

Příloha A4

Uznávání prvků

1 Pohybová skladba

1.1 Obecně

- a) Všechny prvky obtížnosti musí splňovat požadavky stanovené v Příloze A1.
- b) Pro zachování plné hodnoty obtížnosti musí být prvek předveden technicky správně.
- c) Vybrané prvky obtížnosti musí být předvedeny všemi gymnasty ve stejný čas podle choreografie. Jestliže se například jeden gymnasta opozdí a předvede prvek později než zbytek týmu, bude hodnota prvku týmu stále započítána, protože choreograficky bylo myšleno předvést prvek ve stejný čas.
- d) Celý tým musí předvést přesně stejný prvek obtížnosti se stejným kódem a stejnou variantu (A/B/C). Prvky se stejným kódem smí být započítány pouze jednou, dokonce i tehdy, pokud jsou předváděny v různé variantě. Např. pokud tým předvádí J806A a J806B, prvek smí být započítán pouze jedenkrát.
- e) V prvcích obtížnosti je povoleno zrcadlení. To znamená, že každý gymnasta si může vybrat např. na které noze předvede prvek.
- f) V prvcích flexibility (např. úhel v roznožení nebo úhel v bocích/kolenou ve skocích/rovnovážných prvcích) je obecně dána tolerance 15° pro roznožení a úhel v bocích/kolenou. Větší flexibilita nebo menší úhel v bocích/kolenou neovlivní hodnotu obtížnosti.
- g) Jestliže tým nepředvede prvek v souladu s technickými požadavky, je hodnota obtížnosti krácena následujícím způsobem:
 - Jestliže 1-2 gymnasté nepředvedou prvek v souladu s požadavky na obtížnost, je hodnota prvku snížena na polovinu (tým bude ohodnocen 50% původní hodnoty prvku).
 - Jestliže tři a více gymnastů nepředvedou prvek v souladu s požadavky na obtížnost, je hodnota obtížnosti prvku nula **pro tým**.
 - Jestliže se jeden nebo více gymnastů vůbec nepokusí prvek předvést, je hodnota obtížnosti prvku nula **pro tým**.
- h) Před jakýmkoliv prvkem obtížnosti není povoleno předvést více jak tři kroky (chůze nebo běh). **Jestliže jeden nebo dva gymnasté udělají příliš mnoho kroků před prvkem, bude hodnota prvku snížena na polovinu.** Jestliže tři a více gymnastů předvede například 4 kroky před skokem, nebude týmu hodnota obtížnosti daného prvku uznána.
- i) Všechny prvky, které si tým přeje započítat do známky D, musí být označeny ve formuláři. Rozhodčí pouze kontrolují, zda prvky, zapsané ve formuláři, jsou předvedeny správně či nikoli.

UEG TeamGym pravidla 2017 - 2021

1.2 Označování prvků

- a) První písmeno označuje kategorii prvků:
 - DB= Dynamické rovnovážné prvky
 - SB= Rovnovážné prvky ve stoji na jedné noze
 - HB= Rovnovážné prvky s oporou rukou
 - J= Skoky/poskoky/výskoky
 - A= Akrobatické prvky
- b) První číslo uvádí hodnotu prvku (např. číslo 4 = hodnota obtížnosti 0.4).
- c) Poslední dvě čísla uvádí číslo řady v tabulce obtížnosti.
- d) Například: Shushunova je označena jako J605, což znamená, že Shushunova je skok/poskok/výskok (J), hodnota obtížnosti prvku je 0,6 a číslo řádku v tabulce přílohy A1 - Skoky je 05.

1.3 Obtížnostní požadavky

1.3.1 Rovnovážné prvky

1.3.1.1 Dynamické rovnovážné prvky (DB)

Piruety

- a) Pirueta je obrat předvedený na jedné noze. Musí být předvedena čistě na jedné noze. Obrat musí být předveden bez poskoků, avšak lehký poskok k udržení rovnováhy během piruety je povolen.
- b) Dokončení rotace je měřeno podle pozice boků, kdy je obecně povolena tolerance 45° pro nedotočení/přetočení rotace.
- c) Pirueta začíná, jakmile se volná noha a pata zvedne ze země, a je dokončena, když nastane jedna z následujících situací:
 - rotace je dokončena, nebo
 - pata stejné nohy se dotkne země, nebo
 - volná noha se dotkne země
- d) Pozice těla musí být správná. Musí být splněn požadavek na polohu volné nohy (tolerance 15°) a volná noha musí být držena ve správné poloze nejméně ¼ rotace.

