



Náplně sestav moderní gymnastiky pro rok 2015

Kombinovaný program MG Základní program MG

Aktualizovaný doplněk ze dne 19.3. 2015

(upřesnění rozhodování ZP a KP)

1.1 a 2.1 Povinné sestavy – HODNOCENÍ (ZPMG a KPMG)

Celková hodnota sestavy je **10 bodů (1 skupina rozhodčích)**.

Rozhodčí penalizují:

1) Nesoulad pohybu s popisem a s hudbou

- srážky za neprovedení jednotlivých prvků / vazeb **0,3; 0,5 či 1,00** (viz. srážky pro jednotlivé sestavy v popisech sestav ZP a KP) **z důvodu zásadní chyby v provedení, nesouladu s popisem, nesouladu s hudbou apod., z důvodu pádu náčiní či gymnastky (pád náčiní či gymnastky je navíc penalizován v provedení!!!)**
- **srážka 0,1 nebo 0,3 bodu** za každou odchylku od popisu mimo povinné vazby (malá odchylka od popisu – postavení hlavy – 0,1, apod. dle závažnosti chyby)
- **změny směru 0,1 nebo 0,3 bodu** (dle závažnosti chyby)

2) Celkový nesoulad pohybu s hudbou

- **srážka 0,1 nebo 0,3 bodu** (jednou, 0,3 – hudba jako kulisa, v tomto případě navíc přibývají srážky za neprovedení jednotlivých požadovaných prvků / vazeb (viz výše), jelikož byly provedeny mimo požadovaný soulad popisu s hudbou – pokud v daném taktu má gymnastka provést určitý prvek, který ale provádí např. o takt později – neprovedla požadovanou vazbu správně s hudbou – 0 b.)

(ukončení sestavy po hudbě je chyba v provedení 0,3 nebo 0,5 – dle FIG viz níže)

3) Provedení (srážky viz. PRAVIDLA MODERNÍ GYMNASTIKY FIG 2013 - 2016, kapitola PROVEDENÍ, bez artistiky, upřesnění 2015)

Srážka za neprovedení vazby (0,3; 0,5; 1,0) v sobě JIŽ zahrnuje srážku nesprávného provedení, pouze v případě neprovedení vazby z důvodu pádu náčiní či gymnastky, je navíc udělena odpovídající srážka v provedení (viz níže).

Možná tolerance rozsahu závodnic ZPMG a KPMG. Pro rok 2015 je domluveno snížení požadavku pouze u dálkového skoku ze 180° na minimálně 135°, a to v povinné i volné sestavě.

V povinné sestavě s kuželi KPMG – dohra I. takt 1.–2. stoj na pravé (levé), zanožit levou (pravou), hlubokým předklonem „íčko“ – dle popisu stačí zanožit (není uvedeno zanožit povýš či vzhůru vzhledem k trupu), tedy „íčko“ je v toleranci 135° a více.

Technické srážky v provedení dle pravidel FIG platné pro provedení sestav ZPMG, KPMG / společné sklady linie B:

Srážky	0.10	0.30	0.50 a více
Technické chyby: každá chyba musí být pokaždé penalizována			
Hudba		Absence souladu mezi hudbou a pohybem na konci sestavy v důsledku ztráty náčiní: 0.30 + ztráta náčiní	Absence souladu mezi hudbou a pohybem na konci sestavy

Technické srážky v provedení dle pravidel FIG platné pro provedení všech sestav ZPMG, KPMG / společné skladby linie B:

Srážky	0.10	0.30	0.50 a více
Pohyby těla			
Všeobecné srážky	Nedokončený pohyb		
	Přemístění/posun bez vyhození, přizpůsobení pozice na zemi		
Základní technika	Nesprávně držené části těla během pohybu (pokaždé, až do maxima 1.00 b.)		
	Ztráta rovnováhy: další pohyb bez přemístění	Ztráta rovnováhy: další pohyb s přemístěním	Ztráta rovnováhy s oporou o 1 nebo 2 ruce, nebo náčiní
		Statická gymnastka *	Celková ztráta rovnováhy a pád těla: 0.70 b.
Skoky	Nedostatečný rozsah ve tvaru; těžký dopad		
Rovnováhy	Nedostatečný rozsah ve tvaru; nezafixovaný tvar, nebo nedostatečná výdrž v daném tvaru		
Rotace	Nedostatečný rozsah ve tvaru; tvar není zafixován nebo dobře definován		
	Opora o patu během rotace, která je prováděna na "relevé"	Osa těla není ve vertikále a ukončení s 1 krokem	
	Přemístění (skluz) během rotace	Poskakování nebo přerušení rotace	
Preakrobatické prvky	Těžký dopad	Preakrobatický prvek provedený nepovolenou technikou	

*Statická gymnastka: gymnastka by neměla zůstat statická (bez pohybu) pokud není v kontaktu s náčiním (např.: vyhození, kutálení náčiní po zemi, atd.)

