



Warszawa styczeń 2026

PROGRAM KLASYFIKACYJNY PZG W SKOKACH NA TRAMPOLINIE NA LATA 2026 - 2028

Programy obowiązują od 01 stycznia 2026 roku.

W każdej klasie sportowej zawodnik wykonuje dwa układy, które powinny zawierać:

KLASA MISTRZOWSKA – Senior + 17 lat

1. W kwalifikacjach zawodnik wykonuje dwa układy dowolne.
2. Wynik to wyższa ocena za jeden z dwóch układów kwalifikacji.

KLASA MISTRZOWSKA – Młodzieżowiec 17 - 21 lat

Układ I obowiązkowy składa się z 10 różnych elementów, każdy element zawiera minimum 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. **2 elementy liczone są do trudności (trudność elementu zapisana na karcie zawodów).**

Układ II składa się z 10 elementów. Zawodnik nie może powtórzyć elementów liczonych do trudności w I układzie. W przypadku powtórzenia element nie wlicza się do trudności.

Wynik końcowy to suma dwóch układów z kwalifikacji.

KLASA I - Junior 15 – 16 lat

Układ I obowiązkowy 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 (śruby) z maks. 450° obrotu (salta).



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

Układ II składa się z 10 różnych elementów.

KLASA II - Junior 13 – 14 lat

Układ I obowiązkowy 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 kuczne w przód lub w tył z obrotami lub bez
4. Jeden element z minimum 360° obrotu i 360° obrotu salta.

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

Układ II składa się z 10 różnych elementów.

KLASA III - Junior Młodszy 10 – 12 LAT

Układ I 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:

1. Element na brzuch lub plecy
2. Jeden element z brzucha lub pleców w kombinacji z wymogiem nr 1

Układ II składa się z 10 różnych elementów.

KLASA MŁODZIEŻOWA – Młodzik 7 - 9 LAT

Układ I obowiązkowy składa się z 10 różnych elementów, w tym 5 salt (minimum 270° obrotu salta). W układzie należy wykonać następujące elementy:

- salto kuczne w tył,
- baran pozycja dowolna,
- 3/4 salta na brzuch lub 3/4 salta na plecy.

Układ II składa się z 10 różnych elementów.



PIERWSZY KROK - 7 - 8 LAT

Układ obowiązkowy składa się z 10 różnych elementów, w tym **2 salta** (360° obrotu salta).

W układzie należy wykonać następujące elementy:

- element na brzuch lub element na plecy
- element z minimum 180° obrotu.

Układ II składa się z 10 różnych elementów.

SKOKI SYNCHRONICZNE

We wszystkich kategoriach wiekowych zawodnicy wykonują 1 układ dowolny

Zarząd Sekcji Trampoliny PZG