházat keskeny pántokkal nem megengedett.
- 34.4. A balettban látható tűtű szoknya, fűszoknya, vagy báli ruha kinézet tilos. A szoknyát hozzá kell varrni a ruhához, (nem lehet levehető).
- 34.5. Biztonsági okokból: a laza, bő ruhák, ruhától elálló hozzáerősítések vagy kiegészítők nem engedélyezettek.
- 34.6. Minden ruházatnak vissza fogottnak kell lennie, beleértve a megfelelő alsóruházat használatát. A dresszek nyakkivágása elől nem mehet a szegycsont fele alá, míg hátul a lapockák alsó vonala alá. A csipkés és áttetsző anyagokat a felsőtesten teljesen alá kell bélelni.
- 34.7. A provokatív, fürdőruha és bikini jellegű, szöveggel, betűkkel, fotóval és arcokkal díszített ruházatok tiltottak.
- 34.8. A versenyzők végrehajthatják a gyakorlataikat lábbeliben, vagy a nélkül. A lábbeli lehet **testszínű, fehér, vagy a nadrág színével egyező**, de tisztának, illetve jó állapotban lévőnek kell lennie. A férfiaknak a nadrághoz kötelező a lábbeli (tornapapucs vagy zokni)
- 34.9. A sportolók országának ismertető jelét a versenydresszen el kell elhelyezni. (lásd FIG Versenyruházat és Reklámozási Szabályzat 2025-2028).
- 34.10. A versenyruházati szabályok megszegését a Vezetőbíró (CJP) bünteti.

35. cikkely: Kiegészítők, és segédeszközök

- 35.1. Látható ékszereket, beleértve a piercingeket tilos viselni.
- 35.2. A flittereknek, strasszoknak, övkendőknél és csipkéknek bele kell a dresszbe illeszkedniük vagy biztosan hozzá kell erősíteni őket a ruházathoz. Amennyiben ezek bármilyen sérülést okoznak, a felelősség az edzőt és a sportolót terheli. Biztonsági okokból a strasszkövek nagysága maximum 1 cm lehet!
- 35.3. Ha a versenyzők hajcsatot, szalagot vagy pántot viselnek, akkor azt megfelelően rögzíteni kell. A frizura-kiegészítők engedélyezettek hajhoz rögzítve, ha anyagból készültek.

- 35.4. Az arcfestés nem engedélyezett, a sminknek egyszerűnek kell lennie, a színházi karakterek festése az arcon nem engedélyezett (állat vagy ember).
- 35.5. Az elemek végrehajtásához segédeszközök, mint például övek, vagy fejkarikák használata nem engedélyezett. A tape szalagoknak és a fásliknak testszínűnek kell lennie. Egyéb speciális segédeszközök, mint például térdrogzítók, amelyek nem semleges színűek, használhatók levonás nélkül, ha a szövetség a Fellebviteli bírók, vagy Technikai Bizottság külön engedélyét kéri.
- 35.6. Ezen szabályzatok megszegését a Vezetőbíró (CJP) bünteti.

VII. RÉSZ: KIVITELI ÉS TECHNIKAI ÉRTÉK

36. cikkely: KIVITELI ÉS TECHNIKAI ÉRTÉK

Általános alapelvek

- 36.1. A kivitel a gyakorlat technikai előadásának minőségével foglalkozik, és nem a különböző felhasznált technikákkal.
- 36.2. Minden gyakorlatot az alapján értékelnek, hogy mennyire áll közel a tökéletes végrehajtás kritériumaihoz.
- 36.3. A technikai-kivitel bírók veszik figyelembe a bemutatott elemek mozgáskiterjedését és technikai helyességét. A mozdulat végrehajtásánál a végtagok mennyire nyújtottak, a test mennyire feszes, és a mozdulat mennyire teljes, azaz az elem végrehajtásához szükséges maximális teret a versenyzők mennyire használják ki.
- 36.4. Értékelés kritériumai
 - A technikai végrehajtás hatékonysága.
 - A testtartás és a testvonal hibátlansága.
 - Amplitúdó a páros/csoportos, egyéni elemeknél és a koreográfiában, teljes kiterjedés a statikus elemeknél és a maximális repülési szakasz a dinamikus elemeknél.
 - A statikus elemek stabilitása.
 - Magabiztos és hatékony elkapások, dobások és hajítások.
 - Az érkezések kontrollja.

VIII. RÉSZ: NEHÉZSÉG

37. cikkely: NEHÉZSÉG

- 37.1. A gyakorlat nehézségét a gyakorlatban szereplő elemek határozzák meg.
- 37.2. Nehézségi érték a páros, csoportos és egyéni elemek után jár.
- 37.3. A páros, csoportos és egyéni elemek nehézségi értékéről a FIG külön megjelentetett Akrobatikus Torna Nehézségi Elemtáblázata kiadványa rendelkezik.
- 37.4. A felnőtt versenyzők számára a nehézségi szint „nyitott”, azaz nincsen korlátozva. A magas kockázattal járó, és magas nehézségi értéket érő elemek bemutatása azonban nem ellensúlyozhatja a gyenge technikai végrehajtást, amelyet a technikai hibatáblázat alapján büntetnek.
- 37.5. Nehézségi értéket csak olyan elemekre lehet adni, amelyeket a gyakorlatrajzokban feltüntettek, és végre is hajtottak. Ezeket a Nehézségi Elemtáblázatból kell kiválasztani.
- 37.6. A kombinált gyakorlatokra speciális rendelkezések érvényesek (25.2).
- 37.7. Minden gyakorlatban a Nehézségi bíró a végső pontszámból vonja le az alábbiak megszegéséért járó büntetéseket: Speciális Követelmények megszegése, tiltott elemek bemutatása, egyéni, illetve páros/csoportos elemek az időhibái, illetve azokért a gyakorlatrajzokért, amelyeken az elemeket nem a gyakorlatban bemutatott sorrendben tüntették fel.
- 37.8. A statikus és kombinált gyakorlatokban a Nehézségi bíró azokat az elemeket értékeli, amelyek a gyakorlat rajzon 3 mp-es tartásként vannak feltüntetve. Ha az elemet 3 mp-nél kevesebb ideig tartják, akkor a Nehézségi bíró az időhibáért a megfelelő levonást fogja alkalmazni (részletek X. rész, 44.3 cikkely). Az időhibákért járó büntetéseket a végpontszámból vonják le.

38. cikkely: GYAKORLAT RAJZOK

- 38.1. A gyakorlat rajza, amelyet számítógéppel készítenek, tartalmazza a párok/csoportok által, és az egyénileg bemutatni kívánt nehézségi értékkel bíró elemeket. Az elemek beírásakor a nehézségi értéket, a Nehézségi Elemtáblázat oldalszámát és az elem számát a rajzokon fel kell tüntetni. A statikus tartások tervezett idejét fel kell tüntetni, valamint a szaltók irányát a fordulatok és csavarok számát.
- 38.2. A helyes és pontos gyakorlatrajzok elkészítése az edző felelőssége.
- 38.3. A delegációknak le kell adniuk a párosok, csoportok által bemutatni kívánt minden egyes gyakorlathoz tartozó rajzot 1 példányban a következő módon:
 - Kvalifikáció és döntő: Az akkreditáció alatt, vagy a munkatervben megadott módon
 - Döntő rajzváltozása: maximum egy órával a kvalifikáció lezárulását követően (kivéve, ha más szerepel a munkatervben).
- 38.4. A gyakorlatrajzokat a delegáció vezetőjének (vagy az erre kijelölt személynek) kell benyújtania a regisztrációkor, vagy a munkatervben megadott módon. A gyakorlatrajzok benyújtását a rendező bizottság rögzíti.

Gyakorlat rajz késői leadásának szankciói:

- a) Ha nem adják le egy nappal (24 óra) a kiírt határidő után külön engedéllyel, akkor **100 CHF** büntetést kell fizetni minden hiányzó rajzért a szövetségnek.
- b) Ha a gyakorlat rajzokat kevesebb, mint egy nappal (24 óra) a verseny kezdete előtt adják le, akkor az egység nem indulhat a versenyen.

Speciális esetekben e-mailen küldhetőek a rajzok.

