

AKROBATAKA SPORTOWA NEWSLETTER – NR 06 – MARZEC 2026

Las Vegas (USA), marzec 2026

Drodzy Przyjaciele Akro,

Pierwsze spotkanie Komitetu Technicznego Acro w roku 2026 odbyło się w Las Vegas (USA) w dniach 11-14 marca 2026 roku. Dużo czasu poświęcono na odpowiadanie na korespondencję i omawianie zasad na kolejny cykl. Pamiętajcie, że możecie pomóc w kształtowaniu zasad Acro na lata 2029-2032. [KLIKNIJ TUTAJ](#) aby przesłać swoje propozycje dotyczące kolejnego cyklu.

I PUCHAR ŚWIATA W NOWEJ SERII W AKROBACYCE

Puchar Świata w Maia (POR)

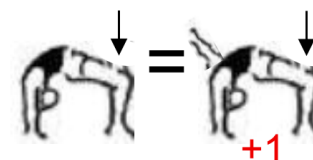
Pierwszy z pięciu Pucharów Świata w 2026 roku odbył się w dniach 6-8 marca w portugalskiej miejscowości Maia. Zacięta rywalizacja stanowiła zapowiedź 30. Mistrzostw Świata w Akrobatyce Sportowej, które odbędą się we wrześniu tego roku. W zawodach wzięło udział 113 sportowców z 12 krajów. Wielkie podziękowania należą się Portugalskiej Federacji Gimnastycznej i lokalnemu komitetowi organizacyjnemu za wspaniałą organizację tego wydarzenia.



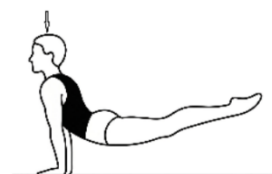
WYJAŚNIENIA

➤ Piramidy (podstawy) czwórek męskich: Strona ToD 7: Dodano następujące zasady ogólne

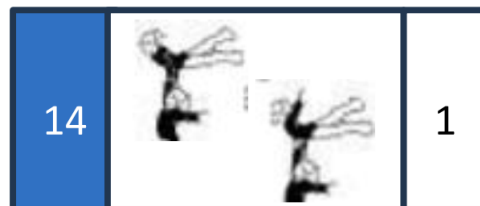
- Pozycję podporu w MG z jedną ręką w górze uważa się za wariant pozycji podporu z dwoma rękami opartymi o podłoże. Za podpór z jedną ręką nie przyznaje się dodatkowej wartości.
- Pozycja dolnego w mostku z jedną ręką w górze jest uważana za wariant mostka z dwoma rękoma na planszy; mostek z jedną ręką w górze otrzymuje +1



- Dwójki: ToD strona 22: Pozycja dolnego nr 8 – zmieniono ilustrację (widoczna obok). Technicznie nie jest to możliwe, aby dolny był w pozycji idealnej wagi, a górny pracował na jego głowie. Dlatego dolny może być w lekkim wygięciu (jak na zdjęciu).

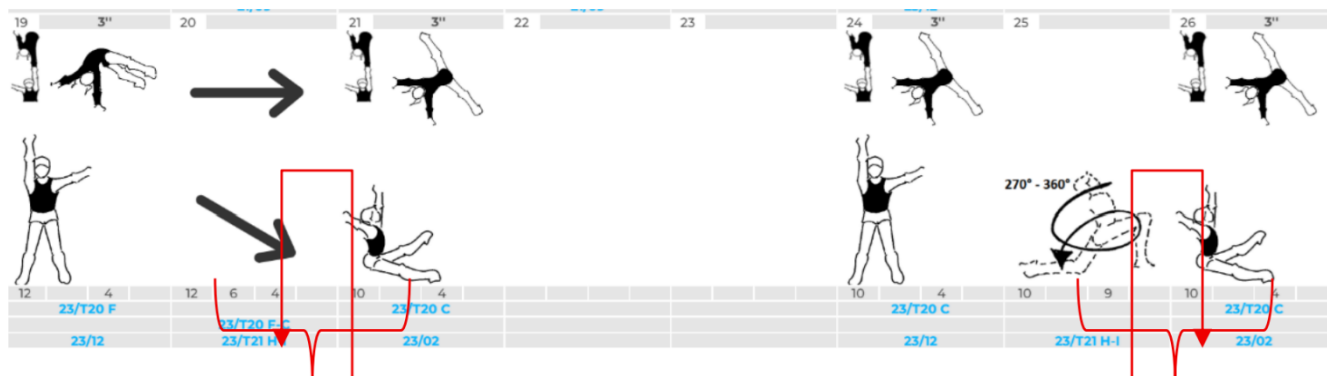


- Strona ToD 23: Usunięto pozycję dolnej/dolnego #15.
- ToD strona 25: Dodano pozycję górnej/górnego jako #14, DV=1.



