

PROGRAM ZAWODÓW I WYMAGANIA w gimnastyce artystycznej na rok 2021

**W kolorze czerwonym wyróżnione są wszystkie nowości bądź zmiany
w stosunku do roku ubiegłego**

I REGULAMIN ZAWODÓW - SPRAWY ORGANIZACYJNE

1. Założenia ogólne regulaminu zawodów

- a) Wszystkie zawody z kalendarza imprez odbywają się pod egidą PZG i muszą być przeprowadzone zgodnie z regulaminem PZG oraz FIG i UEG.
- b) Zawody międzynarodowe, ogólnopolskie lub towarzyskie, w których biorą udział zawodniczki zrzeszone w PZG, muszą bezwzględnie sędziować tylko i wyłącznie uprawnieni do tego sędziowie.
- c) W przypadku niezastosowania się do regulaminu PZG konsekwencją będzie czasowe zawieszenie Sędziny Głównej, która dopuści do takiej sytuacji oraz opłata finansowa na konto PZG (opłatę regulaminową w kwocie 300 zł płaci Klub, który organizuje zawody)
- d) Kluby mogą organizować zawody dla grup rekreacyjnych, gdzie mogą sędziować osoby niezrzeszone w PZG, ale w takich zawodach nie mogą brać udziału zawodniczki z licencją PZG.
- e) Prawo do rozstrzygnięcia niejasności niniejszego regulaminu przysługuje Zarządowi Sekcji Gimnastyki Artystycznej. Zarząd jest jedyną władzą upoważnioną do rozpatrywania i rozstrzygnięcia wszelkich rozbieżności oraz wątpliwości, które mogą powstać przy stosowaniu niniejszego regulaminu i/lub innych przepisów, w oparciu, o które rozgrywane są imprezy sportowe z kalendarza PZG w gimnastyce artystycznej, oraz do podejmowania decyzji.

2. Organizator zawodów

Współorganizatorem zawodów jest Polski Związek Gimnastyczny, który zleca organizowanie imprezy Okręgowemu Związkowi Gimnastycznemu, klubowi sportowemu lub innej organizacji, na terenie której, odbędą się zawody w gimnastyce artystycznej.

3. Termin i miejsce zawodów

- a) Zgodnie z kalendarzem imprez lub komunikatem PZG
- b) Na miesiąc przed zawodami organizator wysyła do klubów i OZG „Komunikat nr 1” zawierający informację o terminie zawodów, proponowanym miejscu zakwaterowania i wyżywienia oraz regulamin zawodów.
- c) Organizator zawodów ma obowiązek podać do wiadomości PZG i zainteresowanych klubów godzinę rozpoczęcia i zakończenia zawodów oraz czas i miejsce odpraw komisji (mandatowej, technicznej i sędziowskiej) na 14 dni przed terminem zawodów.

4. Program

Zgodnie z programem zawodów na rok 2021

5. Zgłoszenia

Wszystkie zgłoszenia na zawody odbywają się poprzez system zgłoszeń online. Wycofanie zawodnika, zmiana nazwiska lub inne zmiany muszą być dokonywane poprzez powyższy system. Wszystkie zmiany muszą być też zgłoszone Organizatorowi zawodów drogą mailową. Wszystkie zgłoszenia muszą być dokonane w określonym w komunikacie terminie.

Po terminie będzie naliczana opłata regulaminowa wpłacana na konto PZG.

- opłata za nieterminowe zgłoszenie na zawody – 500 zł.
- startowe – senior, junior, junior młodszy, młodzik – 80 zł.
- startowe za zespół – 300 zł.
- opłata regulaminowa za wycofanie zawodnika z zawodów po terminie zgłoszeń bez zaświadczenia lekarskiego – 80 zł.

Startowe opłacane jest przelewem na konto podane przez organizatora zawodów w terminie nie później niż na 7 dni przed zawodami. Zwrot startowego w przypadku wycofania zawodnika – tylko za okazaniem zwolnienia lekarskiego.

6. Udział w zawodach

- a) Prawo startu w zawodach mają zawodniczki, które:
 - są członkiniami klubu zgłoszonego do PZG,
 - posiadają aktualne badania lekarskie,
 - legitymują się ważną licencją zawodnika, z potwierdzeniem przynależności klubowej,
 - nie są objęte karencją,
 - są ubezpieczone na czas trwania zawodów od następstw nieszczęśliwych wypadków i przedstawiają dowód ubezpieczenia NW.
- b) Prawo startu w zawodach centralnych poza konkursem mają max. 2 zawodniczki ze strony organizatora.
- c) **Zawodniczki z obcym obywatelstwem** – ich udział w zawodach określa Regulamin Współzawodnictwa Systemu Sportu Młodzieżowego.

7. Nagrody

- a) Podczas Mistrzostw Polski: indywidualnych, drużynowych, w układach zespołowych zarówno w wieloboju jak i w finałach przyznawane będą następujące nagrody:
 - miejsca 1-3 medale, dyplomy
 - miejsca 4-8 dyplomy

Medale na zawody rangi Mistrzostw muszą być bardziej okazałe, wykonane z metalu, odpowiadające randze zawodów, w kolorach: złoty, srebrny i brązowy.
- b) W przypadkach innych zawodów – dyplomy za miejsca 1-8 w wieloboju.
- c) W przypadku EOOM nie ma klasyfikacji medalowej. Zawodniczki otrzymują kwalifikacje na OOM (kl.II-24 zawodniczki, kl.III-32 zawodniczki), otrzymując pamiątkowe dyplomy.

8. Zasady finansowania

- a) Koszty organizacji zawodów pokrywa PZG lub inny organizator (klub, OZG, zainteresowana instytucja)
- b) **W przypadku zawodów rangi Mistrzostw Polski dotacja otrzymana z PZG powinna być w pierwszej kolejności przeznaczona na opłacenie kosztów sędziowskich określonych w powołaniu sędzin.**

- c) Koszt uczestnictwa w zawodach: zawodniczek, trenerów i osób towarzyszących pokrywa klub.
- d) Organizator ma obowiązek w ciągu 14 dni od zakończenia zawodów przesłać do PZG rozliczenie z otrzymanych środków.**
- e) W przypadku niewywiązywania się z tego obowiązku może być pozbawiony możliwości organizowania imprez finansowanych przez PZG.