Náčiní			
Ztráta náčiní (za ztrátu 2 kuželů následně po sobě: rozhodčí penalizuje pouze jednou na základě počtu kroků, které gymnastka udělá za vzdálenějším z kuželů)			Ztráta a uchopení náčiní po krátkém přemístění (1-2 kroky)
		Ztráta a uchopení náčiní bez přemístění	Ztráta a uchopení náčiní po velkém přemístění (3 a více kroků) nebo mimo závodní plochu (bez ohledu na vzdálenost): 0.70
			Ztráta náčiní a použití náhradního náčiní: 0.70
			Ztráta náčiní (žádný kontakt) na konci sestavy: 0.70

Náplně sestav moderní gymnastiky pro rok 2015
KPMG a ZPMG

Srážky	0.10	0.30	0.50 a více
Technika	Nepřesná trajektorie a chycení v letu s 1-2 kroky	Nepřesná trajektorie a chycení v letu po 3 a více krocích	
	Nepřesné chycení s dopomocí 1 ruky nebo těla, nechtěný kontakt s tělem se změnou trajektorie	Statické náčiní **	
		Nedostatečná rovnováha práce pravé a levé ruky	
ŠVIHADLO			
Základní technika	Nesprávná manipulace: amplituda, tvar, rovina, nebo švihadlo není drženo na obou koncích (pokaždé, maximálně do hodnoty 1.00 b.)		
	Ztráta jednoho konce švihadla s krátkým přerušením sestavy		
	Zakopnutí o švihadlo během skoků, nebo poskoků		
	Uzel na švihadle	Nechtěné namotání kolem těla nebo jeho části s přerušením sestavy	
OBRUČ			
Základní technika	Nesprávná manipulace: změna roviny manipulace, chvění (pokaždé, maximálně do hodnoty 1.00 bodu) Nepravidelná rotace kolem vertikální osy		
	Chycení po vyhození: kontakt s předloktím	Chycení po vyhození: kontakt s paží	
	Nesprávně provedené kutálení s poskakováním, nedokončené kutálení po těle		
	Sklouznutí na paži během kroužení		
	Průchod obručí: zakopnutí o obruč		

Srážky	0.10	0.30	0.50 a více
MÍČ			
Základní technika	Nesprávná manipulace, míč opřený o předloktí (pokaždé, maximálně do hodnoty 1.00 bodu)		
	Nesprávné kutálení s poskakováním, nebo nechtěně nedokončené kutálení po těle		
	Chycení míče do 2 rukou (výjimka: chytání bez zrakové kontroly)		
KUŽELE			
Základní technika	Nesprávná manipulace (pokaždé, maximálně do hodnoty 1.00 bodu)		
	Nepravidelné pohyby nebo přerušení pohybu během malých kroužků a mlýnků a paže příliš daleko od sebe během mlýnků		
	Změna synchronizace v rotaci z kuželů během vyhazování a chytání z kuželů		
	Nedostatečná přesnost v rovině manipulace kuželů během asymetrických pohybů		
STUHA			
Základní technika	Změna kresby stuhy (pokaždé, maximálně do hodnoty 1.00 bodu)		
	Nesprávná manipulace: nepřesná předání, tyčka stuhy neúmyslně držená za prostředek, nesprávné napojení kreseb stuhy, „práskání“ stuhy (pokaždé, maximálně do hodnoty 1.00 bodu)	Nechtěné namotání kolem těla, nebo jeho části s přerušením sestavy	
	Hádky a spirálky: kroužky nebo vlnovky nedostatečně u sebe, s nestejnou amplitudou (výška, délka) (pokaždé, maximálně do hodnoty 1.00 bodu)		
	Uzel bez přerušení sestavy	Uzel s přerušením sestavy	
	Konec stuhy zůstává neúmyslně na zemi během kresby stuhy, vyhazování, „ešapé“, apod. (pokaždé)		

** 1.3.4. Statické náčiní

- Náčiní je pevně drženo, nebo zmáčknuto jednou, nebo oběma rukama
- Náčiní je pevně drženo, nebo zmáčknuto jednou nebo více částmi těla během více než 1 pohybu
- Náčiní je drženo během přípravného pohybu před prvkem obtížnosti a následně i v prvku obtížnosti, nebo je drženo ve 2 prvcích obtížnosti za sebou
- Náčiní jako dekorace (pro cvičení jednotlivkyň a společných skladeb) – je možné předvést originální, estetické a různorodé choreografické prvky v případě, že tyto prvky budou krátké a nenaručí plynulost pohybu náčiní (maximálně třikrát v každé sestavě, ne déle než 4 pohyby bez náčiní).
- **Srážka je** udílána rozhodčí provedení (E): 0.30 b. za statické náčiní nebo za náčiní jako dekorace neodpovídající pravidlům

1.2 Volné sestavy KPMG - HODNOCENÍ

Volná sestava – sestava na libovolný hudební doprovod (1:00 – 1:30), ve které musí závodnice provést uvedené povinné vazby

Celková hodnota sestavy je **10 bodů (3 b. + 7 b., 1 skupina rozhodčích)**.