Všichni gymnasté musí začít obrat čelem ve stejném směru, v souladu s choreografií. Není vyžadováno předvádět piruetu na stejné noze.

Silové prvky

- a) Musí být předveden kontrolovaný, plynulý pohyb vedený silou. Pohyb musí být předveden použitím svalové síly, ne pomocí gravitace (ne příliš rychlý pohyb dolů). Není povolena pauza ≥ 3 sekundy. Není povolen pád nebo více než jeden krok. Např. přechod ze stoje na rukou do přednosu roznožmo musí být pomalejší než pohyb vzniklý jen působením gravitace na gymnastu.

UEG TeamGym pravidla 2017 - 2021

- b) Počáteční i konečná pozice musí být jasně daná, ale nemusí být udržena po dobu dvou sekund. Všichni gymnasté předvedou stejný silový prvek s pažemi i nohama ve stejné poloze.
- c) Poloha těla musí být v souladu s definicí daného prvku, **např. napjaté paže a nohy snožmo, pokud je požadováno.**
- d) **V následujících prvcích není povoleno přenášet váhu na nohy: tahem do stoje na rukou (špicar) (DB1406, DB 1407, DB 1608), ze stoje na rukou do přednosu roznožmo nebo snožmo (DBX11), kola (DBC12) a ruská kola (DB1013).**
- e) **V silových prvcích ve stoji na rukou jako počáteční nebo konečné poloze musí být nohy napjaté a snožmo, napjaté paže a úhel v bocích 180°.**

1.3.1.2 Rovnovážné prvky ve stoji na jedné noze (SB)

- a) Při předvádění rovnovážných prvků ve stoji na jedné noze musí být rozpoznatelná poloha těla. Celé tělo musí být ve statické poloze nejméně po dvě sekundy bez přidání choreografických pohybů. Jestliže se tělo nebo část těla jako paže lehce pohybují, ale volná noha je v předepsané pozici a stojná noha se nehýbe, je hodnota obtížnosti udělena.
- b) Stojná noha musí být napjatá (tolerance 15°).
- c) **Poloha těla musí být v souladu s definicí prvku, např. vzpřímený trup, trup ve vodorovné poloze, tělo je rovné, napjaté nohy a stoj ve výponu, je-li to požadováno.**

1.3.1.3 Rovnovážné prvky s oporou rukou (HB)

- a) V rovnovážných prvcích s oporou rukou musí být tělo ve statické poloze nejméně dvě sekundy.

Jl, Jll, Sen B U prvku HB401 není výdrž 2 s vyžadována.

- b) Podložky se mohou dotýkat jen ruce (vyjma stoje na hlavě HB201, stoje na předloktí HB801 a mostu HBX06).
- c) **Poloha musí být rozeznatelná, bez dalších pohybů. Musí být splněn požadavek na úhel v bocích a na roznožení (tolerance 15°).**
- d) V případě, že se tělo nebo část těla jako např. nohy lehce pohybují, ale paže se nehýbou, je hodnota obtížnosti udělena.
- e) Ve vzhledu není povoleno opírání se o paže, jestliže jsou nohy zvednuty nad horizontální polohu.
- f) Ve stoji na rukou HB1001 musí být nohy v úrovni boků nebo výše.

1.3.2 Skoky (J)

- a) Předepsaná pozice těla musí být předvedena ve vzduchu. **Např. napjaté paže, nohy, přímý úhel v ramenou a správná poloha těla.** Poloha v průběhu výskoku, obratu a dopadu musí být v souladu s definicí prvku. Jestliže není uvedeno jinak, je umístění obratu volitelné, ale všichni gymnasté musí předvádět stejnou variantu.
- b) **Musí být splněny požadavky na roznožení, úhel boků (tolerance 15°) a rotaci (tolerance 45° pro nedotočení/přetočení rotace).**

UEG TeamGym pravidla 2017 - 2021

- c) Celý tým musí předvést stejný skok s pažemi i nohama ve stejné poloze. Pokud není uvedeno jinak, **poloha** paží je pro tým volitelná.
- d) **Při skocích do vzporu ležmo musí být tělo před dopadem ve vodorovné poloze. Vodorovná poloha znamená, že ramena, boky a kotníky jsou na stejné úrovni.**

1.3.3 Akrobatické prvky (A)

Akrobatické prvky musí splňovat normy **Teamgymu**.

