

**УТВЕРЖДЕНЫ**  
приказом Министерства спорта  
Российской Федерации  
от «4» февраля 2026 г. № 70

## **ПРАВИЛА ВИДА СПОРТА «СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА»**

### **I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Настоящие правила вида спорта «спортивная гимнастика» (далее – Правила) разработаны общероссийской спортивной федерацией по виду спорта «спортивная гимнастика», с учетом правил, разработанных международной спортивной организацией по виду спорта «спортивная гимнастика».

Правила являются обязательными при проведении официальных спортивных соревнований по виду спорта «спортивная гимнастика», включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий, календарные планы физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъектов Российской Федерации, муниципальных образований (далее – спортивные соревнования), на территории Российской Федерации.

Все участники спортивных соревнований обязаны в своих действиях руководствоваться Правилами.

#### **1. Термины и их определения:**

В/Ж – верхняя жердь;

ВАДА – Всемирное антидопинговое агентство;

ВРВС – всероссийский реестр видов спорта;

гор уп – горизонтальный упор;

груп – группировка;

ГСК – главная судейская коллегия;

ЕКП – Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий;

КМС – спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»;

мин – минут

МС – спортивное звание «мастер спорта России»;

МСМК – спортивное звание «мастер спорта России международного класса»;

Н/Ж – нижняя жердь;

пов – поворот;

прогн – прогнувшись;

РАА «РУСАДА» – Российское антидопинговое агентство;

РСФ – региональная спортивная федерация;

сек – секунд;

согн – согнувшись;

ст на рр – стойка на руках;

УМО – углубленный медицинский осмотр;

ФГР – общероссийская спортивная федерация по виду спорта «спортивная гимнастика»;

IRM – недействительный результат;

DNS – не начал выступление;

DNF – не завершил выступление;

DSA – прямой «стойкли А»

DSB – прямой «стойкли В»;

DSQ – дисквалификация за нарушение Правил;

DQB – дисквалификация за серьезное неспортивное поведение;

DV – трудность;

CV – стоимость соединения;

CR – требования к композиции;

SB – надбавка за соединение.

## **2. Перечень спортивных дисциплин в соответствии с ВРВС**

Спортивные соревнования проводятся по спортивным дисциплинам, включенным в ВРВС:

командные соревнования;

многоборье;

вольные упражнения;

конь;

кольца;

опорный прыжок;

параллельные брусья;

перекладина;

разновысокие брусья;

бревно.

Спортивные дисциплины: «командные соревнования» и «многоборье», включают в себя выступления спортсменов мужского и женского пола на гимнастических видах: вольные упражнения, опорный прыжок, а также выступление спортсменов мужского пола на коне, кольцах, параллельных брусьях,

перекладине, спортсменов женского пола на разновысоких брусьях и бревне.

### **3. Характер проведения спортивных соревнований**

3.1. По характеру спортивные соревнования делятся на:

- а) личные, когда результаты засчитываются каждому участнику отдельно;
- б) командные, когда результаты отдельных участников засчитываются команде.

Характер спортивных соревнований определяется положением о спортивных соревнованиях.

3.2. Система проведения спортивных соревнований.

Спортивные соревнования проводятся по олимпийской системе, когда спортсмены выбывают после поражения.

### **4. Санкции, применяемые к спортсменам, спортивным судьям, тренерам, руководителям спортивных команд и другим участникам соревнований за противоправное влияние на результаты спортивных соревнований**

4.1. Организаторам, участникам спортивных соревнований и зрителям запрещено оказывать противоправное влияние на результаты спортивных соревнований.

Запрещается участвовать в азартных играх в букмекерских конторах и тотализаторах путем заключения пари на официальные спортивные соревнования в соответствии с требованиями, установленными пунктом 3 части 4 статьи 26.2 Федерального закона от 04.12.2007 № 329 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

4.2. В случае нарушения спортсмены, спортивные судьи, тренеры и руководители команд дисквалифицируются со спортивных соревнований. Спортсмены, тренеры, спортивные судьи или иные лица, в отношении которых была применена дисквалификация, не имеют право во время срока дисквалификации участвовать в спортивных соревнованиях.

### **5. Антидопинговые обеспечения**

5.1. Все вопросы, касающиеся борьбы с применением допинга в спортивной гимнастике, регламентируются антидопинговой стратегией ФГР и процедурами, базирующимися на основных принципах всемирного антидопингового кодекса, разработанного ВАДА, и разработанных в соответствии с ними Общероссийскими антидопинговыми правилами, а также на основании документов, выпускаемых РАА «РУСАДА».

5.2. Участники спортивных соревнований должны быть полностью осведомлены относительно процедурных правил и требований антидопингового

контроля, изложенных в документах, выпускаемых РАА «РУСАДА». Употребление любых запрещенных препаратов, которые могут повлиять на выступление спортсмена, при отсутствии разрешения на их терапевтическое использование, сознательно либо иначе, категорически запрещено, как и любое другое нарушение антидопинговых правил. Если подобные нарушения имели место, спортсмен или другое нарушившее лицо отстраняется от участия в спортивных соревнованиях, и это может привести к последующей дисквалификации.

5.3. В месте проведения спортивных соревнований должна быть закрытая для доступа посторонних лиц комната для проведения допинг-контроля, оборудованная согласно международному стандарту по тестированию и расследованиям. В комнате ожидания и вызова спортсменов на тестирование должны быть доступные закупоренные напитки (питьевая вода, минеральная вода, безалкогольные напитки, фруктовый сок). Никакая другая еда или напитки не должны быть доступны спортсменам на пункте допинг-контроля.

## II. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ

### 6. Половые и возрастные группы спортсменов

6.1. Возрастные группы участников спортивных соревнований представлены в таблице № 1.

Таблица № 1

Возрастные группы участников спортивных соревнований

№ п/п	Пол	Возраст
1.	Мужчины	18 лет и старше
2.	Юниоры	15-18 лет
3.	Юниоры	16-17 лет
4.	Юниоры	17-25 лет
5.	Юноши	13-14 лет
6.	Юноши	11-12 лет
7.	Мальчики	10 лет
8.	Мальчики	9 лет
9.	Мальчики	7-8 лет
10.	Женщины	16 лет и старше
11.	Юниорки	14-15 лет
12.	Юниорки	17-25 лет
13.	Девушки	12-13 лет
14.	Девушки	10-11 лет
15.	Девочки	9 лет
16.	Девочки	8 лет
17.	Девочки	6-7 лет

6.2. При достижении спортсменом возраста 18 лет в календарный год проведения спортивных соревнований, РСФ представляет заявление в комиссию по

допуску об участии такого спортсмена в спортивных соревнованиях, включенных в ЕКП, среди юниоров (15-18 лет) до дня начала первого спортивного соревнования. Участие такого спортсмена в спортивных соревнованиях среди мужчин не допускается. Спортсмен, достигший возраста 18 лет в календарный год проведения спортивных соревнований, принявший участие в спортивных соревнованиях, включенных в ЕКП, среди мужчин, к участию в спортивных соревнованиях среди юниоров (15-18 лет) не допускается.

6.3. Всероссийская Спартакиада между субъектами Российской Федерации с ограничением верхней границы возраста проводится среди юниоров (15-18 лет), юношей (13-14 лет), юношей (11-12 лет), юниорок (14-15 лет), девушек (12-13 лет), девушек (10-11 лет).

6.4. Всероссийские соревнования среди студентов, включенные в ЕКП, проводятся в возрастных группах: юниоры (17-25 лет), юниорки (17-25 лет).

6.5. Для участия в спортивных соревнованиях, спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения спортивных соревнований.

## **7. Общие принципы допуска спортсменов к спортивным соревнованиям**

7.1. Условия допуска спортсменов к спортивным соревнованиям, а также перечень предоставляемых организатору документов устанавливается положением (регламентом) о спортивных соревнованиях.

В зависимости от требований положения (регламента) о спортивных соревнованиях допуск спортсменов может быть ограничен возрастом, уровнем спортивной квалификации и другими критериями. К участию в спортивных соревнованиях спортсмены допускаются решением комиссии по допуску.

7.2. Спортсмены должны быть официально заявлены для участия в спортивном соревновании на основании предварительной и окончательной заявок в соответствии с положением (регламентом) о спортивных соревнованиях.

7.3. Лица, не достигшие возраста, указанного как минимальный возраст спортсмена для участия в спортивных соревнованиях, к участию в спортивных соревнованиях не допускаются.

7.4. Лица, в отношении которых применена и действует спортивная санкция в виде дисквалификации, не допускаются к участию в спортивных соревнованиях.

7.5. Лицо, не предъявившее документ, удостоверяющий личность, либо документ, удостоверяющий возможность принимать участие в спортивных соревнованиях по медицинским показаниям, не допускается к участию в спортивных соревнованиях.

7.6. Основанием для допуска спортсмена к спортивным соревнованиям является заявка с медицинским заключением, с отметкой «Допущен» напротив каждой фамилии спортсмена, заверенная подписью врача.

Для допуска спортсменов на спортивные соревнования, включенные в ЕКП, заявка заверяется подписью врача по спортивной медицине и его личной печатью либо уполномоченным представителем медицинской организации, имеющей сведения о прохождении УМО спортсменом, с расшифровкой фамилии, имени, отчества (при наличии) и заверяется печатью медицинской организации, имеющей лицензию на осуществление медицинской деятельности, предусматривающей работы (услуги) по лечебной физкультуре и спортивной медицине.

**8. Ограничения на участие в спортивных соревнованиях, в том числе по полу, возрасту, квалификации, с учетом требований, установленных международными правилами, а также федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика»**

8.1. Минимальный возраст допуска спортсменов к спортивным соревнованиям по соответствующей классификационной программе представлен в таблице № 2.

Таблица № 2

Минимальный возраст допуска спортсменов к спортивным соревнованиям

Классификационная программа	Возраст	
	Спортсмены женского пола	Спортсмены мужского пола
Третий юношеский спортивный разряд (обязательная программа)	6 лет	7 лет
Второй юношеский спортивный разряд (обязательная программа)		
Первый юношеский спортивный разряд (обязательная программа)	8 лет	9 лет
Третий спортивный разряд (обязательная программа)		
Второй спортивный разряд (обязательная программа+ произвольная программа)	10 лет	11 лет
Первый спортивный разряд (обязательная программа+ произвольная программа)	12 лет	13 лет
КМС (произвольная программа)	14 лет	15 лет
МС (произвольная программа)	15 лет	17 лет

8.2. Спортсмены имеют право выступать по классификационной программе, соответствующей присвоенному спортивному разряду или спортивному званию либо на один спортивный разряд выше или на один спортивный разряд ниже.

8.3. К участию в спортивных соревнованиях статусом не выше других официальных спортивных соревнований субъекта Российской Федерации, допускаются спортсмены, в том числе, не имеющие спортивного разряда.

**9. Права и обязанности спортсменов, тренеров, представителей**

## **спортивных сборных команд на спортивных соревнованиях**

### 9.1. Права и обязанности спортсменов.

#### 9.1.1. Спортсмены имеют право:

9.1.1.1. Обращаться к судьям бригады D через тренера, а в ГСК – через представителя команды.

9.1.1.2. Быть оцененным корректно, честно и в соответствии с Правилами.

9.1.1.3. Получить в письменном виде трудность нового прыжка или элемента, который был подан заблаговременно перед началом спортивных соревнований.

9.1.1.4. Иметь возможность увидеть опубликованную оценку за упражнение сразу же после своего выступления или в соответствии со специфическими правилами спортивных соревнований.

9.1.1.5. Получить через представителя делегации полные результаты, отображающие все его оценки, полученные на спортивном соревновании.

9.1.1.6. Полностью повторить целое упражнение, если оно было прервано по независящей от него причине с разрешения главного судьи;

9.1.1.7. Полностью повторить упражнение (только на кольцах, перекладине и разновысоких брусьях) без сбавки, последним в своей ротации с разрешения судьи бригады D, в случае если спортсмен продемонстрирует значительно разорванную накладку что повлекло падение или прерывание упражнения.

9.1.1.8. Использовать паузу после падения со снаряда.

9.1.1.9. На присутствие одного страхующего при выполнении упражнений на разновысоких брусьях, кольцах и перекладине.

9.1.1.10. На совет со своим тренером во время паузы после падения или между первым и вторым прыжками.

9.1.1.11. Попросить разрешение поднять высоту перекладины и разновысоких брусьев в соответствии с ростом.

9.1.1.12. Использовать дополнительный мягкий мат толщиной в 10 см над основным матом для приземления (20 см) на разновысоких брусьях, бревне, кольцах, перекладине, опорном прыжке.

9.1.1.13. Пользоваться магниезией на разновысоких брусьях, делать маленькие отметки магниезией на бревне.

9.1.1.14. Покинуть зал спортивных соревнований по личным причинам, что не должно быть безосновательно отклонено главным судьей или заместителем главного судьи. Спортивные соревнования не могут быть задержаны из-за отсутствия вышедшего спортсмена.

#### 9.1.2. Спортсмены обязаны:

9.1.2.1. Строго соблюдать нормы поведения и этики спортсмена, как на местах проведения спортивных соревнований, так и вне их.

9.1.2.2. Знать Правила и положение (регламент) о спортивных соревнованиях

и неуклонно их выполнять.

9.1.2.3. Быть вежливыми и выдержанными по отношению к участникам спортивных соревнований и зрителям.

9.1.2.4. Выступать на спортивных соревнованиях в разрешенной спортивной форме.

9.1.2.5. В случае предоставления организаторами спортивных соревнований индивидуальных стартовых номеров, спортсмены обязаны прикрепить его к соревновательной форме: гимнастической майке или купальнику.

