

KOMPOZYCJA UKŁADÓW

Ćwiczenia zespołowe
2ki dziewcząt (WP), 2ki mieszane (MxP),
2ki chłopców (MP)

♀♀/♀♂/♂♂

Klasa YOUTH

WYMOGI - KOMPOZYCJA UKŁADU

W układzie należy wykonać:

- 2 elementy statyczne z obowiązkowej tabeli AGE GROUP 11-16 na lata 2017-2020 /WP str. 31, MP str. 32, MIX str. 33/ (z różnych rzędów)
- 1 element statyczny z tabeli grup trudności FIG na lata 2017-2020 (wartość min. 1, max. 9) /przykładowe elementy tabela AGE GROUP 11-16 na lata 2017-2020 strona 38/
- 2 elementy dynamiczne z obowiązkowej tabeli AGE GROUP 11-16 na lata 2017-2020 /WP str. 31, MP str. 32, MIX str. 33/ (z różnych rzędów)
- 1 element dynamiczny z tabeli grup trudności FIG na lata 2017-2020 (wartość min. 1, max. 14) /przykładowe elementy tabela AGE GROUP 11-16 na lata 2017-2020 strona 38/
- 2 elementy indywidualne (statyczne): gibkość (flex), zwinność (agility) albo statyczne wytrzymanie (static hold) (tabele AGE GROUP 11-16 na lata 2017-2020 strona 36 lub tabele grup trudności FIG na lata 2017-2020 strona 129-136)
- 2 elementy indywidualne (dynamika): tumbling.
 - salto jest obowiązkowe
 - wykonanie skoku: R->F, **kara 0,5 pkt.**
 - wykonanie salta machowego bokiem lub w przód nie spełnia wymogu salta, kara za brak salta – 1,0 pkt (tabele AGE GROUP 11-16 na lata 2017-2020 strona 36 lub tabele grup trudności FIG na lata 2017-2020 strona 137).

Ćwiczenia zespołowe
3ki dziewcząt (WG) i 4ki chłopców (MG)

♀♀♀/♂♂♂♂

Klasa YOUTH

WYMOGI - KOMPOZYCJA UKŁADU

W układzie należy wykonać:

- 1 element statyczny z obowiązkowej tabeli AGE GROUP 11-16 na lata 2017-2020 /WG str. 34, MG str. 35/
- 1 element statyczny z tabeli grup trudności FIG na lata 2017-2020 (wartość min. 4, max. 16) /przykładowe elementy tabela AGE GROUP 11-16 na lata 2017-2020 WG str. 39, MG str. 40/
- 2 elementy dynamiczne z obowiązkowej tabeli AGE GROUP 11-16 na lata 2017-2020 /WG str. 34, MG str. 35/ (z różnych rzędów)
- 1 element dynamiczny z tabeli grup trudności FIG na lata 2017-2020 (WG wartość min. 1, max. 14 / MG min. 1, max 10) /przykładowe elementy tabela AGE GROUP 11-16 na lata 2017-2020 WG str. 39, MG str. 40/
- 2 elementy indywidualne (statyczne): gibkość (flex), zwinność (agility) albo statyczne wytrzymanie (static hold) (tabele AGE GROUP 11-16 na lata 2017-2020 strona 36 lub tabele grup trudności FIG na lata 2017-2020 strona 129-136)
- 2 elementy indywidualne (dynamika): tumbling
 - salto jest obowiązkowe
 - wykonanie skoku: R->F, **kara 0,5 pkt.**
 - wykonanie salta machowego bokiem lub w przód nie spełnia wymogu salta, kara za brak salta – 1,0 pkt (tabele AGE GROUP 11-16 na lata 2017-2020 strona 36 lub tabele grup trudności FIG na lata 2017-2020 strona 137).