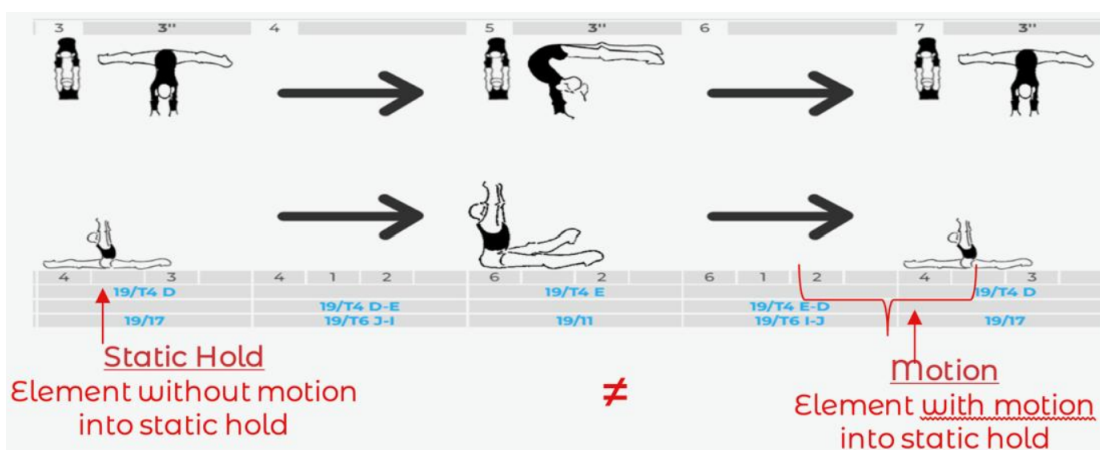
- CoP – Art. 17.11 „...Aby element był uważany za **identyczny**, musi być identyczny pod każdym względem.” i Art. 19.7 „Definicja elementu trudności: ...Pozycja początkowa górnego + przejście górnego + przejście dolnego + Statyczne wytrzymanie górnego + pozycja dolnego”. Korzystając z obu tych artykułów, możliwe jest wykonanie następujących elementów w jednym układzie, nie uważając ich za identyczne elementy (patrz przykłady).

PRZYKŁAD 1



Różne przejścia do pozycji statycznej ≠ IDENTYCZNE

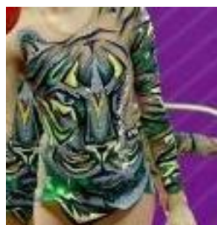
PRZYKŁAD 2



- CoP Art. 36.4 i Art. 46.4 – przypomnienie; mogą być potrącane błędy z wykonania za elementy choreograficzne, takie jak: przewroty, skoki, podskoki, przejścia, przerzuty bokiem itp. Zgodnie z tabelą błędów.

- CoP - Art 34.7: Wyjaśnienie dotyczące kostiumów: ... **pełne** wizerunki ludzkiej twarzy (rysunek lub fotografia) na stroju są zabronione.

Uwaga: Dozwolone są rysunki zwierząt (np. lwa, węża, smoka) lub pojedyncze detale/części twarzy ludzkiej (np. oka, ust itp.)

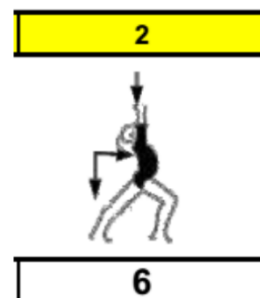


Text
X

PYTANIA I ODPOWIEDZI

P: TOD str. 59 F-2: Proszę o wyjaśnienie punktu podporu średniej w tej piramidzie. Czy punkt podporu może znajdować się na ramieniu dolnej? Na udzie dolnej? Czy możliwe jest, aby przedramię średniej dotykało pleców dolnej?