9. Przebieg Zawodów

- a) Na zawodach obowiązuje losowanie kolejności startu zawodniczek NA NAZWISKO, na jednakowych kartkach/nośnikach numerów startowych.
Zarząd sekcji rekomenduje losowanie kolejności startu online.
- b) Wszystkie zawody rangi mistrzostw muszą być w całości filmowane, a w razie konieczności materiał dostępny do odtworzenia.
- c) Na zawodach rangi mistrzostw musi być przeprowadzony pomiar przyborów. Pomiar przyboru, w razie wątpliwości zgodności z wymaganiami może nastąpić również na życzenie sędziego głównego od razu po występie zawodniczki.
- d) Zawodniczka, której ćwiczenie zostało przerwane lub zakłócone z powodu kłopotów z muzyką z winy organizatora, może być powtórzone na koniec kolejki rzutu lub w kolejności wg uznania sędziego głównego.
- e) Zawodniczka, która nie ukończy jednego dnia startu z powodu niedyspozycji zdrowotnej nie może kontynuować zawodów w dniu następnym.
- f) Zawodniczka musi wykonać swój program zgodnie z wylosowanym numerem startowym oraz zgodnie z programem zawodów. Nie ma możliwości manipulowania terminem oraz kolejnością startu. Wyjątkiem mogą być tylko poważne powody udokumentowane.**
- g) Zawodniczka, która nie ukończy wymaganego programu zawodów nie jest brana pod uwagę w klasyfikacji końcowej ani też w klasyfikacji w poszczególnych przyborach.
- h) Organizator ma obowiązek zapewnić odpowiednie miejsce dla fotografów (fotograf powinien być akredytowany przez organizatora i tylko taki ma prawo fotografowania zawodniczek).
- i) Podczas trwania zawodów spiker/organizator ma obowiązek czytania/wyświetlania ocen częściowych oraz potrażeń od oceny końcowej.
- j) Zawodniczki, zobowiązane są do wychodzenia w dresach swojego klubu na otwarcie zawodów, zamknięcie i na ceremonię nagradzania.
- k) Na zawodach rangi Mistrzostw (IMP, OOM, MMM) wprowadza się obowiązkową prezentację wszystkich finalistek tuż przed finałami.
- l) Oferta na organizację zawodów powinna zawierać:**
 - **miejsce imprezy**
 - **rozmiary hali (wysokość, długość, szerokość)**
 - **zaplecze hali (sale treningowe, rozgrzewkowe, ilości szatni)**
 - **rodzaj nagłośnienia**
 - **obsługa komputerowa**
 - **baza noclegowa w pobliżu hali**
 - **zdjęcia hali sportowej**
 - **transmisję internetową**
 - **obsługę sędziowską – tablety**

10. Sprawozdawczość

- a) Sprawozdanie z zawodów /każdych z kalendarza imprez PZG/, wraz z podpisanym komunikatem końcowym, sędzia główny zawodów zobowiązany jest przesać do PZG w terminie 14 dni od daty zakończenia zawodów. Sprawozdanie przesyłamy na formularzu „Sprawozdanie sędziego głównego”.

Organizator zawodów ma obowiązek podawania w komunikatach końcowych pełnych składów osobowych drużyn i zespołów.

UWAGA: Organizator ma obowiązek przechowywać wszystkie protokoły sędziowskie przez miesiąc po zakończeniu zawodów.

PZG oraz organizatorzy imprez sportowych (sędziowie główni) na każdym szczeblu współzawodnictwa SSM są zobowiązani do nadsyłania komunikatów z zawodów w ciągu **14 dni od ich zakończenia**, a w przypadku zawodów rozgrywanych w drugiej połowie października, **maksymalnie do 10 listopada 2021 r.** na adres Zespołu Metodycznego:

wyniki-ssm@insp.waw.pl

Złamanie tego zapisu skutkuje nieuwzględnieniem wyników danej imprezy w klasyfikacji SSM w roku 2021.

11. Komisje sędziowskie i zakres obowiązków - Wg Regulaminu Sędziowskiego PZG na rok 2021

- a) Nie ma zbiórki komisji sędziowskich (omawiania układu), po starcie pierwszej zawodniczki w konkursie (ew. komisja może się zebrać po starcie pierwszej zawodniczki startującej poza konkursem lub wg uznania sędziego głównego).
- b) Wgląd w karty sędziowskie ma tylko Sędzia Główny zawodów i nie może ich udostępniać osobom postronnym (sędziom punktowym, trenerkom, rodzicom), poza zbiorcami sędziowskimi.
- c) Przy stolikach sędziowskich wprowadza się bezwzględny zakaz używania telefonów komórkowych.

12. Zasady postępowania w przypadku uzyskania przez zawodniczki lub zespoły takich samych ocen

- a) W przypadku uzyskania takich samych ocen przez zawodniczki, drużyny lub zespoły, zarówno w wieloboju jak i w finałach – nie przyznaje się miejsc **ex aequo**.

W przypadku rozstrzygania miejsc **ex aequo** w wieloboju, kolejności miejsc lub klasyfikacji do finałów bierzemy pod uwagę następującą kolejność postępowania:

1. Wyższa ocena z wykonania
2. Mniejsza ilość potrażeń w błędach technicznych
3. Suma wszystkich ocen cząstkowych z wykonania E1-E6 z czterech układów
4. Suma najmniejszych potrażeń błędów technicznych z czterech układów
5. Jeśli i to nie wyłoni zwycięzcy to suma ocen D1-D4 z czterech układów

13. Zasady udziału w finałach Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży

Podczas EOOM kl.2 wyłonione zostaną 24 zawodniczki do OOM. **Pod uwagę brana jest suma z czterech ocenionych układów.**

W OOM zawodniczka klasy II i III może wystąpić maksymalnie w dwóch finałach. Zawodniczka występuje w finałach tych układów, w których zajęła najwyższe miejsce. W przypadku zajęcia przez zawodniczkę takiego samego miejsca w więcej niż dwóch układach, to o wyborze finału decyduje wyższa ocena otrzymana za układ. Jeśli zaś oceny za układ są identyczne, to o wyborze finału decyduje wyższa ocena z wykonania.

14. Zasady kolejności wykonywania układów podczas zawodów

- a) Układy wykonuje się wg kolejności FIG. W pierwszym dniu zawodów pierwsze dwa przybory, w drugim dniu drugie dwa (np. seniorki pierwszego dnia obręcz i piłka na zmianę, w drugim dniu maczugi i wstążka na zmianę).
- b) W drugim dniu zawodów przy 2-3 rzutach, pierwszy rzut spada na koniec, przy 4 i więcej rzutach pierwszy i drugi rzut spada na koniec (drugi rzut jest ostatni).
- c) We wszystkich zawodach i klasach wprowadza się zasadę, że w drugim dniu zawodów zmienia się kolejność startu w danym rzucie. Zawodniczka nr 6 startuje jako pierwsza, a pierwsze pięć zawodniczek z rzutu dnia pierwszego przechodzi na koniec rzutu.
- d) Zawodniczki startujące poza konkursem nie mogą być rozlosowane w konkursie; wszystkie występują przed rzutem, który rozpoczyna zawody w danym dniu. Pierwsza zawodniczka w konkursie rozpoczyna start z przyborem w kolejności FIG.

e) **Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży** (zasady kolejności w rzutach jak pkt. 14c)

- pierwszy dzień zawodów

KL. III 2 rzuty (1-16, 17-32) – taneczny, **obręcz**

KL. II 2 rzuty (1-12, 13-24) – obręcz, piłka na zmianę

- drugi dzień zawodów

Pierwszy rzut spada, zaczyna 2 rzut w kl. II i III

(zasada kolejności startu zawodniczek w rzutach jak w pk. 14c)

KL. III 2 rzuty (17-32, 1-16) – **piłka**

KL. II 2 rzuty (13-24, 1-12) – maczugi, wstążka na zmianę

- trzeci dzień zawodów

Finały

15. Kadra Narodowa

Członkiem Kadry Narodowej może być zawodniczka, która posiada obywatelstwo polskie.

Patrz - Regulamin Kadry Narodowej.

Zawodniczki Kadry Narodowej oraz zawodniczki pretendujące do Kadry Narodowej nie mogą brać udziału w grupie innej niż A, podczas turniejów towarzyskich i zawodów międzynarodowych.