Rozhodčí hodnotí a penalizují:

1.2.1 Obtížnost - Povinné vazby 6 x 0,5 = 3,0 body

každý prvek za 0,5 b. = 0,3 hodnota prvku bez náčiní (**z pravidel FIG izolované prvky 0,1 – 0,3**) + 0,2 hodnota prvku náčiní

Provedení (srážky viz. PRAVIDLA MODERNÍ GYMNASTIKY FIG 2013 - 2016, kapitola PROVEDENÍ a ARTISTIKA, upřesnění 2015) – maximum **7 bodů!!!**

Výpočet výsledné známky:

U volné sestavy známka sestává ze součtu známek za hodnotu povinných prvků, choreografii, hudbu a provedení. Výsledná známka se vypočítá jako průměr dvou středních známek.

Povinné prvky pro **Volné sestavy KPMG - Povinné izolované prvky** (prvky s obtížností **0,1; 0,2 a 0,3** dle FIG) – **maximální počet zařazených prvků obtížnosti je 6 (bez ohledu na jejich hodnotu), z toho se do známky za povinné vazby započítávají dle pravidel KPMG 4 prvky, a to 1 skok obtížnosti, 1 rovnováha obtížnosti, 1 rotace obtížnosti a 1 prvek obtížnosti z jakékoliv ze 3 skupin obtížnosti. Počet tanečních kroků a vln/osem je neomezen, započítává se ale je 1 taneční krok a 1 vlna/osma do hodnocení povinných vazeb. Celkem tedy 6 povinných vazeb tvoří známku za obtížnost (viz každá kategorie – skok, rovnováha, obrat, čtvrtý prvek dle výběru, vlna/osma a taneční kroky). V případě zařazení většího počtu prvků obtížnosti než 6 bude udělena gymnastice srážka 0,5.**

II. VTp – obruč

- skok obtížnosti s vyhozením či chycením obruče z vyhození během letové fáze skoku 0,5 b
- rovnováha obtížnosti s kutálením obruče po těle nebo po zemi 0,5 b
- **rotace obtížnosti s viditelným kroužením obruče (bez ohledu na počet kroužků)** 0,5 b
- prvek dle výběru (skok, rotace, rovnováha) s libovolnou manipulací typickou pro obruč 0,5 b
- taneční kroky (min. 8 vteřin se změnou rytmizace) s přetáčením či roztáčením obruče 0,5 b
- vlna/osma celým tělem s libovolnou manipulací typickou pro obruč 0,5 b

Upřesnění v KPMG v kategorii III. VTp, I. VTp a ženy nejsou.

„Ešapé“ se stuhou – malé vyhození stuhy s rotací tyčky kolem její osy („únik“). Malé vyhození – nadhození či přehození bez rotace tyčky – není „ešapé“.

Povinné vazby – pro program KPMG jsou v obtížnosti požadovány povinné vazby – tedy spojení prvku bez náčiní s manipulací s náčiním (např. skok obtížnosti s vyhozením či chycením obruče z vyhození během letové fáze skoku). Prvek BN má hodnotu 0,3, manipulace s náčiním 0,2.

Prvek BN (prvek obtížnosti) musí být proveden s předepsanou manipulací, není možné počítat prvek BN a prvek manipulace zvlášť. Maximální hodnota správně provedeného prvku BN s předepsanou a **správně provedenou manipulací je 0,5 b**. S nedokončenou či nesprávně provedenou manipulací je hodnota prvku 0,3 b. (Je odečtena hodnota 0,2 za manipulaci, která je chybně provedena, jiná srážka není závodnici již udělena, viz níže). Manipulace provedená v jiném než předepsaném prvku BN se nehodnotí. Prvek BN s jinou než předepsanou manipulací se nehodnotí. **Povinná vazba s pádem náčiní či pádem gymnastky není hodnocena (0 b.) a navíc bude udělena srážka v provedení (pouze v případě pádu těla gymnastky nebo/a pádu náčiní) jako technická chyba a v artistice jako porušení jednoty kompozice.**

Možná tolerance rozsahu závodnic ZPMG a KPMG. Pro rok 2015 je domluveno snížení požadavku pouze u dálkového skoku ze 180° na minimálně 135°, a to v povinné i volné sestavě.

