

**SODNIŠKI PRAVILNIK ZA ŽENSKO
ŠPORTNO GIMNASTIKO**

**DRŽAVNI STOPENJSKI TEKMOVALNI
SISTEM**

6., 7., nacionalna in mednarodna stopnja

ORODJE

Orodje mora biti nepoškodovano in postavljeno tako, da zagotavlja varnost tekmovalkam. Ustrezati mora zahtevam po pravilniku FIG.

Izjema je parter na 6. in 7. stopnji, kjer se lahko parтерна sestava izvede na akrobatski stezi dolgi najmanj 12 m in široki 2,5 m ali na parternem podiju.

1.0 OCENJEVANJE

Za ocenjevanje skokov in sestav veljajo vsa načela ocenjevanj Mednarodnega pravilnika za ocenjevanje ženske športne gimnastike, ki niso v nasprotju s posebnimi zahtevami tega pravilnika.

a. Vrednost sestav na bradlji, gredi in parterju

- Najvišja vrednost sestav v 6., 7. in nacionalni stopnji je določena s predpisanim številom prvin in v naprej določeno najvišjo D oceno.
- V sestavi upoštevamo samo enkratno izvedbo le-teh.
- Mednarodna stopnja tekmuje po pravilniku FIG.

b. Vrednost skokov na preskoku

- Za 6. in 7. stopnjo je določena najvišja D ocena za posamezen skok, ki je enaka kot na bradlji, gredi in parterju.
- V nacionalni in mednarodni stopnji, tekmovalka tekmuje po pravilniku FIG.

c. Izvedba

Pri ocenjevanju izvedbe upoštevamo :

- ✓ pravilno tehniko gibanja
- ✓ amplitudo izvedbe in držo telesa
- ✓ natančnost faz pri obratih okoli vzdolžne in čelne osi
- ✓ zanesljivost pri doskokih
- ✓ dinamičnost izvedbe
- ✓ **artističnost**

V preglednici so pri določenih prvinah navedene tipične napake, ki se najpogosteje pojavljajo pri izvajanju le teh, ter odbitki za te napake (mednarodni pravilnik FIG).

d. Težavnost

D - ocena (vsebina sestave) bradlja, gred in parter:

- ✓ vrednost težavnosti (DV),
- ✓ kompozicijske zahteve (CR),

D – ocena preskok:

→ D-ocena na preskoku vključuje težavnostno vrednost preskoka (nacionalna in mednarodna stopnja)

1) Vrednost prvin od 6. do mednarodne stopnje ima naslednje vrednosti:

1. A - = 0.10 T.
2. B - = 0.20 T.
3. C - = 0.30 T.
4. D - = 0.40 T.

5. E - = 0.50 T.
6. F - = 0.60 T.
7. G - = 0.70 T.
8. H - = 0.80 T.

→ Dodatne prvine (ki niso v pravilniku FIG) imajo vrednost **A prvin – 0.10 T**, ki jih lahko tekmovalka v 6. in 7. stopnji vključi v svojo sestavo.

2.) **KOPOZICIJSKE zahteve: 0.50 T. za vsako zahtevo (CR) ;**

- ✓ Kompozicijske zahteve (CR), morajo biti obvezno prvine iz pravilnika FIG.
- ✓ Kompozicijske zahteve (CR) so opisane na vsaki stopnji in za vsako orodje posebej.
- ✓ Če tekmovalka potrebuje manjše število kompozicijskim prvin (CR) sme izbrati katerokoli.
- ✓ Ena prvina lahko izpolni več kot eno kompozicijsko zahtevo (CR) , vendar pa ponovljena prvina ne more izpolniti druge kompozicijska zahteve.