O: Punkt podporu średniej stanowi jedna ręka umieszczona na nodze dolnej, a druga może być umieszczona na barku lub biodrze/talii dolnej, o ile piramida jest zgodna z rysunkiem przedstawionym w tabelach trudności. Natomiast użycie przez średnią **łokcia lub przedramienia** jako oparcia na plecach lub ciele dolnej jest traktowane jako dodatkowe podparcie (-0,5).



P: Jeżeli zawodnik wykona stanie na rękach z obrotem 360° (str. 112-#41 v2) i po nim wykona healy (stanie z obrotem do podporu) (str. 113-#73 v3), czy można to uznać za pojedynczy element z bonusem +2 (tak, aby całkowita wartość wynosiła 5)?

O: Nie, nie można tego uznać za pojedynczy element. Byłyby to dwa elementy wykonywane w serii.

P: Czy koncepcja „serii elementów” odnosi się wyłącznie do elementów z kategorii tumbling, czy też do innych indywidualnych elementów wykonywanych w serii?

Przykład: Zawodnik wykonał przerzut bokiem + **fiflak do klęku** + **szpagat** + **dojście ze szpagatu do stania na rękach siłą**. Czy można zadeklarować TYLKO elementy pogrubione i otrzymać wartość trudności za nie, czy obowiązkowe jest zadeklarowanie przerzutu bokiem i wtedy otrzymane zostaną wartości tylko dla pierwszych 3 elementów?

O: Seria pojedynczych elementów może składać się z elementów z kat. Tumbling, jak również z innych indywidualnych elementów. Ponieważ przerzut bokiem jest elementem w tabelach trudności, musi on zostać zadeklarowany w opisie układu. (wyjątek: statyka 11-16). Jeśli przerzut bokiem nie zostanie zadeklarowany, elementy w serii następujące po przerzucie bokiem nie otrzymają wartości trudności (CoP Art 27.2).

P: Czy element statyczny zadeklarowany w opisie układu jako wytrzymany przez 1", ale utrzymywany w układzie zostanie przez 3" może być liczony do wymagań specjalnych?

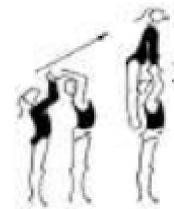
O: NIE

P: Czy przejście (motion) górnego z pozycji krokodylka do stania na rękach, który często wykonywany jest przy pomocy nóg dolnego (podepchnięcie), należy uważać za wejście (mount), a nie za przejście (motion)?

O: Nie, ten ruch jest uważany za przejście (motion), bez odejmowania dodatkowych błędów z wykonania za użycie nóg do nadania „pchnięcia”.

P: Czy to wejście (mount) może zatrzymać się w połowie (ToD, str. 28-D)?

O: Jeśli mount zaczyna się z górnym na podłodze, zatrzymanie w środku ruchu nie jest dozwolone. Jeśli element jest całkowicie zatrzymany, trudność musi zostać odjęta. Mogą obowiązywać kary za trzęsienie/ zawahanie. Istnieje wariant tego wejścia, w którym górny zaczyna się od podparcia na ramionach dolnego.



P: Kiedy CJP powinien nałożyć karę za nieodpowiedni tekst utworu?

O: CJP stosuje karę zgodnie z art. 44.2.4 CoP w przypadku zidentyfikowania w utworze muzycznym nieodpowiedniego tekstu. Prosimy o dokładne zapoznanie się z podkładem muzycznym zgodnie z art. 33.3 CoP, ponieważ wiele utworów muzycznych znajduje się na granicy dopuszczalności. Należy również pamiętać, że Komitet Techniczny może przeprowadzić wrywkową kontrolę podkładu muzycznego i strojów przed zawodami, ze skutkiem natychmiastowym. Kary mogą zostać zastosowane podczas zawodów i/lub w przyszłości mogą zostać wprowadzone ograniczenia w przepisach, jeśli problemów będzie dużo.

P: Czy przerzut bokiem (element indywidualny) można wykonać na jednej ręce?

O: Tak, przerzut bokiem, rundak i flik mogą być wykonane na jednej ręce i są one uważane za warianty bez dodatkowej wartości „+”.

P: W opisie układu zadeklarowano wagę w szpagacie, w układzie wykonano wagę w rozkroku. Rozumiemy, że trudność jest odjęta za pozycję statyczną, ale czy trudność może być przyznawana za ruch (przejście) do lub z wagi?