Спортсмен женского пола может снять номер с купальника на время исполнения упражнения на бревне или вольных упражнений (пов. на спине) по письменной просьбе, с разрешения главного судьи или заместителя главного судьи. В таком случае она должна показать номер судье D1 бригады D перед началом упражнения.

9.1.2.6. Путем поднятия одной или двух рук заявить о готовности начать упражнение, таким же образом просигнализировать об окончании упражнения.

9.1.2.7. Начать упражнение в течение 30 сек после включения зеленого света или другого сигнала, исходящего от судьи D1 бригады D (на всех гимнастических видах).

9.1.2.8. Возобновить упражнение за 30 сек после падения на коне, кольцах, параллельных и разновысоких брусьях, перекладине и 10 сек после падения на бревне (отсчет начинается после того, как спортсмен поднимается на ноги после падения). За это время спортсмен может восстановиться, нанести магнезию, посоветоваться с тренером и возобновить упражнение.

Если после падения со снаряда на спортивных соревнованиях спортсмен сознательно не поднимается на ноги (при этом отдыхает, поправляет накладку, получает магнезию от тренера, затягивает спортивные соревнования без причины), в этом случае может применяться сбавка 0.3 балла с окончательной оценки судьи D1, бригады D.

9.1.2.9. Покинуть подиум сразу же после окончания исполнения своего упражнения.

9.1.2.10. Не изменять высоту любого снаряда без особого разрешения.

9.1.2.11. Не разговаривать с работающими спортивными судьями во время спортивных соревнований.

9.1.2.12. Не задерживать спортивное соревнование, не оставаться на подиуме длительный период времени после окончания упражнения, не нарушая, таким образом, права других участников.

9.1.2.13. Вести себя дисциплинированно и сдержанно, не посягать на любые права участников спортивных соревнований путем маркировки ковра для вольных упражнений с помощью магнезии, нанесения повреждения любому снаряду или его

частей во время подготовки к выполнению упражнения или извлечению пружин из мостика, опрыскивание коня, стола для опорного прыжка, бревна водой или другими средствами. Эти нарушения будут рассматриваться как нарушения по подготовке снарядов, и к такому случаю будет применена сбавка в 0,5 балла.

9.1.2.14. Предупредить ГСК в случае необходимости покинуть соревновательный зал. График спортивных соревнований не может быть изменен в связи с отсутствием спортсмена.

9.1.2.15. Не двигать дополнительный мат для приземления во время выполнения упражнения.

9.1.2.16. Спортсмен обязан включать в свое упражнение только те элементы, которые он может выполнить достаточно уверенно, эстетично и технически правильно.

9.1.2.17. Быть готовым к спортивным соревнованиям за 15 мин до начала смены.

9.1.2.18. Участвовать в церемонии награждения.

9.1.3. Спортсмены могут быть сняты со спортивных соревнований главным судьей за недисциплинированность, нарушение норм поведения и в случае явной неподготовленности к спортивным соревнованиям.

9.2. Права и обязанности тренеров.

9.2.1. Тренер имеет право:

9.2.1.1. Помогать спортсмену или всем членам команды, за которую он отвечает, представлять в письменном виде заявления об изменении высоты снарядов, оценке новых элементов.

9.2.1.2. Помогать своему спортсмену или членам своей команды во время разминки на всех снарядах.

9.2.1.3. Помогать спортсмену или команде готовить снаряды для спортивных соревнований. Подготовка любого снаряда может быть осуществлена тренерами после завершения последнего упражнения текущей ротации и опубликования оценки последнего спортсмена.

9.2.1.4. На спортивных соревнованиях среди спортсменов мужского пола помогать спортсмену принять исходное положение на кольцах и перекладине, а также присутствовать на подиуме после зеленого сигнала, чтобы отодвинуть мост при выполнении упражнения на параллельных брусьях.

На спортивных соревнованиях среди спортсменов женского пола присутствовать на подиуме после зеленого сигнала, чтобы отодвинуть мост при выполнении упражнения на бревне и разновысоких брусьях.

9.2.1.5. На спортивных соревнованиях среди спортсменов мужского пола в целях безопасности присутствовать во время исполнения спортсменом упражнения на кольцах и перекладине.

9.2.1.6. На спортивных соревнованиях среди спортсменов женского пола в целях безопасности присутствовать во время исполнения спортсменом упражнения на разновысоких брусьях.

9.2.1.7. Помогать или давать советы упавшему со снаряда спортсмену во время 30 сек паузы и между выполнением двух прыжков.

9.2.1.8. Следить, чтобы оценка спортсмена была показана немедленно после выполнения упражнения или согласно регламенту данных спортивных соревнований.

9.2.1.9. Присутствовать на всех снарядах, чтобы помочь в случае травм или поломки снарядов.

9.2.1.10. Подавать протест ГСК относительно оценивания содержания упражнения спортсмена.

9.2.1.11. Обратиться к ГСК с просьбой о пересмотре сбавки по времени и линии, а также бонус за доскок.

9.2.2. Тренер обязан:

9.2.2.1. Знать Правила и выполнять их предписания.

9.2.2.2. Представлять порядок выступления спортсменов в команде и все другие необходимые сведения согласно Правилам или положения (регламента) о спортивных соревнованиях.

9.2.2.3. Не менять высоту снарядов и не добавлять, переставлять или вынимать пружины из мостика.

9.2.2.4. Не задерживать спортивные соревнования, не мешать обзору спортивным судьям или любым другим способом не превышать свои права и не покушаться на права других участников.

9.2.2.5. Во время выполнения упражнения не разговаривать со спортсменом и не помогать ему другим способом (специальными сигналами, криками, поддержкой и тому подобным).

9.2.2.6. Не вступать в активную дискуссию со спортивными судьями и (или) другими лицами вне соревновательной арены во время спортивных соревнований, кроме командного доктора, руководителя команды.

9.2.2.7. Не совершать никаких других недисциплинированных поступков.

9.2.3. Разрешенное количество тренеров на соревновательной арене в таблице № 3.

Таблица № 3

Количество тренеров на соревновательной арене

<b>Квалификация и финал в командных соревнованиях</b>
1 или 2 тренера
<b>Квалификация и финал многоборья, финалы в спортивных дисциплинах: вольные упражнения, конь, кольца, опорный прыжок, параллельные брусья,</b>

<b>перекладина, разновысокие брусья, бревно</b>	
Каждый спортсмен	1 тренер

### 9.3. Права и обязанности руководителя или представителя команды.

Организация, участвующая в спортивных соревнованиях, назначает руководителя команды или представителя. Руководитель или представитель команды имеет право обращаться в ГСК по вопросам проведения спортивных соревнований и подавать протесты по поводу оценки судей бригады D участника своей команды.

## **10. Условия страхования участников спортивных соревнований**

Участие в спортивных соревнованиях осуществляется только при наличии полиса страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников на каждого участника спортивных соревнований. Страхование участников спортивных соревнований может производиться как за счет бюджетных средств, так и внебюджетных средств, в соответствии с законодательством Российской Федерации и субъектов Российской Федерации.

## **11. Согласие на обработку персональных данных**

Обработка персональных данных участников спортивных соревнований осуществляется в соответствии с Федеральным законом от 27 июля 2006 года № 152-ФЗ «О персональных данных». Согласие на обработку персональных данных в обязательном порядке предоставляется в комиссию по допуску участников.

Рекомендуемый образец согласия на обработку персональных данных в приложении № 9.

## **III. ТРЕБОВАНИЯ, ПРЕДЪЯВЛЯЕМЫЕ К ОРГАНИЗАТОРАМ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ**

### **12. Права и обязанности организаторов спортивных соревнований по подготовке и проведению спортивных соревнований**

12.1. Организатор имеет право:

12.1.2. Определять условия проведения спортивных соревнований.

12.1.3. Разрабатывать и утверждать положение (регламент) о спортивных соревнованиях.

12.1.4. Назначать судейские коллегии для проведения спортивных соревнований.

12.1.5. Отказать в участии в спортивных соревнованиях спортсменам или

командам, не соответствующим требованиям положения (регламента) о спортивных соревнованиях.

12.1.6. Заключать договоры со спонсорами, партнерами, арендодателями.

12.1.7. Распоряжаться бюджетом спортивных соревнований.

12.1.8. Освещать мероприятие в СМИ, социальных сетях в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», официальных сайтах.

12.2. Организатор обязан:

12.2.1. При подготовке и проведении спортивных соревнований соблюдать требования нормативно-правовых актов, действующих на территории Российской Федерации.

12.2.2. Разработать, утвердить и опубликовать в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (при наличии возможности) или разослать заинтересованным организациям положение (регламент) о спортивных соревнованиях.

12.2.3. Подготовить зал, оборудование и вспомогательные помещения к проведению спортивных соревнований, обеспечить соответствие площадки для спортивных соревнований и технического оборудования.

12.2.4. Обеспечить контроль за состоянием гимнастического оборудования и мест проведения спортивных соревнований.

12.2.5. Утвердить судейскую коллегию.

12.2.6. Подготовить и утвердить программу и расписание спортивных соревнований.

12.2.7. Обеспечить безопасность мест проведения спортивных соревнований, наличие службы охраны общественного порядка.

12.2.8. Организовать врачебно-медицинское обслуживание и санитарно-гигиенический контроль в местах проведения спортивного соревнования, размещения и питания спортсменов.

12.2.9. Организовать (по необходимости) видеозапись выступлений спортсменов по согласованию с ГСК для разрешения возможных спорных вопросов с качеством, позволяющим провести анализ объективности оценки упражнений спортсменов.

### **13. Общие требования к формированию программы соревнований, разрабатываемой их организаторами**

13.1. При формировании программы спортивных соревнований необходимо учитывать:

- а) цели и задачи проведения спортивных соревнований;
- б) статус спортивных соревнований;
- в) условия проведения спортивных соревнований;
- г) возрастные группы участников спортивных соревнований;

- д) квалификацию спортивных судей;
- е) иные условия.

13.2. Спортивные соревнования среди спортсменов 18 лет и старше должны заканчиваться не позже 21 часа, все остальные спортивные соревнования не позже 20 часов. Между проведением спортивных соревнований по обязательной и произвольной программам рекомендуется однодневный перерыв.

13.3. Организация, проводящая спортивные соревнования, может создавать организационный комитет.

#### **IV. ТРЕБОВАНИЯ К МЕСТУ ПРОВЕДЕНИЯ СПОРТИВНОГО СОРЕВНОВАНИЯ**

##### **14. Технические и иные параметры места проведения спортивных соревнований**

14.1. Место проведения спортивных соревнований должно включать в себя:

- а) соревновательный и разминочный (при наличии) залы;
- б) помещения для переодевания спортсменов, тренеров, спортивных судей;
- в) комнаты для проведения совещаний представителей команд и спортивных судей;
- г) места для зрителей.

14.2. Для проведения спортивных соревнований, включенных в ЕКП, минимальный размер зала 42x24 м при условии проведения спортивных соревнований отдельно среди спортсменов мужского пола и женского пола.

Высота потолка должна составлять не менее 8 м от поверхности, на которой установлены гимнастические снаряды.

14.4. Зал должен быть оборудован комплектом гимнастических снарядов и зонами безопасного приземления. Гимнастические снаряды могут размещаться как на гимнастическом помосте, так и на полу.

##### **15. Требования к оборудованию места проведения спортивных соревнований, технические и метрологические характеристики спортивного и судейского оборудования**

15.1. Гимнастическое оборудование и инвентарь

15.1.1. Площадка для вольных упражнений.

Размер площадки 14x14 м, площадь 12x12 м окаймляется белой линией.

15.1.2. Конь.

Длина 160 см, ширина 35 см, высота (от пола) 115 см. Ручки расположены симметрично, расстояние между внутренними поверхностями ручек 40-45 см, высота ручек 12 см, диаметр ручки 3,4 см, высота обкладки (гимнастических матов)

10 см.

#### 15.1.3. Кольца.

Подвешиваются на тросах, заканчивающихся ремнями длиной 70 см и шириной 4 см, высота подвеса от пола 630 см, расстояние между кольцами 50 см, высота колец над полом 290 см, внутренний диаметр кольца 18 см, диаметр профиля 2,8 см.

#### 15.1.4. Опорный прыжок.

Прыжковый стол: длина прыжкового стола 120 см, ширина 95 см; высота для мужчин – 135 см, для женщин – 125 см, высота матов 20 см. Место для выполнения опорных прыжков должно иметь зоны: разбега (длина не менее 2500 см, ширина 100 см.), снаряда (120 см), приземления (длина 600 см, ширина 300 см).

Мостик для прыжков. Размеры: длина 120 см, ширина 60 см, высота 20 см.

#### 15.1.5. Параллельные брусья.

Длина жерди 350 см, профиль жердей овальный: вертикальная ось 5 см, горизонтальная ось 4 см, высота жердей над полом 200 см, расстояние между стойками в длину 230 см, в ширину 48 см, расстояние между внутренними поверхностями жердей 42-52 см, высота матов 20 см.

#### 15.1.6. Перекладина.

Длина 240 см, диаметр 2,8 см, высота от пола 280 см, длина матов для приземления 1200 см, ширина 300 см, высота матов для приземления 20 см.

#### 15.1.7. Разновысокие брусья.

Длина жердей 240 см, диаметр профиля 4 см, высота над полом: верхней жерди 255 см, нижней – 175 см, расстояние между внутренними поверхностями жердей 130-181 см, высота матов 20 см.

#### 15.1.8. Бревно.

Длина 500 см, ширина верхней и нижней поверхности 10 см, толщина горизонтальной оси 13 см, вертикальной оси 16 см, высота от пола 125 см, высота матов 20 см.

