



PYRAMIDES!

Acrobatic Gymnastics

NEWSLETTER – N° 05 – November 2025



AKROBATYKA SPORTOWA

BIULETYN – NR 05 – LISTOPAD 2025

Drodzy Przyjaciele ACRO,

Odbyło się trzecie spotkanie komitetu technicznego akrobatyki sportowej FIG w 2025r., które miało miejsce w Sharm El-Sheikh w Egipcie. Dziękujemy Egipskiej Federacji Gimnastycznej za gościnę.

AKTUALNOŚCI I WYDARZENIA ACRO

XIV Mistrzostwa Azji w akrobatyce sportowej odbyły się w Goa w Indiach, w dniach od 31 października do 2 listopada 2025 roku. Uczestniczyło w nich sześć krajów, w tym 173 zawodników z Kazachstanu, Hongkongu, Turkmenistanu, Uzbekistanu, Korei Północnej i Indii. Niestety, z różnych przyczyn Iran i Chiny nie mogli wziąć udziału w zawodach.

Zawody odbyły się zgodnie z regulaminem FIG. Zaproszono trzech neutralnych sędziów: dwóch z Gruzji i jednego z Azerbejdżanu. Organizacja była znakomita a powitanie – bardzo serdeczne. Hala zawodów była pięknie przygotowana, a wszyscy uczestnicy czuli się bardzo komfortowo. W imieniu całej naszej azjatyckiej społeczności ACRO, chcielibyśmy podziękować FIG oraz prezydentowi AGU-MR, A-RAHMANOWI AL-SHATHRI, za okazane zaufanie – mówi Aigul DUKENBAEVA, przewodnicząca Komisji Technicznej ACRO AGU.



6th Mistrzostwa Panamerykańskie i Puchar Klubów

Szósta edycja Mistrzostw Panamerykańskich w akrobatyce sportowej odbyła się w Karolinie w Portoryko w dniach 14-16 listopada 2025 roku. Federacja Gimnastyczna Puerto Rico zapewniła ciepłe przyjęcie i doskonale zorganizowaną imprezę dla ponad 200 uczestniczących sportowców. W zawodach Mistrzostw i Pucharu Klubowego wzięło udział sześć krajów: Argentyna, Brazylia, Kanada, Meksyk, Portoryko i Stany Zjednoczone. Kolumbia wycofała się w ostatnim momencie i nie wystartowała na zawodach. Warto odnotować, że Argentyna pierwszy raz w historii wzięła udział w zawodach

Liczba uczestników i poziom rywalizacji rośnie z każdą edycją Mistrzostw Panamerykańskich.

Gratulujemy wszystkim uczestniczącym zawodnikom i składamy podziękowania dla Portoryko za wspaniałe wydarzenie!





PYRAMIDES!

Acrobatic Gymnastics

NEWSLETTER – N° 05 – November 2025



AKROBATYKA SPORTOWA

BIULETYN – NR 05 – LISTOPAD 2025

Posiadają Państwo wieści ze świata akrobatyki? Prosimy o przesłanie krótkiego sprawozdania i zdjęć z zawodów na bieżąco na adres: acro@fig-gymnastics.org Może to obejmować obozy treningowe, zawody międzynarodowe, możliwości rozwoju i wiele więcej. Prosimy o pomoc w promowaniu akrobatyki!

WYJAŚNIENIA

Element: helikopter

Przypomnienie: Helikopter (WG i MG): dolne/ dolni muszą pozostać w tej samej pozycji, w miejscu; NIE MOGĄ obracać się wraz z górną/górnym. Jeśli dolne/dolni wykonają kroki podążając za górną/górnym, skutkować to będzie utratą wartości trudności elementu, dodatkowo odjęte zostaną wszystkie błędy z wykonania, takie jak dodatkowe kroki dolnych (więcej niż 4 kroki = -0,5), niedokręcone obroty, pozycja ciała, amplituda itp.

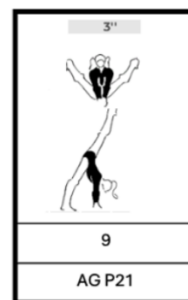
Zasada ta wchodzi w życie 1 stycznia 2026 r.



Pre-Youth 11-16

Poniższy element dodano do Załącznika numer 3 do Youth & Junior Rules na lata 2025 –2028, do tabeli elementów dodatkowych Pre-Youth.

Należy dodać go do tabeli na stronie 36, wiersz 3, pole nr 7, jest to dodatkowy element dowolny statyczny



Narzędzie (poradnik) do oceny z artystyczności

Poniżej znajduje się link do narzędzia z oceny z artystyczności, które zawiera jasne wyjaśnienia i szczegółowe informacje na temat każdego pytania w ocenie artystyczności. Narzędzie to zostało opracowane, aby zapewnić, że wszyscy sędziowie będą stosować kryteria artystyczności w sposób spójny i jednolity.