- 38.5. A hivatalos gyakorlatrajzokat a szabályzat által előírt módon kell elkészíteni. A Nehézségi Elemtáblázatban erre példa is található. Az előírásoknak nem megfelelő és olvashatatlan formátum esetén a rajzokat javításra visszaadják.
(Acro Companion-nal készített gyakorlatrajzok elfogadhatóak)
- 38.6. A páros/csoportos és az egyéni elemeket **együtt kell feltüntetni**, abban a sorrendben, ahogyan azokat bemutatják.
Amennyiben az elemeket nem a leírtaknak megfelelő sorrendben mutatják be, a Nehézségi bírók (DJ) 0.3 pontot vonnak le a gyakorlat végső pontszámából.
- 38.7. Csak a nehézségi értékért bemutatott elemeket kell a gyakorlat rajzon feltüntetni. Ha több elemet tüntettek föl, akkor az első 8 kap nehézségi értéket.
- 38.8. Csak azok az elemek számítnak bele a nehézségi értékbe, amelyeket feltüntettek a gyakorlatrajzon, és be is mutatták őket. A dinamikus gyakorlat rajzán maximum 1 alternatív elemet lehet megjelölni. A kombinált gyakorlat rajzán maximum 1 alternatív dinamikus elemet lehet megjelölni. Ha egynél több szerepel, a rajzot javításra visszaadják javításra.
- 38.9. Legalább 12 órával a világversenyegek kezdete előtt, a Nehézségi bíróknak tájékoztatniuk kell az edzőket a kijelölt helyen és időben, ha valami probléma van a versenyre szánt, ellenőrzésre benyújtott gyakorlatrajzzal. Az edzőnek a felelőssége, hogy találjon megoldást a hiba kijavítására. A Nehézségi bírók megengedik, hogy a gyakorlatrajtot kijavítsák és nem később, mint 90 perccel a verseny kezdete előtt azt újra benyújtsák.

Amennyiben a verseny alatt problémát találnak a gyakorlatrajzokban, a helyes nehézségi értékekkel kell számolni. A Nehézségi bíró ez esetben szankcióra számíthat, amiért nem találta meg a hibát a rajzban a kiértékelésre kijelölt időszakban.
- 38.10. Kivételes helyzetekben (pl.: sérülés) a Döntő bíró 30 perccel a verseny kezdete előtt megengedhetnek kisebb cseréket, módosításokat a gyakorlat rajzában. Az elem cseréjét el kell végezni a rajzon, a nehézségi értékkel, az elem számával, és a Nehézségi Elemtáblázat oldalszámával egyaránt. A Döntő zsűri tájékoztatja a Vezetőbírót (CJP), aki ellenőrzi a nehézségi értéket és tájékoztatja a Nehézségi bírókat a változásokról.
- 38.11. Amennyiben a döntőben néhány elemet ki szeretnének cserélni, vagy a versenyzők más gyakorlatot mutatnak be, akkor az új gyakorlat rajzlapot, amin jelölik a változásokat le kell adni a kijelölt helyen és időben, legkésőbb egy órával a selejtező verseny befejezése után. A beadványnak tartalmaznia kell a kicserélt elemek nehézségi értékeit. A Nehézségi bírók ellenőrzik az új értékeket, és gondoskodnak róla, hogy a Vezetőbírót (CJP) és a Döntő bírók megkapják a másolatot a változtatásokról, a döntő kezdete előtt.

39. cikkely: ÚJ ELEMEEK

- 39.1. Az ACRO Technikai Bizottsága (ACRO TC) ülésein értékeli ki az új elemeket. Egy elemet akkor tekintenek újnak, ha az nem található meg a létező elemtáblázatban vagy a közzétett hivatalos hírlevelekben, valamint, ha nem jegyezték be korábban, mint tiltott elemet.
- 39.2. Azok az elemek, melyeket csak kis stilisztikai eltéréssel mutatnak be a Nehézségi Elemtáblázat rajzához képest, nem tekinthetők új elemnek. Ezeket az elemeket a be lehet mutatni úgy, hogy ugyanazt az azonosító kódot, elemszámot és nehézségi értéket használják, mint a már létező elemnél.
- 39.3. Ahhoz, hogy az ACRO TC hivatalosan elbírálja kérvényt, a Nehézségi Elemtáblázatban található hivatalos űrlapot kitöltve az ACRO TC elnökének és titkárságának kell megküldeni. A kiértékelési kérvényhez csatolni kell egy részletes rajzot, melyen értéket is javasolnak az adott elemhez, és egy videó anyagot a bemutatott elemről, amelyet e-mailen keresztül kell elküldeni.
- 39.4. A kiértékelési kérvényt a nemzeti szövetségeknek kell benyújtaniuk a teljes dokumentációt mellékelve.
- 39.5. Azokat a kiértékelési kérvényeket, amelyek nem felelnek meg a fent leírt kritériumoknak, nem veszik figyelembe.
- 39.6. Az új elemek értékelésének nyilvánosságra hozatala a következő ACRO TC ülést követően történik, 6 hónappal a hírlevél megjelenését követően pedig már versenyen is bemutatatható.

IX. RÉSZ: A GYAKORLATOK ÉRTÉKELÉSE

40. cikkely: ÉRTÉKELÉS

Általános Elvek

- 40.1. Mind a 3 gyakorlat: statikus, dinamikus és kombinált, különböző karakterű, és elbírálásuk során mindegyik gyakorlatnál a művészi hatás, a nehézség érték és a technikai végrehajtás szempontjai alapján történik.
- 40.2. A Vezetőbíró (CJP) felelős azért, hogy a panel összes bírója a pontszámát a szabályzatokkal összhangban állapítsa meg.
- 40.3. A Technikai-kivitel bírók értékelik a végrehajtott gyakorlat technikai kivitelét, amely meghatározza az „**E**” pontszámot.
- 40.4. A Művészi-kivitel bírók értékelik a végrehajtott gyakorlat művészi hatását, amely az „**A**” pontszámot határozza meg.
- 40.5. A Nehézség bírók közösen határozzák meg a gyakorlat nehézségi értékét. Az nehézségi összérték átváltásával alakul ki a gyakorlat „**D**” pontszáma.
- 40.6. A Vezetőbíró (CJP) alkalmazza a büntetéseket (**P**), amelyek a teljespontszámból kerülnek levonásra. A teljespontszám az A, E és D pontszámok összege.

41. cikkely: PONTSZÁMOK ÉS PONTOZÁS

- 41.1. Az E, A, D pontszámokat, a büntetéseket, a végső pontszámot és a kialakult sorrendet bemutatják a nézők számára az eredményjelzőkön.
- 41.2. Minden versenyen, a gyakorlatok technikai kiviteli és művészi kiviteli pontszámát 0 – 10.0 pontig értékelik, 0,001 pontossággal.
- 41.3. A gyakorlat Nehézségi pontszáma a felnőtteknél nincs maximálva, hanem „nyílt”. (A junior, Youth és Pre-Youth versenyeken a nehézségi pontszám szigorúan maximalizált lásd. Youth & Junior szabályzat)

E” Pontszám (technikai-kivitel)

- 41.4. A bemutatott gyakorlat technikai-kivitel (E) pontszáma a 6-4 Technikai-kivitel bíró által adott két középső pontszám átlaga, miután elvetették a 2 legmagasabb és 2 legalacsonyabb pontszámot. Ezt az átlagot kettővel kell beszorozni (x2). Kivételes esetben, ha csak 3 Technikai kiviteli bíró van, akkor a 3 pontszám átlagát kell megszorozni kettővel. A pontosság 0.001, az utolsó számjegy kerekítése nélkül.

A” Pontszám

- 41.5. A végrehajtott gyakorlat művészi-kivitel (**A**) pontszáma a 4-6 Művészi-kivitel bíró által adott kettő középső pontszám átlaga, miután elvetették a két legmagasabb és a két legalacsonyabb pontszámot. Kivételes esetben, ha csak 3 Technikai kiviteli bíró van, akkor a 3 pontszám átlaga. A pontosság 0.001, az utolsó számjegy kerekítése nélkül.

„D” Pontszám (nehézségi)

- 41.6. Egy gyakorlatban sikeresen végrehajtott elemek nehézségi értékeinek összege ad egy nyers pontszámot, ez lesz a gyakorlat nehézségi értéke (DV)
- 41.7. A nehézségi értéket nehézségi pontszámmá (D) alakítjuk. DV osztva 100 = D pontszám.
- 41.8. Miután a Nehézségi bírók megegyeztek a bemutatott gyakorlat nehézségi pontszámában, a pontszámot kivetítik.