#### 15.1.9. Дополнительно используемые маты.

Спортсмены могут использовать дополнительный мягкий мат толщиной в 10 см над основным матом для приземления (20 см) на кольцах, опорном прыжке и перекладине, бревне, разновысоких брусьях.

15.1.10. Высота снаряда может быть изменена по письменному заявлению спортсмена или его представителя. Заявление предоставляется в ГСК не позднее чем за 24 часа до начала спортивных соревнований.

15.1.11. На спортивных соревнованиях могут устанавливаться иные параметры гимнастического оборудования согласно утвержденным ФГР обязательным программам и требованиям к произвольным программам, в зависимости от классификационной программы выступления спортсменов.

## 15.2. Судейское оборудование

Судейское оборудование должно обеспечивать точность, объективность и удобство судейства и включает в себя:

- а) рабочие бумажные протоколы, компьютеры или планшеты для внесения оценок в общий протокол спортивных соревнований;
- б) оборудование или инвентарь для показа оценок зрителям;
- в) секундомеры или электронные устройства для отсчета времени во время разминки, падения спортсмена или при выполнении спортсменами силовых элементов;
- г) флажки или электронные системы для фиксации заступов за ограничительные линии на вольных упражнениях или опорном прыжке;
- д) принтеры для распечатки рабочих протоколов (при необходимости) результатов спортивных соревнований.

## V. ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

### **16. Рекомендуемый образец заявки на участие в спортивных соревнованиях, а также требования к срокам ее подачи на спортивные соревнования различного статуса**

Организации, участвующие в спортивных соревнованиях, подают предварительную и окончательную заявки. Предварительная заявка подается в сроки, определенные положением (регламентом) о спортивных соревнованиях. Окончательная заявка подается в дни работы комиссии по допуску на спортивные соревнования. В окончательную заявку, согласно положению (регламенту) о спортивных соревнованиях, могут включаться запасные спортсмены (не более одного) и лица, сопровождающие команду.

В случае участия в спортивной дисциплине «командные соревнования» более одной команды от субъекта Российской Федерации или физкультурно-спортивной организации в комиссию по допуску предоставляется окончательная заявка на каждую команду отдельно.

Образцы предварительной и окончательной заявок в приложении № 7.

### **17. Размер и сроки внесения заявочного взноса для спортсменов, достигших 18 лет, и старше**

Участие в спортивных соревнованиях осуществляется без внесения заявочного (стартового) взноса.

### **18. Принципы формирования комиссии по допуску участников спортивных соревнований, ее состав и обязанности**

18.1. Комиссия по допуску участников спортивных соревнований формируется главным судьей из членов ГСК. В состав комиссии также могут входить представители (представитель) организатора спортивного соревнования и (или) проводящей организации, врач спортивных соревнований.

18.2. Обязанности комиссии:

18.2.1. Принимать заявки от спортсменов (или их тренеров) на участие в спортивных соревнованиях и регистрацию участников спортивных соревнований и официальных лиц;

18.2.2. Проверять документы, подтверждающие право участников и официальных лиц на участие в спортивных соревнованиях.

18.2.3. Выдавать аккредитации официальным лицам.

18.2.4. Оформлять протоколы регистрации участников, тренеров и спортивных судей.

18.3. Комиссия по допуску, после проверки всех представленных документов спортсменами и (или) их тренеров, принимает решение о допуске спортсменов для участия в спортивном соревновании. Решение комиссии по допуску оформляется протоколом.

18.4. Комиссия по допуску вправе отказать в участии в спортивном соревновании любому спортсмену, не имеющему права участия в спортивном соревновании в соответствии с настоящими Правилами, положением (регламентом) о спортивном соревновании, не предоставившему в полном объеме необходимые документы или предоставившему документы, не соответствующие установленным требованиям, а также по состоянию здоровья (по заключению врача) и дисквалифицированным спортсменам.

18.5. Ответственность за прибытие на спортивные соревнования спортсменов (команд), которые не были допущены к участию в спортивных соревнованиях комиссией по допуску участников по состоянию здоровья или в связи с отсутствием права участия в спортивных соревнованиях, в соответствии с положением (регламентом) о спортивном соревновании или при непредставлении полного пакета необходимых и правильно оформленных документов несут командирующие организации и (или) спортсмены и (или) их тренеры лично.

## **19. Содержание (описание процесса) спортивного соревнования, продолжительность соревновательного действия**

19.1. Спортивные соревнования могут включать в себя фазы: официальная тренировка, квалификация (отбор), финал в спортивной дисциплине «командные соревнования», финал в спортивной дисциплине «многоборье» и финалы в отдельных спортивных дисциплинах: вольные упражнения, конь, кольца, опорный прыжок, параллельные брусья, перекладина, разновысокие брусья, бревно.

Квалификация может быть для финала в спортивной дисциплине «командные соревнования», финала в спортивной дисциплине «многоборье» и для финалов спортивных дисциплин: вольные упражнения, конь, кольца, опорный прыжок, параллельные брусья, перекладина, разновысокие брусья, бревно.

19.2. Программа спортивных соревнований может состоять из выступлений спортсменов по обязательной или произвольной программе, или по обязательной и произвольной программе.

Спортсмены, выступающие на официальных спортивных соревнованиях:

а) по классификационной программе МС, КМС выполняют во всех фазах спортивных соревнований произвольную программу;

б) по классификационной программе «первый спортивный разряд», «второй спортивный разряд» в квалификации выполняют обязательную программу, в финале – произвольную программу;

в) по классификационным программам «третий спортивный разряд», первый, второй и третий юношеские спортивные разряды, во всех фазах спортивных соревнований выполняют обязательную программу.

Обязательные программы утверждаются ФГР.

19.3. Произвольные программы составляются с учетом требований к их содержанию, изложенных в Правилах.

19.4. Порядок выступления спортсменов и команд.

19.4.1. Для участия в спортивных соревнованиях спортсмены распределяются по командам или группам, сменам и потокам. Команды формируются согласно положению (регламенту) о спортивных соревнованиях.

Порядок выхода команд для участия в спортивной дисциплине «командные соревнования» определяется на совещании представителей жеребьевкой или по занятым местам на соответствующих прошлогодних спортивных соревнованиях. Порядок выступления спортсменов внутри команды на каждом виде определяет руководитель команды.

19.4.2. Стартовый порядок должен быть передан в секретариат спортивных соревнований для команд, соревнующихся в первый день квалификации не позже, чем за 24 часа до начала выступления первого потока в первый день квалификации, для команд, соревнующихся во второй день квалификации не позже, чем за 24 часа до начала выступления первого потока во второй день квалификации.

Если команда нарушила этот порядок, то он определяется для нее, исходя из стартовых номеров членов команды.

19.4.3. Стартовый порядок выступления спортсменов в квалификации в спортивной дисциплине «многоборье» определяется жеребьевкой. Спортсмены, стартовавшие первыми на виде, выступают на следующем гимнастическом виде последними.

19.4.4. Порядок выступления спортсменов в финале спортивной дисциплины «многоборье» определяется по результатам квалификации и указан в таблице № 4, № 4(1) для спортсменов мужского пола и таблице № 5 для спортсменов женского пола. В таблицах приведен порядок выступлений 24 спортсменов.

Таблица № 4

## Порядок выступления спортсменов мужского пола на четырех видах

№ п/п	Вольные упражнения	Конь	Кольца	Опорный прыжок	Параллельные брусья	Перекладина
						
1	5, 4, 3 2, 1, 6	11, 10, 9 8, 7, 12	17, 16, 15 14, 13, 18	23, 22, 21 20, 19, 24		
2		4,3,2,1,6,5	10,9,8,7,12,11	16, 15, 14 13, 18, 17	22, 21, 20 19, 24, 23	
3			3, 2, 1 6, 5, 4	9, 8, 7 12, 11, 10	15, 14, 13 18, 17, 16	21, 20, 19, 24, 23, 22
4	20, 19, 24, 23, 22, 21			2, 1, 6 5, 4, 3	8, 7, 12 11, 10, 9	14, 13, 18 17, 16, 15
5	13, 18, 17 16, 15, 14	19, 24, 23, 22, 21, 20			1, 6, 5 4, 3, 2	7, 12, 11 10, 9, 8
6	12, 11, 10 9, 8, 7	18, 17, 16 15, 14, 13	24, 23, 22 21, 20, 19			6, 5, 4 3, 2, 1

Таблица № 4(1)

## Порядок выступления спортсменов мужского пола на шести видах

№ п/п	Вольные упражнения	Конь	Кольца	Опорный прыжок	Параллельные брусья	Перекладина
						
1	1,4,3,2	5,8,7,6	9,12,11,10	13,16,15,14	17,20,19,18	21,24,23,22
2	24,23,22,21	4,3,2,1	8,7,6,5	12,11,10,9	16,15,14,13	20,19,18,17
3	19,18,17,20	23,22,21,24	3,2,1,4	7,6,5,8	11,10,9,12	15,14,13,16
4	14,13,16,15	18,17,20,19	22,21,24,23	2,1,4,3	6,5,8,7	10,9,12,11
5	9,12,11,10	13,16,15,14	17,20,19,18	21,24,23,22	1,4,3,2	5,8,7,6
6	8,7,6,5	12,11,10,9	16,15,14,13	20,19,18,17	24,23,22,21	4,3,2,1

Таблица № 5

## Порядок выступления спортсменов женского пола на четырех видах

№ п/п	Опорный прыжок	Разновысокие брусья	Бревно	Вольные упражнения
-------	----------------	---------------------	--------	--------------------

				
1	3,2,1,6,5,4	9, 8,7,12,11,10	15,14,13,18,17,16	21,20,19,24,23,22
2	20,19,24,23,22,21	2,1,6, 5, 4, 3	8,7,12,11,10,9	14,13,18,17,16, 15
3	13,18,17,16,15,14	19,24,23,22,21,20	1,6,5,4,3,2	7,12,11,10,9,8
4	12, 11,10, 9, 8, 7	18,17,16,15,14,13	24,23,22,21,20,19	6,5,4,3,2,1

Спортсмен, набравший наибольшую сумму баллов в квалификации, выступает последним на заключительном виде многоборья. Если в финале многоборья участвует больше или меньше 24 спортсменов, то порядок выступления рассчитывается по такому же принципу.

19.4.5. К финалу в спортивной дисциплине «многоборье» допускаются спортсмены согласно положению (регламенту) о спортивных соревнованиях. Кроме установленного положением (регламентом) о спортивных соревнованиях числа финалистов определяются три запасных спортсмена, которые должны быть готовы к выступлению до начала спортивных соревнований на первом виде.

19.4.6. К финалам в отдельных спортивных дисциплинах допускаются по 8 спортсменов в каждой возрастной группе, в каждой спортивной дисциплине, показавших лучший результат на соответствующем виде в квалификации или по сумме двух дней спортивных соревнований, на которых спортсмены выступают по обязательной и произвольной программе. В иных случаях, количество спортсменов, допущенных для участия в финалах в отдельных спортивных дисциплинах, оговаривается положением (регламентом) о спортивных соревнованиях. В каждой спортивной дисциплине определяются по три запасных спортсмена, которые должны быть готовы к выступлению.

19.4.7. Спортсмен, допущенный к финалу, обязан в них участвовать.

Спортсмен может быть освобожден ГСК от спортивных соревнований только по уважительной причине. Об отказе участвовать в каком-либо виде спортивных соревнований он должен сообщить в судейскую коллегию не позднее 15 мин до начала спортивных соревнований, либо после объявления списков финалистов.

19.5. Разминка.

19.5.1. В квалификации и в финале в спортивной дисциплине «командные соревнования» время разминки принадлежит команде (кроме опорного прыжка). Команда должна распределить время так, чтобы осталось время для разминки последнего спортсмена. В смешанных группах время разминки принадлежит спортсмену.

Порядок во время разминки должен быть таким же, как и порядок выступления.

19.5.2. В финалах отдельных спортивных дисциплин разминка разделена на две группы: первая группа разминается и выступает, затем разминается и выступает

вторая группа. В случае, выступления менее 8 спортсменов в спортивной дисциплине, разминка может быть одна на всю группу спортсменов.

19.5.3. Аудио сигнал обозначает окончание времени разминки. Если спортсмен настроен на опорный прыжок или все еще находится на виде в это время, то он может закончить элемент или связку.

Судья D1 бригады D подает сигнал за 30 сек до предполагаемого начала упражнения.

19.5.4. В квалификации или финале спортивной дисциплины «командные соревнования» любое аккредитованное лицо может помочь в подготовке любого снаряда непосредственно перед упражнением (во время разминочного подхода и выступления).

В финале спортивной дисциплины «многоборье» или финалах отдельных спортивных дисциплин в соревновательной зоне могут находиться не более трех человек (спортсмен, тренер и другое аккредитованное лицо) для подготовки снаряда.

19.5.5. В спортивных соревнованиях среди спортсменов мужского пола, во всех фазах спортивных соревнований, каждому соревнующемуся спортсмену (включая спортсмена заменившего травмированного спортсмена) предоставляется право на 50 сек разминку для опробования на всех видах перед спортивными соревнованиями в соревновательной зоне.

19.5.6. В спортивных соревнованиях среди спортсменов женского пола, каждому соревнующемуся спортсмену (включая спортсмена заменившего травмированного спортсмена), предоставляется разминка в соревновательной зоне на всех видах, во всех фазах спортивных соревнований из расчета: бревно, вольные упражнения – 30 сек, разновысокие брусья 50 сек на человека, включая подготовку снаряда. После разминки или во время паузы можно готовить снаряд (максимально два человека на разновысоких брусьях), но не разрешается его использование.

19.5.7. На опорном прыжке, в финалах спортивных дисциплин: «многоборье», «командные соревнования» и финале на опорном прыжке спортсменам разрешается выполнить две попытки, в квалификации для финала на опорном прыжке у спортсменов женского пола максимум три попытки.