Dostęp do narzędzia: [Narzędzie do oceny artystycznej](#)

CoP – Artykuł 34 Strój startowy oraz Załącznik 5

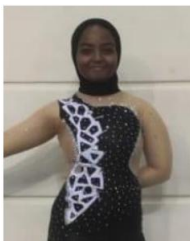
Zgodnie z Regulaminem Reklamy FIG zostanie dodany Artykuł 34.11.

34.11 Zawodniczki mają prawo nosić nakrycie głowy zgodnie z najnowszymi „Zasadami FIG dotyczącymi stroju startowego i reklamy”. Nakrycie musi ściśle przylegać do głowy, aby nie spadało ani nie przesunęło się podczas układu, pod warunkiem spełnienia następujących warunków:

- Nakrycie musi być dopasowane, tak aby twarz nie była całkowicie zasłonięta, nie powodując jednocześnie zagrożenia podczas wykonywanych układów.
- Nakrycie musi być w tym samym kolorze co strój startowy;
- Nakrycie może być przymocowane lub nieprzymocowane (ale na tyle dopasowane, aby nie ograniczać widoczności w pozycji głową w dół) lub stanowić część stroju,
- Na nakryciu głowy nie mogą znajdować się żadne reklamy, oznaczenia federacji narodowej/kraju, oznaczenia technologii produktu ani logo producenta.

Należy zauważyć, że nakrycia głowy są dozwolone wyłącznie z powodów religijnych. Dodatkowo każda federacja planująca użycie takich nakryć musi przesłać formalny wniosek do Przewodniczącego TC przed zawodami.

Przykłady:



AKROBATYKA SPORTOWA

BIULETYN – NR 05 – LISTOPAD 2025

PYTANIA I ODPOWIEDZI

P1: Jeśli w opisie układu widnieje waga w poziomie w pionowej (szpagatowej) pozycji nóg, ale zawodniczka/zawodnik wykonuje wagę w poziomie z horyzontalną pozycją nóg, która ma wyższą wartość o +2, to otrzymuje ona/on niższą wartość zadeklarowaną w opisie układu, czy +2 za wykonanie trudniejszego elementu?

O: Waga w poziomie z pozycją nóg pionową (1 obraz) i waga w poziomie z horyzontalną pozycją nóg (2 obraz) są traktowane jako dwie różne pozycje. Jeśli waga w poziomie z pionową (szpagatową) pozycją nóg jest zadeklarowana w opisie układu, a wykonana zostanie waga w poziomie z horyzontalną pozycją nóg, to trudność za ten element wyniesie 0, ale wykonany element spełni wymagania specjalne. Tak samo w odwrotnej sytuacji = brak trudności.



Zadeklarowano w opisie układu TSH



Wykonano w układzie = brak trudności

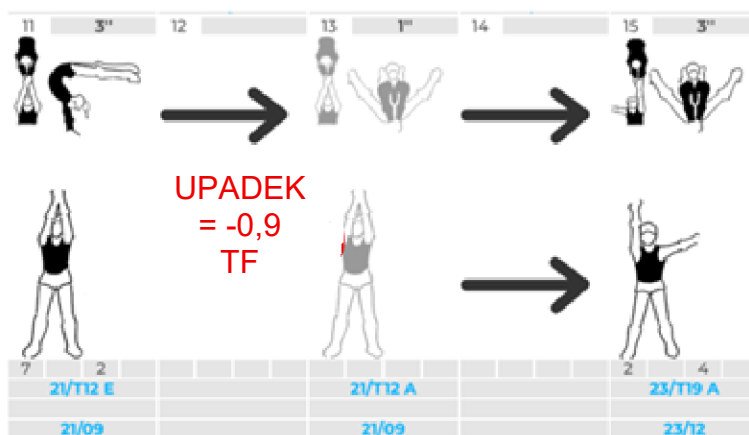
P2: Czy w dwójkach w układzie kombinowanym można wykonać 4 elementy w serii?

O: W dwójkach: Można wykonać serię 4 elementów za jednym podejściem. Jedna seria może składać się z 4 elementów dynamicznych (zgodnie z ograniczeniami dynamicznymi), a druga seria musi zawierać połączenie elementów statycznych i dynamicznych (zgodnie z artykułem 26.4 Code of Points).

P3: Czy sędzia trudności może nałożyć karę czasu, jeśli dwójka lub trójka/czwórka popełni błąd wytrzymania lub upadek podczas wykonywania statycznego elementu w przejściu do kolejnego elementu zadeklarowanego w opisie układu na 1 sekundę?

O: Tak, kary za błędy wytrzymania mogą być stosowane do elementów statycznych bez zadeklarowanego trzysekundowego utrzymania elementu podczas przejścia do następnego 3-sekundowego statycznego elementu, ponieważ wszyscy partnerzy są w pozycji z wartością

przykład:



P4: W dwójkach w statyce, podczas przejścia górnej/górnego i dolnej/dolnego do innych pozycji, czy górna/górny może poczekać z wykonaniem przejścia, aż dolna/dolny całkowicie zakończy swój ruch?