O: CoP Art 18.4: „Kiedy dolny/dolni lub górny znajduje się w pozycji, która nie otrzymuje wartości trudności z powodu powtórzenia lub ograniczeń, albo z powodu wartości „0” w Tabeli Trudności, nie przyznaje się dodatkowej trudności dla pozycji statycznej lub przejścia (motion) partnera”. W związku z tym, jeśli na opisie układu zadeklarowano niewłaściwy element, trudność jest odejmowana dla: 1) przejścia (motion) do statycznego wytrzymania (pozycja początkowa górnego + przejście (motion) górnego + przejście (motion) dolnego); 2) statycznego wytrzymania ORAZ 3) przejścia bez statycznego wytrzymania (pozycja początkowa górnego + przejście górnego + przejście dolnego).

Uwaga: Dwa wyjaśnienia stanowiące WYJĄTKI od Artykułu 18.4:

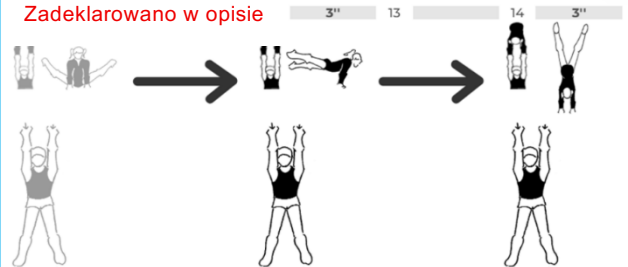
- Newsletter ze stycznia 2022 r. (str. 4 – ocenianie trudności) Czy w przypadku upadku podczas przejścia (motion) w statycznym elemencie można odbudować element?

O: Trudność za przejście (motion) zostanie odjęta a wartość za statyczne wytrzymanie może zostać przyznana jeśli dwójka odbuduje i wykona statyczne wytrzymanie, które jest zadeklarowane w opisie.

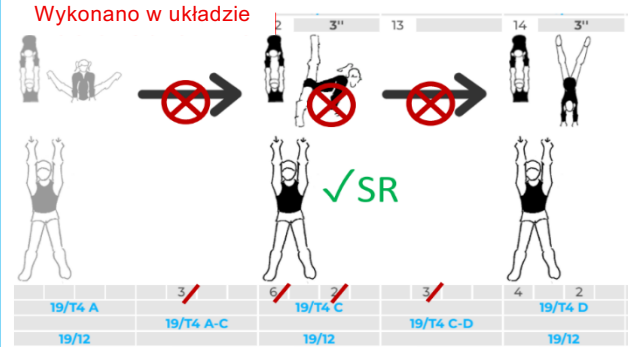
- Newsletter z lipca 2022 r. (Q13) dotyczący przejścia górnej do innego statycznego wytrzymania PRZED rozpoczęciem ruchu dolnego (górna zaczyna ruch, a nie dolny) „...Jeśli górna nie znajduje się w pozycji statycznej z poprzedniego elementu (przed przejściem), zespół traci wartość statycznego wytrzymania górnej PODCZAS ruchu/ przejścia dolnego”. = Jeśli górna zacznie ruch, wartość SH górnej podczas przejścia zostanie odjęta.