16. Badania lekarskie

Zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 27 lutego 2019 roku, badanie lekarskie musi być przeprowadzone przez specjalistę w Przychodni Sportowo - Lekarskiej lub lekarza Przychodni Rodzinnej i potwierdzone pieczęcią tej przychodni.

Badanie jest aktualne przez okres maksymalnie 12 miesięcy, chyba że lekarz wyznaczy wcześniejszą datę następnego badania.

Zawodniczki Kadry Narodowej muszą być badane przynajmniej raz na rok w Centralnym Ośrodku Medycyny Sportu.

Po dłuższej kontuzji (pow. 30 dni), zawodniczki Kadry Narodowej muszą posiadać ponowną zgodę do trenowania lekarza COMS.

17. Licencje

- a) Okręgowe Związki Gimnastyczne, kluby, zawodniczki, trenerki i sędziny Polskiego Związku Gimnastycznego mają obowiązek opłacania rocznej licencji w wyznaczonej wysokości i terminie.
- b) Licencje zawodniczek opłacają kluby i umieszczają ich nazwiska na rocznym zgłoszeniu wysyłanym do PZG.

- c) Licencje FIG mają prawo wyrabiać zawodniczki (juniorki, seniorki) Kadry Narodowej.
- d) Wszystkie sędziny i trenerki zrzeszone w PZG MUSZĄ mieć aktualną licencję sędziowską i trenerską. Licencje sędziowskie i trenerskie będą przedłużane przez PZG po opłaceniu składki.

18. Strój gimnastyczny

Wg Regulaminu FIG (punkt 5.1, str.10)

Ogranicza się malowanie zawodniczek klasy 3 i młodszych. Dopuszcza się jedynie delikatny makijaż oczu. Niedopuszczalne jest malowanie ust na mocny czerwony bądź różowy kolor.

19. Klasy sportowe i klasyfikacja zawodniczek

- a) Start w danej klasie sportowej automatycznie zamyka zawodniczce prawo startu w klasie niższej.

Powyższe zasady obowiązują na wszystkich zawodach organizowanych z kalendarza PZG, OZG, jak również turniejach towarzyskich i międzynarodowych organizowanych przez kluby, w których programy zawodów są podzielone na kategorie. Wyjątek stanowi pkt.1, pkt.2 i pkt.3 w uwagach do układów zespołowych. Zawodniczka, która wystartuje w kategorii wyższej nie może powrócić do kategorii niższej nawet wtedy, kiedy program zawodów określa start w niepełnym programie.

- b) Klasyfikację w klasach: młodzieżowej, III i II przeprowadzają kluby i OZG na podstawie wyników organizowanych przez siebie zawodów.
- c) Klasyfikacja junierek i senierek jest sporządzana co roku na podstawie wyników zawodów centralnych: Mistrzostw Polski (indywidualnych, drużynowych, w układach zespołowych), Pucharu Polski kl. I i M i ogólnopolskich zawodów klasyfikacyjnych.
- d) Klasa sportowa jest ważna od momentu jej uzyskania do końca następnego roku kalendarzowego. Brak posiadania lub potwierdzenia danej klasy nie powoduje braku możliwości startu w konkursie. Wszystkie zawodniczki mają prawo startu w konkursie w swojej kategorii wiekowej.

20. Minimum klasyfikacyjne

Klasa młodzieżowa

21,00 punktów średnia za układ 7,00

Klasa III

30,00 punktów średnia za układ 10,00

Klasa II

42,00 punktów średnia za układ 10,50

Przy starcie w klasie I

44,00 punkty średnia za układ 11,00

Klasa I

52,00 punktów średnia za układ 13,00

Przy starcie w klasie mistrzowskiej

56,00 punkty średnia za układ 14,00

Klasa mistrzowska

64,00 punktów średnia za układ 16,00

Klasa mistrzowska międzynarodowa wg Regulaminu PZG

21. Reprezentowanie Polski

Na wszystkich zagranicznych zawodach międzynarodowych Polskę reprezentują wyłącznie zawodniczki wyznaczone przez PZG i tylko one mają prawo do wystąpienia w kostiumie z emblematem kraju. Na zawodach krajowych emblematy kraju na kostiumach muszą być zasłonięte a zawodniczki Kadry Narodowej nie mogą występować w dresach Reprezentacji Polski.

22. Zmiana barw klubowych

Wg Regulaminu Zmiany Barw Klubowych PZG.

23. Wymiary przyborów

Klasa młodzieżowa i klasa III bez pomiaru

<i>klasa II</i>	obręcz	średnica wewnętrzna min.75 cm
	piłka	średnica min. 16 cm
	maczugi	długość min. 40 cm
	wstążka	długość min. 5 m
<i>klasa I</i>	Wymiary przyborów jak w klasie mistrzowskiej z wyjątkiem długości wstążki – 5 m. minimum	
<i>seniorki</i>	obręcz	średnica wewnętrzna 80-90 cm ciężar min. 300 g
	piłka	średnica 18-20 cm ciężar min 400 g
	maczugi	długość 40-50 cm ciężar każdej min. 150 g
	wstążka	długość min. 6 m

II PROGRAM I WYMAGANIA NA ROK 2021

1. SENIORKI klasa M

Program 4 układy: z obręczą, piłką, maczugami i wstążką

Wymagania

Składowe trudności połączone z technicznymi elementami przyboru	Trudności Ciała	Kombincja Kroków Tanecznych	Dynamiczne Elementy z Rotacją	Trudność przyboru
Symbole	BD min. 3 najwyższe 9 BD będzie liczonych	S min. 1	R min. 1 max. 5	AD min. 1
Grupy Trudności Ciała	Skoki – min.1 Równowagi – min.1 Rotacje – min.1			

Szczegółowe wymagania dotyczące wykonania elementów: BD, S, R, AD zgodne z przepisami FIG dla senierek

1.1 Uczestnictwo

W zawodach mają prawo startu wszystkie zawodniczki urodzone 2005, starsze i młodsze bez możliwości powrotu do klasy niższej.

Zawodniczka z rocznika młodszego niż 2005, startując w kategorii senior, w zawodach objętych systemem współzawodnictwa sportu młodzieżowego musi posiadać zgodę Instytutu Sportu popartą orzeczeniem lekarskim i zgodą PZG.

Klub ma prawo zgłosić nieograniczoną liczbę zawodniczek w zawodach pod nazwą Indywidualne Mistrzostwa Polski Senierek i nieograniczoną liczbę drużyn w zawodach Drużynowe Mistrzostwa Polski Senierek. Drużyna składa się z 2 zawodniczek.

1.2 Punktacja

- *Indywidualne Mistrzostwa Polski (Młodzieżowe)*

punktacja indywidualna w wieloboju (suma ocen z czterech układów)

Punktacja

Lok.	1	2	3	4	5	6	7	8	9-12	
PKT	25	21	18	16	14	12	11	10	8	159

- *Drużynowe Mistrzostwa Polski*

do punktacji drużynowej liczy się sumę ocen uzyskanych w wieloboju przez 2 najlepsze zawodniczki danej drużyny.

- *Pozostałe zawody indywidualne*

punktacja zgodnie z regulaminami poszczególnych imprez z kalendarza PZG, o których mowa w dziale III.