e. **izračun D ocene**

<p>1) Za 6., 7. in nacionalno stopnjo je določena(izračunana) najvišja D ocena, ki je tekmovalka ne more preseči, čeprav je njena sestava težja.</p> <p>2) Za mednarodno stopnjo veljajo prilagojena pravila za deklice , kadetinje in pravila mednarodnega pravilnika FIG.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Za vsako posamezno stopnjo se izračuna najvišja mogoča D ocena po formuli (predpisano število A prvin + predpisano število B prvin....+ predpisano število CR).
<ul style="list-style-type: none"> • Odbitek za manjkajoči element je 1.00 T in se odbije od končne ocene, hkrati pa se odbije še vrednost prvine pri izračunu D ocene.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Prvine višje vrednosti lahko nadomestijo prvine nižje vrednosti, v D oceno pa se upošteva vrednost prvine, ki jo navedena prvina nadomesti ✱ Primer: če D prvina nadomesti A prvino, je njena vrednost 0,10 t ✓ Prvine nižje vrednosti ne morejo nadomestiti prvin višje vrednosti
<p>Večje število posameznih prvin iste težavnostne stopnje od predpisanega števila se ne upošteva v D oceno.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✱ Primer: če tekmovalka izvede 5A prvin, izvesti pa mora 3A glede na formulo in ji manjka ena B prvina, se odvečni A ne upošteva v D oceno.

f. **Najvišja E - ocena je 10.00 točk (vrednost predstavitve)**

E- ocena vključuje odbitke za :

- Splošne napake
- Specifične napake za izvedbo na posameznem orodju
- **Artistične napake**
- ✓ Odbitki za izvedbo in artističnost so sešteti, nato pa odšteti od vrednosti 10.00 T.
- ✓ Odbitki za napake so opisani v preglednici splošnih napak in odbitkov , specifičnih členih na orodju in opisu tehnike v mednarodnem pravilniku FIG.

g. Posebni odbitki za kratke vaje - (mednarodna stopnja –mladinke in članice)

Za izvedbo in artističnost predstavitve lahko tekmovalka prejme maksimalno E oceno:

- 7 ali več prvin = brez odbitka
- 5 – 6 prvin = - 4.00 t.
- 3 – 4 prvine = - 6.00 t.
- 1 – 2 prvini = - 8.00 t.
- nič prvin = - 10.00 t.

h. Izračun končne ocene

(D ocena + E ocena) – nevtralni odbitki (NO)= končna ocena

(Izračun končne ocene za mednarodno stopnjo velja po pravilih mednarodnega pravilnika FIG.)

i. Trajanje sestav

Od 6. stopnje naprej so sestave na gredi in parterju dolge največ 1.30 minute (90 sekund). Tekmovalka dobi odbitek za predolgo vajo, če ja vaja daljša od 1.30 minute (90 sekund):

- 0,10 točke za prekoračitev
- Prvine prikazane po preteku 90 sekund (časovnem limitu), D komisija ovrednoti, E komisija pa oceni.

j. Vsebina in sestava vaje na gredi in parterju – (velja za nacionalno stopnjo)

- Za težavnost se šteje največ 8 najvišje ovrednotenih prvin, vključujoč seskok:
 - a) Najmanj 3 akrobatske prvine
 - b) najmanj 3 ritmične prvine
 - c) 2 po izbiri

k. Vsebina in sestava vaje na gredi – (6. in 7. stopnja)

- **V 6. stopnji mora vaja vsebovati vsaj eno akrobatsko prvino v celoti izvedeno na gredi (izključujoč naskok ali seskok), v 7. stopnji pa dve akrobatski prvini v celoti izvedeni na gredi.**
- **V kolikor tekmovalka ne izvede ene oz. dveh akrobatskih prvin na gredi se v izračunu D ocene upošteva kot ena ali dve manjkajoči prvini (odbitek za vrednost težine in nevtralni odbitek 1.00 t.)**

l. Vsebina in sestava vaje na parterju – (6. in 7. stopnja)