1.3.4 Kombinace (C)

- a) Hodnota obtížnosti kombinace bude stanovena z přímého napojení mezi následujícími prvky obtížnosti:
 - Skok/výskok/poskok + skok/výskok /poskok
 - Skok/výskok/poskok + **pirueta nebo** rovnovážný prvek **ve stoji na jedné noze**
 - Skok/výskok/poskok + akrobatický prveknebo v opačném pořadí.
- b) Prvky použité do kombinace musí být z oněch devíti prvků, které byly vybrány jako prvky obtížnosti. **Oba prvky musí předvést všichni gymnasté nebo se o předvedení prvků musí alespoň pokusit.**

Jl Prvky do kombinace musí být z oněch sedmi prvků, které byly vybrány jako prvky obtížnosti.
--

- c) Přímé napojení prvků:
 - obě chodidla se mohou dotknout podlahy pouze jednou
 - není dovolena pauza na přípravu k odrazu do druhého prvku. Po dokončení prvního prvku by neměly být žádné pauzy. Jakmile se obě chodidla dotknou podlahy, gymnasta již musí být připraven na provedení druhého prvku.
 - bez značných ztrát rovnováhy mezi prvky, **žádné kroky nebo poskoky navíc v kombinaci prvků**
- d) Výpočet hodnoty obtížnosti pro kombinaci dvou prvků je:
(hodnota prvního prvku + hodnota druhého prvku) / 2.
- e) Jednotlivé hodnoty **prvků uděluje panel rozhodčích.**
- f) Tým smí vyznačit pouze jednu kombinaci ve formuláři obtížnosti.

1.3.5 Prvek flexibility

- a) Gymnasté v týmu si mohou individuálně zvolit prvek flexibility, který musí být předveden ve stejný čas podle choreografie. Každý gymnasta si může zvolit z následujících prvků:
 - bočný rozštěp (provaz - volitelně na pravou či levou nohu), tolerance v roznožení je 15°
 - čelný rozštěp, tolerance v roznožení je 15°

UEG TeamGym pravidla 2017 - 2021

- sed roznožný, předklon (placka), roznožení musí být alespoň 90°, (tolerance 15°), trup v předklonu **se celý dotýká země**
 - sed snožný, předklon, hrudník **se musí dotýkat napjatých nohou**
- b) Je třeba, aby poloha v prvcích flexibility byla předvedena jasně, avšak výdrž v ní není nutná.
- c) Jestliže tým nesplní výše uvedené požadavky na prvek flexibility, je hodnota kompozice ponížena následujícím způsobem:
- pokud 1-2 gymnasté nepředvedou prvek flexibility podle požadavků, kompoziční hodnota prvku je 0,5 **pro celý tým**
 - pokud 3 a více gymnastů nepředvede správně prvek flexibility, kompoziční hodnota prvku flexibility je nula **pro celý tým**

UEG TeamGym pravidla 2017 - 2021

2 Akrobacie a trampolína

2.1 Uznávání prvků

2.1.1 Požadované polohy těla v saltech

Gymnasté mohou rotovat v poloze skrčmo/pokrčmo, schylmo nebo toporně (v souladu s definicemi níže)

Ve dvojných nebo trojných saltech s více než jedním obratem (180°), může být poloha skrčmo mírně změněna (otevřena) a označena jako poloha pokrčmo. Z hlediska obtížnosti je poloha pokrčmo považována za skrčmo.

Odrazovou fází pro salta vpřed je prvních 135° rotace od vertikály.

Odrazovou fází pro salta vzad je prvních 90° rotace od vertikály.