2. JUNIORKI klasa I

Program 4 układy: z **obręczą**, piłką, maczugami i wstążką

Wymagania

Składowe trudności połączone z technicznymi elementami przyboru	Trudności Ciała	Kombinacja Kroków Tanecznych	Dynamiczne Elementy z Rotacją	Trudność przyboru
Symbole	BD min. 3 najwyższe 7 BD będzie liczonych	S min. 2	R min. 1 max. 4	AD nie ma min/max
Grupy Trudności Ciała	Skoki – min.1 Równowagi – min.1 Rotacje – min.1			

Szczegółowe wymagania dotyczące wykonania elementów: BD, S, R, AD zgodne z przepisami FIG dla junierek

2.1 Uczestnictwo

W zawodach mają prawo startu zawodniczki urodzone w roku 2006, 2007, 2008 i młodsze bez możliwości powrotu do klasy niższej.

Zawodniczka z rocznika młodszego niż 2008, startując w kategorii junior, w zawodach objętych systemem współzawodnictwa sportu młodzieżowego musi posiadać zgodę Instytutu Sportu popartą orzeczeniem lekarskim i zgodą PZG.

Klub ma prawo zgłosić nieograniczoną liczbę zawodniczek w zawodach pod nazwą Indywidualne Mistrzostwa Polski Junierek i nieograniczoną liczbę drużyn w zawodach Drużynowe Mistrzostwa Polski Junierek. Drużyna składa się z 3 zawodniczek.

2.2 Punktacja

- Indywidualne Mistrzostwa Polski

punktacja indywidualna w wieloboju (suma ocen z czterech układów) oraz w 4 finałach (dla 8 najlepszych zawodniczek w poszczególnych przyborach). Zawodniczka może wystąpić maksymalnie w trzech finałach w konkurencjach, w których zajęła najwyższe miejsce. W przypadku zajęcia przez zawodniczkę takiego samego miejsca w więcej niż dwóch układach o wyborze finału decyduje wyższa ocena otrzymana za układ.

wielobój

Lok.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10-11	12-13	14-24	
PKT	15	12	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	97

finały, układy zespołowe finały

Lok.	1	2	3	4	5	6	7	8	
PKT	15	12	10	8	6	4	3	2	60

- Drużynowe Mistrzostwa Polski

do punktacji drużynowej liczy się sumę ocen uzyskanych w wieloboju przez 3 najlepsze zawodniczki danej drużyny.

- Pozostałe zawody indywidualne

punktacja zgodnie z regulaminami poszczególnych imprez z kalendarza PZG, o których mowa w dziale III.

3. JUNIORKI MŁODSZE

3.1 JUNIORKI MŁODSZE klasa II

-) Program 4 układy: z obręczą, piłką, maczugami i wstążką
Wymagania

Składowe trudności połączone z technicznymi elementami przyboru	Trudności Ciała	Kombinacja Kroków Tanecznych	Dynamiczne Elementy z Rotacją	Trudność przyboru
Symbole	BD min. 3 najwyższe 7 BD będzie liczonych	S min. 2	R min. 1 max. 4	AD nie ma min/max
Grupy Trudności Ciała	Skoki – min.1 Równowagi – min.1 Rotacje – min.1			

Szczegółowe wymagania dotyczące wykonania elementów: BD, S, R, AD zgodne z przepisami FIG dla junierek. Obowiązkowe jest wykonanie 2 Trudności Ciała wraz z Fundamentalnym lub Niefundamentalnym technicznym elementem przyboru ręką niedominującą (piłka i wstążka). W układzie tanecznym można dodatkowo wykorzystać muzykę z głosem i słowami.

3.1.1 Uczestnictwo

W zawodach mają prawo startu zawodniczki urodzone w roku 2009, 2010 i młodsze bez możliwości powrotu do klasy niższej.

Zawodniczka z rocznika młodszego niż 2010, startując w kategorii junior młodszy, w zawodach objętych systemem współzawodnictwa sportu młodzieżowego musi posiadać zgodę Instytutu Sportu popartą orzeczeniem lekarskim i zgodą PZG.

Klub ma prawo zgłosić nieograniczoną liczbę zawodniczek w eliminacjach do OOM i drużyn w DMP. Drużyna składa się z 3 zawodniczek.

3.1.2 Punktacja

- *Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży*

punktacja indywidualna w wieloboju (suma ocen z czterech układów) oraz w 4 finałach. Zawodniczka może wystąpić maksymalnie w dwóch finałach w konkurencjach, w których zajęła najwyższe miejsce. W przypadku zajęcia przez zawodniczkę takiego samego miejsca w więcej niż dwóch układach o wyborze finału decyduje wyższa ocena otrzymana za układ.

- *Drużynowe Mistrzostwa Polski*

do punktacji drużynowej liczy się sumę ocen uzyskanych w wieloboju przez 3 najlepsze zawodniczki danej drużyny.

Punktacja OOM kl. II

wielobój kl. II

Lok.	1	2	3	4-8	9-16	17-24	
PKT	9	7	6	5	4	2	95

finały kl. II

Lok.	1	2	3	4	5	6	7	8	
PKT	9	7	6	5	4	3	2	1	37

3.2 JUNIORKI MŁODSZE klasa III

Program 3 układy: taneczny, z obręczą i z piłką

Wymagania

UKŁAD Z PRZYBOREM

Składowe trudności połączone z technicznymi elementami przyboru	Trudności Ciała	Kombinacja Kroków Tanecznych	Dynamiczne Elementy z Rotacją	Trudność przyboru
Symbole	BD min. 3 najwyższe 7 BD będzie liczonych	S min. 2	R min. 1 max. 3	AD nie ma min/max max. 5 z każdej bazy max. 5 w elemencie akrobatycznym
Grupy Trudności Ciała	Skoki – min.1 Równowagi – min.1 Rotacje – min.1			długie toczenie po rękach

UKŁAD TANECZNY

Składowe trudności połączone z technicznymi elementami przyboru	Trudności Ciała	Kombinacja Kroków Tanecznych
Symbole	BD min. 3 najwyższe 8 BD będzie liczonych skok szpagatowy	S min. 3
Grupy Trudności Ciała	Skoki – min.2 Równowagi – min.2 Rotacje – min.2 min.2 na niedominującą nogę o wartości min. 0,2 pkt.	

Szczegółowe wymagania dotyczące wykonania elementów: BD, S, R, AD zgodne z przepisami FIG dla junierek. Obowiązkowe jest wykonanie minimum jednej Trudności Ciała wraz z Fundamentalnym lub Niefundamentalnym technicznym elementem przyboru ręką niedominującą (piłka).

Dopuszcza się wykorzystanie podkładu muzycznego z głosem i słowami **maksymalnie w dwóch układach.**

Nie wolno wykonywać elementów preakrobatycznych i illusion w kombinacji Kroków Tanecznych

W układzie tanecznym wprowadza się obowiązek wykonania skoku szpagatowego. Zawodniczka może wykonać dowolną ilość elementów trudności ciała, ocenianych będzie 8 najwyższych. Ponadto zawodniczka musi wykonać min po 2 elementy z każdej grupy trudności ciała. Pozostałe dwa oceniane elementy pozostają do wyboru.

W układzie muszą znajdować się 2 elementy na niedominującą nogę z różnych grup trudności ciała o wartości min. 0.2

- brak skoku szpagatowego – potrącenie sędziego D – 0.5
- brak 2 elementów trudności ciała na niedominującą nogę – potrącenie sędziego każdorazowo D – 0.5

W układzie z przyborem wprowadza się obowiązek wykonywania wszystkich elementów Ryzyka innym sposobem rzutu. Powtórzenie tego samego rodzaju rzutu skutkuje niezaliczeniem w całości powtórnego R.