Typická manipulace – typickou manipulací se myslí **základní (dle FIG fundamentální) a vedlejší skupiny** cvičení daného náčiní dle tabulky a manipulace ze souhrnné tabulky vedlejších skupin platných pro všechna náčiní.

V případě: prvek dle výběru (skok, rotace, rovnováha) s libovolnou manipulací typickou pro obruč – může gymnastka provést: (ve zkratce: průchod, kutálení (po těle nebo po zemi), kroužení, rotace obruče, malé vyhození, přechod těla nad obručí, vyhození, chycení nebo manipulaci s náčiním v pohybu (vše v tabulkách 1.3.1 a 1.3.2)

Libovolná (libovolně vybraná typická – základní a vedlejší skupina manipulací) manipulace musí splňovat požadavek stanovený pravidly - viz níže.

Taneční kroky dle FIG – upřesnění dle pravidel 2015: navazující a spojené taneční kroky (klasické tance, folklór, moderní tanec, atd.), které ukáží rozdílný rytmus s manipulací náčiní během celé série. Tato série tanečních kroků bude provedena:

- Minimálně po dobu 8 sekund v souladu s tempem a rytmem hudebního doprovodu.
- Vyjádří charakter a emoční náplň hudby pohybem těla a manipulací náčiní.
- Vlastní taneční kroky musí být různorodé z hlediska úrovně, směrů, rychlosti a způsobu provedení pohybu v souladu s tempem, rytmem, charakterem hudby a důrazy v hudbě.
- Přechody a spojení mezi jednotlivými pohyby by měly být logické a plynulé bez nechtěných zastavení se a bez prodlužování přípravných pohybů (preparací) v souladu s tempem, rytmem, charakterem hudby a důrazy v hudbě.
- S částečným nebo úplným přemístěním.
- Je možné provést akrobatický prvek, pokud neporuší plynulost tanečních kroků. Je zahrnut do 8 sekund.
- Je možné provést vyhození (malé, střední, velké) během tanečních kroků, pokud tato manipulace podporuje myšlenku tance nebo pomůže zvětšit rozsah či dynamiku pohybu nebo z důvodu provedení části tanečních kroků pod letícím náčiním.
- Pro potřeby sestav KPMG (SS linie B) musí být taneční kroky (tedy prvek obtížnosti) dle jednotlivých kategorií spojeny s libovolnou typickou manipulací (základní nebo vedlejší skupiny) a nebo se stanovenou (předem vypsanou) manipulací. Viz povinné vazby.
- Série tanečních kroků nebude platná, pokud:
 - dojde k pádu gymnastky nebo ztrátě náčiní
 - je série kratší než 8 sekund
 - je celá kombinace provedena na zemi (pouze část série tanečních kroků je povolena na zemi)
 - viz povinné vazby KPMG.

Skoky s obtížností dle pravidel FIG 0,1 – 0,3 pro KPMG / společné skladby linie B

	0,10	0,20	0,30
1. vertikální skoky s rotací těla o 180°, a s 360°	<p>180°</p> <p>vzad, stranou</p>	<p>360° 360°</p>	
2. «Přiklep» (vpřed, stranou, vzad); skok prohnutě			
3. «Nůžky» skoky s výměnou nohou v různých pozicích, se skrčením zánožmo	<p>Nohy v horizontální pozici</p>	<p>Nohy v úrovni hlavy (vpřed, vzad)</p>	
4. Skoky schylmo Skoky schylmo roznožmo			
5. «Kozáček» Nohy v různých pozicích; Ve skrčení zánožmo			<p>(odraz a doskok na stejnou nohu)</p>
6. „Přípatka“			
7. «Fouette» Nohy v různých pozicích			
	0,10	0,20	0,30
8. «Kadet». Nohy v různých pozicích			
9. Dálkové skoky a jeleny: se skrčením zánožmo; záklonem; s rotací trupu. Tyto skoky provedené s odrazem jedné nebo obou nohou jsou považovány za rozdílné prvky obtížnosti. V případě odrazu z obou nohou, je třeba pod značku skoku dodat symbol ↑.			
10. dálkové skoky s rotací - nohy v různých pozicích, dle kritérií			

Rovnováhy s obtížností dle pravidel FIG 0,1 – 0,3 pro KPMG / společné skladby linie B

