



PROGRAM KLASYFIKACYJNY PZG W SKOKACH NA TRAMPOLINIE NA ROK 2020

Wymogi sportowe w poszczególnych klasach. Programy obowiązują od 01 stycznia 2020 roku.

KLASA MISTRZOWSKA + 18 lat

1. Układ składa się z 10 różnych elementów, każdy z minimum 270° obrotu salta.
2. Cztery elementy oznaczone asteriksem (*) na karcie zawodów będą liczyły się do trudności pierwszego układu.
3. Żaden z tych czterech elementów nie może zostać powtórzony w układzie drugim (eliminacje). W przeciwnym razie elementy te nie będą liczone do trudności.

KLASA I Juniorzy 15 – 18 lat

Układ składa się z 10 różnych elementów, tylko jeden element może mieć mniej niż 270° obrotu salta. Wszystkie obowiązkowe elementy muszą być oznaczone asteriksem (*) na karcie zawodów. W układzie należy wykonać następujące elementy:

1. Jeden element na brzuch lub plecy,
2. Jeden element z brzucha lub pleców w kombinacji z wymogiem nr 1
3. Podwójne salto w przód lub w tył z obrotami lub bez
4. Jeden element z minimum 540° obrotu i 360° obrotu salta.

Nie można łączyć dwóch wymogów w jednym elemencie, każdy element musi być wykonany jako osobny element.

KLASA II 11 – 14 LAT

Układ obowiązkowy składa się z 10 różnych elementów, w tym 9 salt (minimum 270° obrotu salta). Wszystkie obowiązkowe elementy muszą być oznaczone asteriksem (*) na karcie zawodów. W układzie należy wykonać następujące elementy:

- „śruba” w tył
- element na brzuch lub plecy

Układ dowolny składa się z 10 różnych elementów, w tym z 9 elementów typu salto.

KLASA III 11 – 12 LAT

Układ obowiązkowy składa się z 10 różnych elementów, w tym 8 salt (minimum 270° obrotu salta). Wszystkie obowiązkowe elementy muszą być oznaczone asteriksem (*) na karcie zawodów. W układzie należy wykonać następujące elementy:

- 3/4 salta na brzuch lub 3/4 salta na plecy

Jednocześnie element obowiązkowy spełnia wymóg dot. 8 salt (łączymy wymogi)

Układ dowolny składa się z 10 różnych elementów, w tym 8 elementów typu salto.

KLASA MŁODZIEŻOWA 7 - 10 LAT

Układ obowiązkowy składa się z 10 różnych elementów, w tym 5 salt (minimum 270° obrotu salta). Układ musi rozpocząć się saltem. W przeciwnym wypadku układ zostanie oceniony od zera. W układzie należy wykonać następujące elementy:

- salto kuczne w tył,
- baran pozycja dowolna,
- element na brzuch lub na plecy,

Układ dowolny składa się z 10 różnych elementów, w tym 5 elementów typu salto. Układ musi rozpocząć się saltem. W przeciwnym wypadku układ zostanie oceniony od zera.

PIERWSZY KROK 7 - 8 LAT

Układ obowiązkowy składa się z 10 różnych elementów, w tym 2 salt (minimum 270° obrotu salta).

W uzasadnionych przypadkach np. wysoki poziom sportowy zawodnika, Zarząd Sekcji Trampoliny, na wniosek trenera może dopuścić zawodnika do startu w klasie wyższej.

Zarząd Sekcji Trampoliny PZG