AD w elemencie akrobatycznym ogranicza się do liczby 5.

AD z tą samą bazą ogranicza się do liczby 5 (np. 5x AD z rzutem, 5x AD z chwytem, 5x AD z echappe, 5x AD z toczeniem, itd.)

W układzie z obręczą i piłką wprowadza się obowiązek wykonania długiego toczenia po dwóch ramionach (od prawej do lewej dłoni lub od lewej do prawej dłoni, ramiona ułożone w linii prostej) – ocenia sędzia artysty.

3.2.1 Uczestnictwo

W zawodach mają prawo startu zawodniczki urodzone w roku 2011 i młodsze bez możliwości powrotu do klasy niższej.

Zawodniczka z rocznika młodszego niż 2011, startując w kategorii junior młodszy - klasa III, w zawodach objętych systemem współzawodnictwa sportu młodzieżowego musi posiadać zgodę Instytutu Sportu popartą orzeczeniem lekarskim i zgodą PZG.

Klub ma prawo zgłosić nieograniczoną liczbę zawodniczek w eliminacjach do OOM i drużyny w DMP. Drużyna składa się z 3 zawodniczek.

3.2.2 Punktacja

- *Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży*

punktacja indywidualna w wieloboju (suma ocen z trzech układów)

Zawodniczka może wystąpić maksymalnie w dwóch finałach w konkurencjach, w których zajęła najwyższe miejsce. W przypadku zajęcia przez zawodniczkę takiego samego miejsca w więcej niż dwóch układach o wyborze finału decyduje wyższa ocena otrzymana za układ.

- *Drużynowe Mistrzostwa Polski*

do punktacji drużynowej liczy się sumę ocen uzyskanych w wieloboju przez 3 najlepsze zawodniczki danej drużyny.

Punktacja OOM kl. III

wielobój kl. III

Lok.	1	2-3	4-8	9-16	17-24	25-32	
PKT	6	5	4	3	2	1	84

finały kl. III

Lok.	1	2	3	4	5-6	7-8	
PKT	6	5	4	3	2	1	24

4. MŁODZICZKI

Program 3 układy: taneczny, ze skakanką i obręczą

Wymagania

UKŁAD Z PRZYBOREM

Składowe trudności połączone z technicznymi elementami przyboru	Trudności Ciała	Kombinacja Kroków Tanecznych	Dynamiczne Elementy z Rotacją	Trudność przyboru
Symbole	BD min. 3 najwyższe 7 BD będzie liczonych	S min. 2	R min. 1 max. 3 dopuszcza się wykonanie jednej rotacji pod przyborem w locie (R=0,1)	AD nie ma min/max max. 5 z każdej bazy max. 5 w elemencie akrobatycznym
Grupy Trudności Ciała	Skoki – min.1 Równowagi – min.1 Rotacje – min.1			dłgie toczenie po rękach

UKŁAD TANECZNY

Składowe trudności połączone z technicznymi elementami przyboru	Trudności Ciała	Kombinacja Kroków Tanecznych	Dynamiczne Elementy z Rotacją
Symbole	BD min. 3 najwyższe 8 BD będzie liczonych skok szpagatowy	S min. 3	R min. 1 max. 3
Grupy Trudności Ciała	Skoki – min.2 Równowagi – min.2 Rotacje – min.2 min.2 na niedominującą nogę o wartości min. 0,2 pkt.		

Szczegółowe wymagania dotyczące wykonania elementów: B D, S, R, AD zgodne z przepisami FIG dla junierek

Dopuszcza się wykorzystanie podkładu muzycznego z głosem i słowami **maksymalnie w dwóch układach.**

W kombinacji kroków tanecznych nie wolno wykonywać żadnego elementu AD, R oraz elementów preakrobatycznych w tym illusion.

Czas trwania układu 1:00 – 1:30.

W układzie tanecznym wprowadza się obowiązek wykonania skoku szpagatowego. Zawodniczka może wykonać dowolną ilość elementów trudności ciała, ocenianych będzie 8 najwyższych. Ponadto zawodniczka musi wykonać min po 2 elementy z każdej grupy trudności ciała. Pozostałe dwa oceniane elementy pozostają do wyboru.

W układzie muszą znajdować się 2 elementy na niedominującą nogę z różnych grup trudności ciała o wartości min.0.2

- brak skoku szpagatowego – potrącenie sędziego D – 0.5

- brak 2 elementów trudności ciała na niedominującą nogę – potrącenie sędziego każdorazowo D – 0.5

W układzie tanecznym wprowadza się możliwość użycia maksimum **dwóch R** (rotacje ciała bez przyboru) złożonych minimum z dwóch i maksimum z trzech rotacji połączonych ze zmianą poziomu lub osi ciała na zasadach obowiązujących w przyborze (np. R3 Z = 0,4 lub R2 Z = 0,3)

W układzie z przyborem wprowadza się obowiązek wykonywania wszystkich elementów Ryzyka innym sposobem rzutu. Powtórzenie tego samego rodzaju rzutu skutkuje niezaliczeniem w całości powtórnego R.

AD w elemencie akrobatycznym ogranicza się do liczby 5.

AD z tą samą bazą ogranicza się do liczby 5 (np. 5x AD z rzutem, 5x AD z chwytem, 5x AD z echappe, 5x AD z toczeniem, itd.)

W układzie z obręczą i piłką wprowadza się obowiązek wykonania długiego toczenia po dwóch ramionach (od prawej do lewej dłoni lub od lewej do prawej dłoni, ramiona ułożone w linii prostej) – ocenia sędzia artysty.

Zarząd sekcji rekomenduje nieocenianie dzieci poniżej 7 roku życia na wszystkich zawodach i turniejach towarzyskich. Wszystkie występy powinny być w formie pokazowej.

4.1 Uczestnictwo

W zawodach mają prawo startu zawodniczki urodzone w roku 2012 - 2014.

Klub ma prawo zgłosić nieograniczoną liczbę zawodniczek.

4.2 Punktacja MMM

a) Punktacja indywidualna w wieloboju (suma ocen z trzech układów) oraz w 3 finałach (dla 4 najlepszych zawodniczek w poszczególnych układach).

Finały rozgrywane są dla 8 najlepszych zawodniczek w poszczególnych układach.

b) Każda zawodniczka może wystąpić maksymalnie w dwóch finałach i tylko tych układów, w których zajęła najwyższe miejsce. W przypadku zajęcia przez zawodniczkę takiego samego miejsca w więcej niż dwóch układach o wyborze finału decyduje wyższa ocena otrzymana za układ.

c) **Punktacja do współzawodnictwa sportowego dzieci i młodzieży: dwie najwyższe punktowane konkurencje /wielobój i finał lub dwa finały/**

Wielobój

Lok.	1	2-3	4-12	
PKT	3	2	1	16
finał				
Lok.	1	2	3-4	
PKT	3	2	1	7

Zawody w tej kategorii - **Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików** - odbywają się wyłącznie w wyznaczonych strefach.

