



# PYRAMIDES!

Acrobatic Gymnastics

NEWSLETTER – N° 05 – November 2025



*Lausanne (SUI), 2025. november*

**Kedves ACRO Barátaink!**

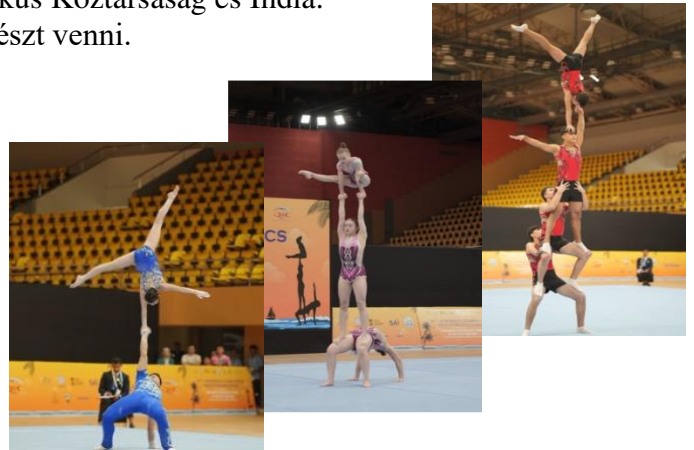
Az Akro Technikai Bizottság (TC-Acro) munkája folytatódott 2025 harmadik ülésével, Egyiptomban, Sharm El-Sheikhben. Köszönjük az Egyiptomi Torna Szövetségnek a vendéglátást.

## ACRO HÍREK ÉS ESEMÉNYEK

### A 14. Ázsiai Akrobatikus Torna Bajnokság

A 14. Ázsiai Akrobatikus Torna Bajnokságot 2025. október 31. és november 2. között rendezték meg Goában, Indiában. Hat ország vett részt, összesen 173 versenyzővel: Kazahsztán, Hongkong, Türkmenisztán, Üzbegisztán, a Koreai Népi Demokratikus Köztársaság és India. Sajnos Irán és Kína különböző okok miatt nem tudott részt venni.

A versenyt a FIG szabályai szerint bonyolították le. Három semleges bírót hívtak meg: kettőt Grúziából és egyet Azerbajdzsánból. A szervezés kiváló volt, nagyon szívélyes fogadtatással. A verseny helyszíne gyönyörűen kialakított volt, és minden résztvevő nagyon jól érezte magát. Az egész ázsiai ACRO közösség nevében szeretnénk köszönetet mondani a FIG-nek és az AGU-MR elnökének, **A-RAHMAN AL-SHATHRI** úrnak a bizalomért – mondta **Aigul DUKENBAEVA**, az AGU ACRO TC elnöke



### 6. Pánamerikai Bajnokság és Klubkupa

A 6. Pánamerikai Bajnokságot 2025. november 14–16. között rendezték meg Carolina városában, Puerto Ricóban. A Puerto Ricó-i Torna Szövetség szívélyes vendéglátást és kiváló szervezésű eseményt biztosított a több, mint 200 részt vevő sportoló számára. Hat ország képviseltette magát a bajnokságon és a klubkupán: Argentína, Brazília, Kanada, Mexikó, Puerto Rico és az Egyesült Államok. Kolumbia későn visszalépett, így nem tudott részt venni. Külön öröm volt üdvözölni Argentínát, amely először vett részt az esemény klubverseny részében.

A résztvevők száma és a verseny színvonala minden alkalommal folyamatosan növekszik. Gratulálunk minden részt vevő egységnek, és köszönjük Puerto Ricónak a nagyszerű eseményt!





# PYRAMIDES!

Acrobatic Gymnastics

NEWSLETTER – N° 05 – November 2025



## Van megosztani való ACRO híruk?

Szeretnénk hallani Önökről! Kérjük, küldjenek rövid beszámolót és fényképeket az aktuális akrobatikus eseményekről az alábbi címre:

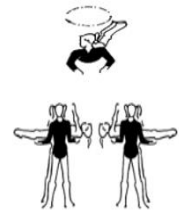
[acro@fig-gymnastics.org](mailto:acro@fig-gymnastics.org)

Ez magában foglalhat edzőtáborokat, nemzetközi versenyeket, fejlesztési lehetőségeket és egyebeket. Segítsenek nekünk tovább népszerűsíteni az akrobatikus tornát!

## TISZTÁZÁSOK

### Helikopter elem

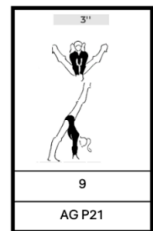
**Emlékeztető:** a helikopter elemeknél (WG és MG) az alsóknak ugyanabban a pozícióban kell maradniuk; **NEM foroghatnak együtt a felsővel.** Amennyiben az alsók nem tartják be ezt a szabályt, az elem nem kap ehézségi értéket, valamint minden vonatkozó technikai kivétel levonás alkalmazásra kerül (pl. extra lépések az alsóknál, alulforgás, testhelyzet, amplitúdó stb.) Ez a szabály **2026. január 1-jén lép hatályba.**



### Pre-Youth 11–16

Az alábbi elemet hozzáadtuk a 2025–2028-as Ifjúsági és Junior Szabályzat 3. mellékletéhez, a Pre-Youth választható elemek táblázatához.