Teljespontszám

- 41.9. A teljespontszám az, amelyből még nem kerültek levonásra a Vezetőbíró (CJP) és/vagy a Nehézségi bírók általi levonások.
- 41.10. A felnőtt korosztályban végrehajtott gyakorlat teljes pontszáma nincs maximálva.
- 41.11. A teljespontszámot az alábbi képlet alapján állapítják meg:

$$\text{„E” Pont} + \text{„A” Pont} + \text{„D” Pont} = \text{a végrehajtás teljespontszáma}$$

42. cikkely: LEVONÁSOK A TELJESPONTSZÁMBÓL

- 42.1. A teljespontszámból történő levonásokat a Vezetőbíró (CJP) alkalmazza, és ennek eredménye a Végső Pontszám. Ennek képlete az alábbi:

$$\text{Teljespontszám} - \text{Levonások} = \text{Végső Pontszám}$$

- 42.2. A **Vezetőbíró (CJP)** az alábbiak esetén alkalmaz a levonásokat:
- A partnerek szabálytalan magassági eltérése esetén.
 - A gyakorlat megengedett időtartamának túllépése miatt.
 - A talaj területéről történő kilépés, érkezés, kiesés esetén.
 - A versenyruházat és kiegészítők szabálytalansága esetén.
- 42.3. A **Nehézségi bírók (DJ)** A teljespontszámból az alábbiak esetén alkalmaznak levonásokat:
- A tartásos elemeket nem tartják meg a jelzett vagy a kívánt ideig.
 - A Speciális Követelmények be nem tartása esetén.
 - Tiltott elemek bemutatása esetén.
 - Az elemek nem a leadott sorrend szerint történő bemutatása esetén.

43. cikkely: ÓVÁSOK A PONTSZÁMOK ELLEN

- 43.1. Az igazságosság érdekében óvást lehet beadni a Döntő bírókhöz, ha a nehézségi pontszám nem tükrözi a bemutatott gyakorlat valós értékét, vagy ha számítási hiba történt a nehézségi érték kiszámolása esetén, vagy ennek nehézségi pontszámmá történő átváltása során, vagy a végső pontszám kiszámításánál.
- 43.2. Ha az óvás elfogadásával megváltozik a nehézségi pontszám, akkor a Nehézségi bíró (DJ) által adott levonásokat szükség szerint újra kell értékelni.
- 43.3. Óvást **CSAK** a **saját** versenyzőjükkal kapcsolatban nyújthatnak be a Szövetségek
- 43.4. A technikai-kivitel pontszám, művészi-kivitel pontszám, időhiba vagy más egyéb levonás ellen nem lehet óvást benyújtani.

- 43.5. A nehézségi pontszám közzétételekor, bármínemű óvás benyújtását a pontszám kivetítése után legkésőbb a következő gyakorlat befejezése előtt kell elvégezni. A versenyző szövetsége által kijelölt személynél lévő óvási kártyát el kell helyezni az erre kijelölt hivatalos személynél, beszéd nélkül.
- Az eredményjelzőn megjelenítik az óvás tényét.
 - Az óvási kártyát követnie kell egy írásbeli beadványnak, amelyen az óvás okát (alapját) kell meghatározni.
 - A vizsgálatra vonatkozó írásbeli kérelmet az óvási kártya elhelyezése után 4 percen belül be kell nyújtani, ennek túllépése esetén az óvás elévül.
 - Az óvásért díjat kell fizetnie a Szövetségnek, amely díj minden további óvás esetén emelkedik.
 - Az óvási kártya elhelyezése egyben egy szerződés is a megállapított óvási díj befizetéséről. A befizetendő díjat a Főtitkárnak, vagy megbízottjának a verseny végéig kell kifizetni.
- 43.6. A Döntő bírók elnöke (vagy megbízottja) azonnal értesíti a Döntő bírók (SJ) nehézségi szakértőit és az érintett panel Vezetőbíróját az óvásról.
- 43.7. Ha nem tudnak megegyezésre jutni a következő versenyzők gyakorlatának megkezdése előtt, akkor az addig kiszámolt pontszámot „ideiglenes pontszámként” adják ki, és a végleges pontszámot a forduló befejezése után, de az eredményhirdetés megkezdése előtt fogják kialakítani.
- 43.8. Ha az óvást visszautasítják, a díjat nem adják vissza, hanem a FIG Alapítványi Alapjába kerül befizetésre.

X. RÉSZ: HIBÁK ÉS LEVONÁSOK TÁBLÁZATA

44. cikkely: A VEZETŐBÍRÓ (CJP) ÉS A NEHÉZSÉGI BÍRÓ (DJ) BÜNTETÉSEI

44.1. A levonások 0.1 ponttól –1.0 pontig terjednek, a hibatáblázatban foglaltak szerint.

44.2. A VEZETŐ BÍRÓ (CJP) LEVONÁSAI A TELJESPONTSZÁMBÓL

A CJP levonásai	levonások
1. A zene időkorlátjának túllépése esetén.	0,1 / mp
2. Magasságkülönbség a partnerek között, a 2. melléklet alapján.	0,5 v. 1,0
3. Sportszerűtlen viselkedés a verseny helyszínén.	0,5
4. Zenei szabálysértések (pl: nem megfelelő dalszöveg).	0,5
5. Kilépés a talajterületet határoló vonalon kívül.	0,1 / alk.
6. A talajterületén kívülre való érkezés, vágly kiesés.	0,5 / alk.
7. Zene előtti kezdés, vagy a zene vége előtti / utáni befejezés.	0,3
8. Publicitási szabályok be nem tartása (nemzet jelzése nem jól látható)	0,3
9. Ruhaigazítás, kiegészítő elhagyása.	0,1 / alk.
10. Ha ez a táblázat másként nem jelzi, minden ruházattal kapcsolatos szabálytalanság.	0,3
11. Tiltott (bő ujjak), szemérmetlen nöltözet (mély dekoltázs, dressz becsúsz)	0,5
12. Talaj megjelölése, szőnyeghasználat (kivéve M4 Stat. és Kom.)	0,5
13. Szemérmetlen pozíció.	0,3 / alk.
14. Edző jelenléte a talajon.	1,0 / alk.

44.3. A NEHÉZSÉGI BÍRÓ LEVONÁSAI A TELJESPONTSZÁMBÓL

A NEHÉZSÉGI BÍRÓ LEVONÁSAI	levonások
1. Időhibák minden páros/csoportos statikus elemért, amit kevesebb ideig tartanak ki, mint, ami a rajzon szerepel.	0,3 / hiányzó mp
2. A statikus páros/csoportos elemet nem fejezik be.	0,9 időhiba nincs nehézségi érték Nem teljesítheti a speciális követelményeket
3. Ha az egyéni statikus elemet 1 másodpercig tartják ki.	0,3 időhiba
4. Ha az egyéni statikus elemet nem fejezik be.	0,6 időhiba nincs nehézségi érték
5. Ha egy elemet elkezdenek, de nem fejeznek be	nincs nehézségi érték Nem teljesítheti a speciális követelményeket
6. A gyakorlat összeállítás Speciális Követelményeinek megszegése miatt	1,0 / megszegés
7. Tiltott elemek bemutatása	1,0 / alk.
8. Gyakorlatrajz, ha az elemeket nem a megadott sorrendben mutatják be	0,3

45. cikkely: MŰVÉSZI PONTOZÁS

A művészi értékelés során nem csak azt nézik, hogy MIT mutatnak be a versenyzők, hanem azt is, hogy HOL és HOGYAN.

A művészi pontozás 5 szempont alapján történik, VI. szakasz 28-33. cikkelye szerint.

45.1. A művészi pontozás esetében pozitív pontozás van, a következő szempontok alapján összeállított kérdőívben, maximum 10,00 pontig (2 pont 5 szempont alapján):

45.2. **Kérdőív** Lásd. még 7. Melléklet pontozó lapok

PARTNERKAPCSOLATOK

Elfogadható a partnerek között az **érettség szintje**?

Minden partner között megfelelő szintű a **technikai és fizikai felkészültség**?

Van-e látható állandó **kapcsolat** az összes partner között?

ELŐADÁSMÓD

A gyakorlat **folyamatos** és vannak **tökéletes szinkron** részek?

Minden partner nagy **amplitúdóval** dolgozik a gyakorlatban?

Egyedi a koreográfia, és **egyedi személyiséget** teremtenek

KIFEJEZÉSMÓD

Minden partner a gyakorlatnak **megfelelő érzelmet** mutat?

A partnerek **érzelmeinek kifejezése harmóniában** van?

Végig **megtartják az érzelmeiket** a gyakorlat alatt?

KREATIVITÁS

Mutatnak **különböző típusú elemeket**, csinálnak ritkán látott elemeket?

Mutatnak **egyediséget, újdonságot** az egész gyakorlat alatt?

Vagy egyedi **építésük/bontásuk** az elemekben?

ZENEISÉG

A gyakorlat tiszteletben tartja a **zene karakterét** és hangulatát?

A **zenei mondatokat, hangsúlyokat és ritmust** tiszteletben tartják és végig használják?