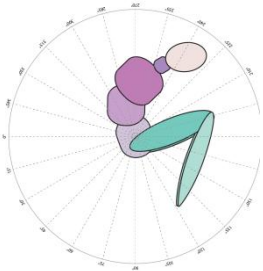
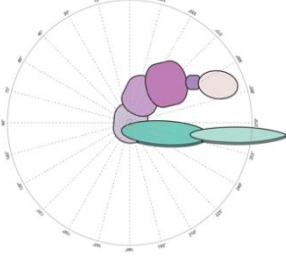
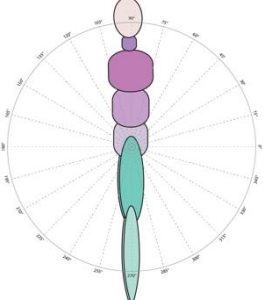
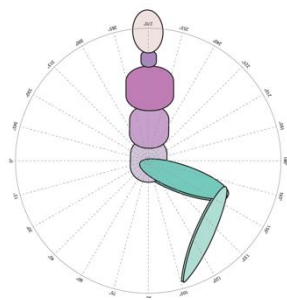
Příprava pro doskok pro salta toporně je posledních 90° rotace.

Mezi odrazovou fází a přípravou pro doskok je "letová fáze".

Hodnotu prvku definuje nejnižší hodnota polohy těla gymnasty během letové fáze.

Salto toporně musí být předvedeno po celou dobu letové fáze.

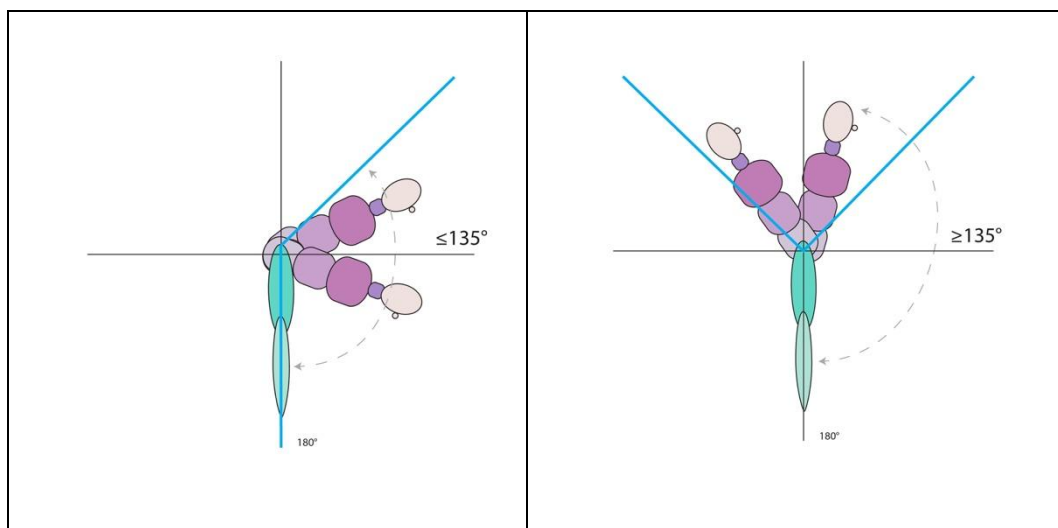
Salto skrčmo a schylmo musí být předvedeno někdy během letové fáze.

Poloha skrčmo	Poloha schylmo	Poloha toporně	Poloha pokrčmo
			
<p>V poloze skrčmo jsou kolena a boky ohnuty a přitaženy k hrudníku</p> <p>Úhel menší nebo roven 135° v bocích a kolenou je ještě přijatelný pro polohu skrčmo</p>	<p>V poloze schylmo je tělo ohnuté v bocích s napnutými nohama.</p> <p>Úhel menší nebo roven 135°* v bocích je přijatelný pro polohu schylmo.</p> <p>Je možné lehké pokrčení v kolenou (30°)</p>	<p>Poloha toporně je přesně úhel 180° v bocích i kolenou.</p> <p>Úhel větší nebo roven 135°* v bocích je přijatelný pro polohu toporně.</p>	<p>Poloha pokrčmo má typicky úhel 120° v bocích a 90°-120° v kolenou. Je to modifikace polohy skrčmo pro obraty ve vícenásobných saltech.</p> <p>Poloha pokrčmo je považována za skrčmo.</p>

UEG TeamGym pravidla 2017 - 2021

* Poloha těla s úhlem přesně 135° je počítána ve prospěch týmu, s příslušnými srážkami za kompozici a obtížnost. Hodnoty pro polohu těla jsou uděleny pouze tehdy, jestliže gymnasté jasně předvedou polohu těla v každém saltu. Srážky z provedení viz Příloha A5.