- V 6. stopnji mora vaja vsebovati vsaj eno akrobatsko linjo, v 7. stopnji pa dve akrobatski liniji (akrobatska linija lahko vsebuje najmanj 2 direktno povezani akrobatski prvini s fazo leta, od katerega mora biti ena prvina salto).
- V kolikor tekmovalka ne izvede ene oz. dveh akrobatskih linij se v izračunu D ocene upošteva kot ena ali dve manjkajoči prvini (odbitek za vrednost težine in nevtralni odbitek 1.00 t.)
- Vsaka posamezna in /ali dodatna akrobatska prvina izvedena izven akrobatske linije se šteje za težavnost, ne glede na vrstni red izvedbe

Najvišje D ocene za posamezne stopnje:

1) od 6 in 7 stopnja:

	6. stopnja	7. stopnja
	3 el iz pravilnika FIG + 3 dodatni elementi	4 el iz pravilnika FIG + 2 dodatni elementi
Zahteve bradlja, gred, parter	5A 1B	4A 2B 1 kompozicijska zahteva
Najvišja D ocena bradlja, gred, parter	0,7	1,3
Zahteve preskok	Premet naprej miza 1,25m	Skok iz pravilnika
D ocena preskok	0,7	1,3
		0.70 skok: premet naprej Kolo

2.) nacionalna stopnja:

	Nacionalna stopnja
	Elementi iz pravilnika
Zahteve bradlja, gred, parter	4A 3B 1C 2 kompozicijske zahteve
Najvišja D ocena bradlja, gred, parter	2,3
Zahteve preskok	Skok iz pravilnika
D ocena preskok	FIG

3.) mednarodna stopnja:

Mlajše deklice	Starejše deklice	Kadetinje	Mladinke	Članice
Prilagojen program (vsaka kategorija tekmuje po predpisanem pravilniku za posamezno kategorijo)			FIG – modificiran program	FIG program

2.0 PRAVILA ZA TEKMOVALKE IN ZAHTEVE ZA TRENERJE**a. Pravice tekmovalk**

Vsaka tekmovalka mora biti seznanjena s TEKMOVALNIM PRAVILNIKOM in dejanji, ki so prilagojena spodaj napisanim pravilom.

b. Orodja

Za doskoke pri preskoku, z bradlje in gredi mora tekmovalka uporabiti dodatno mehko 10 cm visoko blazino, ki jo položi na predpisane blazine za doskok (največ 20 cm).

Dodatna blazina na gredi:

- Uporaba dodatne blazine za seskok je obvezna (- 0.50)
- Blazine ni dovoljeno prestavljati na nedovoljeno stran gredi (- 0.50)
- V kolikor tekmovalka dela naskok na strani seskoka, mora odzivno desko položiti na dodatno blazino za seskok

- Med vajo trener ne sme premikati dodatne blazine (od 6. – mednarodne stopnje)
- Na bradlji in gredi lahko položi in potem tudi odmakne odzivno desko na 10 cm visoko dodatno blazino za doskok (od 6. – mednarodne stopnje).
- Po pisni odobritvi predsednice glavne komisije lahko dvigne obe lestvini bradlje (vsako 5 cm), če se njena stopala ali boki pri vesi dotikajo blazine.
- V 6. in 7. stopnji, se lahko parтерна sestava izvede na akrobatski stezi dolgi najmanj 12 m in široki 2,5 m ali na parternem podiju

c. Ogrevanje

- Vsaka tekmovalka ima pravico do ogrevanja neposredno pred tekmovanjem na vseh orodjih
 - Preskok – dva (2) poskusa; oziroma če kandidira za finale največ tri (3) poskuse oz. **(max. 30 sekund za vsako tekmovalko),**
 - Gred in parter - vsaka tekmovalka 30 sekund,
 - Bradlja – vsaka tekmovalka 50 sekund, vključujoč pripravo orodja.