19.5.8. После периода разминки или во время соревновательных пауз, снаряд может быть подготовлен, но не использован. Хронометраж, относящийся ко всем упражнениям (начало упражнения и продолжительность упражнения), будет выполняться с шагом в сек. Судья D1 бригады D подаст видимый сигнал за 30 сек до предполагаемого начала упражнения.

#### 19.6. Попытки.

Спортсмену при выполнении упражнения, кроме опорных прыжков, предоставляется только одна попытка.

Спортсмен может в опорных прыжках возобновить попытку один раз (со

сбавкой 1.0 балл), если он остановится и отойдет назад после того, как начнет разбег или пробежит, не коснувшись коня и мостика.

Если выполнению упражнения помешали неисправность снаряда или другие, не зависящие от спортсмена причины, то с разрешения главного судьи он может повторить попытку. Попытка возобновляется после необходимого отдыха, до того, как команда перейдет к следующему виду.

#### 19.7. Страховка и помощь при выполнении упражнений.

Разрешается пользоваться помощью для прихода в вис на перекладине и кольцах. Пользоваться скамейкой, стулом и другими приспособлениями не разрешается. Элемент, выполненный с помощью, не будет оценен при определении трудности упражнения.

#### 19.8. Продолжительность соревновательных действий.

Продолжительность соревновательных действий зависит от вида программы и дисциплины. Длительность вольных упражнений у спортсменов мужского пола составляет не более 70 сек. Длительность вольных упражнений у спортсменов женского пола и упражнений на бревне не более 90 сек.

Опорный прыжок выполняется за одно действие (разбег, отталкивание о снаряд, полет, приземление).

Продолжительность упражнений на параллельных брусьях, разновысоких брусьях, перекладине, кольцах, коне, выполненных без падения, не более 60 сек и зависит от сложности комбинации.

## **20. Процедуры замены, снятия участников со спортивных соревнований**

20.1. Изменения в составе команды в спортивной дисциплине «командные соревнования» производятся только из числа спортсменов, включенных в окончательную заявку. Изменения в составе команды (перезаявка) могут производиться не позднее, чем за 24 часа, а в случае травмы или болезни спортсмена, не позднее, чем за 12 часов до начала выступления команды. В случае замены спортсмена по медицинским показаниям в ГСК предоставляется медицинская справка от врача.

20.2. После проведения жеребьевки нельзя добавить ни одного спортсмена к количеству спортсменов, заявленных в окончательной заявке. Спортсмены, которые были сняты со спортивных соревнований по какой-либо причине (в том числе из-за травмы или болезни) не могут быть повторно заявлены для участия на данном спортивном соревновании.

20.3. Не позднее чем за 24 часа и не менее чем за 1 час до начала квалификации, в случае травмы или болезни, спортсмен команды (с медицинской справкой от врача спортивных соревнований) может быть заменен на спортсмена, который входит в стартовый порядок команды или запасного спортсмена этой

команды. Новый спортсмен занимает место замененного. Если это невозможно, тренер имеет право изменить стартовый порядок. Это изменение должно быть согласовано с главным судьей соревнований.

20.4. В случае травмы или болезни, за час до начала квалификации (с медицинской справкой от врача спортивных соревнований) запасной спортсмен команды не может заменить заболевшего или травмированного спортсмена. Заболевшего или травмированного спортсмена может заменить спортсмен, уже заявленный в стартовом порядке. Он занимает место замененного. Если это невозможно, тренер имеет право изменить стартовый порядок. Это изменение должно быть согласовано с главным судьей соревнований.

20.5. Если спортсмен снимается со спортивных соревнований до конца разминки перед финалом многоборья или финалом в отдельных спортивных дисциплинах, его место занимает первый запасной.

20.6. Спортсмен, который был в стартовом составе, но был вынужден сняться со спортивных соревнований из-за травмы или болезни (с медицинской справкой врача спортивных соревнований или врача медицинского учреждения), может быть допущен к участию к той части спортивных соревнований, на которую он квалифицировался (в финал спортивной дисциплины «командные соревнования» финал «многоборье», финалы в отдельных спортивных дисциплинах). В этом случае необходима справка врача спортивных соревнований или врача медицинского учреждения, подтверждающая, что его здоровье позволяет опять принять участие в спортивных соревнованиях.

## **21. Перечень разрешенных действий спортсменов во время участия в спортивных соревнованиях**

Перечень разрешенных действий спортсменов во время участия в спортивных соревнованиях изложен в пункте 9 «Права и обязанности спортсменов, тренеров, представителей сборных команд на спортивных соревнованиях» раздела II «Требования к участникам спортивных соревнований».

## **22. Способы фиксации результатов спортивных соревнований и (или) нарушения правил**

Фиксация результатов спортивных соревнований и нарушений правил осуществляется с помощью строгой системы протоколов, технических средств и работы судейской коллегии.

Спортивные судьи, ведущие фиксацию результатов в бумажных протоколах, ставят свои подписи в протоколе после выставления оценки.

Во время спортивных соревнований может быть произведена видеофиксация выступлений спортсменов для уточнения правильности оценивания.

## **23. Оценка технических действий, приемов, а также шкала начисления (сбавок) баллов**

23.1. Общие требования к содержанию, выполнению и оцениванию упражнений

23.1.1. Упражнение должно выполняться безукоризненно, без ошибок, без нарушения структуры элементов, с хорошей осанкой, с большой амплитудой движения, четко и легко, уверенно, красиво и выразительно.

23.1.2. Содержание обязательного упражнения должно соответствовать его описанию.

23.1.3. Произвольные упражнения должны удовлетворять требованиям к трудности и композиции.

23.1.4. Все отклонения от безукоризненного выполнения элементов, соединений и упражнения в целом, а также невыполнение требований к содержанию упражнения ведут к соответствующим сбавкам, в зависимости от величины и характера отклонения, большие сбавки производятся за то, что является основным в выполнении данного элемента и определяет его трудность.

23.1.5. При выполнении упражнения допускаются едва заметные ошибки (в осанке, недостаточная легкость, четкость, выразительность и другие ошибки). Сбавки производятся за совокупность подобных ошибок в соединении, части упражнения или в комбинации в целом.

23.1.6. К технике исполнения одних и тех же элементов в упражнениях различных разрядов предъявляются одинаковые требования.

23.1.7. Упражнения оцениваются с точностью до 0.1 балла.

23.1.8. Судейство спортивных соревнований проводится открытым способом с показом окончательной оценки.

23.2. Судейство обязательных упражнений.

23.2.1. Обязательные упражнения должны выполняться в точном соответствии с записью и указаниями к их выполнению. При судействе производятся сбавки как за отклонения от описания упражнений, так и за ошибки выполнения.

23.2.2. Упражнения могут выполняться полностью в другую сторону. Выполнение частей упражнения в другую сторону возможно лишь в том случае, если это предусмотрено программой. За исполнение частей упражнения в другую сторону, если это не предусмотрено программой, производится сбавка.

23.2.3. Элемент, может быть, не выполнен из-за пропуска, искажения или замены. Считать элемент невыполненным можно лишь в том случае, когда он искажен настолько, что нельзя определить, какой элемент получился, или если в результате искажения он превратился явно в другой элемент.

Изменение элемента, в результате которого получился явно другой элемент, если это не предусмотрено записью упражнения, приравнивается к невыполнению

элемента.

23.2.4. Судейство обязательных программ проводится с учетом специфических сбавок, указанных в описании программ.

23.2.5. Обязательные программы на каждом виде оцениваются из 10,0 баллов.

23.2.6. Упражнения выполняются в строгом соответствии с записью.

23.3. Судейство произвольных упражнений

23.3.1. Произвольные программы должны иметь определенную трудность и соответствовать композиционным требованиям. В комбинацию должны быть включены достаточно сложные и оригинальные элементы и соединения.

В произвольных программах оценивается все, что выполнено спортсменом и производятся сбавки:

а) за недостаточную трудность упражнения;

б) за композиционные ошибки;

в) ошибки исполнения.

23.3.2. Выведение оценок

Окончательная оценка на каждом гимнастическом виде складывается из двух отдельных оценок – D и E.

Оценка D

Судьи бригады D ставят оценку D, определяя содержание упражнения. Оценка D включает в себя стоимость элементов из таблицы групп трудности и стоимость выполненных специальных требований.

Группы трудности и стоимость элементов в таблице № 6.

Таблица № 6

Группы трудности и стоимость элементов

Группы	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
Стоимость	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0

На спортивных соревнованиях, элементы, не входящие в таблицы групп трудности, должны быть представлены главному судье или заместителю главного судьи для оценки за 24 часа до начала официальной тренировки на помосте. Элемент (или элемент с тем же номером) может быть повторен, но он не будет учтен при выведении оценки D.

Элемент, которого нет в Правилах, является элементом без стоимости.

Специальные требования на каждом гимнастическом виде подробно изложены в приложении № 1 и № 4.

Судьи бригады D произведут специальную нейтральную сбавку за короткое упражнение с окончательной оценки

Оценка E

Судьи бригады Е выставляют оценку Е за исполнение упражнения в соответствии с требованиями к композиции, технике и осанке.

При выполнении упражнения могут быть допущены мелкие, средние и грубые ошибки, а также ошибки, вследствие которых элемент считается невыполненным.

Мелкие ошибки – небольшое, несущественное отклонение от безукоризненного выполнения, сбавка – 0.1 балла.

Средние ошибки – значительное отклонение от безукоризненного выполнения, сбавка – 0.3 балла.

Средняя ошибка – 0,2 балла производится за артистичность и композицию на спортивных соревнованиях среди спортсменов женского пола на бревне и вольных упражнениях.

Грубые ошибки – большое искажение, в том числе, граничащее с невыполнением, сбавка от 0.5 до 1.0 балла.

Ошибки невыполнения – изменение элемента, в результате которого получился другой элемент, или очень большое искажение.

Сбавка за исполнение суммируется и затем вычитаются из 10 баллов.

Оценка Е рассчитывается следующим образом:

7 оценок Е – среднее арифметическое 3-х средних;

5 оценок Е – среднее арифметическое 3-х средних;

4 оценки Е – среднее арифметическое 2-х средних;

3 оценки Е – среднее арифметическое 3-х оценок;

2 оценки Е – среднее арифметическое 2-х оценок.

Окончательная оценка — это сумма оценок D и E. В случае необходимости применяются нейтральные сбавки.

Принципы выведения окончательной оценки одинаковы для всех видов спортивных соревнований (квалификация, финал командных соревнований, финал многоборья, финалы в отдельных дисциплинах), кроме опорного прыжка.

На спортивных соревнованиях показывают единую оценку D и финальную оценку E. Индивидуальная оценка каждого судьи E заносится в основной протокол результатов. Оценка D, оценка E и окончательная оценка должны быть показаны зрителям.

#### 23.4. Общие принципы недействительных оценок.

К недействительным оценкам относятся все оценки спортсменов, которых невозможно оценить.

23.4.1. Выступления спортсмена/команды в спортивных соревнованиях любого статуса, на любом этапе, в любой спортивной дисциплине, которые не соответствуют Правилам отмечаются отметкой IRM.

23.4.2. Оценка «0,000» (ноль), присвоенная спортсмену/команде является действительной оценкой.

23.4.3. Для определения и отражения отметок за недействительный результат используются специальные обозначения:

а) DNS если спортсмен не начал выступление и (или) не получил никакой балл (оценку);

б) DNF означает, что спортсмен/команда не завершили этап спортивных соревнований после старта.

23.4.4. Дисквалификация

а) DSQ означает дисквалификацию за нарушение;

б) DQB означает дисквалификацию за серьезное неспортивное поведение (за любое нарушение антидопинговых правил, серьезного нарушения Правил.

23.4.5. Последствия отметок за недействительный результат:

а) место, сумма баллов, медали и другая наградная атрибутика не присуждаются;

б) спортсмен/команда с несколькими отметками за недействительный результат в качестве итога отображаются в конце соответствующих результатов в следующем порядке: DNF, DNS, DSQ, DQB.

23.4.6. Дополнительные последствия для DNS и DNF:

а) если спортсмен получил DNS на каком-либо виде в спортивной дисциплине многоборье, автоматически будет зафиксирован результат DNF;

б) сочетание «баллов» и «DNS» приведет к «DNF» в качестве итога и отсутствию места;

в) только «DNS», без «баллов», приведет к «DNS» как к общему результату и отсутствию места.

23.4.7. Дополнительные последствия для DSQ и DQB:

В случае DQB ФГР имеет полное право решать, будет ли спортсмен и (или) команда дисквалифицирован/на с одного, нескольких или всех заявленных спортивных соревнований (завершенных, текущих или будущих).

В квалификации DSQ и DQB означают:

а) имя соответствующего спортсмена удаляется;

б) результаты соответствующего спортсмена удаляются;

в) соответствующий спортсмен не учитывается для места (рейтинга);

г) общее место (рейтинг) пересчитывается;

д) соответствующий спортсмен не может пройти ни в один финал.

В финалах (кроме командных соревнований) DSQ и DQB означают, что:

а) имя соответствующего спортсмена удаляется;

б) результаты соответствующего спортсмена удаляются;

в) соответствующий спортсмен не учитывается для места;

г) общее место пересчитывается;

д) соответствующий спортсмен не имеет права на получение медалей, другой

наградной атрибутики;

е) соответствующий спортсмен может участвовать в последующих финалах (по решению апелляционного жюри, если пройдена квалификация).

Для командных спортивных соревнований на соответствующем виде, когда командный результат состоит из нескольких оценок спортсменов, если один или несколько спортсменов получают DSQ и (или) DQB:

а) имя соответствующего спортсмена удаляется;

б) результаты соответствующего спортсмена удаляются;

в) общий результат команды пересчитывается;

г) общее место (рейтинг) команды пересчитывается;

д) соответствующий спортсмен не имеет права на какие-либо медали и другую наградную атрибутику;

е) соответствующий спортсмен может участвовать в других последующих финалах, если пройдена квалификация.