Organizatorem zawodów są Wojewódzkie Interdyscyplinarne Stowarzyszenia Kultury Fizycznej. Termin i miejsce określają zainteresowane województwa. Podział na strefy:

1. pomorskie /POM/ - kujawsko-pomorskie /KPM/- zachodniopomorskie /ZPM/,
warmińsko-mazurskie /WM/
2. wielkopolskie /WLP/ - dolnośląskie /DŚL/ - lubuskie /LBU/- opolskie /OPO/
3. mazowieckie /MAZ/ - podlaskie /POD/ - łódzkie /ŁDZ/ - lubelskie /LUB/
4. małopolskie /MŁP/ - śląskie /ŚL/ - podkarpackie /PKR/ - świętokrzyskie /ŚWI/

4.3 Mała Olimpiada

12 najlepszych zawodniczek z każdej strefy ma prawo do startu w Małej Olimpiadzie. W Małej Olimpiadzie zawodniczki rywalizują w trzech układach, których suma daje miejsce w wieloboju. Zawodniczka ma prawo do startu we wszystkich finałach, do których się zakwalifikuje.

III Regulaminy poszczególnych imprez z Kalendarza PZG

1. Puchar Prezesa PZG

uczestnictwo: zawodniczki z rocznika 2012 - 2014,

6 zawodniczek z każdego klubu w programie indywidualnym
dowolna ilość zbiorówek

program: układ taneczny
układ ze skakanką
zbiorówka taneczna

wymagania: wg regulaminu PZG dla młodziczek

punktacja: indywidualna w wieloboju (suma ocen dwóch układów)
i w poszczególnych przyborach (bez finałów)
w układach zespołowych (suma ocen z dwóch wykonań)

Zawodniczka, która startowała w klasie III nie ma prawa startu w tych zawodach

2. Turniej Młodości

uczestnictwo: kl. III – rocznik 2011- 2014,

kl. II – rocznik 2010 i 2009 ilość zawodniczek bez ograniczeń.

program:

kl. III układ z obręczą
układ z piłką

kl. II układ taneczny
układ z maczugami
układ ze wstążką

wymagania: wg regulaminu PZG dla klasy III i II

punktacja: indywidualna w wieloboju i w każdym przyborze

3. Ogólnopolskie Mistrzostwa UKS-ów

uczestnictwo: po 2 zawodniczki w każdej z 5 kategorii wiekowej.

Rocznik wg programu.

program:

Kategoria 2013 i 2014

układ taneczny

Kategoria 2012 młodziczki

układ ze skakanką

Kategoria 2011 kl. III

układ z obręczą i piłką

Kategoria 2010 i 2009 kl. II

układ z maczugami i ze wstążką

Kategoria 2008, 2007, 2006 kl. I

układ z piłką, maczugami i wstążką

finały:

Kategoria 2013 i młodsze

układ ze skakanką

Kategoria 2012 młodziczki

układ z obręczą

Kategoria 2011 kl. III

układ z maczugami

Kategoria 2010 i 2009 kl. II

układ z piłką

Kategoria 2008, 2007, 2006 kl. I

układ z obręczą

wymagania: wg regulaminu PZG dla poszczególnych kategorii wiekowych

punktacja: indywidualna w wieloboju i w finałach.

4. Puchar Polski

Puchar Polski jest to cykl imprez wyłaniający najlepszą zawodniczkę w kategorii senierek, junierek i junierek młodszych.

Cykl obejmuje następujące imprezy:

- trzy edycje Pucharu Polski,
- Indywidualne Mistrzostwa Polski (tylko seniorki i juniorki)
- Drużynowe Mistrzostwa Polski

uczestnictwo:

W zawodach mają prawo udział wszystkie zawodniczki z aktualną licencją zawodniczą PZG i ważnymi badaniami lekarskimi.

Podczas Pucharu Polski wprowadza się podział na dwie grupy konkursowe:

- 1) Zawodniczki Kadry Narodowej – grupa złota,
- 2) Pozostałe zawodniczki – grupa srebrna,

Wszystkie zawodniczki wykonują 4 układy i podlegają osobnemu nagradzaniu w danej edycji (osobno grupa złota i osobno srebrna).

W rankingu ogólnym wszystkie zawodniczki otrzymują punkty zgodnie z zajęтым miejscem bez podziału na grupy we wszystkich edycjach Pucharu Polski, IMP i DMP.

Ponadto na zawodach rangi Puchar Polski wprowadza się możliwość kwalifikacji do Kadry Narodowej na II półrocze.

program: Zgodnie z wymaganiami danej klasy sportowej

punktacja: Do punktacji końcowej Pucharu Polski liczą się uzyskane podczas całego cyklu:

- 4 najwyższe lokaty (seniorki i juniorki)
- 3 najwyższe lokaty (juniorki młodsze)

w wieloboju i poszczególnych przyborach. Ostatnie zawody z serii będą podsumowaniem roku i wręczeniem pucharów za wielobój i poszczególne przybory.

Punktacja za wielobój i poszczególne przybory.

lok	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
pkt	22	19	16	13	11	9	7	5	4	3	2	1

W IMP punkty za poszczególne przybory będą brane z wieloboju.

UWAGA:

Trenerka/Klub zawodniczki Kadry Narodowej ma obowiązek zgłaszania do Zarządu Sekcji GA PZG rezygnacji zawodniczki z uprawiania gimnastyki artystycznej lub zmiany barw klubowych na piśmie z podpisem trenera prowadzącego oraz na bieżąco informacji o ewentualnych poważnych kontuzjach/schorzeniach, zabiegach medycznych mogących mieć wpływ na dalszy rozwój sportowy i zdrowie zawodniczki.

Trenerki/Klub zawodniczek Kadry Narodowej są zobowiązani do zgłaszania Zarządowi Sekcji GA PZG każdorazowego startu powyższych zawodniczek na zawodach rangi FIG.

Trenerki/Kluby zobowiązane są do informowania Prezesa Sekcji Gimnastyki Artystycznej oraz Komisji Szkoleniowej o chęci wyjazdu na **zawody międzynarodowe rangi FIG**.

Na tego typu zawodach, pierwszeństwo reprezentowania Polski, mają zawodniczki wyznaczone przez Polski Związek Gimnastyczny.

Jeżeli Reprezentacja Polski nie bierze udziału w w/w zawodach, inny skład musi być znany i zaakceptowany przez Zarząd GA.

IV PROGRAM I WYMAGANIA NA ROK 2021 UKŁADY ZESPOŁOWE

1. Przepisy ogólne

Ćwiczenie zespołowe jest określane jako wspólna praca, w której uczestniczą wszystkie gimnastyczki 5 lub 6 (w zależności od klasy sportowej) gimnastyczek razem lub w podgrupach.

W ćwiczeniu zespołowym muszą być reprezentowane wszystkie grupy ruchów ciała (\wedge ; T; Δ). Minimum 1 Trudność z każdej Grupy Ciała musi być zaprezentowana i wykonana równocześnie (lub w bardzo krótkim odstępie czasu; nie w podgrupach) przez 5 gimnastyczek. Każda Trudność musi być połączona z minimum jednym elementem z Fundamentalnej lub Innej Grupy Technicznej pracy przyboru.

Wyjaśnienia	
Różne elementy przyboru są wykonane:	W różnej płaszczyźnie
	W różnym kierunku
	Na różnym poziomie
	Z różną amplitudą
	Na różnej części ciała
Uwaga: identyczny element przyboru wykonany w czasie dwóch różnych elementów trudności ciała (z tej samej lub innej grupy ciała) nie jest uważany jako „różny” element przyboru. Trudność powtórzona z identycznym elementem przyboru nie jest zaliczona.	