A **koreográfia** harmóniában van **a zenével**?

46. cikkely: TECHNIKAI HIBÁK

46.1. A 46. cikkely-összefoglaló táblázatai bemutatják a különböző súlyosságú technikai hibákért adható levonásokat.

46.2. A kiviteli hibákat a maximálisan adható 10.00 pontból vonják le minden alkalommal, amikor azok előfordulnak, az alábbi hibabeosztás szerint:

- Kis hibák: 0.1
- Jelentős hibák: 0.2-0.3
- Súlyos hibák: 0.5
- Esés 1.0

46.3. Egy önálló elem bemutatásáért adott levonás, nem lehet több 1.0 pontnál.

46.4. A TECHNIKAI HIBÁK TÁBLÁZATAI

A következő táblázatok célja, hogy a társas, egyéni és koreográfiai elemek technikai hibáiért járó levonások alkalmazásánál általános útmutatóként szolgáljanak. Lehetetlenség felsorolni minden technikai hibát. A bíróktól elvárt, hogy a levonásokat ezen útmutató alapján alkalmazzák olyan esetekben is, amelyek nem szerepelnek e táblázatokban.

46.5. MAXIMÁLIS MOZGÁSKITERJEDÉS (AMPLITÚDÓ)

Értékelési kritériumok	LEVONÁSOK		
	Kicsi	Jelentős	Súlyos
1. A feszítés, vagy mozgáskiterjedés, vagy testfeszesség hiánya az elemek végrehajtásánál, (lábfej, térd, könyök, karok, hát...)	0,1	0,2-0,3	0,5
2. A dinamikus elemekben amplitúdó hiánya repülő szakaszban, eltérés a helyes iránytól minden elemben (statikus, dinamikus és egyéni)	0,1	0,2-0,3	0,5

46.6. TESTHELYZETEK, TESTSZÖGEK, ÉS VONALAK

Értékelési kritériumok	LEVONÁSOK		
	Kicsi	Jelentős	Súlyos
1. A kézállás nem függőleges vagy a testhelyzet nincs ideális pozícióban	0,1	0,2-0,3	0,5
2. A hát domborítása/homorítása és/vagy a csípő bicskázása, miközben a tornász egy egyenes testhelyzetet próbál megtartani.	0,1	0,2-0,3	0,5
3. A karok hajlítása a kézállásban, a térdek, bokák, csuklók szöge a megfelelő kézállás testhelyzethez képest.	0,1	0,2-0,3	0,5
4. Lábak az ideális helyzet felett / alatt vannak (pl.: vízszintes alatt ülőtartásban).	0,1	0,2-0,3	0,5
5. Ha a lábak kevesebb, mint 180 fokig nyílnak spárta helyzetekben	0,1	0,2-0,3	
6. Lábak/ lábfej nincs zárva a társas elemek érkezésénél. (kivéve dinamikában önálló érkezésnél, ott egy kicsit nyitva lehet)	0,1		

46.7. HATÁROZATLANSÁGOK, ELLÉPÉSEK, MEGCSÚSZÁSOK

Értékelési kritériumok	LEVONÁSOK		
	Kicsi	Jelentős	Súlyos
1. A felső társ határozatlansága, igazgatásai mászásoknál, átmeneteknél.	0,1	0,2-0,3	
2. Határozatlanság elem átmenete/ bementé közben megszakítva a folytonosságot.	0,1	0,2-0,3	
3. Erő elvesztése a mozdulat során, ami miatt újra kell indítani a mozdulatot.		0,3	
4. Elszökkenések, ellépések a tartások, elkapások, érkezések során. 1-2 kicsi, 3 vagy 1 nagy jelentős, 4-nél több lépés súlyos hibának számít.	1-2 lépés 0,1	3 v. 1 nagy 0,2-0,3	4+ lépés 0,5
5. Láb, kéz, kar megcsúszása mászás, egyensúlyozás, átmenetek vagy elkapások során.		0,3	
6. A társ egyik lába, keze, vagy más testrésze átsúszik a knot-on vagy lecsúszik az alátámasztási pontról a dinamikus elkapásoknál, érkezéseknél.		0,3	
7. Megbotlás a gyakorlat során az elemeken kívül (koreográfiában)		0,3	0,5

46.8. INSTABILITÁS

Értékelési kritériumok	LEVONÁSOK		
	Kicsi	Jelentős	Súlyos
1. Az alsó(k), felső(k), vagy középső bizonytalansága, remegése a statikus, vagy dinamikus elem építésekor.	0,1	0,2-0,3	0,5
2. Ha az alsó a testsúlyát a sarka felől a lábujja felé helyezi, vagy ellép, miközben próbálja stabilizálni az elemet.	0,1	0,2-0,3	3+ lépés 0,5
3. Igazítás elkapás után, vagy dobás előtt, illetve statikus elemek stabilizálása esetén.	0,1		

4. Társ vagy talaj megérintése, jelentős megtámasztása, vagy stabilizálása a társan, vagy talajra érkezésnél az egyensúly megtartása érdekében.		0,3	
5. Akaratlanul leteszi a kezét a talajra, illetve egyik lábával, fejével vagy vállal a másik társnak (társra) támaszkodik.			0,5
6. Az alsó(k) <u>egy pillanatra</u> megnyomják vállukkal vagy felsőtestükkel a felsőt, hogy biztosítsák őt.		0,3	
7. Az alsó(k) törzsükkel, vállukkal megtolják a felsőt, hogy elkerüljenek egy súlyos hibát és megtartsák az egyensúlyi helyzetet, vagy megakadályozzák az esést.			0,5
8. A partner(ek) pótlólagos megtámasztása, hogy megelőzzék az esést (pl.: ha nem sikerült az elkapás, vagy a ledobás).			0,5

46.9. FORDULATOK

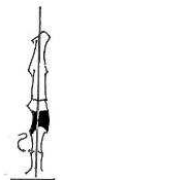

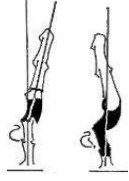

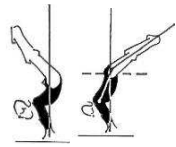

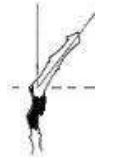

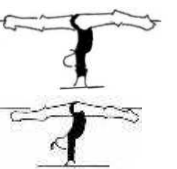


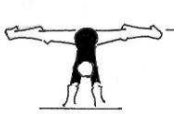

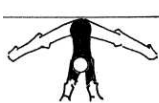




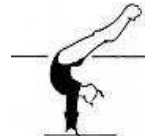



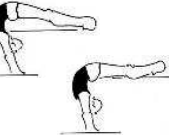
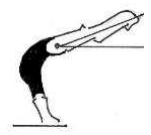
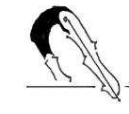

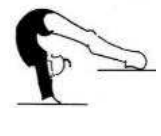


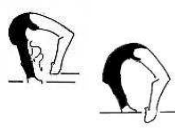
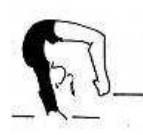
Értékelési kritériumok	LEVONÁSOK		
	Kicsi	Jelentős	Súlyos
1. Ha a forgás túl kevés, vagy túl sok forgások, csavarok, szaltók esetén.	0,1	0,2-0,3	0,5
2. A forgás túl kevés szaltók esetén, és némi asszisztálást igényel a teljes kiforgás.		0,3	
3. Teljes segítségnyújtás túl-, vagy alulforgatott szaltók esetében annak érdekében, hogy teljesen kiforogjon a szaltó és/ vagy, hogy megelőzzék az esést.			0,5

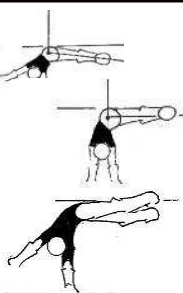
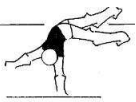
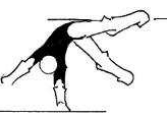
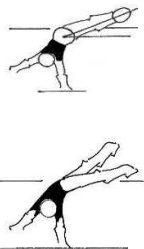
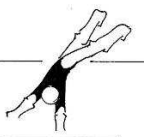
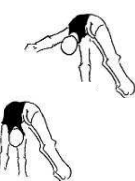



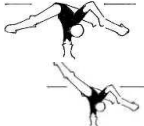

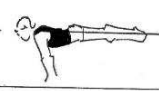
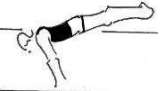
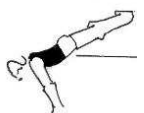
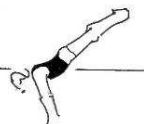
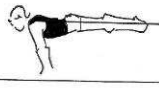
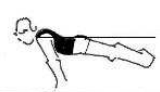
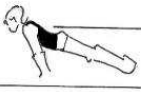
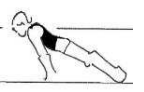
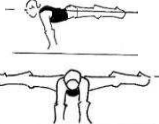
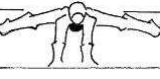