23.4.8. В итоговых отчетных протоколах причины DSQ или DQB должны быть включены в раздел условных обозначений.

В случае DSQ и DQB после спортивных соревнований итоговые отчетные протоколы должны быть обновлены и переизданы.

## **24. Перечень запрещенных действий спортсменов во время участия в спортивных соревнованиях и виды спортивных санкций, применяющихся за совершение указанных действий**

24.1. Одевание, раздевание и состояние частичного раздевания (голый торс; половина купальника у спортсменов мужского пола) во время спортивных соревнований и разминки в обозначенной соревновательной зоне оцениваются как неспортивное поведение и приведут после предупреждения и возможности исправиться к соответствующей сбавке за нарушения спортивной одежды (применяется к следующему упражнению в данном виде спортивного соревнования, или если спортивное соревнование закончено, к последнему упражнению в данном виде спортивного соревнования). Если по-прежнему нет корректирующих действий, участник будет дисквалифицирован (дисквалификация за неспортивное поведение).

24.2. В случае неспортивного поведения какого-либо участника или официального лица, главный судья спортивных соревнований делает предупреждение руководителю делегации в конце потока. В случае повторного неправомерного поведения главный судья спортивных соревнований может распорядиться об удалении нарушителя из зала спортивных соревнований на оставшуюся часть спортивного соревнования.

## **25. Требования к обеспечению безопасности при проведении спортивных**

## **соревнований**

25.1. Обеспечение безопасности участников и зрителей на спортивных соревнованиях осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18.04.2014 № 353.

25.2. Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях».

### **26. Требования к спортивной экипировке и размещению на ней рекламы**

Спортсмены должны быть одеты в специальную гимнастическую форму.

Реклама наносится на спортивную форму только с разрешения организаторов спортивных соревнований.

26.1. Форма для спортсменов мужского пола, выступающих по квалификационной программе третий спортивный разряд и выше.

26.1.1. На коне, кольцах, параллельных брусьях и перекладине спортсмен, должен быть в длинном трико и носках. Длинное трико, носки и (или) чешки черного или темных оттенков синего, зеленого и коричневого цветов не разрешены.

26.1.2. На вольных упражнениях и опорном прыжке спортсмен может быть в спортивных трусах, в носках или без носков, или в длинном гимнастическом трико и носках.

26.1.3. Спортсмен должен быть в гимнастической майке на всех снарядах.

26.1.4. У спортсмена есть выбор между гимнастическими чешками и (или) носками.

26.1.5. Спортсмен может носить логотип и рекламные знаки только с согласования проводящей организации.

26.1.6. Спортсмены должны воздержаться от ношения компрессионных рукавов во время спортивных соревнований. Бинты, накладки для защиты ладоней и (или) запястья разрешены, но они должны быть безопасно затянуты, в хорошем состоянии, должны выглядеть эстетично и не отвлекать от исполнения упражнения. Рекомендовано использовать бинты телесного цвета.

26.2. Спортсмены мужского пола, выступающие на спортивных соревнованиях, по квалификационной программе юношеских спортивных разрядов, могут быть одеты в спортивные трусы или трико, спортивную футболку или майку и носки белого цвета.

26.3. Форма для спортсменов женского пола.

26.3.1. Спортсмены женского пола должны использовать спортивный непрозрачный купальник или гимнастический комбинезон (купальник с плотно прилегающими штанинами от бедра до голеностопа), который должен быть элегантно оформлен.

26.3.2. Можно использовать лосины такого же цвета, что и купальник, под или сверху купальника.

26.3.3. Вырез купальника или комбинезона сзади не должен быть ниже уровня лопаток, спереди не должен быть очень глубоким (не ниже середины грудной кости).

26.3.4. Купальник или комбинезон может быть с рукавами и без рукавов; бретельки должны быть не уже 4 см.

26.3.5. Вырез купальника внизу не должен быть выше тазобедренного сгиба (максимум). Длина купальника не должна превышать горизонтальной линии, проведенной на 2 см ниже ягодиц.

26.3.6. Можно носить чешки и (или) носки.

26.3.7. Накладки, бандажи и бинты разрешаются. Они должны быть хорошо закреплены, быть в хорошем состоянии и не должны привлекать внимания. Бандажи должны быть бежевого цвета или цвета кожи.

26.3.8. Необходимо воздержаться от ношения компрессионных рукавов/носок во время спортивного соревнования.

26.3.9. Ювелирные изделия (браслеты или ожерелья) не разрешаются. Можно одеть только маленькие сережки типа гвоздиков.

26.3.10. Не разрешаются набедренные и другие подкладки.

26.3.11. Грим не допускается; любой макияж должен быть скромным и не изображать театрального персонажа (животного или человека).

## **27. Требования к техническим характеристикам спортивного инвентаря**

Основные требования к техническому инвентарю и оборудованию изложены в пункте 15 Правил.

## **28. Условия замены спортивного инвентаря**

Замена спортивного оборудования или инвентаря возможна в случае поломки или дефекта снаряда.

Замена производится только с разрешения главного судьи спортивных соревнований.

## **29. Сроки рассмотрения и принятия решений по поступившим в ходе спортивных соревнований возражениям, протестам, апелляциям, с указанием размера залога за протест (при наличии залога), а также возврата такого залога при удовлетворении протеста**

29.1. Протесты принимаются на оценки по трудности (оценка D) при условии, что устный протест был подан немедленно после показа оценки или до показа оценки следующего спортсмена или группы. Для последнего спортсмена или группы потока этот лимит времени составляет 60 сек после показа оценки на табло. Судьи бригады D должны записать время получения протеста и это считается началом процедуры рассмотрения протеста.

26.2. Только тренер и руководитель команды, находящийся в соревновательной зоне, имеет право подавать протесты.

26.3. Устные протесты, поданные с опозданием, не принимаются.

26.4. Протесты на оценки спортсменов из других команд не принимаются.

26.5. Протесты на любые другие оценки (исполнение, артистичность) не принимаются.

26.6. Протесты должны быть подтверждены письменно как можно быстрее, но не позже 4 мин после устного протеста. Протест, неподтвержденный в письменной форме в течение 4 мин, не рассматривается.

26.7. Каждый протест рассматривается апелляционным жюри и окончательное решение (без обжалования) должно быть принято не позже:

а) конца потока или группы в квалификации, финала в многоборье и финала командных соревнований;

б) объявления оценки следующего спортсмена во время финалов в отдельных дисциплинах.

Залог за подачу протеста не взимается.

## **30. Орган, к компетенции которого отнесены полномочия по рассмотрению возражений, протестов, апелляций**

На чемпионате России, Кубке России и первенстве России создается апелляционное жюри. В состав апелляционного жюри могут входить: главный тренер, старшие тренеры сборных команд России, представители ФГР, главный судья и заместители главного судьи.

На спортивных соревнованиях иного статуса также может создаваться апелляционное жюри, которое назначается проводящей организацией.

Решения апелляционного жюри являются окончательными.

## **31. Способы определения победителя спортивных соревнований и**

## **распределения мест**

31.1. В спортивной дисциплине «командные соревнования» результаты определяются по сумме баллов, полученных спортсменами команды на каждом гимнастическом виде.

31.2. Победитель и призеры спортивных соревнований в спортивной дисциплине «многоборье» определяются по наибольшей сумме баллов, набранных спортсменами за один или два дня спортивных соревнований согласно положению (регламенту) о спортивных соревнованиях.

## **32. Видеофиксация выступлений спортсменов**

32.1. Организациям, проводящим официальные спортивные соревнования, рекомендуется проводить видеозапись выступлений спортсменов по согласованию с ГСК для разрешения возможных спорных вопросов с качеством, позволяющим провести анализ объективности оценки упражнений спортсменов.

## **VI. ТРЕБОВАНИЯ К ФОРМИРОВАНИЮ СУДЕЙСКИХ КОЛЛЕГИЙ**

### **33. Состав главной судейской коллегии с указанием наименований должностей спортивных судей и ее полномочия**

33.1. ГСК формируется организацией, проводящей спортивное соревнование. В состав ГСК входят: главный судья, заместители главного судьи, главный секретарь, заместители главного секретаря.

33.2. Спортсмены, тренеры и официальные представители не могут входить в состав судейской коллегии.

33.3. ГСК отвечает за организацию и контроль судейства в спортивных соревнованиях.

33.4. Основные полномочия ГСК:

33.4.1. Назначать спортивных судей.

33.4.2. Формировать судейские бригады.

33.4.3. Контролировать соблюдение Правил.

33.4.4. Разрешать спорные ситуации во время спортивных соревнований.

33.4.5. Рассматривать протесты и апелляции.

33.4.6. Принимать решения по жалобам спортсменов или тренеров.

33.4.7. Отменять или подтверждать результаты в случае нарушений.

33.4.8. Подводить итоги спортивных соревнований.

33.4.9. Утверждать окончательные результаты.

33.4.10. Дисквалифицировать участников за нарушения.

33.4.11. Отстранять спортивных судей за ошибки или необъективность.

33.4.12. Проводить совещания спортивных судей.

### **34. Состав судейской коллегии с указанием наименований должностей спортивных судей и ее полномочия**

34.1. Полномочия судейской коллегии заключаются в непосредственном ведении спортивных соревнований, оценивании выступлений спортсменов.

34.2. В состав судейской коллегии входят: судьи бригады D, судьи бригады E, судья на линии на опорном прыжке и вольных упражнениях, судья-хронометрист, судья – ответственный за музыкальное сопровождение, судья на старте опорного прыжка, судья-информатор, судья при участниках, секретарь судей.

### **35. Права и функциональные обязанности спортивных судей по подготовке, проведению и завершению спортивных соревнований, в зависимости от занимаемой должности**

35.1. Главный судья.

35.1.1. Возглавляет судейскую коллегию и руководит спортивными соревнованиями, отвечает за подготовку и проведение спортивных соревнований.

35.1.2. Обязан организовать подготовку мест спортивных соревнований, оборудования и инвентаря, рассматривать заявки на увеличение высоты перекладины, колец и (или) жердей разновысоких брусьев, провести организационное совещание перед началом спортивных соревнований, обеспечить информацией участников, спортивных судей, зрителей, руководителей команд, представителей прессы, радио и телевидения, обеспечить организацию и проведение пресс-конференции, проверить организацию первой медицинской помощи, по окончании спортивных соревнований сдать отчет ГСК и окончательные протоколы с результатами спортивных соревнований в проводящие организации.

35.1.3. Определяет порядок работы обслуживающего персонала, ответственного за оборудование и инвентарь, ответственного по общим вопросам.

35.1.4. Определяет место для работы фотографов и репортеров на спортивных соревнованиях.

35.1.5. Имеет право разрешить, после согласования с апелляционным жюри, спортсмену возобновить попытку, если выполнению упражнения помешали неисправность снаряда, или другие, не зависящие от спортсмена причины, в исключительных случаях, при явной ошибке судейской бригады, наказать виновных спортивных судей, совершивших ошибку, вплоть до отстранения, задержать или прекратить спортивные соревнования, если что-либо мешает их нормальному проведению, снять со спортивных соревнований участников, тренеров и спортивных судей, допустивших неэтичные поступки, снять со спортивных соревнований неподготовленных участников.

35.1.6. Входит в состав апелляционного жюри.

## 35.2. Главный секретарь

35.2.1. Руководит работой секретариата.

35.2.2. Готовит предварительную документацию для спортивных судей и руководителей команд.

35.2.3. Составляет списки участников, спортивных судей и всего состава команд.

35.2.4. Выдает номера участникам.

35.2.5. Проверяет судейские протоколы нарастающих результатов по ходу спортивных соревнований и итоговые по окончании спортивных соревнований.

35.2.6. Выдает срочную информацию.

35.2.7. Хранит судейскую документацию и сдает ее организации, проводящей спортивные соревнования.

35.2.8. Ведет таблицы хода спортивных соревнований.

35.2.9. Осуществляет связь с пресс-центром.

35.2.10. Готовит дипломы для победителей, призеров и тренеров победителей.

35.2.11. Осуществляет контроль результатов, обрабатываемых компьютером.

## 35.3. Заместитель главного судьи

35.3.1. Проводит совещание спортивных судей.

35.3.2. Формирует судейские бригады.

35.3.3. Осуществляет контроль работы судейских бригад.

35.3.4. Рассматривает заявки на новые элементы, просьбы о выходе из соревновательной зоны и другие вопросы, которые могут возникнуть в процессе спортивного соревнования.

35.3.5. Вместе с членами апелляционного жюри выносит предупреждения или заменяет любого спортивного судью, кто был уличен в дисциплинарном нарушении.

35.3.6. В отсутствие главного судьи один из его заместителей (на спортивных соревнованиях среди спортсменов мужского пола или спортивных соревнованиях среди спортсменов женского пола) выполняет обязанности главного судьи, пользуясь всеми его правами.

35.3.7. Входит в состав апелляционного жюри.

35.3.8. Заместитель главного секретаря.

Обязанности как у главного секретаря, за исключением руководящей работы секретариатом.

## 35.4. Судейские бригады.

### 35.4.1. Судьи бригады D.

На спортивных соревнованиях могут быть два спортивных судьи бригады D: судья D1 и судья D2, которые оценивают содержание и стоимость (трудность) упражнения. Судьи бригады D могут также выполнять функции спортивных судей бригады E.

35.5.4. Судьи бригады D записывают содержание упражнения, оценивая его независимо и непредвзято. Обсуждение оценки между спортивными судьями бригады D разрешается.

