

1. Melléklet

1. Hazai korcsoportok

1.1. Gyermekek korcsoport

Korhatár: 7-13 év

Gyakorlat: Statikus gyakorlat, max. 2.00 perc

Max pontszám: 30,50 (technika 2x 10,00 + művészi 10,00 + Nehézségi érték 0,5)

Maximális korkülönbség: 6 év

Párosok és Csoportok:

1. 4 db statikus elemet kell bemutatni
Az elemtáblázat (lásd. 2. melléklet) minden sorából 1 egy elemet kell választani, hármaskorúknál A,B,C sor + 1db szabadon választott elem akármelyik sorból választva
Ha ez a speciális követelmény nem teljesül, **minden hiányzó elemért** 1.0 büntetés jár.
2. A gyakorlatokban minden tagnak 3db egyéni elemet kell bemutatnia.
Ha ezt a Speciális Követelményt nem teljesítik, 1.0 levonás jár.

Korlátozások

- Az egyéni elemeket az egyensúlyi, lazasági, vagy ügyességi egyéni elemek táblázatából kell kiválasztani, az elemek lehetnek különbözőek, de azonos típusúaknak (pl. lazasági) kell lenniük. Az egyéni elemeket **egyszerre** kell végrehajtani.
- Nem lehetnek a társas és egyéni elemekben stilisztikai variánsok.

1.2. Serdülő korcsoport

Korhatár: 8-14 év

Gyakorlat: Kombinált gyakorlat, max. 2.30 perc

Max pontszám: 30,80 (technika 2x 10,00 + művészi 10,00 + Nehézségi érték 0,8)

Maximális korkülönbség: 6 év

Párosok:

1. 3db statikus elem kiválasztása az elemtáblázat (lásd. 2. melléklet) különböző soraiból
Ha ez a speciális követelmény nem teljesül, **minden hiányzó elemért** 1.0 büntetés jár
2. 3 db dinamikus elem kiválasztása az elemtáblázat (lásd. 2. melléklet) különböző soraiból
Ha ez a speciális követelmény nem teljesül, **minden hiányzó elemért** 1.0 büntetés jár
3. 3 db egyéni elem a TOD-ből kiválasztva
Ha ez a speciális követelmény nem teljesül, **minden hiányzó elemért** 1.0 büntetés jár

Korlátozások

- Az egyéni elemeket az egyensúlyi, lazasági, ügyességi vagy ugrások táblázatából kell kiválasztani, az elemek lehetnek különbözőek. Az egyéni elemeket **egyszerre** kell végrehajtani.
- Nem lehetnek a társas és egyéni elemekben stilisztikai variánsok

Csoportok

1. 2db statikus elem kiválasztása az elemtáblázat különböző soraiból
Ha ez a speciális követelmény nem teljesül, **minden hiányzó elemért** 1.0 büntetés jár
2. 3 db dinamikus elem kiválasztása az elemtáblázat különböző soraiból.
Ha ez a speciális követelmény nem teljesül, **minden hiányzó elemért** 1.0 büntetés jár
3. 3 db egyéni elem a TOD-ből kiválasztva
Ha ez a speciális követelmény nem teljesül, **minden hiányzó elemért** 1.0 büntetés jár

Korlátozások

- Az egyéni elemeket az egyensúlyi, lazasági, ügyességi vagy ugrások táblázatából kell kiválasztani, az elemek lehetnek különbözőek. Az egyéni elemeket **egyszerre** kell végrehajtani.
- Nem lehetnek a társas és egyéni elemekben stilisztikai variánsok

Általános rendelkezések a Gyermek és Serdülő korcsoportoknál

- Az elemeket a bírók felé, jól láthatóan kell bemutatni, ellenkező esetben a technikai kivitelből 0,1 levonás alkalmazandó.
- A hidat, mint lazasági elemet, zárt vagy maximum csípőszéles, nyújtott lábbal lehet bemutatni. Ellenkező esetben az elem kihúzásra kerül.
- Minden tarkóállást, fejállást, mellre gördülést, támasztott kézállást zárt, nyújtott lábbal kell végrehajtani. Ellenkező esetben az elem kihúzásra kerül.
- Az ültartásokat csak nyújtott lábbal lehet végrehajtani. Ellenkező esetben az elem kihúzásra kerül.