Kérjük, adják hozzá a Páros választható egyensúlyi elemek táblázatához a 36. old./ 3. sor, 7. mező.



### Művészi pontozáshoz segédeszköz

Az alábbi linken érhető el a Művészi pontozáshoz segédeszköz, amely világos és részletes magyarázatot ad minden művészi kérdéshez és jutalmazási szinthez a művészi pontozás során.

Az eszköz célja, hogy minden bíró következetesen, pontosan és azonos módon alkalmazza a művészi kritériumokat.

Link: [Művészi pontozáshoz segédeszköz, Artistry evaluation tool](#)

### CoP – 34. cikkely: Versenyöltözet és 5. melléklet

A FIG Reklámszabályzat szerint kérjük, adják hozzá a 34.11. cikkelyt:

**34.11** A tornászoknak megengedett fejfedőt viselniük a „FIG Versenyruházati és Reklámszabályzat” legfrissebb változatának megfelelően. A fejfedőnek szorosan kell illeszkednie a fejre annak érdekében, hogy ne essen le és ne mozduljon el a gyakorlat során, feltéve, hogy az alábbi feltételek teljesülnek:

- A fejfedőnek szorosan illeszkednie kell, az arc teljesen látható maradjon, és nem jelenthet biztonsági kockázatot a gyakorlat végrehajtása során.
- A fejfedő színe(i)nek meg kell egyeznie(ük) a verseny dressz, trikó vagy felső színével.
- A fejfedő lehet rögzített, nem rögzített (de elég szoros ahhoz, hogy fejjel lefelé se akadályozza a látást), vagy a dressz, trikó vagy felső része.
- A fejfedőn **nem** lehet reklám, nemzeti szövetségi/országszintű jelölés, terméktechnológiai azonosító vagy gyártói logó.

Felhívjuk a figyelmet arra, hogy fejfedő **kizárólag vallási okokból** engedélyezett. Emellett minden olyan szövetségnek, amely ilyen fejfedőt kíván használni, hivatalos kérelmet kell benyújtania a TC elnökéhez a verseny előtt.





# PYRAMIDES!

Acrobatic Gymnastics

NEWSLETTER – N° 05 – November 2025



## KÉRDÉSEK ÉS VÁLASZOK

### 1. kérdés:

Ha a gyakorlatrajz lapon haránt spárgás támaszmérleg szerepel, de a tornász terpeszben végrehajtott támaszmérleget mutat be, amely +2-vel magasabb értékű, az alacsonyabb, bejelentett értéket kapja, vagy a végrehajtott elem +2 értékét?

### Válasz:

A haránt spárgás támaszmérleg és a terpesz támaszmérleg különböző pozícióknak számítanak. Ha spárgás támaszmérleg van a rajzon, de terpesz támaszmérleget mutatnak be, a NÉ elveszik, de a végrehajtott elem figyelembe vehető a spec.köv. szempontjából. Ugyanez fordítva is igaz: terpesz támaszmérleg van a rajzon, de spárgás támaszmérleget csinálnak = nincs NÉ.



### 2. kérdés:

A Párosok kombinált gyakorlatában végrehajtható-e 4 dinamikus elem egy sorozatban?

### Válasz:

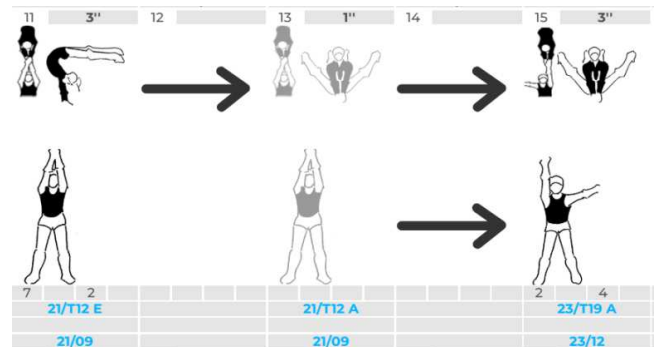
Párosoknál lehetséges két darab, 4 elemből álló sorozat végrehajtása a kombinált gyakorlatban. Az egyik sorozat tartalmazhat 4 dinamikus elemet (a dinamikus korlátozások szerint), a másik sorozatnak pedig egyensúlyi és dinamikus elemek kombinációját kell tartalmaznia (CoP 26.4. cikkely szerint).

### 3. kérdés:

Ha egy páros vagy csoport ront vagy leesik egy egyensúlyi elembe történő átmenet során, ahol nincs bejelentett statikus tartás (átmenő elem), alkalmazható-e időhiba büntetés?