d. Odgovornosti tekmovalk

Tekmovalna oprema

- Nositi mora korekten športen neprosojen dres (lahko tudi v enem kosu s hlačnicami do gležnjev), ki mora biti elegantno oblikovan,
- Tekmovalka ima lahko dolge oprijete hlače, enake barve kot dres; nosi pa jih lahko nad ali po dresom,
- V primeru da nosi tekmovalka dres s kratkimi hlačnicami, smejo te segati maksimalno 2 centimetra pod glutealno gubo,
- Vratni izrez dresa spredaj in zadaj mora biti ustrezen, kar pomeni, ne večji kot do polovice prsnice in do spodnjega roba lopatice,
- Dres ima lahko rokave ali je brez njih; širina naramnic mora biti najmanj 2cm,
- Izrez za noge ne sme biti višji kot do kolčnice (*največji izrez*),

- Tekmovalka lahko nosi nogavice ali gimnastične copate,
- Tekmovalka ne sme nositi nakita (zapestnica, verižica itn), razen manjših ploščatih uhanov,
- Tekmovalke v ekipi morajo nositi enake drese,
- Podloge na bokih ali drugje niso dovoljene,
- Paščki na bradlji, zaščite telesa in zapestja (**morajo biti kožne barve ali beige**) so dovoljeni; morajo pa biti varno pritrjeni, v dobrem stanju in ne smejo motiti estetike predstavitve.

Tekmovalna pravila za tekmovalko

- Ob prijavi na tekmovanje mora tekmovalka (oziroma njen trener ali vodja delegacije) podati pisno zahtevo sodniški komisiji za ovrednotenje novega preskoka ali prvine,
- Po padcu ima 30 sekund časa, da pripravi bradljo, si namaže roke in se posvetuje s trenerjem, preden se ponovno povzpne na bradljo,
- Na gredi ima 10 sekund za prekinitve, v katerih se mora ponovno povzpeti na orodje,
- Sodelovati mora pri podelitvi medalj, oblečena v tekmovalno oblačilo (dres) skladno s FIG pravili o protokolih.
- Tekmovalka mora po padcu z orodja nadaljevati svojo sestavo po 10 sek. (gred in parter) po 30 sek. (bradlja) – v kolikor prekorači čas prejme odbitek 0.30 po 60. sek. pa je njena sestava zaključena.
- Strgan pašček – vaja se v celoti ponovi

e. Pravice in dolžnosti trenerjev

Vsak trener mora poznati tekmovalni pravilnik in dejanja prilagoditi spodaj napisanim pravilom.

Ves čas tekmovanja se mora obnašati fair in športno, posebej

- pri orodju,
- med korakanjem k orodju ali z orodja,
- med sodelovanjem pri podelitvi nagrad.

Trener ima naslednje pravice:

- Nuditi pomoč tekmovalki ali svoji ekipi med ogrevanjem na **vseh** orodjih,
- Med vajo na bradlji je lahko ob orodju na podiju (od 6. do mednarodne stopnje),
- Vprašati vrhovno sodnico glede D ocene

Trener ne sme:

- med vajo govoriti neposredno s tekmovalko, dajati znakov, vpiti (kričati) ali podobno,
- zastirati pogleda sodnicam, ko ostane na podiju za asistenco ob bradlji in pri odstranitvi odzivne deske,
- brez pisnega dovoljenja, posredovanega vodji glavne komisije, spremeniti višine orodja,
- odstraniti vzmeti iz odzivne deske,
- spraševati E- komisijo o ocenjevanju med tekmovanjem,
- med tekmovanjem razpravljati z aktivnimi sodnicami
- zamuditi na tekmovanje.

Skladno s spremembami pravilnika mednarodne gimnastične zveze in potrebami ŽŠG GZS lahko SO ŽŠG GZS spremeni posamezne dele tega pravilnika.