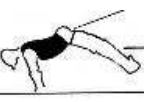
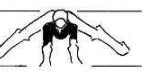

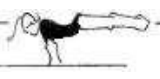
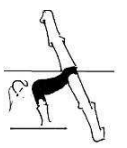
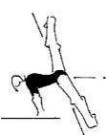


46.10. BEFEJEZETLEN ELEMEK ÉS ESÉSEK

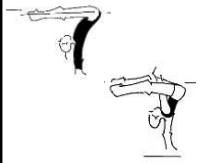

















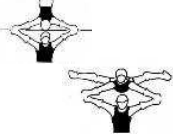









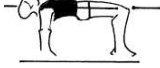




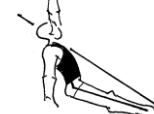
Értékelési kritériumok	LEVONÁSOK		
	Kicsi	Jelentős	Súlyos
1. Befejezetlen elem, esés nélkül.			0,5
2. A társ akaratlanul, vagy logikátlanul, kontrol nélkül érkezik a talajra, de esés nélkül.			0,5
3. Egy láb vagy kéz lecsúszik az partneren levő alátámasztási pontról, és a kezek segítségével előzik meg az esést.			0,5
4. Mindkét kéz / láb keresztülcsúszik a knot fogáson, lecsúszik a társ(ak) vállairól vagy más alátámasztási pontról, amikor az alsó(k)nak egyensúlyhelyzetet kellene tartania vagy elkapni a fősőt társat. = ESÉS			1,0
5. A talajra vagy társakra esés egy gúlából vagy páros elemből, vagy leesés a knot helyzetről irányított vagy logikus érkezés nélkül. = ESÉS			1,0
6. Kontrollálatlan érkezés vagy esés, ahol a társ fejre, fenékre, fekvésbe, hasra vagy hátra érkezik, illetve a kezei és térdei egyszerre, vagy mindkét kéz, láb vagy térd egyszerre éri a talajt. = ESÉS			1,0
7. Előre vagy hátra gurulás (bukfenc) az érkezést követően anélkül, hogy előtte egy stabil „lábra- érkezett” testhelyzetet produkált volna a versenyző. = ESÉS			1,0

1. MELLÉKLET



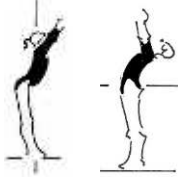






ÚTMUTATÓ A TECHNIKAI-KIVITEL PONTOZÁSÁHOZ










































		Hibák statikában				
Elem		Ideális	0,1	0,2	0,3	0,5
1	Kézállás					
						
						
						
2	Mexikói Kaucsug					
						
						
						
						

		Hibák statikában				
	Elem	Ideális	0,1	0,2	0,3	0,5
3	Zászló					
	Mély zászló					
	Spárgás zászló					
4	támasz - mérleg					
						
						
						
						

		Hibák statikában				
	Elem	Ideális	0,1	0,2	0,3	0,5
5	Ellen kaucsug					
						
6	Könyök mérleg					
						
	szétcsúszás					
7	Japán					
8	Háttra hajlás					
9	Híd					
						
10	Hátso fekvő					
						

		Hibák statikában				
Elem	Ideális	0,1	0,2	0,3	0,5	
11	Ülőtartás					
	hegyes ülő					Felső lábai terpeszben vannak a hegyes ülőben
12	karok					
13	lábfejek / Térdek					

Hibák statikában						
Elem	Ideális	0,1	0,2	0,3	0,5	
14	Állások					
						
15	terpeszben ülések				nagyobb, mint 90° 	
16	Fóka				nagyobb, mint 90° 	

		Hibák dinamikában					
	Elem	Ideális	0,1	0,2	0,3	0,5	1,0
1	zsugor						
							
2	bicska	 		 			
3	szuplé					 	nincs feszesség
				 			
4	érkezések egyedül		 1 lépés	 2 lépés	 3 lépés	 4+ lépés	
5	érkezések segítséggel				 		
							
							

Művészi kritériumok	képek
Partnerkapcsolatok	
Érettség	
Technikai és fizikai felkészültség	
Kapcsolat	
Előadásmód	
Folyamatosság és Szinkronitás	
Mozgásterjedelem, amplitud	
Eredeti	
Kifejezőmód	
Érzelmek kivetítése	
Érzelmek harmóniája	
Érzelmek megtartása	
Kreativitás	
Különböző típusú / ritka elemek	
Egyediség, újdonság	
Egyedi bement / kimenet	
Zeneiség	
Zene karaktere és hangulata	
Zenei mondatok, hangsúlyok és ritmus használata	
Harmónia zene és koreográfia között	


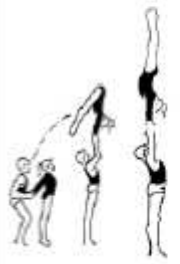
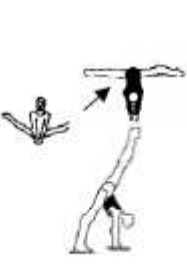

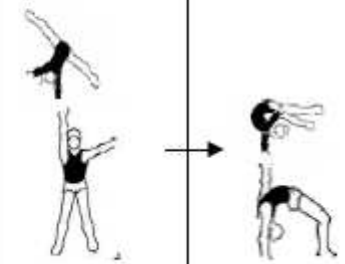
2. MELLÉKLET

ELEMEK DEFINÍCIÓJA

PÁROSOK

Nehézségi elem definíciója:



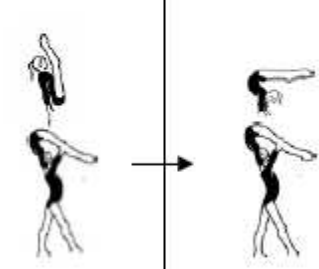
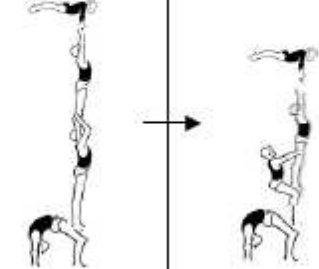
1. Felső statikus tartása+ Alsó pozíciója
2. Elemépítés (ideértve az alsó és felső statikus helyzetet is)
3. Felső átmenete + Felső statikus tartása + Alsó pozíciója
4. Felső kezdő pozíciója + Alsó átmenete + Felső statikus pozíciója + Alsó pozíciója
5. Felső kezdő pozíciója + Felső átmenete + Alsó átmenete + Felső statikus tartása + Alsó pozíciója

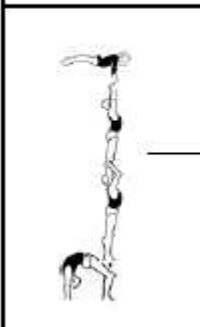
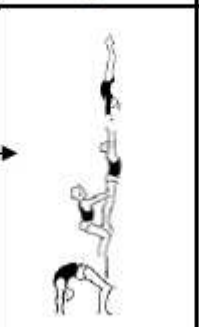
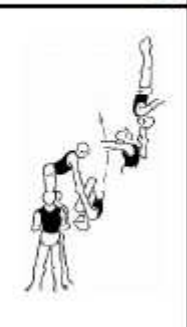
Nr 1	Nr 2	Nr 3	Nr 4	Nr 5
3"	3"	3"	3"	3"
				

CSOPORTOK

Nehézségi elem definíciója:

1. Felső statikus helyzete + Alsó pozíció
2. Felső és/vagy középső statikus helyzete + Alsó helyzete
3. Felső és/vagy középső átmenete + Felső és /vagy középső statikus helyzete + Alsó pozíciója
4. Felső kezdő helyzete + Átéptés + Felső végső helyzete + új alsó pozíció
5. Felső kezdő helyzete + Felső átmenete + Átéptés + Felső véghelyzete + Új alsó pozíció
6. Éptés + Véghelyzet + Alsó pozíció

Nr 1	Nr 2	Nr 3	Nr 4
3"	3" 3"	3"	3"
			

Nr 5	3"		Nr 6	3"
				

Egyéni elemek

Mind a 3 nehézségi értékbe beszámító egyéni elemet fel kell tüntetni a gyakorlatrajzon.

A sorozatban végrehajtott elemeket is **mindegyiket** föl kell tüntetni, és nehézségi értéket kapnak. Ha egy egyéni elemet ismételnék, vagy nem tüntetnek föl a rajzon, akkor az azt követő elemek **sem** kapnak nehézségi értéket.