35.5.5. Судья D2, бригады D вводит оценку D в компьютер.

35.5.6. В случае несогласия между судьями D1 и D2 бригады D, судья D1 должен обратиться за решением в апелляционное жюри спортивных соревнований.

35.5.7. Судья D1 бригады D наблюдает за работой спортивных судей: судей на линии, судей-хронометристов и секретарей.

35.5.8. Судья D1 бригады D наблюдает за тем, чтобы сбавки за время, выход за ковер и сбавки за дисциплину были произведены до показа окончательной оценки.

35.5.9. Судьи бригады D принимают решение о нейтральной сбавке, если спортсмен не показал спортивным судьям готовность к выполнению упражнения до и (или) после выполнения упражнения, если спортсмен должен получить 0.00 баллов за выполнение недействительного прыжка, за страховку спортсмена: на прыжке, во время исполнения упражнения и соскоке.

35.5.10. Судьи бригады D должны проинформировать апелляционное жюри о нарушениях в поведении тренеров.

35.5.11. После окончания спортивных соревнований судьи бригады D обязаны представить письменный отчет заместителю главного судьи или непосредственно главному судье, содержащий следующую информацию: форму с перечислением всех нарушений; перечень сомнительных решений, принятых по оценкам, с указанием номеров (если они есть) и фамилии спортсменов.

Во время совещания судьи бригады D должны иметь записи упражнений.

35.5. Судьи бригады E.

35.5.1. Оценивают ошибки и артистизм выполнения упражнения.

35.5.2. Должны быть внимательными, оценивать упражнения объективно, непредвзято, производить соответствующие сбавкам корректно, независимо.

35.5.3. Записывают следующие сбавки:

а) общие сбавки;

б) специфические сбавки за исполнение упражнения;

в) сбавки за недостаток/отсутствие артистизма.

35.5.4. Работают со сбавками в десятых (например: 0.40 балла).

35.5.5. Заполняют листки с оценками с понятной подписью или точно вводят сбавки в компьютер:

а) сумму сбавок за исполнение/технику (общих и специфических);

б) сумму сбавок за артистизм.

35.5.6. Предоставляют, при необходимости, запись всех упражнений.

35.5.7. Если показ оценок производится вручную, то должны проконтролировать, чтобы листки с оценками собирались быстро.

35.5.8. При ручном показе, оценки всех судей бригады Е должны показываться одновременно.

35.6. Судья на линии на опорном прыжке и вольных упражнениях.

Контролирует выход спортсмена за ковер или за линию «коридора» (опорный прыжок). В случае нарушения поднимает красный флаг.

35.7. Судья-хронометрист.

Контролируют время разминки (при нарушениях информируют судей бригады D):

а) выполнения упражнения на бревне и вольных упражнениях;

б) при падении со снаряда.

35.8. Судья, ответственный за музыкальное сопровождение.

35.8.1. До начала спортивных соревнований получает от участников фонограммы.

35.8.2. Включает фонограммы в определенном порядке во время спортивных соревнований.

35.8.3. Включает музыку для переходов, разминок, церемоний открытия, награждения.

35.9. Судья на старте опорного прыжка.

Отвечает за правильный показ номера прыжка, выполняемого спортсменом.

35.10. Судья-информатор.

35.10.1. Осуществляет связь между спортивными судьями, участниками и зрителями, информирует участников, зрителей о ходе проведения спортивных соревнований, результатах на текущий период.

35.10.2. Обязан иметь списки участников и тренеров, судейской коллегии (судейских бригад).

35.10.3. Получает сведения о командах, отдельных спортсменах, их регалиях.

35.10.4. Обязан иметь информацию об условиях проведения спортивных соревнований согласно положению (регламента) о спортивных соревнованиях, получать у организаторов информацию о тех, кто принимает участие в параде, церемонии награждения.

35.10.5. Составляет дикторские тексты.

35.10.6. Следит за соблюдением графика спортивных соревнований (подачей сигналов к выходу очередной смены, началу и окончанию разминки, переходу к следующему виду), за очередностью вызова участников.

35.11. Судья при участниках.

35.11.1. Должен знать права и обязанности спортсменов, тренеров и руководителей команд.

35.11.2. Должен иметь график и порядок проведения спортивных соревнований.

35.11.3. Контролирует своевременное прибытие спортсменов в соревновательную зону.

35.11.4. Осуществляет связь между участниками и судейской коллегией.

35.11.5. Руководит опробованием снарядов или официальной тренировкой спортсменов, всеми передвижениями спортсменов.

35.11.6. Готовит команды для перехода от одного вида к другому во время спортивных соревнований, к организованному уходу из зала после окончания своей смены.

35.11.7. Строит участников очередной смены.

35.11.8. Предупреждает участников о предстоящем награждении.

35.11.9. Поддерживает порядок на местах спортивных соревнований.

35.11.10. Контролирует явку на допинг контроль.

35.12. Секретари судей бригады D.

Отвечают:

а) за правильность введения информации в компьютер;

б) за соблюдение порядка выступления команд и спортсменов;

в) за включение сигналов зеленого и красного света;

г) за правильный показ окончательной оценки.

### **36. Иные требования. Месторасположение спортивных судей.**

Каждый спортивный судья располагается в таком месте и на таком расстоянии от снаряда, которое позволяет ему хорошо видеть выполнение упражнения и исполнять возложенные на него обязанности.

Судьи бригады D располагаются на наиболее подходящей позиции для конкретного снаряда.

Судья-хронометрист сидит рядом с бригадой по снаряду (с любого края).

Судьи на линии на вольных упражнениях размещаются на противоположных углах и наблюдают за двумя ближайшими к ним линиям.

Судья на линии на опорном прыжке должен сидеть на дальнем конце зоны приземления.

Во время спортивных соревнований судьи бригады E располагаются вокруг снаряда по часовой стрелке, начиная влево от судейской бригады D, или в случае, если спортивные судьи расположены по прямой линии, то они будут сидеть слева от судьи D1 бригады D в таком порядке: D2, E1, E2 и E3, а справа будут сидеть по порядку спортивные судьи: E7, E6, E5 и E4.

Возможно изменение расположения спортивных судей в зависимости от возможностей зала спортивных соревнований и количества спортивных судей.

## **VII. СВЕДЕНИЯ О ВСПОМОГАТЕЛЬНОМ И ТЕХНИЧЕСКОМ ПЕРСОНАЛЕ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩЕМ ПРОВЕДЕНИЕ СПОРТИВНОГО**

## **СОРЕВНОВАНИЯ**

### **37. Состав, численность, функции вспомогательного и технического персонала, обеспечивающего проведение спортивного соревнования**

37.1. Вспомогательный и технический персонал состоит из ответственного за оборудование и инвентарь, ответственного по общим вопросам, видеооператора.

37.2. Ответственный за оборудование и инвентарь.

37.2.1. Руководит монтажом гимнастических снарядов и их установкой на месте проведения спортивных соревнований в соответствии с принятым планом их расстановки.

37.2.2. Обеспечивает выполнение официальных требований к размерам снарядов, к надежности и безопасности их эксплуатации.

37.2.3. Следит за установкой снарядов и обеспечивает их перестановку, текущий ремонт, если это необходимо, следит за укладкой матов.

37.2.4. Обеспечивает места для работы судейских бригад, судейской коллегии и секретариата.

37.2.5. Готовит места для участников спортивных соревнований, свободных участников, спортивных судей, тренеров, зрителей.

37.2.6. Готовит судейский инвентарь.

37.2.7. Согласовывает с инженерно-технической службой места расстановки судейско-информационной аппаратуры.

37.2.8. Обеспечивает спортсменов магнием и другими необходимыми материалами.

37.2.9. Контактирует с администрацией спортсооружения для обеспечения нормальной работы по эксплуатации помещения (вентиляция, отопление, освещение, уборка и другое).

37.3. Ответственный по общим вопросам отвечает за прием делегаций, размещение, питание, обеспечение транспортом, места проведения совещаний представителей делегаций, тренеров, спортивных судей.

37.4. Видеооператор.

37.4.1. Перед началом спортивных соревнований проверяет на каждом виде программы наличие видеоаппаратуры, необходимой для выполнения качественной видеосъемки, проверяет ее работу. В случае обнаружения неполадок в работе, сообщает об этом главному судье.

37.4.2. Организовывает видеозапись выступлений спортсменов на официальных спортивных соревнованиях.

37.4.3. При подаче протеста на оценку судейской бригады воспроизводит повтор видеозаписи для рассмотрения протеста ГСК.

### **38. Права и обязанности врача спортивных соревнований**

В своей работе официальный врач спортивных соревнований руководствуется законодательством Российской Федерации, положением (регламентом) о спортивных соревнованиях.

#### **38.1. Права врача.**

38.1.1. Отстранить спортсменов от участия в спортивных соревнованиях при наличии медицинских противопоказаний.

38.1.2. Требовать прекращения выступления, если здоровье спортсмена находится под угрозой.

38.1.3. Запрашивать медицинские документы на спортсменов (при необходимости).

38.1.4. Принимать решение о госпитализации в экстренных случаях.

38.1.5. Вносить предложения по изменению графика соревнований, связанные с условиями проведения спортивных соревнований.

#### **38.2. Обязанности врача.**

38.2.1. Осуществлять медицинский контроль перед спортивными соревнованиями.

38.2.2. Проверять медицинские допуски (справки) спортсменов.

38.2.3. Контролировать отсутствие противопоказаний к выступлениям (травмы, болезни, переутомление).

38.2.4. Оценивать общее состояние спортсменов (при необходимости – измерение давления, пульса и других показателей).

38.2.5. Оказывать экстренную помощь при травмах (ушибы, растяжения, переломы, вывихи).

38.2.6. Участвовать в принятии решений о снятии спортсмена со спортивных соревнований по медицинским показаниям.

38.2.7. Организовать эвакуацию в больницу при тяжелых случаях.

38.2.8. Следить за соблюдением санитарно-гигиенических требований при проведении спортивных соревнований.

38.2.9. Проверять условия в зале (температура, вентиляция, освещение).

38.2.10. Следить за отсутствием инфекционных заболеваний у участников спортивных соревнований.

38.2.11. Информировать главного судью о состоянии здоровья спортсменов.

Приложение № 1  
к правилам вида спорта  
«спортивная гимнастика»

## ПРАВИЛА ОЦЕНИВАНИЯ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ СРЕДИ СПОРТСМЕНОВ МУЖСКОГО ПОЛА

### I. СБАВКИ ЗА НАРУШЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

За нарушение и несоблюдение дисциплины применяется средняя сбавка в 0.30 балла. За нарушение, касающееся снарядов, применяется сбавка 0.50 балла.

Сбавки за нарушения дисциплины спортсменом и тренером в таблицах № 1.1 и № 1.2.

Таблица № 1.1

Сбавки за нарушение дисциплины

Нарушение	Сбавка
<i>Дисциплинарные нарушения</i>	
Все нарушения по спортивной форме	- 0.3 балла с окончательной оценки (один раз в течение спортивного соревнования) главным судьей
Несоблюдение официального времени разминки.	- 0.3 балла с окончательной оценки судьей D1
Спортсмен не представился судье D1 до или после выполнения упражнения.	- 0.3 балла каждый раз с окончательной оценки судьей D1, бригады D
Упражнение начато позже 30 сек. после сигнала.	- 0.3 балла с окончательной оценки судьей D1, бригады D
Упражнение начато позже 60 сек. после сигнала.	Упражнение считается законченным
Превышение 30 сек паузы после падения со снаряда.	- 0.3 балла с окончательной оценки судьей D1, бригады D
Превышение 60 сек паузы после падения со снаряда.	Упражнение считается законченным в момент падения
Повторный выход на помост после выполнения упражнения.	- 0.3 балла с окончательной оценки судьей D1, бригады D
Другие случаи недисциплинированного поведения.	- 0.3 балла с окончательной оценки судьей D1
<i>Нарушения, касающиеся снарядов</i>	
Неразрешенное присутствие страхующего	- 0.5 балла с окончательной оценки судьей D1
Маркировка поверхности ковра магнием или повреждение снаряда, включая опрыскивание (кроме параллельных брусьев)	- 0.5 балла с окончательной оценки судьей D1
Неправильное использование дополнительных матов или не использование их, если требуется	- 0.5 балла с окончательной оценки судьей D1
Изменение положения дополнительных матов тренером во время исполнения	- 0.5 балла с окончательной оценки судьей D1

упражнения	
Изменение высоты снаряда без разрешения	- 0.5 балла с окончательной оценки судьей D1
Перестановка или изъятие пружин из моста	- 0.5 балла с окончательной оценки судьей D1
<b>Другие индивидуальные нарушения</b>	
Уход без разрешения из зоны спортивных соревнований	Дисквалификация до конца спортивных соревнований (главный судья)
Неучастие в церемонии награждения	Аннулируется результат и общая оценка команды и спортсмена (главный судья)
Выполнение упражнения без сигнала к его началу или зеленого света	Окончательная оценка - 0 баллов
<b>Командные нарушения</b>	
Один или несколько спортсменов одной команды выступают в неправильном порядке	- 1.0 балл с командной оценки на соответствующем снаряде (главный судья)
Несоблюдение официального времени разминки.	-1.0 балл с командной оценки каждый раз (главный судья)
Нарушение в соревновательной форме во время командных спортивных соревнований	- 1.0 балл с окончательной командной оценки (один раз за спортивное соревнование главный судья)

Кроме отдельных случаев все эти сбавки всегда применяются судьей D1, бригады D и вычитаются из финальной оценки за упражнение.