### Válasz:

Igen. Időhiba büntetés alkalmazható az olyan egyensúlyi elemeknél, ahol nincs bejelentett statikus tartás (átmenő elem), az ezt követő 3 másodperces statikus tartás során, mivel minden partner a helyén van és értékpozícióban tartózkodik (függetlenül attól, hogy az elem nehézségi értékét igénylik-e).



### 4. kérdés:

Párosoknál, ha egy elemnél mind a felső, mind az alsó átmenetet hajt végre, megvárhatja-e a felső az alsó átmenetének befejezését, mielőtt elkezd a sajátját?

### Válasz:

A párosok filozófiája szerint az olyan elemeknél, ahol mindkét partner mozog, a mozgásnak együtt kell történnie. Ezért az alsó átmenete során a felsőnek legalább el kell kezdenie a saját átmenetét, mielőtt az alsó elérné a végső pozíciót. Ha a felső megvárja, amíg az alsó teljesen befejezi az átmenetet, akkor a felső átmenetének értéke levonásra kerül, mivel azok nem egy időben történnek.

### EMLÉKEZTETŐ:

Rendszeresen ellenőrizték az STS rendszert új videók és TC-tartalmak (gyakorló pontozás, prezentációk, példavideók stb.) miatt! A világversenyeken részt vevő FIG bírónak **ajánlott** időt szánniuk az STS áttekintésére a versenyek előtt.



# PYRAMIDES!

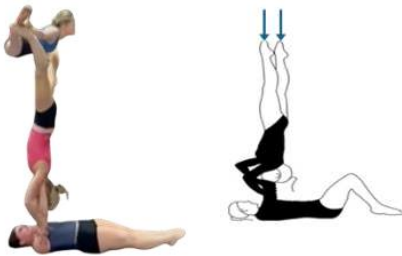
Acrobatic Gymnastics

NEWSLETTER – N° 05 – November 2025



## ÚJ ELEM KÉRELMEK

### • WG alsó pozíció



Új pozícióként elfogadva:

**64-A1b** (ua. a mezőben, mint a 64-A1) = **DV 9** (6. kat, 2. csoport)

Ez az elem **2026. június 1-jétől** lesz bemutatható.

### • FRISSÍTETT KOORDINÁTÁK: MG alsó pozíciók



Ezeket az alsó pozíciókat a NL#4-ben már elfogadták.

Kérjük, frissítsék a koordinátákat az alábbiak szerint.

10a	10b	10c
10	10	18

## JÓVÁHAGYOTT FIG AKROBATIKUS TORNA ESEMÉNYEK NAPTÁRA

### Dátumok – Esemény – Város / Ország

- 2026.03.06–08. – Világkupa – Maia (POR)
- 2026.04.10–12. – Világkupa – Puurs-Sint-Amands (BEL)
- 2026.05.29–31. – Világkupa – Burgas (BUL)
- 2026.06.05–07. – Világkupa – Baku (AZE)
- 2026.06.19–21. – Világkupa – Rzeszów (POL)
- 2026.09.17–20. – 2. Junior Világbajnokság és FIG Ifjúsági Világverseny – Pesaro (ITA)
- 2026.09.24–27. – 30. FIG Akrobatikus Torna Világbajnokság – Pesaro (ITA)

További részletekért (irányelvek, időpontok stb.) kérjük, látogassák meg a FIG honlapján a [„Calendar”](#) részt.

### Segítsen alakítani az ACRO szabályokat (2029–2032)

Mivel hamarosan megkezdjük a következő ciklus előkészítését, szeretnénk hallani véleményüket az ACRO Szabályzat 2029–2032 közötti időszakára vonatkozó módosításokról, kiegészítésekről vagy fejlesztésekről. Kérjük, osszák meg visszajelzéseiket az alábbi Google űrlapon. Az Önök véleménye kulcsfontosságú munkánk irányításához és ahhoz, hogy a szabályok valóban a közösség igényeit szolgálják. [Kattintsok ide](#)



# PYRAMIDES!

Acrobatic Gymnastics

NEWSLETTER – N° 05 – November 2025



## Tájékoztatás

Az Akro TC-hez a hivatalos elemértékelési kérelmet a nemzeti tornaszövetségnek kell benyújtania a nehézségi táblázatban található hivatalos űrlap segítségével, e-mailben a következő címre:  
[neuelementsrequest@gmail.com](mailto:neuelementsrequest@gmail.com)

A kérelmeket legkésőbb egy héttel a következő TC ülése előtt kell benyújtani. A kérelemnek tartalmaznia kell egy részletes rajzot a javasolt értékkel, valamint az elemről készült videót e-mailben.

Köszönjük figyelmüket, és sok sikert kívánunk minden sportolónak és edzőnek!

Tisztelettel,

**Nikolina HRISTOVA**

az Akrobatikus Torna Technikai Bizottság elnöke

[acro@fig-gymnastics.org](mailto:acro@fig-gymnastics.org)

**Carisa LAUGHON**

az Akrobatikus Torna Technikai Bizottság titkára

[carisalaughon.fig@gmail.com](mailto:carisalaughon.fig@gmail.com)