PRZYKŁAD 1

Zadeklarowano w opisie

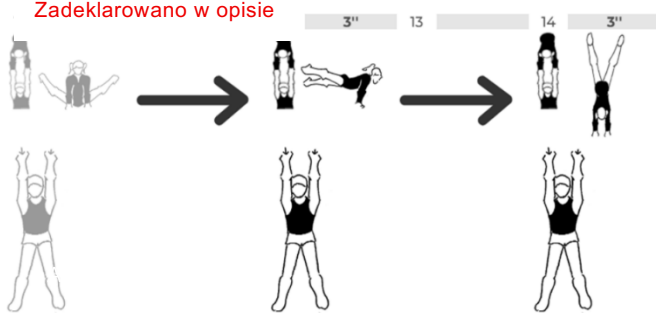


Wykonano w układzie

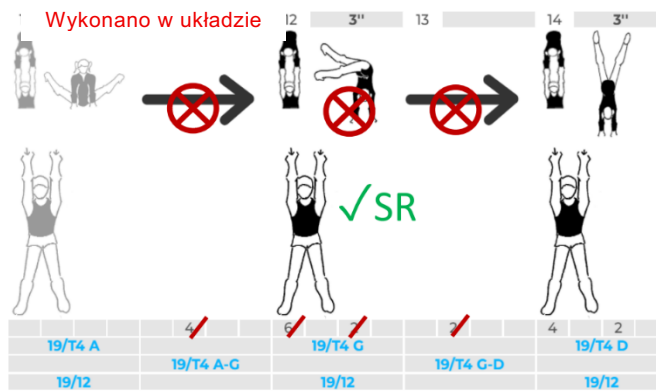


PRZYKŁAD 2

Zadeklarowano w opisie

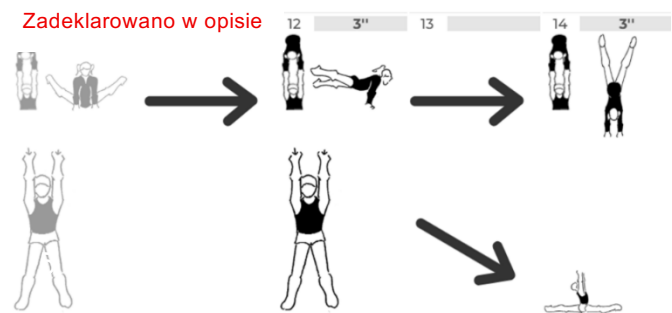


Wykonano w układzie

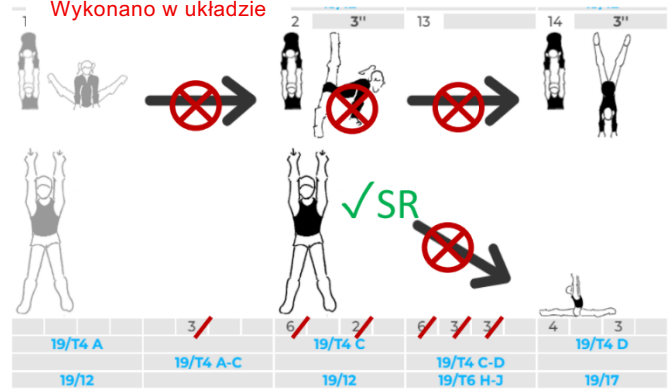


PRZYKŁAD 3







Zadeklarowano w opisie



Wykonano w układzie



P: Czy na takich podstawach (jak obok) górne mogą wykonać element na dłoniach spojonych (2:1) na szyi średniej (ToD str. 60-E)?

2	3	4	5	6	7
					
5	10	12	10	12	11

O: ToD str. 12 „Ograniczenia ogólne: ... Dwójki żeńskie i trójki kobiet nie mogą pracować na:





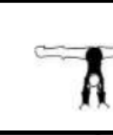
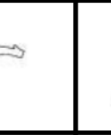






1. karku (chyba że z dodatkowym punktem podparcia...)
2. lub na głowie dolnej (zabronione).”

Górna może wykonać element na dwóch rękach lub na spojonym na barkach, ale podparcie musi być na plecach, a nie na SZYI. Jeśli podpór jest na szyi, element jest uważany za ZABRONIONY.

NOWE ELEMENTY

Strona ToD 53 – A: Dodano nowe wejścia (mounts) dla WG, dojście z odbicia lub siłą w proste ręce dolnej. Nowe elementy można wykonywać po 6 miesiącach od daty publikacji niniejszego newslettera.

WG Group Mounts: Value without the static hold

	A			B			D			A					B					D				E											
																																			
Start	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29						
Power or Jump	1	2	3	3	4	5	3		5	1	2	4	3	5																					

Wejścia (mounts) w trójkach również otrzymują wartości + zgodnie z TOD, GR, str.11.

KALENDARZ ZATWIERDZONYCH IMPREZ WG

DATA	TYTUŁ	MIASTO / KRAJ
8-12 kwietnia 2026 r	Puchar Świata FIG	Puurs-Sint-Amunds (BEL)
29-31 maja 2026 r	Puchar Świata FIG	Burgas (BUL)
05-07 czerwca 2026 r	Puchar Świata FIG	Baku (AZE)
05-07 czerwca 2026 r	AGF Prophy IT 2026	Baku (AZE)
19-21 czerwca 2026 r	Puchar Świata FIG	Rzeszów (POL)
17-20 września 2026 r	2nd Junior World Championships and FIG World Youth Competition	Pesaro (Włochy)
24-27 września 2026 r	30th FIG Acrobatic Gymnastics World Championships	Pesaro (Włochy)

Z poważaniem,

Nikolina HRISTOVA
Przewodnicząca Komitetu Technicznego Akrobatyki Sportowej
nikolina.hristova.fig@gmail.com

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