Таблица № 1.2

### Штрафные санкции за недисциплинированное поведение тренера

Сбавки производятся главным судьей соревнований	Санкции/сбавка
Поведение тренера, не имеющее непосредственного влияния на результат или выступление спортсмена или команды	
Неспортивное поведение, (действительно во время всех фаз спортивных соревнований)	1 раз – желтая карточка тренеру (предупреждение)
	2 раза – красная карточка тренеру и удаление его со спортивных соревнований
Другое вопиющее, недисциплинированное и оскорбительное поведение (действительно во время всех фаз спортивных соревнований)	Сразу – красная карточка тренеру и удаление его со спортивного соревнования
Поведение тренера, имеющее непосредственное влияние на результат или выступление спортсмена или команды	
Неспортивное поведение: преднамеренное затягивание или прерывание хода спортивного соревнования, разговоры во время спортивного соревнования со спортивными судьями, за	Первый раз – сбавка 0.5 балла с оценки спортсмена или команды на виде и желтая карточка тренеру (предупреждение) за разговоры со спортивными судьями

исключением судьи D1 (при подаче протеста) подсказки напрямую спортсмену, с помощью сигналов, криков (хлопков) или другим способом во время упражнения	Первый раз – сбавка 1.0 балл с оценки спортсмена или команды на снаряде и желтая карточка тренеру (предупреждение), если тренер агрессивно разговаривает с работающими спортивными судьями.
	Второй раз – сбавка 1.0 балл с оценки спортсмена или команды на виде и красная карточка тренеру и удаление тренера из зала спортивных соревнований
Другое вопиющее, недисциплинированное и оскорбительное поведение, неразрешенное присутствие посторонних лиц в соревновательной зоне во время спортивных соревнований	Сбавка 1.0 балл с оценки спортсмена или команда на виде, сразу красная карточка тренеру и удаление его из зала спортивных соревнований

В исключительных случаях тренер или спортсмен могут быть удалены из зала спортивных соревнований в дополнении к специфичной сбавке. Во время спортивных соревнований, если тренер спортсмена или команды удаляется из зала спортивных соревнований, он может один раз быть заменен на другого тренера. Если в делегации только один тренер, то он может остаться на спортивном соревновании, но он может быть не допущен на следующее спортивное соревнование.

## II. ОЦЕНИВАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО УПРАЖНЕНИЯ

### 1. Общие правила оценивания упражнения

1.1. На каждом виде существуют две отдельные оценки – D и E.

Судьи бригады E выставляют оценку E за исполнение упражнения в соответствии с требованиями к композиции, технике и осанке.

1.2. Оценка D.

Оценка D складывается из:

а) стоимости 8 элементов, лучшие 7, но не более 4 элементов из одной структурной группы среди лучших засчитанных, плюс стоимость соскока (во втором спортивном разряде стоимость 7 элементов: лучшие 6 + соскок).

Если судье нужно выбрать 7 (6) засчитываемых элементов из элементов одной и той же стоимости, но принадлежащих к разным группам элементов, он должен выбрать в пользу спортсмена;

б) стоимости соединений, основанной на специальных правилах для каждого снаряда;

в) стоимости требований групп элементов, исполненных среди 8 (7) считааемых элементов, входящими в зачет оценки D (во втором спортивном разряде

при подсчете не учитывается стоимость требований структурных групп элементов, за исключением соскока).

г) бонуса за доскок.

### 1.3. Оценка Е.

Оценка Е определяется путем вычитания сбавок из 10 баллов, производимых в десятых балла за:

а) общие сбавки за эстетические ошибки и ошибки исполнения;

б) общие сбавки за технические и композиционные ошибки.

Высшая и низшая сумма сбавок за ошибки исполнения, эстетики, техники и композиции, подсчитанные в десятых долях балла, отбрасываются. Средняя из оставшихся сумм сбавок вычитается из 10 баллов. Результат является оценкой Е.

Оценка Е выводится следующим образом:

7 оценок Е: среднее значение из 3-х средних оценок;

5 оценок Е: среднее значение из 3-х средних оценок;

4 оценки Е: среднее значение из 2-х средних оценок;

3 оценки Е: среднее значение из 3-х оценок;

2 оценки Е: среднее значение из 2-х оценок.

### 1.4. Определение окончательной оценки.

Окончательная оценка за упражнение – сумма оценок D и E.

Правила судейства и выведения окончательной оценки одинаковы для всех фаз спортивных соревнований (квалификация, финал командных спортивных соревнований, финал многоборья, финалы в отдельных дисциплинах), кроме опорного прыжка.

Результат спортсмена в многоборье представляет собой сумму окончательных оценок, полученных им на шести видах.

Командный результат подсчитывается в соответствии с положением (регламентом) о спортивных соревнованиях.

Квалификация спортсмена и участие в финале командных спортивных соревнований, финале многоборья и финалах в отдельных дисциплинах осуществляется в соответствии с положением (регламентом) о спортивных соревнованиях.

На официальных спортивных соревнованиях показывают единую оценку бригады D и финальную оценку бригады E. Индивидуальная оценка каждого судьи E заносится в основной протокол результатов. Оценка D, оценка E и окончательная оценка должны быть показаны зрителям.

### 1.5. Короткое упражнение.

Бригада D произведет специальную нейтральную сбавку за короткое упражнение с окончательной оценки (таблица № 1.3).

Таблица № 1.3

## Сбавки за короткое упражнение

Количество элементов	Нейтральная сбавка (баллы) (кроме второго спортивного разряда)	Нейтральная сбавка (баллы) (второй спортивный разряд)
8	0	–
7	0	0
6	0	0.5
5	3.0	1.0
4	4.0	3.0
3	5.0	4.0
2	6.0	5.0
1	7.0	7.0
0	10.0	10.0

**2. Правила относительно оценки D****2.1. Трудность.**

Во всех фазах спортивных соревнований на вольных упражнениях, коне, кольцах, параллельных брусьях и перекладине существует следующая стоимость трудности элементов в таблице № 1.4.

Таблица № 1.4

## Группы трудности и стоимость элементов

Группы	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
Стоимость	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0

**2.2. Требования к группам элементов и соскокам.**

С помощью этой категории спортивный судья оценивает те требуемые формы движений, которые, в дополнение к личным склонностям спортсмена и индивидуальным техническим способностям, предназначены для увеличения разнообразия движений при построении композиции упражнения:

2.2.1. На каждом виде, за исключением вольных упражнений, есть 3 группы элементов, обозначенных цифрами I, II, III, и группа соскоков – IV. Вольные упражнения содержат 4 группы элементов.

2.2.2. Спортсмен должен включить в свое упражнение как минимум один элемент из трех групп элементов, и из четырех на вольных упражнениях.

Один элемент может выполнить требование только к той группе элементов, в которой он записан в таблице.

2.2.3. Каждое выполненное требование к группе элементов, стоимостью D или выше (входящими в 7 оцениваемых (8 для вольных упражнений), поощряется

судьями бригады D в размере 0.5 балла.

2.2.4. Каждое выполненное требование к группе элементов, стоимостью А, В или С поощряется судьями бригады D в размере 0.3 балла (за исключением группы I на всех видах, где элемент любой трудности дает 0.5 балла).

2.2.5. В первом спортивном разряде каждое выполненное требование к группе элементов, стоимостью С или выше (входящими в семь оцениваемых (восемь для вольных упражнений) поощряется судьями бригады D в размере 0.5 балла.

2.2.6. Каждое выполненное требование к группе элементов, стоимостью А и В поощряется судьями бригады D в размере 0.3 балла (за исключением структурной группы I на всех видах, где элемент любой трудности дает 0.5 балла).

2.2.7. Во втором спортивном разряде элемент стоимостью группы «С» или выше (с учетом специальных требований), поощряется спортивными судьями бригады D в размере 0.3 балла (один раз за упражнение).

2.2.8. Все упражнения должны заканчиваться элементами, входящими в группу соскоков, выполненных на ноги. Применяется следующее правило выполнения требований к группе соскоков.

Стоимость группы элементов соскока (таблица № 1.5) равна стоимости трудности элемента до группы Е включительно. Все соскоки сложностью выше группы Е дают 0.5 балла за выполнение требования (соскок F получает 0.6 балла за трудность и 0.5 балла за требование к группе элементов).

Таблица № 1.5

Стоимость группы элементов соскока

Группа соскока	А	В	С	D	Е	F	G	Н
Стоимость соскока	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8
Стоимость требования к соскоку	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.5	0.5	0.5

Это правило не применяется на вольных упражнениях;

соскоки со всех снарядов, а также вольные упражнения и опорные прыжки должны заканчиваться в стойке ноги вместе. За исключением вольных упражнений, запрещено исполнять соскок толчком ног;

на вольных упражнениях соскоком считается заключительный сальтовый элемент последней акробатической связки.

2.2.9. Все наскоки должны выполняться из основной стойки (ноги вместе), с короткого разбега (только на параллельных брусьях и перекладине) или из вися. Не разрешается исполнение каких-либо предварительных элементов или промежуточных элементов перед наскоком. Это правило не касается опорного

прыжка, где действуют специальные правила для вида.

2.2.10. Приземление в доскок на соскоках, минимум группы С (для второго спортивного разряда минимум группы В), а также на сальтовых опорных прыжках поощряется судьями бригады D бонусом в размере 0.1 балла, за исключением коня. Другие сбавки, такие как, приземление ноги врозь, размахивание руками, неподготовленное приземление не отменяют бонус. Если пятки поднимаются для сохранения равновесия, бонус не присуждается.

### 2.3. Баллы за соединения.

В распоряжении судей бригады D имеются надбавки для поощрения гимнастов спортсменов за исполнение специальных соединений. Эти баллы служат лучшей дифференциации упражнений, которые содержат специальные соединения, что описано на каждом снаряде.

Баллы за соединения даются только за прямое соединение засчитанных элементов высших групп трудности, выполненных без падения.

### 2.4. Оценивание судейской бригады D.

Судейская бригада D несет ответственность за оценивание содержания упражнения и выставление правильной оценки D. Спортивные судьи обязаны засчитать и оценить каждый правильно выполненный действующий элемент.

Очень плохо выполненные элементы не засчитываются судьями D и за них производится сбавка судьями E.

Каждый элемент оценивается в зависимости от качества его исполнения вплоть до финального положения.

В таблице № 1.6 указаны действия судей бригады D в зависимости от действий спортсмена.

Таблица № 1.6

#### Действия судей бригады D

Действия спортсмена	Действия судьи бригады D
Ошибки, влекущие за собой непризнание элемента	Не считается трудность
Оказание помощи страхующим во время выполнения элемента	Не считается трудность
Статичное положение не удерживается	Не считается трудность
Повторение элемента	Разрешено, но без оценки
Соскок, выполненный толчком ног, или другой неразрешенный соскок	Не считается выполнение элемента и требования к группе соскоков
Другие запрещенные элементы	Не засчитывается выполнение элемента

### 2.5. Непризнание элемента.

2.5.1. Бригада D не засчитывает элемент, если он был выполнен с существенным отклонением от описанного исполнения. Также не засчитывается элемент в следующих случаях (но не только в этих):

2.5.1.1. На вольных упражнениях элемент выполнен с началом за линией ковра.

2.5.1.2. Выполнен недействительный опорный прыжок.

2.5.1.3. На перекладине элемент выполнен толчком ног о перекладину или с перекладины.

2.5.1.4. На любом снаряде выполнен силовой или статический элемент с разведенными ногами, если он не описан таким образом в таблице трудности.

2.5.1.5. Во время исполнения элемент изменен так сильно, что невозможно определить его номер и стоимость.

2.5.1.6. Элемент прогн выполнен в групп или согн (или наоборот). В таком случае оценивается выполненный элемент.

2.5.1.7. Силовой элемент, исполняемый ноги вместе, выполнен ноги врозь.

2.5.1.8. Силовой статический элемент выполнен существенно согнутыми руками.

2.5.1.9. На кольцах элемент в стойке или с приходом в стойку выполняется с контролированием ногами или ступнями о трос.

2.5.1.10. Элемент выполняется с помощью страхующего.

2.5.1.11. Спортсмен падает на или со снаряда, изменяет элемент или прерывает исполнение упражнения по какой-либо другой причине.

2.5.1.12. Во время исполнения элемента гимнаст падает на или со снаряда, не достигнув конечного положения, которое позволило бы ему по меньшей мере махом продолжить упражнение.

2.5.1.13. Спортсмен не удерживает силовую статику или просто статику. Подъем или опускание из силовой статики, которая не была по каким-либо причинам засчитана.

2.5.1.14. На большинстве снарядов элемент с вращением, которое выполнено с перекрутом или недокрутом  $>90^\circ$  или маховой элемент с отклонением от правильного положения  $>45^\circ$  (смотри Приложение). В некоторых случаях недокрут  $>90^\circ$  может привести к признанию более низкой трудности прыжка/элемента бригадой D.

2.5.1.15. На коне при исполнении элементов в упоре поперек или продольно отклонение на  $45^\circ$  и более от правильного положения в большей части исполнения элемента.

2.5.1.16. На любом снаряде отклонение  $>45^\circ$  от правильного горизонтального положения туловища, рук или ног при выполнении силовой статики или просто статики.

2.6. Всегда судьи бригады D должны принимать решение, основываясь на гимнастическом разуме и принимать решение в интересах спортивной гимнастики.

2.7. Элементы, которые выполнены настолько плохо, что не могут быть засчитаны судьями бригады D, должны также быть наказаны судьями бригады E

существенными сбавками.

2.8. Элементы с более высокой трудностью будут считаться первыми, в случае специальных повторений.

2.9. Повторы.

Правила для повторов:

а) упражнение не может быть повторено, если только гимнаст не был вынужден прервать его исполнение по независящим от него причинам.