	0,10	0,20	0,30
1. "Passé" . Volná noha pod horizontální pozicí s předklonem, nebo záklonem trupu			
2. volná noha v horizontální pozici v různých směrech s předklonem, úklonem a záklonem těla			
3. volná noha ve vysoké pozici v různých směrech, tělo v horizontální pozici nebo pod, s dopomocí nebo bez dopomoci			
4. Fouetté (min. 3 různé tvary, bez dopomoci rukou, na "relevé"(pokaždé s oporou o patu), minimálně 1 obrat o 90° nebo 180°). Každý tvar rovnováhy musí být jasně zafixován.			 Fouetté Noha v horizontální pozici minimálně ve 2 tvarech + minimálně 1 otočení
5. "kozáček:" volná noha v horizontální poloze, vysoko, nebo gymnastka mění polohu nohy			
6. rovnováhy s oporou o různé části těla			
7. Dynamická rovnováha s celkovou vlnou těla			
8. Dynamická rovnováha s nebo bez pohybu nohy s oporou o různé části těla.	 (pohyb vpřed do opory na loktech)	 (pohyb vzad s průchodem mostem do opory na loktech)	

Pro potřeby KP je možné zařadit prvek rovnováhy v hodnotě 0,4 na plném chodidle – tedy rovnováha má hodnotu 0,3 (viz náplně sestav pro rok 2015). V tabulce vpravo jsou uvedeny prvky rovnováhy v hodnotě 0,4, které ale musí být provedeny na plném chodidle, aby byly hodnoceny v programu KP.

Váha předklonmo na plném chodidle – hodnota 0,3

0,40
nebo opačně
s půlobratem těla

V případě rovnováh – je možné prvek na relevé (výponu) ponížít stojem na celém chodidle (snížení hodnoty o 0,10), tak že prvek má tedy požadovanou hodnotu v rozmezí 0,1 – 0,3 (pro potřeby KPMG ve spojení s náčiním **0,5** viz pravidla KPMG).





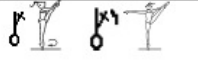
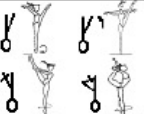




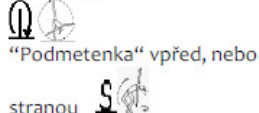
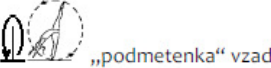
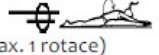
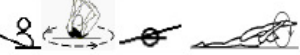
V ostatních případech:

Zařazení prvku s vyšší obtížností (prvky obtížnosti 0,4 a více) –

Pokud závodnice ve své sestavě předvedou NAVÍC správně provedený prvek vyšší obtížnosti, nebude prvek započítán jako povinný prvek obtížnosti a závodnicím **nebude udělena penalizace za zařazení prvku s vyšší obtížností** (než 0,1 – 0,3), **ALE maximální počet VŠECH** zařazených prvků obtížnosti **je 6** (bez ohledu na obtížnost!!!), z toho se do známky započítávají dle pravidel KPMG 4, a to 1 skok, 1 rovnováha, 1 rotace a 1 prvek z jakékoliv ze skupin obtížnosti. Počet tanečních kroků a vln/osem je neomezen, započítává se ale je 1 taneční krok a 1 vlna/osma. V případě zařazení většího počtu prvků obtížnosti než 6 bude udělena gymnastce srážka 0,5.

V sestavě lze provést maximálně jeden prvek promenády (slow turn – na relevé či na plném chodidle) viz pravidla FIG (přičtením 0,1 na plném chodidle nebo + 0,2 na relevé k základní hodnotě prvku do hodnoty 0,3 – neplatí pro kozák, podpor na předloktí a promenádu na kolena – kdy nelze provádět; pro potřeby KPMG ve spojení s náčiním je hodnota prvku 0,5 viz pravidla **KPMG**)























Rotace s obtížností dle pravidel FIG 0,1 – 0,3 pro KPMG / společné skladby linie B

	0,10	0,20	0,30
1. "Passé". Stojná noha pod horizontální pozicí: tělo v předklonu nebo v záklonu, spirálový obrat s vlnou ("tonneau")			
2. Volná noha napnutá, nebo skrčená v horizontální pozici, tělo v předklonu v horizontální úrovni			
3. volná noha vysoko s dopomocí nebo bez, tělo předkloněné v horizontální úrovni, nebo pod horizontální polohou			
4. «Kozáček» (volná noha v horizontální poloze); předklon těla			
5. «Fouetté»			
6. "Podmetenka" vpřed, stranou, vzad; Spirálový obrat s celkovou vlnou těla, "penché" – rotace v ičku			
7. Rotace na různých částech těla (max. 1 rotace)			

Všechny prvky obtížnosti mohou být provedeny s libovolnou polohou /pohybem paží.