1.3. Ifjúsági korcsoport

Korhatár: 9-17 év **Maximális korkülönbség:** 6 év

Gyakorlat: Kombinált gyakorlat, max. 2.30 perc

Max pontszám: 31,00 (technika 2x 10,00 + művészi 10,00 + Max. Nehézségi érték 1,0)

A gyakorlatot a **YOUTH korosztály** (régi 12-18) szabályai szerint kell összeállítani (lásd. FIG versenyszabályzat és FIG YOUTH - Junior szabályzat) azzal a kivétellel, hogy a gyakorlatok nehézségi értéke a következőképpen van meghatározva

Nehézségi érték:

Párosok	Csoportok
min. 30 - max. 100	min. 40 - max. 100

Speciális követelmények:

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**.
2. Minimum 1 elkapásnak lennie kell a gyakorlatban.
Ha ez a Speciális követelmény nem teljesül 1.0 pont levonás jár a hiányzó elkapásért.
3. A fősőnek be kell mutatnia 1 támasztás nélküli kézállást, mely bármelyik pozícióban lehet a kézállásokat tartalmazó táblázatból. Ezt a speciális követelményt nem teljesítheti a fősőként dolgozó középső.
Ha ez a speciális követelmény nem teljesül 1.0 pont levonás jár.
4. Az egység minden tagjának **3 egyéni elemet** kell bemutatnia. Az egyéni elemeket a tagoknak **egyszerre, vagy „vízesés effektusban”** kell végrehajtaniuk, de azok lehetnek különbözőek.
Ha ezt a Speciális Követelményt nem teljesítik, 1.0 levonás jár.

Korlátozások

- A páros és csoportos elemeknél a statikus elemek nehézségi értéke nem haladhatja meg a dinamikus elemek nehézségi értékének a kétszeresét, és fordítva, a dinamikus elemek nehézségi értéke sem haladhatja meg a statikus elemek nehézségi értékének a kétszeresét.

Minden a Statikus és a Dinamikus gyakorlatokra bevezetett korlátozás érvényes.

Statikában:

- Egy gyakorlaton belül a felső ugyanazért a pozícióért nehézségi értéket kaphat:
 - kétszer statikus tartásért
 - kétszer átépítés közben

Párosoknál:

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

Csoportoknál:

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

Átépített Gúla

- **Meghatározása:** A nehézségi elemtáblázatban változnia kell, hogy melyik dobozban van az elem, és további átmenetknél ugyanabba a dobozba visszatérni nem lehet (FIG versenyszabályzat 20.9 cikkely) Az elem értékelésekor mindegyik alapgúla értéke megadható. (max. 3 alapgúla)
- Az átmenetért csak akkor jár nehézségi érték, ha 3mp statikus pozícióból 3mp statikus pozícióba mennek.

- 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
- Átmehet (értékkel vagy érték nélkül) a következő statikus helyzetbe

Átépitett gúlánál:

- Amikor a felső nem változtat helyzetet az átépités alatt, a kezdő pozíció alapján kapja a felső a nehézségi értéket.
Nem szükséges, hogy a felső ugyanazt a pozíciót tartsa az átmenet közben és az átmenetet követő gúlán. Pl. a felső lehet az átmenet közben terpeszülőben, majd kiemel kézállásba és azt tartja meg 3mp-ig.
- Amikor a felső helyzetet változtat az átépités közben, a nehézségi értéket az alábbi módon számoljuk:
 - a felső kezdő pozíciójának értéke
 - + átmenetének értéke
 - + az átépités 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 átépités közben **nem használhat** plusz, vagy másik alátámasztási pontot, különben az átmenet nem kap értéket.