Všechny polohy těla, kde jsou **kolena** pokrčena $\leq 90^\circ$, jsou považovány za skrčmo.



Rozeznání polohy schylmo (vlevo) oproti poloze toporně (vpravo). Obrázek ukazuje úhel v bocích. Modrá čára ukazuje úhel 135° mezi nohama a trupem.

2.1.2 Požadavky na obraty

- Poloha těla v jakémkoli předvedeném saltu s více než jedním obratem (180°) bude posuzována buď jako skrčmo (pokrčmo) nebo toporně, ale nikdy ne jako schylmo.
- Přídavné hodnoty za obraty budou uděleny, pokud rotace bude dokončena méně než 45° od požadované polohy. Pokud bude rotace nedotočena o více než 45° od požadované polohy, bude počet obrátů snížen. Měřítkem pro uznání počtu obrátů je poloha boků. Jakékoliv odchylky od požadované rotace v obracech budou sráženy E panelem.
- U dvojných a trojných salt s méně než 3 **vruty 360°** je v týmové sérii vyžadován stejný počet obrátů v každém saltu u každého gymnasty. **Tolerance pro členění obrátů je 90° .**
- Tsukahara bez obratu v saltu nesplňuje požadavek na obraty.

2.1.3 Dvojná a trojná salta

Na trampolíně jsou dvojná a trojná salta počítána od odrazu z trampolíny po dopad na doskovou plochu. To znamená, že Tsukahara i přemet vpřed salto jsou považovány za dvojná salta, a dvojná Tsukahara i přemet vpřed s dvojným saltem jsou považovány za trojná salta.

UEG TeamGym pravidla 2017 - 2021

2.1.4 Salto vzad prohnuté (tempo salto)

Salto vzad prohnuté na akrobacii je definováno jako jednoduché salto vzad s prohnutou polohou těla, předvedené ve výši ramen nebo níže. **Pokud je prvek předveden výše než ve výšce ramen a bez prohnuté polohy těla, je považován za salto toporně.**

2.1.5 Jiné prvky než salta

Prvky rondát, přemet vpřed, flik vpřed a flik vzad musí být provedeny kontaktem z rukou na chodidla. Limitem je lehký dotek alespoň z jedné ruky a jednoho chodidla.

2.1.6 Tsukahara 360° a Kasamatsu

Tsukahara (TSU) 360° **skrčmo nebo toporně** a Kasamatsu (KAS) **skrčmo nebo toporně** jsou rozhodovány jako stejný prvek. To platí i pro TSU 720° a KAS 360°.

2.1.7 Uznávání různých prvků

- a) Prvky založené na stejném základním prvku mohou být považovány za různé, jestliže je gymnasta předvádí s různou polohou těla a s jiným počtem obrátů. To znamená, že u dvojných či trojných salt jsou prvky různé, jestliže gymnasta změní polohu těla dokonce jen v jednom saltu; hodnota obtížnosti zůstává stejná.
- b) Dvojně salto schylmo s obratem nebo dvojně salto s polohou toporně v prvním saltu a s polohou schylmo ve druhém saltu s obratem, jsou z hlediska kompozice dva různé prvky. Nicméně oba prvky mají stejnou hodnotu obtížnosti.
- c) Ve dvojných a trojných saltech počet obrátů v jednotlivém saltu znamená různé prvky. Např. dvojně salto s obratem 360° v prvním saltu a obratem 180° ve druhém saltu je jiný prvek než dvojně salto s obratem 180° v prvním saltu a obratem 360° ve druhém saltu.
- d) Pokud jsou převáděna dvojná nebo trojná salta **se třemi nebo více vruty 360°, přesné umístění obrátů v jednotlivých saltech není posuzováno.** Dvojně salto toporně s **obratem 540°** v prvním saltu a **obratem 720°** v druhém saltu je stejný prvek jako dvojně salto toporně s **obratem 720°** v prvním saltu a **obratem 540°** v druhém saltu.