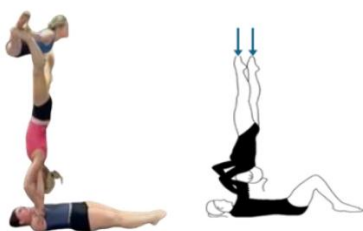
O: Założeniem ćwiczeń w dwójkach, w których zmieniają pozycję zarówno górni jak i dolni jest to, że partnerzy powinni poruszać się razem. Dolny powinien zacząć ruch, górny powinien zacząć zmianę pozycji najpóźniej przed osiągnięciem dolnego finałowej pozycji po zmianie. Jeśli górny czeka z wykonaniem ruchu, aż dolny zakończy przejście, **wartość górnego podczas przejścia dolnego zostaje odliczona**, ponieważ górny nie wykonuje ruchu w tym samym czasie co dolny.

PRZYPOMNIENIE: Regularnie należy sprawdzać STS pod kątem nowych filmów szkoleniowych i materiałów TC, w tym materiałów z sędziowania, prezentacji, przykładowych filmów i innych! Sędziowie FIG uczestniczący w imprezach rangi światowej POWINNI poświęcić czas na zapoznanie się z STS przed udziałem w tych imprezach.

AKROBATYKA SPORTOWA BIULETYN – NR 05 – LISTOPAD 2025

ŻĄDANIA NOWYCH ELEMENTÓW

- Podstawa trójek kobiet



Przyjęto jako nową podstawę:

64-A1b (w tym samym boxie co str. 64-A1) = DV 9 (Kat. 6, gr. 2)
Ten element będzie mógł być wykonywany od **1 czerwca 2026 r.**

- Zaktualizowane wartości: podstawy czwórek męskich



Te podstawy zostały zaakceptowane w NL#4.
Prośba o zaktualizowanie wartości w następujący sposób.

10a	10b	10c
		
10	10	18

KALENDARZ ZATWIERDZONYCH IMPREZ AKROBATYCZNYCH FIG

DATY	NAZWA IMPREZY	MIASTO / KRAJ
06.03.2026 – 08.03.2026	Puchar Świata	Maia (POR)
10.04.2026 – 12.04.2026	Puchar Świata	Puurs-Sint-Amunds (BEL)
29.05.2026 - 31.05.2026	Puchar Świata	Burgas (BUL)
05.06.2026 - 07.06.2026	Puchar Świata	Baku (AZE)
19.06.2026 - 21.06.2026	Puchar Świata	Rzeszow (POL)
17.09.2026 – 20.09.2026	2. Mistrzostwa Świata Juniorów i FIG Mistrzostwa Świata Juniorów	Pesaro (Włochy)
24.09.2026 – 27.09.2026	FIG 30 Mistrzostwa Świata w Akrobatyce Sportowej Mistrzostwa Świata	Pesaro (Włochy)

Więcej szczegółów (dyrektywy, terminy itp.) można znaleźć na stronie internetowej FIG w [zakładce „Kalendarz”](#).

Pomóż ukształtować zasady ACRO na lata 2029–2032

Wkrótce musimy rozpocząć przygotowania do kolejnego cyklu, chcielibyśmy usłyszeć od Państwa o wszelkich zmianach lub ulepszeniach, które chcieliby Państwo zobaczyć w przepisach ACRO 2029–2032.

Prosimy o przesłanie opinii za pomocą poniższego formularza Google. Państwa opinia jest dla nas niezwykle ważna, ponieważ pomaga nam w pracy i zapewnia, że zasady odpowiadają potrzebom naszej społeczności.

Prosimy o przesłanie opinii za pomocą poniższego łącza: [KLIKNIJ TUTAJACRO](#)



PYRAMIDES!

Acrobatic Gymnastics

NEWSLETTER – N° 05 – November 2025



AKROBATYKA SPORTOWA

BIULETYN – NR 05 – LISTOPAD 2025

Informacja:

Wniosek o formalną wycenę nowych elementów przez Acro TC musi zostać złożony przez federację poprzez oficjalny formularz znajdującym się w Tabelach Trudności i powinien zostać wysłany e-mailem na adres neuelementsrequest@gmail.com.

Wnioski należy składać co najmniej tydzień przed kolejnym spotkaniem TC. Wniosek o wycenę MUSI zawierać szczegółowy rysunek z sugerowaną wartością elementu oraz przesłany e-mailem film przedstawiający ten element.

Dziękujemy za uwagę i życzymy powodzenia wszystkim sportowcom i trenerom!

Z poważaniem,

Nikolina HRISTOVA
Przewodniczący Komitetu Technicznego Akrobatyki Sportowej
acro@fig-gymnastics.org

Carissa Laughon
Sekretarz Komitetu Technicznego Gimnastyki Sportowej
carisalaughon.fig@gmail.com