PÉLDA

Rundel-flikk-szuplé = széria/sorozat = 3 elem

Ez a sorozat kihasználja a maximálisan megengedett 3 elemet, fel kell tüntetni mindegyik elemét a rajzon, amely után jár a nehézségi érték.

3. MELLÉKLET

A SPORTOLÓK MÉRÉSE

Verseny előtt a versenyzőket milliméternyi pontossággal leméri egy orvos, vagy egy gyógytornász az illetékes Nemzeti Szövetség **EGY** tisztviselőjének és az Akrobatikus Torna Technikai Bizottságának kijelölt képviselőjének a jelenlétében. A TC-ACRO kijelölt képviselője feljegyzi a mért adatokat.

1. A Nemzeti Szövetség tisztviselője és a TC képviselője a jegyzőkönyv aláírásával igazolják a mérési eredményeket.
2. Az előreláthatólag vitás eseteknél vagy az újraméréseknél a TC-ACRO legalább 1 tagjának jelen kell lennie a mérésnél.
Abban az esetben, ha felmerül a gyanúja annak, hogy a mérési adatokat befolyásolni próbálják, a Döntő bírók 3 tagjának, köztük az elnöknek is részt kell venni a mérésen.
3. Egy egység tagjainak egyszerre kell megjelenni a mérésen, ahová magukkal kell vinniük az akkreditációs kártyájukat (nyakba akasztó) és az útleveleket. Ezeket összehasonlítják a versenynevezésben szereplő adatokkal.
4. A delegáció vezetőjének és az edzőnek a felelőssége biztosítani, hogy sportolójuk megjelenjen a mérésen.
 - A mérést az arra kijelölt napon edzés előtt, vagy az után végzik el.
 - Azokat a sportolókat, akik nem jelennek meg a megadott napon a mérésen, kizárják a versenyből. Különleges esetekben, pl. betegség, a Döntő bírók elnöke engedélyezheti, hogy a sportolót egy másik időpontban mérjék meg.
 - Amennyiben az egységek közötti méretkülönbség szemmel láthatóan a megengedett határértéken belül van, csak az útlevelemben szereplő életkor kerül bejegyzésre, és csak abban az esetben mérik meg a sportolókat, ha az adatokra kutatási célok miatt van szükség.
5. Amikor azonban a mérést elrendelik, az a sportolóra és edzőjére nézve kötelező. Ha kérdés merül fel egy egység méreteit illetően, vagy ha kétséges a technikusok által szolgáltatott adatok helyessége, a Döntő bíró a verseny során leméri, illetve újraméri az egységet.
6. Az elrendelt, vagy szükséges újramérésre legkésőbb a selejtezőben bemutatott első gyakorlat után, a második gyakorlat bemutatása előtt kerül sor. Máskülönben a verseny ideje alatt az eredeti mérési adatok az érvényesek, és azok a továbbiakban nem kérdőjelezhetők meg.
 - Újramérések esetében az eredeti és még két mérés legjobb eredményét veszik figyelembe. 3-nál több mérés nem engedélyezett. Ha egy versenyző akadályozza a mérést, egy figyelmeztetés után a mérést befejezik, és a Döntő bírók elnöke diszkvalifikálja a versenyzőt.

7. Minden sportolót, akár **alsó**, **középső**, vagy **főlső** szerepben versenyzik, az alábbiak szerint kell mérni.
- mezítláb, pólót vagy versenyruházatot viselve
 - A sportoló egyenes vonalban hanyatt fekszik a földön, normál testtartásban, zárt lábbal, nyújtott térddel. A vállakat lazán tartja.
 - A test teljes hosszát, mely a lábfejtől (saroktól) a fejtetőig tart elektronikus mérőeszközzel mérik le.
8. Azt a sportolót, aki bármilyen okból nem követi a szakember utasításait, a döntő bírók képviselője csak **EGYSZER** részesíti figyelmeztetésben. Amennyiben a sportoló továbbra sem működik együtt a mérést végző szakemberrel, kizárják a versenyből.
9. Minden életkort és mérési adatot jegyzőkönyveznek, majd a mérést végző szakember aláírásával hitelesíti a jegyzőkönyvet, és átadja a Döntő bíróknak. A Döntő bírók a jegyzőkönyv alapján döntenek el, hogy melyik egységnél kell büntetőpontot adni a magasságkülönbség miatt, és ezt minden bemutatott gyakorlat végpontszámából vonják le.
10. A partnerek között megengedett maximális magasságkülönbség **29 cm** (tolerancia: 29,99 cm)
- 30-tól 34,99-ig terjedő különbségnél a levonás a következő:

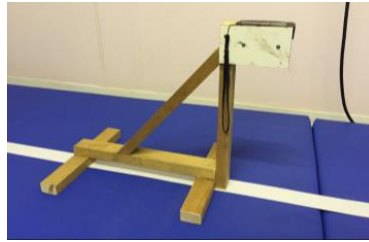
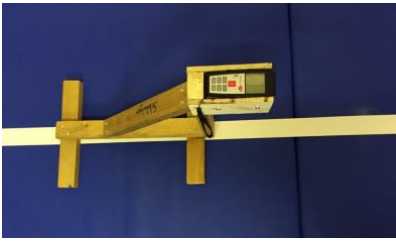
SEN	0.5
-----	-----
 - 35 cm és annál nagyobb különbség esetén a levonás a következő:

SEN	1.0
-----	-----
11. Csoportok esetében a különbséget mindig a következő legmagasabb partnerhez kell nézni, aztán a következőhöz a fenti szabályokat figyelembe véve.
12. Amennyiben egy sportoló akadályozni próbálja a mérést:
- az egész egységet kizárják.
 - Az érintett nemzeti szövetség a verseny ideje alatt figyelmeztetésben részesül.
 - A verseny után az ügyet a Fegyelmi Bizottság elé terjesztik.
 - Amennyiben ugyanannak a szövetségnek a sportolói egy cikluson belül bármikor többször is csálnak a mérés folyamán, a szövetséget szankcióval büntetik.
13. A felszerelésnek a következő típus és sztenderd előírásoknak kell megfelelnie
1. **Elektronikus lézeres hosszmérő**
 2. **Az eszköz végét rögzíteni kell a háromlábú állvány tetején levő vízszintes laphoz.**

Példa:



Prototípusok



A mérés helyes pozicionálása






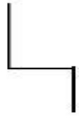



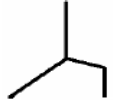



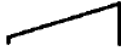







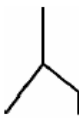



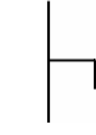




















1. Sarkak a falhoz nyomva
2. Térdek nyújtva
3. Fej neutrális tartásban
4. Vállak lazák






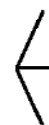













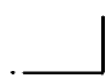














Hibák a mérésnél:















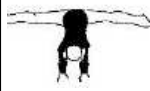







1. Hiba: Sarok nincs a falnál
2. Hiba: Térd nincs nyújtva
3. Hiba: Kiphotikus tartás (görbített hát)
4. Hiba: Lordotikus tartás
(kerüljük a csípő billentését, előre tolását)
5. Hiba: Fej nincs a talajon

















































4. MELLÉKLET
GYORSÍRÁS

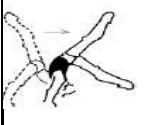





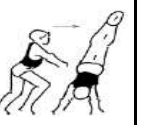




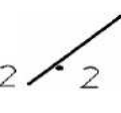





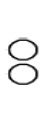

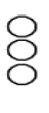



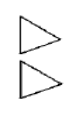


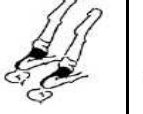






















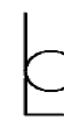







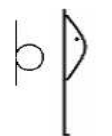
1. Állások							
Alap állás		Till		Szabad till		Támadó állás	
							
Terpeszállás		Fekvőtámasz		Híd		Döntés	
							
Szabad döntés		Állospárga kéztámasz					
							
2. Lebegőállások, mérlegállások							
Lebegő állás lábemeléssel hátul		Lebegőállás térdemeléssel elől		Állospárga hátul lábfogással		Átfogott állospárga	
							
Törzshajlítás hátra		Mély törzshajlítás		Hátsó állospárga		Melső mérlegállás lábfogással	
							
Melső mérlegállás spárgával		Állospárga elől lábfogással					
							
3. Spárgák							
Angol spárga		Haránt spárga					
							


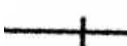








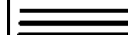

















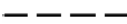
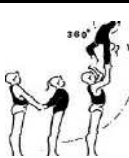