Typické / základní (dle FIG fundamentální) manipulace s náčiním pro volné sestavy KPMG / společné skladby linie B

1.3.1. Souhrnná tabulka fundamentálních technických skupin (manipulací) specifických pro každé náčiní a další technické skupiny práce s náčiním

Typické / základní (dle FIG fundamentální) man.		Vedlejší skupiny manipulací
Náčiní	Fundamentální technické skupiny práce s náčiním	Vedlejší technické skupiny práce s náčiním
U	 Průchod švihadlem v průběhu skoku/poskoku, švihadlo krouží vpřed, vzad, nebo stranou	 série (min. 3) kroužení složeným švihadlem na poloviny <ul style="list-style-type: none"> jedna rotace otevřeného, rozloženého (napjatého) švihadla, držného za střed, nebo za 1 konec
	 průchod švihadlem sérií minimálně 3 malých přeskoků, švihadlo krouží vpřed, vzad, nebo stranou	
	 „ešapé“ <i>pozn. Ešapé a spirála (níže) během obtížnosti – lze provést vypuštění v prvku a chycení po prvku či vypuštění během přípravy a chycení v prvku (poznámka ze školení 10.1. 2015)</i>	
	 spirály (dvojitá a vícečetná rotace volného konce švihadla během „ešapé“)	 namotávání/vymotávání
	<ul style="list-style-type: none">  osmy nebo vedení švihadla s doprovodnými klony trupu (švihadlo držné obouřuč) velké kruhy (švihadlo držné obouřuč) 	
 chycení švihadla obouřuč (každý konec do jedné ruky)		
O	 průchod obručí celým tělem, nebo jeho částí	 přechod celého těla nad obručí  malá vyhození / chytání
	 kutálení obruče po minimálně 2 segmentech těla  kutálení obruče po zemi	
	 série (min. 3) kroužení obruče na ruce Jeden kroužek okolo jiné části těla	
	 rotace obruče (roztáčení) okolo její osy : <ul style="list-style-type: none"> jedna volná rotace mezi prsty jedna volná rotace na jiné části těla série (min.3) rotací na zemi 	
●	 kutálení míče po minimálně 2 velkých segmentech těla  dlouhé (min 1 metr) kutálení míče po zemi <ul style="list-style-type: none"> série (min. 3) malých kutálení míče po zemi 	 <ul style="list-style-type: none"> „překlápění“ míče rotace míče okolo ruky série (min.3) malých doprovodných malých kutálení kutálení těla po míči na zemi vytrčení/vyražení míče různými částmi těla <i>pozn.: gymnastka může „vyrazit“ nebo chytit míč po vyražení během prvku obtížnosti (poznámka ze školení 10.1. 2015)</i>
	 odbíjení: <ul style="list-style-type: none"> série (min.3) malých odbíjení (pod úrovní kolene) 1 velké odbíjení (na úrovni kolene a výše) viditelné odbíjení o část těla 	
	 osmy s krouživým pohybem paží a doprovodným pohybem trupu	
	 chycení míče do 1 ruky	

	mlýnky: min. 4 malé kroužky kuželů s časovým zpožděním a pokaždé se střídáním křížení a nekřížení zápěstí/rukou	<ul style="list-style-type: none"> ▪ volná rotace 1 nebo 2 kuželů na části těla, nebo na zemi ▪ kutálení 1 nebo 2 kuželů po části těla, nebo po zemi ▪ odbítí 1 nebo 2 kuželů o část těla ▪ "klouzavé" pohyby ▪ ťukání (min. 1) ▪ vytrčení/vyřazení kužele/ů různými částmi těla
	série (min.3) malých kroužků oběma kužely	série (min. 3) malých kroužků 1 kuželí
	asymetrické pohyby 2 kuželů se musí lišit svým tvarem, amplitudou a směrem nebo rovinou	malé vyhazování / chytání 1 kužele
	malé vyhazování / chytání 2 kuželů s rotací, buď simultánně, nebo střídavě	simultánní vyhazování / chytání 2 kuželů asymetrické vyhození 2 kuželů
	malé vyhazování / chytání 2 kuželů s rotací, buď simultánně, nebo střídavě	"kaskádovitá" vyhození / chycení (dvojitá nebo trojitá)
	spirály (4-5 kroužků), úzké a stejná výška spirály na zemi	"Bumerang" (ve vzduchu nebo na zemi) <i>Pozn.: aby byl "boomerang" uznán, musí být stuha chycena za vracející se tyčku, vypuštění (vyhození) stuhy nebo chycení tyčku může být provedeno v prvku obtížnosti (poznámka ze školení 10.1. 2015)</i>
	hádky (4-5 hádků), úzké a stejná výška hádky na zemi	<ul style="list-style-type: none"> ▪ rotační pohyby tyčky stuhy okolo ruky ▪ kutálení tyčky po části těla ▪ odražení / odbítí tyčky o část těla ▪ namotávání ▪ pohyby stuhou okolo částí těla provedené držením tyčky jinou částí těla (ruka, krk, kolena, loket) během pohybu těla nebo prvku obtížnosti s rotací (neplatí během promenády "Slow Turn")
	průchod skrz nebo nad kresbou stuhy	
	"Ešapé"	malé vyhazování / chytání
Pozn. Malá házení – v blízkosti těla		