Dinamikában:

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

Kivételek:

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

Csoportoknál:

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

Férfi négyes egységekre vonatkozó további korlátozások

- Ugyanazon elem végrehajtása 2x különbözőnek számít akkor, ha egyik esetben történik párcsere a levegőben töltött idő alatt, míg másik esetben nem.
- Csak 2 olyan dobásért jár nehézségi érték, ahol 3-an együtt dobják el a felső társat.

- Csak 1 olyan elkapás számítható be a nehézségi értékbe, ahol 3-an kapják el a felsőt.
- Csak 1 vízszintes elkapás értékelhető (változatoktól függetlenül)
- Csak 1 olyan elem hajtható végre férfi négyeseknél nehézségi értékért, amiben egyszerre két párosként dolgoznak. A páros elem nehézségi értékét összeadják és elosztják 2-vel. (Értékük a Nehézségi Elemtáblázat párosokra vonatkozó része tartalmazza.)

1.4. Nyílt korcsoport

Korhatár: 11+ év **Maximális korkülönbség:** nincs

Gyakorlat: Statikus gyakorlat (2.30) és dinamikus gyakorlat (2.00)

Max pontszám: 61,70 (technika 2x 10,00 + művészi 10,00 + Max. Nehézségi érték 0,8/0,9)

A gyakorlatot a **YOUTH korosztály** (régí 12-18) szabályai szerint kell összeállítani (lásd. FIG versenyszabályzat és FIG YOUTH - Junior szabályzat) azzal a kivétellel, hogy a gyakorlatok nehézségi értéke a következőképpen van meghatározva:

Nehézségi érték:

	Statika	Dinamika
Párosok	min. 20 - max. 90	min. 15 - max. 80
Csoportok	min. 30 - max. 90	min. 20 - max. 80

STATIKA Speciális követelmények

Párosok:

1. A párosok gyakorlatának min.5 (max.8) 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
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
3. Az egység minden tagjának **3 egyéni elemet** kell bemutatnia. Az egyéni elemeket a tagoknak **egyszerre, vagy „vízesés effektusban”** kell végrehajtaniuk, de azok lehetnek különbözőek.
Ha ezt a Speciális Követelményt nem teljesítik, 1.0 levonás jár.

Párosokra vonatkozó korlátozások

- Egy gyakorlaton belül a felső ugyanazért a pozícióért nehézségi értéket kaphat:
 - kétszer statikus tartásért
 - kétszer átépítés közben
- Maximum **3** nehézségi értékkel bíró elemet lehet összekötni, vagy közvetlenül egymás után bemutatni.
- A tartó/alsó nem ismételheti meg egy gyakorlatban ugyanazt az átmenetet / bemenetet, a felső pozíciójától függetlenül.
- A felső csak egyszer változtathat helyzetet az alsó átmenete alatt.
- Az alsó és felső átmenet közben nem változtathatja meg az alátámasztási pontját.

Csoportok

1. A gyakorlatban minimum **2** (max.4) 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.
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.

3. Minimum egy gúlában a felsőnek be kell mutatnia egy támasztás nélküli kézállást, amit a Nehézségi Elemtáblázat kézállásokat tartalmazó táblájából kell kiválasztani. (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

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

Átépített Gúla

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

Átmenet közben a felső:

- Lehet értékkel bíró pozícióban
- Lehet értékkel nem bíró pozícióban is
- Átmehet (értékkel vagy érték nélkül) a következő statikus helyzetbe

Átépített 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 átmenetet követő gúlán. Pl. a felső lehet az átmenet közben terpeszülőben, majd kiemel kézállásba és azt tartja meg 3mp-ig.
- Amikor a felső helyzetet változtat az átépítés közben, a nehézségi értéket az alábbi módon számoljuk:
 - a felső kezdő pozíciójának értéke
 - + átmenetének értéke
 - + az átépítés értéke
 - + a felső véghelyzetének értéke és alsó statikus tartás értéke
- Ha a felső értéket nem érő pozícióban van az átmenet közben, akkor a felső nehézségi értéke nulla (0) DE az alsók átmenetének értékét megkapják.
- A felső az átépítés közben **nem használhat** plusz, vagy másik alátámasztási pontot, különben az átmenet nem kap értéket.