Preglednica dodatnih prvin

DODATNE A PRVINE, KI JIH TEKMOVALKA LAHKO UPORABI V 6. in 7. STOPNJI NA DV. BRADLJI
■ Vzmik na spodnji lestvini
■ Iz opore spredaj zamah v oporo čepno
■ Toč jezdno naprej
■ Toč jezdno nazaj
■ Velevmik na zg. lestvino
■ Iz opore spredaj z zamahom naskok v oporo čepno/ skrčno in sp toč naprej
■ Iz opore spredaj z zamahom naskok v oporo čepno/ skrčno in sp toč nazaj

DODATNE A PRVINE, KI JIH TEKMOVALKA LAHKO UPORABI V 6. in 7. STOPNJI NA GREDI
■ Skok skrčno
■ Preval naprej - z oporo rok
■ Obrat za 180° na eni nogi
■ Preval nazaj

DODATNE A PRVINE, KI JIH TEKMOVALKA LAHKO UPORABI V 6. in 7. STOPNJI NA PARTERJU
■ Mačji skok z obratom 180°
■ Skok skrčno
■ Skok skrčno z obratom 180°
■ Most naprej
■ Obrat za 180° na eni nogi
■ Most nazaj
■ Most naprej do opore na eni nogi in spojeno most nazaj (tik – tak)

PRILAGOJEN PRAVILNIK ZA DEKLICE IN KADETINJE**PRESKOK****MLAJŠE DEKLICE**

SKOK	vrednost skoka
rondat na desko in skrčeni salto nazaj	6.00 t.
Stegnjeni salto naprej iz deske	6.00 t.

*Izvajata se oba skoka, šteje boljši skok. Če tekmovalka izvaja samo en skok, ni odbitka.

STAREJŠE DEKLICE

SKOK	vrednost skoka
Jurčenko čez kup blazin višine 1 m	10.00 t.
Premet naprej čez kup blazin višine 1 m	10.00 t.

*Izvajata se oba skoka, šteje boljši skok. Če tekmovalka izvaja samo en skok, ni odbitka.

KADETINJE

SKOK	vrednost skoka
Jurčenko čez mizo 1,25 m, preko vrvice (2m) na kup blazin 1,5 m	10.00 t.
Premet naprej čez mizo 1,25 m, preko vrvice (2m) na kup blazin 1,5 m	10.00 t.

*Izvajata se oba skoka, šteje boljši skok. Če tekmovalka izvaja samo en skok, ni odbitka.

*min. dolžina zaleta za preskok mora biti 15 m.

*dotik vrvice s katerikoli delom telesa: - 2.00 t

BRADLJA

*vrstni red prvin je poljuben

* v kolikor se prvini ne prizna vrednost za težino, E sodnice ne dajo odbitka za izvedbo (razen največjih napak – padec, medkoleb)

MLAJŠE DEKLICE

prvina	vrednost prvine
sklopka	1.00 t.
toč naprej	1.00 t.
naskok v čep	1.00 t.
sklopka na zg. lestvino	1.00 t.
zamah/zamah v stojo	0.50/1.00 t.
v predkolebu obrat za 180° in seskok	1.00 t.
	6.00 t.

POSEBNI ODBITKI:

zamah in koleb (predkoleb)

	<p><u>D ocena:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Med 45° in 90° od navpičnice – prvina se prizna - Manj kot 45° od navpičnice – prvina se ne prizna <p><u>E ocena:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Med 80° in 90° od navpičnice – odbitek 0.10 t. - Med 45° in 80° od navpičnice – odbitek 0.30 t. - Manj kot 45° od navpičnice – brez odbitka
--	---

v predkolebu obrat za 180° in seskok

	<p><u>E ocena:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Med 80° in 90° od navpičnice – odbitek 0.10 t. - Med 45° in 80° od navpičnice – odbitek 0.30 t. - Manj kot 45° od navpičnice – odbitek 0.50 t.
--	---