1.3.2. Souhrnná tabulka vedlejších technických skupin / manipulací platná pro všechna náčiní

	Házení a chytání Střední házení – jedno až dvou násobek výšky gymnastky Vysoké házení – vyšší než dvou násobek výšky gymnastky
	Manipulace s náčiním (náčiní v pohybu): <ul style="list-style-type: none"> • Osmy s doprovodným pohybem těla (neplatí pro švihadlo a míč) • Velké kruhy (složené či rozložené švihadlo v jedné ruce, mlýnky) • Předání náčiní okolo částí těla, nebo pod nohou (nohama)
	Nestabilní vyvažování na částí těla

1.3.3. Nestabilní vyvažování:

- Náčiní je drženo bez pomoci ruky/rukou na malé ploše segmentu těla (krk, noha, hřbet ruky), nebo se jedná o obtížnou spolupráci tělo-náčiní s rizikem ztráty náčiní (včetně držení míče na dlani během prvku obtížnosti rotace)
- Náčiní nesmí být zmáčknuté jakoukoli částí těla, aby mohlo být považováno za náčiní, které je nestabilně vyvažováno.

Výjimka:

- Míč a kužel(e), mohou být drženy (zmáčknuty) za zády během pohybů a prvků obtížnosti s rotací (není povoleno v promenádách).
- Švihadlo (rozložené nebo složené na poloviny) a tyčka stuhy mohou být vyvažovány na zádech (nezmáčknuté) během rotačních pohybů nebo prvku obtížnosti s rotací.

Artistika a Artistické srážky dle pravidel FIG pro volné sestavy KPMG / společné skladby linie B

Artistika

2.1. Artistické komponenty

2.1.1. Jednota kompozice

- 2.1.1.1. Hlavním cílem je vytvořit uměleckou image, vyjádřenou pohyby těla a náčiní a charakterem hudebního doprovodu.
- 2.1.1.2. Charakter hudby musí být definován hlavní myšlenkou/tématem kompozice, a gymnastka musí sdělit tuto hlavní myšlenku sestavy divákům od začátku do konce sestavy.
- 2.1.1.3. Kompozice by se měla rozvíjet technickými, estetickými a spojujícími prvky, kde pohyby plynule přecházejí jeden v druhý, včetně kontrastů v rychlosti/intenzitě (dynamice), rozsahu a úrovních pohybu, a měla by být předvedena v těsném vztahu s hudbou.
- 2.1.1.4. **A.** Kompozice by neměla být sérií nepropojených prvků obtížnosti, nebo prvků s náčiním, ale naopak, přechody z jednoho pohybu do druhého musí být logické a plynule propojené, bez nutných přerušení nebo příliš dlouhých přípravných prvků před pohyby těla nebo náčiní.
B Pohyby těla i náčiní během Série tanečních kroků musí prokázat rozmanitost v následujících případech:
- roviny pohybu náčiní
 - úrovně pohybu těla a náčiní
 - směr pohybu v krocích a v pohybu náčiní
 - rychlost pohybu těla a pohybu náčiní v harmonii s hudbou
 - způsoby manipulace s náčiním a pohybu těla při tanečních krocích.
- 2.1.1.5. Gymnastka musí být v kontaktu s náčiním na začátku a na konci sestavy. Začáteční pozice sestavy musí plynule korespondovat se začátečním pohybem náčiní. Začáteční a závěrečná póza nesmí být extrémní.

2.1.2. Hudba a pohyb

- 2.1.2.1. Mezi pohyby gymnastky a hudbou musí být celkový soulad, který je vyjádřen:
- Kontrastem pohybů v souladu s **tempem, rytmem a hudebními akcenty**.
 - Schopností vyjádřit charakter a emocionální výraz s hudbou skrze pohyby těla a kontinuální práce s náčiní.
- 2.1.2.2. Sestava, která koresponduje s hudbou pouze na počátku a na konci bude považována za sestavu, kdy je hudba použita jako „pozadí“.