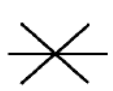

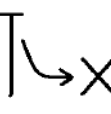


4. Ülések							
Nyújtott ülés		Terpeszülés		Terpeszülés előrehajlással		Térdelés	
							
Sarokülés		Féltérdelés		Térdelésben hátrahajlás			
							
5. Fekvések							
Hanyatt fekvés		Hason fekvés		Hanyatt fekvés függőleges lábtartással		Melső fecske	
							
Hátsó fecske							
							
6. Fej							
Fejállás		Fejen tartás					
							
7. Váll, mellkas							
Tarkó állás		mellkasállás		Kaucsk mellkasállás			
							

8. Kar							
Alacsony		1 kezes alacsony		Magas		1 kezes magas	
	N		↑		⊥		⊥
Magas kver		Japán		Szabad			
	↑		Y		T		

9. Kézállások							
Kézállás		1 kezes kézállás		Kver kézállás		Kaucsuk	
	↑		↓		↓		⌋
1 kezes kaucsuk		Kézállás angol spárágban		Ellenkaucsuk/ Yogi		Zászló	
	⌋		X		⌋		⌋
Támaszmérleg		Könyökmérleg		tepeszülő		zártülő	
	⌋		⌋		4		4
Magasülő							
	N						

10. Ugrások							
Oldal spárga		Haránt spárga		Váltóspárga		Gyűrű	
							
Gyűrű 2 lábbal		Egyenes		180°		360°	
							
540°		720°		Terpesz csuka			
							
11. Lóbálások							
Ágyúgolyó							
							
12. Gurulóátfordulások							
Előre bukfenc		Hátra bukfenc		gurulás oldalra		Tigris bukfenc	
							
13. Akrobatikák							
Cigánykerék		1 kezes cigánykerék		Arábel		Hátrabógni	
							
1 kezes Hátrabógni		Előrebógni		Forverc		Hátrabógni félfordulat előrebógni	
							
Cinza		Fejbillenés					
							

14. Urgások kézen vagy fejen át, lökések							
Kézenátfordulás		Flikk		Fejenátfordulás		Rundel	
							
Kázenát egy lábról két lábra		Dánfóder					
							
15. Szaltók							
Kéznélküli flikk		Zsugor szaltó hátra		Dupla zsugor szaltó hátra		Tripla zsugor szaltó hátra	
							
Bicska szaltó hátra		Dupla bicska szaltó hátra		Hátra szuplé		Dupla hátra szuplé	
							
Hátra szuplé egész csavar		Duplaszaltó egész csavar		Zsugor előre szaltó		Dupla előre szaltó zsugorban	
							
Bicskaszaltó előre		Előre szuplé		Oldal szaltó		Előre csavar	
							
16. Forgások							
180°		360°		540°		720°	
							
900°		Kozák		Állóspárgában			
							

17. Forgatások, Pörgetések							
180°		360°					
							
18. Dobások							
Fuß		Dupla fuß		Knót (2)		Knót (3)	
							
Csípőről		Átdobás					
							
19. Elkapások							
Ölbe		Ölbe (csoport)		Csípőre		Hátal csípőre	
							
Vállba		Kézbe					
							
20. Vegyes							
Lépések		Diamidov		Pillangó		Thomas kör	
							
Kézállásból spárgába		Kézállásból le/ Kigurulás					
							

5. MELLÉKLET

RUHÁZAT – oktatási útmutató

VERSENYRUHÁZATHOZ AJÁNLATOK

- Strasszkövek **nem kötelezőek** a ruhán.
- A férfiaknál **ne használjanak** áttetsző anyagot, vagy nagy felületeken testszínű anyagot.

A következő cikkelyek a szabályzatban leírtakra utalnak:

34.3. A tornadressz és szoknya alatt lehet harisnyát viselni.



34.4. A balettos tűzszoknya, illetve a szigetvilágot idéző fűszoknya **nem megengedett**



Balett tűtü

Fűszoknya

„ruha jelleg”

34.6. Biztonsági okokból a laza ruházat, elálló részek és kiegészítők **nem megengedettek**.



A világos, áttetsző és testszínű anyagot alá kell bélelni!

40.7. A provokatív, fürdőruha jellegű, szöveggel, betűkkel, fotóval és arcokkal díszített ruházatok **tiltottak.**

szöveg



fürdőruha



provokáló



képek



35.2. Nagy kövek és tükrök **nem engedélyezettek.** Maximum 10mm átmérő



Megfelelő ruházat fiúknak és férfiaknak



6. MELLÉKLET

KIFEJEZÉSEK SZÓTÁRA

SZABÁLYOK	
FIG	Nemzetközi Torna Szövetség
AKRO TC	Akrobatikus Torna Technikai Bizottsága
Akrobatika	A tornasportok művészi keveredése egy, vagy több sportoló által közösen végrehajtott, megkoreografált gyakorlatban. Az akrobaták mászás, építés, egyensúlyozás, lazaság, erő, dobás, repülés, elkapás, lengetés, forgás, csavarás, ugrás és ügyességi elemek kombinációit mutatják be, szerek használata és segítsége nélkül.
Alapszabály	A szabályok, amelyek a torna minden szakágára vonatkoznak.
TR	FIG technikai szabályzat, amelyben benne foglaltatnak a tornasportban való versenyszerű részvétel szabályai.
STR-ACRO	Speciális FIG Technikai Szabályzat az akrobatikus tornában való részvételre vonatkozóan. A TR 5. részében található meg.
Bírói Szabályzat (JR)	A FIG Bírói Szabályzat körvonalazza az általános elveket, amelyek minden torna szakágra vonatkoznak. Az akrobatikus tornára vonatkozó Speciális Bírói Szabályzat külön ehhez a diszciplinához ír le szabályozást. A COP melléklete ismerteti az IRCOS használatát és az SJ szerepét.
Pontozási Szabályzat	Az akrobatikus tornaversenyeken való részvétel szabályait foglalja magába, amely egyfajta szerződést formál a tornászok, edzők és versenyzők között, azonosítja a gyakorlatok struktúrájának és kompozíciójának, valamint az akrobatikus torna minden aspektusában elérendő kiválóságnak kritériumait.
Gyorsírás	Jegyzetelési szimbólumok rendszere, amely a bírók számára közös nyelvet biztosít, és amelyet a gyakorlatok kiértékelésekor jegyzetelésre használnak. Ez a Pontozási Szabályzat 4. mellékletében található meg.
Nehézségi Elemtáblázat	Egy olyan mátrix, amelyből az elemek nehézségi értéket kaphatnak. Minden egyes elem, vagy részelem számértékkel bír.
Gyakorlatrajz (Tariff Sheet)	Egy képes diagram arról, hogy a versenyzők mit szándékoznak bemutatni a versenyen. Minden nehézségi értékkel bíró elem a végrehajtás sorrendjében szerepel, és a Nehézségi Elemtáblázatban meghatározott nehézségi értéket kapja meg. Már a gyakorlat bemutatása előtt jelzi a gyakorlatra adható maximális nehézségi értéket, valamint nehézségi pontszámot.
VERSENYKATEGÓRIÁK	
Esemény	Az akrobatika 5 versenyszáma
W2	Női páros
W3	Női hármas
M2	Férfi páros
M4	Férfi négyes
MX2	Vegyes páros
GYAKORLATOK	
Gyakorlat	Az akrobatikus torna jellegzetességeit magán viselő statikus, dinamikus és kombinált versenygyakorlatok.
Statikus	Arra a gyakorlattípusra használt kifejezés, amelyben a versenyzőknek erőt, lazaságot, ügyességet, statikus tartásokat, építéseket és átmeneteket kell bemutatniuk. Jellemző módon a statikus tartások dominálnak a gyakorlat kompozíciójában.
Dinamikus	Arra a gyakorlattípusra használt kifejezés, amelyben a versenyzőknek jellemző módon azon képességeiket mutatják be, hogy képesek repülést/repülő szakaszt kezdeményezni, asszisztálni, megszakítani, illetve megállítani.
Kombinált	Arra a gyakorlattípusra használt kifejezés, amelyben a versenyzőknek a statikus és dinamikus gyakorlat jellemzőit be kell mutatniuk.