STAREJŠE DEKLICE

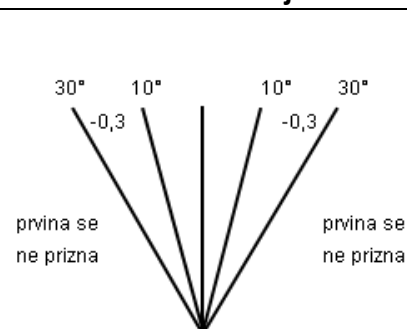
prvina	vrednost prvine
sklopka	1.00 t.
stoja	1.00 t.
podplatni toč v stojo, toč v stojo, stadler v stojo (enega od treh)	1.50 t.
naskok v čep	0.50 t.
sklopka na zg. lestvino	1.00 t.
stoja	1.00 t.
prvi veletoč nazaj	1.00 t.
drugi veletoč nazaj	1.00 t.
seskok: stegnjeni salto	2.00 t.
	10.00 t.

KADETINJE

prvina	vrednost prvine
sklopka	0.50 t.
stoja	0.50 t.
podplatni toč v stojo, toč v stojo, stadler v stojo (enega od treh)	1.50 t.
let iz nižje lestvine na višjo lestvino	1.00 t.
sklopka na zg. lestvino	0.50 t.
stoja	0.50 t.
veletoč nazaj	0.50 t.
veletoč nazaj z obratom 180°	1.50 t.
veletoč naprej z obratom 180°	1.50 t.
dva veletoča nazaj	0.50 t.
seskok: dvojni skrčeni salto	1.50 t.
	10.00 t.

POSEBNI ODBITKI:

Prvine končane v stoji



D ocena:

- Med 0° in 30° od navpičnice – prvina se prizna
- Manj kot 30° od navpičnice – prvina se ne prizna

E ocena:

- Med 0° in 10° od navpičnice – brez odbitka
- Med 10° in 30° od navpičnice – odbitek 0.30 t.
- Manj kot 30° od navpičnice – brez odbitka

VRTALICA

*vrstni red prvin je poljuben

* v kolikor se prvini ne prizna vrednost za težino, E sodnice ne dajo odbitka za izvedbo (razen največjih napak – padec, medkoleb)

MLAJŠE DEKLICE

prvina	vrednost prvine
vesa, dvig nog do vzososa	0.50 t.
pokoleb	0.50 t.
2x koleb	1.00 t.
3 koleb do stoje	1.00 t.
prvi koleb iz stoje v stojo	1.00 t.
drugi koleb iz stoje v stojo	1.00 t.
tretji koleb iz stoje v stojo	1.00 t.
	6.00 t.

STAREJŠE DEKLICE

prvina	vrednost prvine
vesa, dvig nog do vzososa	0.50
pokoleb	0.50
sklopka	1.00 t.
stoja	1.00 t.
podplatni toč v stojo, toč v stojo, stadler v stojo, endo (enega od štirih)	1.00 t.
3x veletoč nazaj	3 x 1.00 t.
3x veletoč naprej	3 x 1.00 t.
	10.00 t.

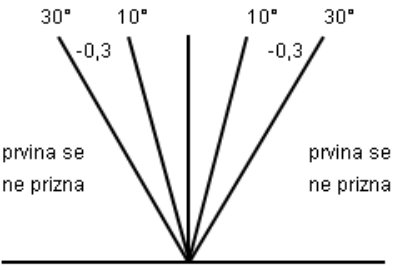
KADETINJE

prvina	vrednost prvine
vesa, dvig nog do vzososa, pokoleb	/
sklopka	/
stoja	0.50 t.
podplatni toč v stojo, toč v stojo, stadler v stojo, stadler v stojo sonožni (dva od štirih)	2 x 1.50 t.
2x veletoč nazaj	0.50 t.
sklopka	0.50 t.
stoja	0.50 t.
podplatni toč v stojo, toč v stojo, stadler v stojo, stadler v stojo sonožni (dva od štirih)	2 x 1.50 t
2x veletoč nazaj	0.50 t.

3x veletoč naprej	3x 0.50 t.
	10.00 t.