2.1.3. „Výraz“ je charakterizován:

- Syntézou síly, krásy a elegance pohybů
- Participací všech segmentů těla (hlava, ramena, trup, ruce, paže, nohy)
- Výrazem tváře, který musí též vyjadřovat téma hudby a sdělení kompozice
- Různorodostí v rychlosti a intenzitě (dynamice) pohybů gymnastky/náčiní, které musí reflektovat dynamiku pohybu

2.1.4. Využití prostoru (různorodost): Závodní plocha musí být plně využita:

- Různé **úrovně** (gymnastka v letu, ve stoje, na zemi, atd.)
- Různorodost **směrů/trajektorií pohybů** těla/náčiní (vpřed, vzad, atd.)
- Různorodost **způsobů přemístování**
 - **Srážka je udělována rozhodčí PROVEDENÍ (E):** 0.30 b. za nedostatek různorodosti ve využití plochy, úrovní, směrů/trajektorií pohybů těla/náčiní a způsobů přemístování

2.3. Srážky za provedení (chyby Artistiky a technické chyby)

Srážky	0.10	0.30	0.50 a více
Chyby Artistiky			
Jednota kompozice	Přerušení logické návaznosti mezi pohyby (0.10 b. pokaždé)	Neopodstatněná nebo extrémní počáteční, nebo závěrečná póza.	Absence jednotnosti mezi přechody a v plynulosti během části sestavy
	Nedostatek rozmanitosti v pohybu těla a náčiní během sestavy (taneční kroky, kombinace, spolupráce/kolaborace, spojovací prvky atd.)		Absence jednotnosti mezi přechody a v plynulosti během CELÉ sestavy (1.00 b.). Celá sestava je pouze sérií nepropojených pohybů.
Hudba – pohyb	Absence harmonie mezi rytmem a charakterem hudby a pohybů (isolovaný výskyt) (0.10 pokaždé)		Absence harmonie mezi rytmem a charakterem hudby a pohybů během části sestavy.
			Absence harmonie mezi rytmem a charakterem hudby a pohybů během celé sestavy (zcela chybí rytmus a charakter) – 1.00 b.
Výraz těla	Izolované pohyby segmentů těla	Absence výrazu těla a tváře po většinu sestavy	Totální absence pohybů těla (pohyby segmentů těla) a výrazu tváře
		Nedostatek rozmanitosti v rychlosti a intenzitě během celé sestavy (dynamika)	
Využití prostoru (různorodost)		Nedostatek různorodosti ve využití plochy, úrovní, směrů/trajektorií pohybů těla/náčiní a způsobů přemísťování	

Jednota kompozice

Srážka za Přerušení logické návaznosti lze udělit pokaždé 0,1, ale do celkové hodnoty 0,4. Jelikož 5 x 0,1 je již následující srážka Absence jednotnosti mezi přechody a v plynulosti během části sestavy za 0,5, a dále více srážek než 5 (0,6 a více) je Absence jednotnosti mezi přechody a v plynulosti během CELÉ sestavy (1.00 b.). Celá sestava je pouze sérií nepropojených pohybů. Lze udělit srážky 0,1 – 0,4, 0,5 nebo 1,00.

Hudba – pohyb

Platí stejný princip jako srážek jednota kompozice.

Lístičky na rozhodování soutěží KPMG a ZPMG

ČSMG

KP povinná sestava

Start. číslo _____ Jméno _____

SRÁŽKY:

Provedení Technické chyby	Odchyly od popisu	Nesoulad s hudbou

VÝLEDNÁ ZNÁMKA
10 – SRÁŽKY

Podpis rozhodčí

Rozhodčí číslo
1 2 3 4

ČSMG

KP volná sestava

Start. číslo _____ Jméno _____

Povinné prvky	Provedení – 7 bodů	
3 body	Technické chyby - srážky	Artistické chyby - srážky
Celková známka za provedení		

VÝLEDNÁ ZNÁMKA

Součet známky za povinné prvky a za provedení

Podpis rozhodčí

Rozhodčí číslo

1 2 3 4

ČSMG

ZP

Start. číslo _____ Jméno _____

SRÁŽKY:

Provedení Technické chyby	Odchyly od popisu	Nesoulad s hudbou

VÝLEDNÁ ZNÁMKA
10 – SRÁŽKY

Podpis rozhodčí

Rozhodčí číslo
1 2 3 4

Dílčí známky, které tvoří výslednou známku, vycházejí z výše uvedených požadavků a jsou především kontrolním mechanismem pro případný rozchod středních (krajních) známek.

V kompetenci KVG jsou náplně sestav KPMG, ZPMG a společných skladeb linie B s náčiním. V kompetenci TMK jsou náplně sestav dvojic a trojic a společných skladeb bez náčiní (spolu s VP a společnými skladbami linie A).

Náplně všech sestav byly odsouhlaseny na řádném předsednictvu ČSMG.