Trudności z wymianą

Tylko wymiana wykonana poprzez średni lub wysoki rzut przyboru pomiędzy gimnastyczkami będzie zaliczona jako **ED**.

Wymiany mogą być o takiej samej wartości lub różnej dla 5 gimnastyczek; najniższa wartość **ED** wykonana przez 1 z gimnastyczek będzie określała wartość całej **ED**. Bazowa wartość dla rzutu i chwytu wykonana przez 5 gimnastyczek to 0,20. Wartość **ED** może być zwiększona poprzez dodatkowe kryteria (takie same lub różne), będą one liczone tylko wtedy, gdy zostaną wykonane przez 5 gimnastyczek. Fundamentalne grupy techniczne przyboru mogą być wykonane podczas **BD, S, kryteria R, C, ED** i podczas połączeń elementów.

Fundamentalne elementy przyboru: wszystkie fundamentalne techniczne grupy przyborów nie są wymagane dla zespołu. Wyjątek: minimum 1 fundamentalny element techniczny przyboru jest wymagany podczas **S**. Wymagana jest różnorodność w wyborze grup fundamentalnych i niefundamentalnych, brak różnorodności jest karany w wartości artystycznej.

Współprace bez rotacji

Wartość			Rodzaje Współprac
0.1	0.2	0.3	
CC			<p>Minimum 2 razy przekazywanie przyboru podczas Współpracy z minimum dwoma różnymi sposobami podania (lista poniżej) przez 1 lub więcej przyborów</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rzuty małe lub średnie • Toczenia • Odbicia • Ślizgania
	C ↗		<p>Z równoczesnym średnim lub dużym rzutem dwóch lub więcej przyborów przez jedną gimnastyczkę do partnerki Podczas gdy 2 gimnastyczki trzymają razem przybór to główna akcja – rzut – musi być wykonany przez 1 gimnastyczkę</p> <p>Wartość dla tego rodzaju rzutu zaliczona jest 1 raz podczas Współpracy. Jeżeli 2 różne gimnastyczki rzucają 2 lub więcej przyborów równocześnie lub w bardzo krótkim odstępie czasu, to jest to jedna Współpraca</p> <p>Uwaga: minimum 3 maczugi muszą być rzucone lub 1 maczuga (2 złączone) + 1 dodatkowy przybór</p>
	C ↓↓		<p>Z chwytem po średnim lub dużym rzucie 2 lub więcej przyborów przez tę samą gimnastyczkę Jeśli chwyt dwóch przyborów przez 1 gimnastyczkę występuje w bardzo krótkim odstępie czasu (1sekunda) to C ↓↓ jest zaliczona</p> <p>Dwa przybory musi otrzymać gimnastyczka od dwóch różnych partnerek, bądź jeden od partnerki a drugi swój własny wcześniej rzucony</p> <p>Nie można łączyć C ↗ i C ↓↓ w przypadku, gdy zawodniczka łapie te same przybory, które zostały wyrzucone razem. Wartość dla tego rodzaju rzutu zaliczona jest 1 raz podczas Współpracy.</p> <p>Uwaga: nie zalicza się, jeśli 2 lub więcej przyborów połączone są ze sobą ściśle (złączone), ale zalicza w przypadku, gdy 2 lub więcej przyborów połączone są ze sobą ściśle (złączone) + 1 dodatkowy przybór</p>

Współprace z rotacją

Wartość				Rodzaje
0.2	0.3	0.4	0.5	Współprac
CR 1 zaw.	CR 2-3 zaw.			Rzut własnego przyboru przez jedną lub kilka gimnastyczek i natychmiastowy chwyt własnego przyboru lub przyboru partnerki po: <ul style="list-style-type: none"> • Dynamicznym elemencie z rotacją ciała pod przyborem w locie i z utratą kontroli wzrokowej • Dozwolone jest wykonanie rotacji z pomocą partnerki (podniesienie)
	CRR 1 zaw.	CRR2 2-3 zaw.		Rzut własnego przyboru przez jedną lub kilka gimnastyczek i natychmiastowy chwyt własnego przyboru lub przyboru partnerki po: <ul style="list-style-type: none"> • Dynamicznym elemencie z rotacją ciała pod przyborem w locie i z utratą kontroli wzrokowej • z przejściem nad, pod lub przez kilka przyborów i/lub partnerek • możliwe jest przejście nad, pod lub przez z pomocą 1 lub kilku partnerek i/lub przyborów jednej lub więcej partnerek: aktywne wsparcie na gimnastycze lub przyborze lub podnoszenie 1 lub więcej partnerek lub/i przyboru
			CRRR	Średni lub duży rzut własnego przyboru przez jedną lub kilka gimnastyczek i natychmiastowy chwyt własnego przyboru lub przyboru partnerki po: <ul style="list-style-type: none"> • przejściu przez przybór partnerki podczas lotu (przybór nie może być utrzymywany przez partnerkę lub gimnastyczkę wykonującą przejście) z dynamicznym elementem z rotacją ciała z utratą kontroli wzrokowej
<p>○ CR, CRR, CRRR</p> <ul style="list-style-type: none"> • We współpracy z dynamicznym elementem rotacji ciała jedna lub więcej gimnastyczek musi brać udział w głównej rotacji ciała, może rzucać lub łapać swój przybór we współpracy ze swoimi partnerkami • W przypadku przejścia nad przyborem, przybór nie może leżeć na podłodze, musi być przynajmniej na poziomie kolan gimnastyczki • Współpraca z rotacją może być łączona ze współpracą z równoczesnym rzutem c^{\star} lub równoczesnym chwytem c_{\downarrow}. W takim przypadku wartość współpracy jest sumą tych dwóch elementów. • Współprace z rotacją nie mogą być łączone z CC. 				
<p>Dodatkowe kryteria dla c^{\star}, c_{\downarrow}, CR, CRR, CRRR:</p> <p>\neq bez pomocy rąk: +0.1</p> <p>\neq poza polem widzenia: +0.1</p> <p>Dla CR, CRR, CRRR, kiedy wykonane są przez minimum 1 gimnastyczkę podczas głównej akcji</p>				
<p>współpracy: rotacji ciała z utratą kontroli wzrokowej, ważne 1 raz dla Współpracy z dynamicznym elementem rotacji ciała w czasie rzutu i/lub chwytu. Wartość kryterium jest zaliczane 1 raz dla rzutu i/lub 1 raz dla chwytu bez względu na ilość gimnastyczek</p>				

2. SENIORKI

Program:

3 obręcze 2 pary maczug

Wymagania:

wg regulaminu FIG

Składowe trudności połączone z technicznymi elementami przyboru	Trudności bez Wymian: Trudności Ciała	Trudności z Wymianą: Trudność Wymiany	Kombinacja Kroków Tanecznych	Dynamiczne Elementy z Rotacją	Współprace
Symbole	BD Min. 4	ED Min. 4	S Min. 1	R Max. 1	C Min. 4
	Max. 9 (1 do wyboru)				
Grupy Trudności Ciała	Skoki – min.1 Równowagi – min.1 Rotacje – min.1				

Uczestnictwo: w zawodach mają prawo startu zawodniczki urodzone w roku 2005 i starsze

Punktacja: w wieloboju (suma ocen z dwóch układów) i w poszczególnych układach

3. JUNIORKI

Program:

5 pitek

Wymagania:

wg regulaminu UEG i FIG

Składowe trudności połączone z technicznymi elementami przyboru	Trudności bez Wymian: Trudności Ciała	Trudności z Wymianą: Trudność Wymiany	Kombinacja Kroków Tanecznych	Dynamiczne Elementy z Rotacją	Współprace
Symbole	BD Min. 3	ED Min. 3	S Min. 2	R Max. 1	C Min. 4
	Max. 7 (1 do wyboru)				
Grupy Trudności Ciała	Skoki – min.1 Równowagi – min.1 Rotacje – min.1				

Uczestnictwo: w zawodach mają prawo startu zawodniczki urodzone w roku 2006, 2007, 2008 i młodsze

Punktacja: w wieloboju (suma ocen z dwóch wykonań)

Punktacja MP w układach zbiorowych (SSM)

Lok.	1	2	3	4	5	6	7	8	
PKT	15	12	10	8	6	4	3	2	60

4. JUNIORKI MŁODSZE klasa II

Program:	5 wstążek				
Wymagania:	wg regulaminu UEG i FIG (takie same jak dla junierek)				
Składowe trudności Połączone z technicznymi elementami przyboru	Trudności bez Wymian: Trudności Ciała	Trudności z Wymianą: Trudność Wymiany	Kombinacja Kroków Tanecznych	Dynamiczne Elementy z Rotacją	Współprace
Symbole	BD Min. 3	ED Min. 3	S Min. 2	R Max. 1	C Min. 4
	Max. 7 (1 do wyboru)				
Grupy Trudności Ciała	Skoki – min.1 Równowagi – min.1 Rotacje – min.1				

Czas trwania układu 2:00 – 2:30

Uczestnictwo: w zawodach mają prawo startu zawodniczki urodzone w roku 2009 i młodsze.

Punktacja: w wieloboju (suma ocen z dwóch wykonania)

Punktacja MP w układach zbiorowych kl. II (SSM)

Lok.	1	2	3	4	5	6	7	8	
PKT	9	7	6	5	4	3	2	1	37

5. JUNIORKI MŁODSZE klasa III

Program:	5 obręczy				
Wymagania:					
Składowe trudności połączone z technicznymi elementami przyboru	Trudności bez Wymian: Trudności Ciała	Trudności z Wymianą: Trudność Wymiany	Kombinacja Kroków Tanecznych	Dynamiczne Elementy z Rotacją	Współprace
Symbole	BD Min. 3	ED Min. 3	S Min. 2	R Max. 1	C Min. 6
	Max. 7 (1 do wyboru)				
Grupy Trudności Ciała	Skoki – min.1 Równowagi – min.1 Rotacje – min.1				

Czas trwania układu 2:00 – 2:30

Uczestnictwo: w zawodach mają prawo startu zawodniczki urodzone w roku 2011 i młodsze.

Punktacja: w wieloboju (suma ocen z dwóch wykonania)

Punktacja MP w układach zbiorowych kl. III (SSM)

Lok.	1	2	3	4	5-6	7-8	
PKT	6	5	4	3	2	1	24

6. MŁODZICZKI klasa młodzieżowa

Program:	6 zawodniczek bez przyboru			
Wymagania:				
Składowe trudności połączone z technicznymi elementami przyboru	Trudności bez Wymian: Trudności Ciała	Kombinacja Kroków Tanecznych	Dynamiczne Elementy z Rotacją	Współprace
Symbole	D Min. 3 Max. 7	S Min. 3	R Max. 1	C Min. 6
Grupy Trudności Ciała	Skoki – min.1 Równowagi – min.1 Rotacje – min.1			

Trudność

W ćwiczeniu zespołowym muszą być reprezentowane wszystkie grupy ruchów ciała (\wedge ; T; Δ). Minimum 1 trudność z każdej Grupy Ciała musi być zaprezentowana i wykonana przez 6 gimnastyczek, mogą wykonywać ten element równocześnie, w podgrupach lub kaskadą (6 zawodniczek wykonuje np. skok).

Wszystkie pozostałe/dodatkowe elementy można wykonać mieszając (np. 2 skoki, 4 rotacje).

Jednoczesne wykonywanie trzech lub więcej różnych trudności przez gimnastyczki jest zabronione.

W układzie można wykonać maksimum jedno R (rotacje ciała bez przyboru) wg zasad jak w przypadku ćwiczeń indywidualnych dla młodziczek. W układzie obowiązuje minimum 6 różnych ustawień.

Elementy Współpracy między gimnastyczkami

Niedozwolone jest powtórzenie tej samej rotacji (elementy preakrobatyczne, chenne, illusion, itp.) we współpracy i R.

Trudność z powtórzonym elementem rotacji nie będzie zaliczona (brak kary).

Wszystkie współprace w podgrupach muszą być wykonane w bliskiej odległości, w przeciwnym wypadku nie będą zaliczane.

Wartość			Typ współpracy
0.10	0.20	0.30	
CC 1 gimnastyczka	CC2 2 i więcej gimnastyczek		Współpraca bez rotacji, jedna lub więcej zawodniczek. *podnoszenia, „wytaczania”, „ześlizgiwania” *skok z trudnością lub bez nad zawodniczką, zawodniczkami
	CRR 1 gimnastyczka	CRR2 2 i więcej gimnastyczek	Współpraca z rotacją: Jedna lub więcej gimnastyczek wykonuje dynamiczną rotację nad lub pod pozostałymi zawodniczkami

Czas trwania układu 2:00 – 2:30

Dopuszcza się wykorzystanie podkładu muzycznego z głosem i słowami.

Uczestnictwo: w zawodach mają prawo startu zawodniczki urodzone w roku 2012 i młodsze

Punktacja: w wieloboju (suma ocen z dwóch wykonań)

Punktacja MMM układy zespołowe (SSM)

Lok.	1	2	3-6	
PKT	3	2	1	9

7. UWAGI OGÓLNE DO UKŁADÓW ZESPOŁOWYCH

- 1) W kategorii młodziczek mogą startować max. 2 zawodniczki z klasy młodzieżowej bez konsekwencji w startach indywidualnych.
- 2) W kategorii junierek młodszych może startować młodziczka (max. dwie w zespole) bez konsekwencji w startach indywidualnych w klasie III.
Nie może już jednak startować w zespole młodziczek (czyli w niższej kategorii w układach zespołowych).
- 3) W kategorii junierek może startować juniorka młodsza (max. jedna w zespole) bez konsekwencji w startach indywidualnych w klasie II.
Nie może już jednak startować w zespole junierek młodszych (czyli w niższej kategorii w układach zespołowych).
- 4) W Mistrzostwach Polski zawodniczka może startować tylko w jednym zespole.
- 5) W Mistrzostwach Polski i Ogólnopolskich Zawodach Zbiorówek dopuszcza się do startu zespoły, w skład których wchodzi zawodniczki z kilku klubów lub miast.
- 6) Podczas startu w zawodach zbiorówek zawodniczka może zdobyć klasę jedynie w kategorii juniora i seniora.
- 7) Zawodniczka rezerwowa musi wystąpić w jednym wykonaniu układu podczas zawodów, aby mogła być klasyfikowana, punktowana i nagradzana.

KOMISJA SZKOLENIOWA SEKCJI GIMNASTYKI ARTYSTYCZNEJ