DINAMIKA Speciális követelmények

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 a hiányzó elkapásért.
2. Minimum **2 elkapásnak** lennie kell a gyakorlatban.
Ha ez a Speciális követelmény nem teljesül 1.0 pont levonás jár a hiányzó elkapásért.

A páros és csoportos egységekre vonatkozó korlátozások

- 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
 - Maximum 4 elemet lehet 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

- 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 Elem táblázat párosokra vonatkozó része tartalmazza.)

2. Nemzetközi korcsoportok

ASPIRE korcsoport

Korhatár: 8 - 15 év **Maximális korkülönbség:** 6 év

Gyakorlat: kombinált, max. 2,30 perc

Max pontszám: 30.50 (Technika 2 x 10.0 + Művészi 10.0 + Nehézségi 0.5)

Általános követelmények: Szaltó és a felső által végrehajtott kézállás nem kötelező

A gyakorlatok összeállítása:

Párosoknál:

- **4 kötelező társas elem:** a FIG Pre-Youth (volt 11-16) elemtáblázatából kell 2 statikus és 2 dinamikus elemet választani, melyek a nehézségi értéket adják, maximum 0.5 értékben. Ennél magasabb értékben is bemutatathatók elemek, de nem jár értük plusz pont.
- **2 szabadon választott társas elem:** 1 statikus és 1 dinamikus elem, melyeket a FIG Korosztályos Szabályzat 3-4 mellékletéből, vagy a FIG TOD katalógusból lehet választani. Lehet szabadon választott elemet a FIG Pre-Youth (volt 11-16) elemtáblázatából is választani, viszont más sorból, mint amelyikből a kötelező elemet választották!
- **3 egyéni elem,** melyek közül az egyiknek 1 Agiltity, vagy 1 Tumbling –nak kell, hogy legyen.

Női hármasoknál és Férfi négyeseknél:

- **3 kötelező társas elem:** a FIG Pre-Youth (volt 11-16) elemtáblázatából kell 1 statikus és 2 dinamikus elemet választani, melyek a nehézségi értéket adják, maximum 0.5 értékben. Ennél magasabb értékben is bemutatathatók elemek, de nem jár értük plusz pont.
- **2 szabadon választott társas elem:** 1 statikus és 1 dinamikus elem, melyeket a FIG Korosztályos Szabályzat 3-4 mellékletéből, vagy a FIG TOD katalógusból lehet választani. Lehet szabadon választott elemet a FIG Pre-Youth (volt 11-16) elemtáblázatából is választani, viszont más sorból, mint amelyikből a kötelező elemet választották!
- **3 egyéni elem,** melyek közül az egyiknek 1 Agiltity, vagy 1 Tumbling –nak kell, hogy legyen.

*A vezetőség fenntartja a változtatásjogát ebben a korcsoportban, mert mindenkor a nemzetközi Hope szabályzathoz szeretné igazítani.

PRE-YOUTH, YOUTH, JUNIOR, FELNŐTT

A FIG Pontozási Szabályzat minden rendelkezése érvényes.

Kivétel:

- Korcsoportok korhatárai eltérnek a nemzetközsizabálytól, lásd. a Hazai szabályzat 9. pontban a korcsoportok részletezésénél.
- Nem engedélyezett a PRE - YOUTH -ban az 5 évnél nagyobb korkülönbség, YOUTH-ban és JUNIOR-ban a 6 évnél nagyobb korkülönbség.
- Youth, Junior és Felnőtt korcsoportokban az induláshoz minimális nehézségi pontszám elérése szükséges, az alábbi táblázat szerint:

Korcsoport	Statikus gyakorlat	Dinamikus gyakorlat	Kombinált gyakorlat
YOUTH párosok	25	20	30
YOUTH csoportok	30	20	40
JUNIOR párosok	30	25	35
JUNIOR csoportok	35	35	45
FELNŐTT párosok	35	30	40
FELNŐTT csoportok	40	40	50