Művészi-kivitel	Egy versenygyakorlat felépítése és művészi kompozíciója, kialakítása.
Technikai-kivitel	A versenygyakorlat végrehajtásának technikai értéke.
Nehézség	A gyakorlat összeállításakor kiválasztott elemek értéke.
Nehézségi érték	Minden egyes gyakorlatban végrehajtott elemnek van egy nehézségi értéke, amit a Nehézségi Elemtáblázat szerint kell kiszámítani.
Nyílt nehézség	Nincsenek a gyakorlatban levő elemek nehézségi értékére vonatkozó korlátozások, így a nehézségi pontszámra sem.
Zárt nehézség	A gyakorlatért kapható nehézségi érték korlátozott. Ez történik Ifjúsági és Youth versenyeken.
Statikus tartás	Egy 3" kitartott pozíció párosban, hármásban, vagy négyesben, az előírásoknak megfelelően.
Átmenet	Az a mozgás/mozdulat, amely két statikus elemet köt össze.
Felső átmenete: Alsó átmenete (párosok)	Átmenet egyik pozícióból a másikba, melynek a végén 3" statikus kitartás van
Építés	Az a mozgás/mozdulat, amely során a versenyző a talajról vagy partnerről egy magasabb ponton levő statikus pozícióba jut.
Tartások	Statikus pozíciók, amelyeket meghatározott ideig kell kitartani.
Rövid tartások	Statikus és kombinált gyakorlat során nem sikerül az elem kitartása a megfelelő ideig. Ezért nem felelnek meg az elvárásoknak. 0,3 / mp büntetés jár minden hiányzó mp-ért, amit a Nehézségi bíró von
Átépitett gúla	Olyan elem női hármasnál és férfi négyesnél, amelynek 2 vagy több részét úgy kötik össze, hogy közben nem mennek talajra.
Átépitések	Egyik alsó pozícióból átmenet egy másik pozícióba, 3"-ból 3"-es tartásba.
Szaltó	Szaltó (magyarban is ismert frod.)
Társról társra érkezés	Egyik társról a másikra való repülés / ugrás
Talajról érkezés társra	Ugrás / repülés talajról társra
Dinamikus elem	Repülési szakasz, a partnerek közötti rövid kapcsolatot, ami segíti vagy megszakítja a repülési szakaszt a talajra érkezés előtt.
Leugrás	Knotról/partnereken levő statikus helyzetből repülő szakasz után talajra érkezés.
Tempóra ugrás	Amikor a dinamikus vagy a kombinált gyakorlatban 2 elemet rögtön egymás után hajtanak végre, köztes rákészülés nélkül.
Egyéni elem	Olyan nehézségi értékkel bíró elemek, amelyeket a versenyzők egyedül hajtanak végre, vagy azonos időben, vagy közvetlenül egymás után a gyakorlatok során.
Azonos elem	Az azonos elem MINDEN aspektusában azonos. Ugyanaz a kezdő és végpozíciója, alakja, forgása és/vagy iránya.
Egyéni elemek	
Statikus tartások és erőelemek:	kézállások, fejállások, láb-állások, alkar-, váll- és mellkas-állások, ülőtartások, erőemelések.
Lazasági elemek:	például spárgák, bognik, hidak, stb.
Ügyességi elemek:	guruló-átfordulások, cigánykerekek (ideértve az arábeleket és forverceket) és a rövid ideig megtartott talajra érkező elemek kombinációit
Ugrássorok (Tumbling)	Rundel, flikk, szaltók és kézenátfordulások. Az elemeket mozgás előzi meg (nekifutás) és egy vagy két lábra érkeznek, az elem karakterének megfelelően.
BÍRÓK	
Döntő bíró(SJ)	Döntő bíró (superior jury) ellenőrzi a verseny minden aspektusát a szervezéstől befejezésig.
Vezetőbíró (CJP)	Chair of Judges' Panel. Egy bírói panel felügyelője, aki az összpontszámból történő levonásokat adja, hogy kialakuljon a versenygyakorlat végpontszáma.
Nehézségi bíró (DJ)	Difficulty Judge. Ők ítélik meg egy gyakorlat nehézségi pontszámát a versenyeken. Minden verseny előtt sorsolással jelölnek ki 2 bírót, mind az 5 kategóriában.
Művészi-kivitel bíró (AJ)	Artistic Judge. A gyakorlat művészetét és művészi értékét bírálja.
Technikai-kivitel bíró (EJ)	Execution Judge. A gyakorlat technikai értékét és kivitelét pontozza.
Fellebbviteli bíró	(Jury of appeal) A legmagasabb fórum a versenyen. Megkapja a SJ döntése elleni fellebbezéseket.

Nyílt bírászkodás	A gyakorlat kiértékelése után minden bíró által adott pontszámot rögtön bemutatnak a közönségnek.
Speciális Követelmények (SR)	A gyakorlat összeállításakor kötelezően bemutatandó elemek. Ezeket a Nehézségi bíró ellenőrzi, és minden hiányért 1.0 pontot von le az összpontszámából.
Gyakorlat ideje	A gyakorlat hossza, mely nem haladhatja meg a 2 perc 30 mp-et a statikus és kombinált, 2 percet a dinamikus gyakorlatban
Gyakorlat hosszának büntetése	Minden egyes plusz másodpercért 0.1 pont levonás jár a gyakorlat összpontszámából.
PONTOK	
Pontszám	A gyakorlatokra adott bírói pontokból kalkulált szám.
Bírói pont	Az a számszerű kalkuláció, amelyet a Technikai-kivitel vagy Művészi-kivitel bíró ad a végrehajtott gyakorlatra, miután levonta annak hibáit a maximális 10.00-ból.
A pontszám	A versenygyakorlat művészi-kivitel pontja. Meghatározásakor a 4 - 6 főből álló panel a 2 legmagasabb és legalacsonyabb pontszámának kiejtése után benmaradó 2 pontszám átlaga.
E pontszám	A versenygyakorlat technikai-kivitel pontja. Meghatározásakor a 4 - 6 főből álló panel a 2 legmagasabb és legalacsonyabb pontszámának kiejtése után benmaradó 2 pontszám átlagának kétszerese.
D pontszám	A bemutatott gyakorlat nehézségi pontszáma. A bírói panel két Nehézségi bírója együtt határozza meg a nehézségi érték kiszámításával.
Összpontszám	A végrehajtott gyakorlatra kapott A, E és D pontszámok összege.
Végpontszám	A gyakorlat pontszáma, miután a Vezetőbíró (CJP) és a Nehézségi bíró (DJ) általi esetleges büntetéseket levonták az összpontszámából.
CJP levonások	Büntetések, amelyeket az összpontszámából (A+E+D) vonnak le. Méretekért, gyakorlat hosszért, ruházatért, kilépésért és későn leadott gyakorlatrajzokért.
DJ levonások	Büntetések, amelyeket az összpontszámából (A+E+D) vonnak le a DJ-k A speciális követelmények hiányáért és időhibákért.
Tolerancia	A Technikai vagy Művészi-kiviteli bírók által adott két középső pontszám között elfogadható legnagyobb különbség ÉS az összes művészi-kivitel és technikai-kivitel pont között elfogadható legnagyobb különbség mielőtt a CJP vagy a SJ beavatkozik.
Bírói panel	A Vezetőbíróból, Művészi és Technikai-kivitel bírókból, Nehézségi bírókból álló 9-15 fős csoport. Minden egyes csoportnak más a feladata a gyakorlat kiértékelésekor.
TESTDIMENZIÓK	
Tömeg (mass)	A versenyző súlya és testtömege.
Méret	A partnerek közötti magasságkülönbség
Testtípusok	A versenyzők testtípusa, somatotípusa vagy alakta, amelyet az endomorf, endo-meso, mesomorf, meso-ekto vagy ektomorf fokozatok valamelyikébe sorolnak. Az akrobaták általában azonos, vagy egynél nem jobban eltérő testcsoportba tartozó partnerrel dolgoznak. Minden testtípus között vannak fokozatok.
Endomorf	Körte, vagy háromszög alakú testforma, ahol a csípő szélesebb, mint a váll. A testtömeg általában nagyobb mértékben oszlik el a csípő körül, mint a test többi részén. Az akrobatikában a tartó emberekre jellemzőbb.
Mesomorf	Izmos fizikum. Jól elosztott testtömeg, amely téglalap alakú, szögletes benyomást kelt. A csípőszélesség általában megegyezik a vállszélességgel, vagy kisebb annál. Jó felsőnek és alsónak is.
Ectomorf	Hosszú vékony testalkatú. Vékony izomzatú. Általában felsőknél találjuk. Nem szimlán vékony, hanem vékony izomzatú.
Tartó/alsó (Base)	A tartó ember egy egységben.
Középső (Middle)	Hármasban a második, négyesben a második és harmadik tartó.
Felső (Top)	Párosban általában a kisebb, hármásban és négyesben a legkisebb partner, aki a gúlák tetején egyensúlyoz, vagy a fő repülő ember a dinamikus gyakorlatban.