POSEBNI ODBITKI:

Prvine končane v stoji

	<p><u>D ocena:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Med 0° in 30° od navpičnice – prvina se prizna - Manj kot 30° od navpičnice – prvina se ne prizna <p><u>E ocena:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Med 0° in 10° od navpičnice – brez odbitka - Med 10° in 30° od navpičnice – odbitek 0.30 t. - Manj kot 30° od navpičnice – brez odbitka
---	--

GRED

*vrstni red prvin je poljuben

* v kolikor se prvini ne prizna vrednost za težino, E sodnice ne dajo odbitka za izvedbo (razen največjih napak – napaka pri doskoku)

MLAJŠE DEKLICE

prvina	vrednost prvine
naskok iz pravilnika	0.50 t.
kolo, most nazaj, most naprej, tik-tak (dva od štirih)	2 x 1.50 t.
skok z raznoženjem 180°	1.00 t.
obrat za 180° na eni nogi	0.50 t.
seskok: skrčeni salto nazaj (lahko iz vezave) ali skrčeni salto naprej	1.00 t.
	6.00 t.

STAREJŠE DEKLICE

prvina	vrednost prvine
naskok iz pravilnika	0.50 t.
premet naprej, menikeli, premet nazaj, rondat, skrčeni salto nazaj (tri od petih)	3 x 2.00 t.
vezava dveh skokov (en z raznoženjem 180°)	1.00 t.
obrat za 360° na eni nogi	0.50 t.

seskok: salto A težine iz vezave ali B seskok	2.00 t.
	10.00 t.

KADETINJE

prvina	vrednost prvine
naskok iz pravilnika	0.50 t.
vezava dveh akrobatskih prvin s fazo leta	2.00 t.
araber, bočni salto, bosakov, salto nazaj, salto naprej z ene noge, salto naprej z dveh nog (dva od šestih)	2x 2.00 t.
skok z menjavo noge	1.00 t.
ritmična serija (en skok z raznoženjem 180°)	1.00 t.
obrat za 360° na eni nogi	0.50 t.
seskok: min. B seskok	1.00 t.
	10.00 t.

PARTER

*vrstni red prvin je poljuben

* v kolikor se prvini ne prizna vrednost za težino, E sodnice ne dajo odbitka za izvedbo (razen največjih napak – napaka pri doskoku)

MLAJŠE DEKLICE

prvina	vrednost prvine
rondat , tri premete nazaj in skrčeni salto nazaj	2.00 t.
skrčeni salto naprej	1.00 t.
dva vezana premeta naprej (enonožni in sonožni)	1.00 t.
dva vezana skoka z raznoženjem 180° (lahko enaka)	1.00 t.
obrat za 360° na eni nogi	1.00 t.
	6.00 t.

STAREJŠE DEKLICE

prvina	vrednost prvine
rondat , premet in stegnjeni salto nazaj	2.00 t.
rondat , premet in skrčeni salto nazaj	2.00 t.
premet salto naprej (skrčeni, sklonjeni ali stegnjeni)	2.00 t.
skok z menjavo v vezavi z drugim skokom z raznoženjem za 180	2.00 t.
dodaten ritmični skok min. B težine	1.00 t.
obrat za 360° na eni nogi zaključen na vzponu	1.00 t.
	10.00 t.

KADETINJE

prvina	vrednost prvine
rondat , premet in stegnjeni salto nazaj z obratom za 360°	2.00 t.
salto naprej z obratom 360° (skrčeni ali stegnjeni – lahko iz premeta)	2.00 t.
ena akrobatska serija po izbiri	1.00 t.
dodaten ritmični skok C težine	2.00 t.
ritmična serija (oba skoka min. B težine)	1.00 t.
obrat za 720° na eni nogi	1.00 t.
obrat za 360° na eni nogi z drugo nogo na 90° ali ob glavi	1.00 t.
	10.00 t.