Если спортсмен падает на или со снаряда, он/она может продолжить выполнение упражнения с момента падения или повторить для оценки элемент, на котором произошло падение;

б) никакой элемент (с одинаковым номером) не может быть повторен для учета его трудности или для поощрительных баллов за соединение. Это касается и элементов, повторенных в соединениях (исключение: определенные элементы на кольцах и круги на коне – стоимость повышается, если они исполняются дважды подряд в специальных соединениях);

в) если по какой-либо причине трудность элемента не была засчитана, этот элемент не может выполнить требование к группам элементов.

### **3. Правила относительно оценки E**

#### **3.1. Описание представления упражнения.**

Исполнение упражнения состоит только из факторов, касающихся техники выполнения спортсменом упражнения. Ошибки в технике выполнения влекут за собой сбавки, производимые судьями E. К этим факторам относятся: техника, композиция (общие представления о конструкции упражнения), эстетика и исполнение. Максимальная оценка за исполнение упражнения – 10.0 баллов.

Спортсмены должны включать в свое упражнение только те элементы, которые они способны исполнить уверенно и с высоким эстетическим и техническим мастерством. Ответственность за безопасность спортсмена возлагается полностью на самого спортсмена. Судьи бригады E обязаны строго наказывать спортсмена за любую ошибку эстетики, исполнения, композиции и техники.

#### **3.2. Подсчет сбавок судейской бригадой E.**

3.2.1. Судьи бригады E оценивают упражнение и определяют сбавки независимо друг от друга в течение 20 сек после окончания упражнения.

3.2.2. Каждое упражнение оценивается с точки зрения безошибочного исполнения. Все отклонения от такого исполнения наказываются сбавками за ошибки эстетики и композиции, техники и исполнения. Сбавки суммируются до 10.0 баллов за выполненное упражнение.

3.2.3. Все наскоки должны выполняться из основной стойки (ноги вместе), с короткого разбега (только на параллельных брусьях и перекладине) или из вися. Не

разрешается исполнение каких-либо предварительных элементов или промежуточных элементов перед наскоком. Это правило не касается опорного прыжка, где действуют специальные требования.

3.2.4. Соскоки со всех снарядов, кроме вольных упражнений у спортсменов женского пола, должны заканчиваться в основной стойке, ноги вместе. За исключением вольных упражнений, запрещено исполнять соскок толчком ног.

### 3.3. Работа судейской бригады Е.

3.3.1. Судьи бригады Е несут ответственность за оценку всех технических и эстетических аспектов исполнения и соблюдение требований к композиции упражнения на снаряде. Бригада Е следит за технически правильным исполнением элемента и за тем, чтобы элемент заканчивался в правильной позиции.

3.3.2. Судьи бригады Е не принимают во внимание выполнение требований к трудности и группам элементов. Спортивные судьи обязаны производить сбавки в соответствии с величиной ошибки вне зависимости от сложности исполняемого элемента или соединения.

3.3.3. Спортивные судьи бригады Е (и бригады D) должны постоянно обновлять свои знания современной гимнастики и быть в курсе последних требований к исполнению элементов, изменений основных направлений развития вида спорта. В связи с этим они должны знать – что возможно, что разумно требовать, что является исключением и что представляет собой частный случай.

3.3.4. Судьи бригады Е могут не производить сбавок в случае исполнения элементов, которые не содержат ошибки, а способ исполнения их направлен на достижение особого эффекта или конкретной цели. На перекладине спортсмены часто исполняют большие обороты таким образом, что они являются подготовительными перед элементами с фазой полета или соскоком. За это не производится сбавка, даже если спортсмен не проходит через стойку, потому что в этом нет необходимости и не нарушается тем самым требования к эстетике и технике исполнения.

3.3.5. Если по какой-либо причине судья бригады Е колеблется в принятии решения, он должен разрешить свои сомнения в пользу спортсмена.

3.3.6. В том случае, если при исполнении одного элемента спортсмен допустил две ошибки, судья бригады Е обязан наказать его дважды (если элемент выполнен с эстетической ошибкой и технической ошибкой). Это может произойти на параллельных брусьях при исполнении элемента «оберучный» с угловым отклонением и согнутыми коленями.

### 3.4. Определение ошибок исполнения и техники.

3.4.1. Каждый элемент должен исполняться технически правильно с приходом в правильное конечное положение.

3.4.2. Все отклонения от правильного исполнения рассматриваются как

ошибки исполнения или технические ошибки и соответственно оцениваются спортивными судьями. Величина сбавки за мелкие, средние и грубые ошибки определяется градусом отклонения от правильного исполнения. Сбавки одинаковы, независимо от того, идет ли речь о руках, ногах или туловище.

3.4.3. Сбавки за все эстетические и технические отклонения по отношению к правильному исполнению в таблице № 1.7. Эти сбавки должны применяться в независимости от трудности элемента или упражнения.

Таблица № 1.7

## Общие сбавки

Ошибки	Проявление	Сбавка
Мелкая ошибка	а) маленькая неточность или легкое отклонение от правильного конечного положения или исполнения; б) небольшое исправление положения рук, ног или туловища; в) все другие мелкие нарушения правильной эстетики и техники исполнения.	0.1 балла
Средняя ошибка	а) заметное или значительное отклонение от правильного исполнения или правильного конечного положения; б) заметное или значительное исправление положения рук, ног или туловища; в) все другие значительные отклонения от правильной эстетики и техники исполнения.	0.3
Грубая ошибка	а) сильное отклонение от правильного исполнения или правильного конечного положения; б) существенное исправление положения рук, ног или туловища; в) полный междумах; г) все другие сильные отклонения от правильной эстетики и техники исполнения.	0.5
Падение	а) падение на снаряд или со снаряда; б) оказание помощи страхующим	1,0

## 3.5. Падение или оказание помощи страхующим.

Правила, касающиеся падения и помощи страхующим.

3.5.1. Падением считается, когда во время исполнения элемента спортсмен падает на снаряд или со снаряда и не может как минимум продолжить упражнение, или если спортсмен не в состоянии показать моментальный контроль над элементом во время приземления или хвата.

3.5.2. Один балл является максимальной сбавкой за приземление за элемент с падением и включает в себя все шаги, касания или опору на мат/ковёр перед падением. Другие ошибки исполнения (высота, открывание перед приземлением, недокрученные винты) учитываются.

3.5.3. В конце упражнения на виде спортсмен не выполнил соскок, но

приземлился намеренно на ноги, сбавка за падение не производится. г) упражнение, прерванное падением, может быть продолжено в течение 30 сек после падения на коне, кольцах, параллельных брусьях, перекладине. Спортсмен может использовать необходимое количество движений или элементов для принятия положения, позволяющего ему продолжить упражнение. Однако, все эти элементы и движения должны выполняться с идеальным исполнением. Спортсмену разрешено повторить тот элемент, на котором произошло падение с тем, чтобы этот элемент был учтен при оценивании, исключением является падение при выполнении соскока (за исключением коня) или опорного прыжка.

3.6. Ошибки исполнения, как согнутые руки или ноги, неправильное положение туловища, плохая осанка, нарушения ритма, недостаточная амплитуда.

3.6.1. Ошибки исполнения, как согнутые руки или ноги, неправильное положение туловища, плохая осанка, нарушения ритма, недостаточная амплитуда наказываются в зависимости от величины допущенной ошибки или отклонения от правильной техники исполнения.

3.6.2. Ошибки исполнения, как согнутые руки, ноги и туловище, кроме статических элементов и силовых перемещений, классифицируются следующим образом в таблице № 1.8.

Таблица № 1.8

Сбавки за согнутые руки, ноги, туловище, кроме статических элементов и силовых перемещений

Ошибка	Степень сгибания	Угол отклонения (градусы)	Сбавка
Мелкая ошибка	Незначительное сгибание	$>0^{\circ} - 45^{\circ}$	0,10 балла
Средняя ошибка	Сильное сгибание	$>45^{\circ} - 90^{\circ}$	0,30 балла
Грубая ошибка	Чрезмерное сгибание	$>90^{\circ}$	0,50 балла и не считать

Исключения:

а) параллельные брусья – сгибание ног до горизонтали при выполнении «Мой» или оборотов и согнутые ноги при исполнении элементов типа «Бавсар» во время подъема разгибом;

б) перекладина – согнутые ноги при выполнении маховых движений и согнутые руки при возобновлении хвата после перелетов.

В этих случаях Правилами предусмотрены специфические сбавки.

3.6.3. Во время статики и силовых перемещений, руки (и, где это уместно, тело) должны быть прямыми во время выполнения элемента. Если руки и/или тело сгибаются, размер сбавки определяется согласно таблице № 1.9.

Таблица № 1.9

## Сбавки за сгибание частей тела в статических и силовых перемещениях

Ошибка	Угловое отклонение	Сбавка
Мелкая	0° - 15°	0,10 балла
Средняя	>15° - 30°	0,30 балла
Грубая	>30° - 45°	0,50 балла
Грубая	>45°	0.50 балла и не считать

3.6.4. Для силовых удержаний или простых статических положений на любом виде, угловые отклонения от идеального положения определяют величину технической ошибки и соответствующие сбавки (таблица № 1.10, рисунок № 1.1.).

Таблица № 1.10

## Сбавки за отклонение тела в статических положениях

Мелкая ошибка	Средняя ошибка	Грубая ошибка
>5°-20°	>20° - 45°	>45° и не считать

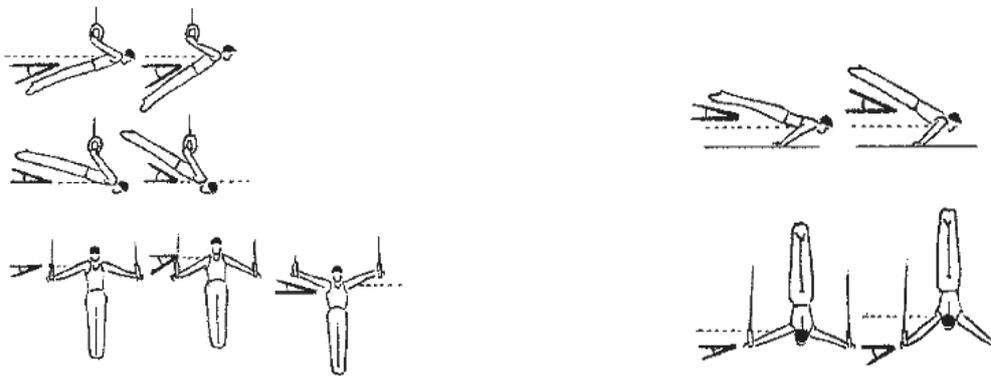


Рисунок № 1.1. Отклонения от правильного исполнения статических элементов.

3.6.5. Если трудность элемента силовой статики не была засчитана по какой-либо причине, не засчитывается и трудность подъема силой из этого элемента. Последующая силовая часть может быть признана при соблюдении технических требований. Если предшествующий элемент силовой статики в связи с неправильным техническим исполнением был наказан сбавкой, то за последующий подъем силой в стойку или упор производится такая же сбавка (максимум до 0.3 балла), так как тем самым упрощается исполнение. Это правило касается только тех случаев, когда более высокое положение или технически плохо выполненная статика облегчает последующий подъем. Это не касается подъемов из плохо выполненного угла, глубокого хвата или за время удержания статического, силового элемента. Эта сбавка применяется только за ошибки угла отклонения между двумя силовыми элементами.

3.6.6. Сбавки за отклонения от правильного конечного положения могут быть

применены к маховым элементам. В большинстве случаев правильным конечным положением считается ст на рр или при выполнении кругов на коне четкая позиция упора поперек или продольно. Для маховых элементов применяется следующее правило:

а) на вольных упражнениях, коне, кольцах, параллельных брусьях и перекладине спортсмен в маховых элементах должен выполнять их точно через стойку, иначе будет нарушен ритм упражнения. Поэтому допускается небольшое отклонение до  $15^\circ$ , позволяющее до конца выполнить элемент. Производится маленькая сбавка, если это отклонение составляет от  $>15^\circ$  до  $30^\circ$ ;

б) на коне – круги и большинство других элементов должны исполняться из и в безупречный упор поперек или продольно с максимальным отклонением до  $15^\circ$ . Каждый раз, когда в упражнении наблюдается определенное отклонение в элементах, производится сбавка. Это означает, что судьи Е производят сбавки за перекошенное исполнение за каждый элемент, а судьи бригады D не засчитывают элемент, если есть отклонение более  $45^\circ$  от правильного положения упора во время исполнения большей части элемента;

в) на перекладине для маховых элементов, исполняемых через/или в стойку отклонения от правильного положения наказываются следующим образом:

до  $15^\circ$  – без сбавки;

от  $15^\circ$  до  $30^\circ$  – мелкая ошибка;

от  $30^\circ$  до  $45^\circ$  – средняя ошибка;

больше  $45^\circ$  – грубая ошибка и не засчитывается судьями бригады D.

3.6.7. В случае отклонения в конечном положении больше  $45^\circ$  (или больше  $90^\circ$  при исполнении элементов с вращением вдоль продольной оси) спортивными судьями бригады Е производится сбавка за грубую ошибку, а судьи бригады D не засчитывают выполнение данного элемента. В некоторых случаях неполного выполнения вращения вдоль продольной оси можно засчитать более низкую группу трудности, учитывая количество правильно исполненных вращений.

3.6.8. На кольцах, при выполнении маховых элементов в силовую статику или силовых дожиманий, плечи и/или тело не должны быть выше идеального конечного положения. В противном случае производится сбавка:

от  $5^\circ$  до  $20^\circ$  – мелкая ошибка;

от  $20^\circ$  до  $45^\circ$  – средняя ошибка;

больше  $45^\circ$  – грубая ошибка и не засчитывается судьями бригады D.

3.6.9. Все статические элементы должны удерживаться не менее 2 сек с момента, когда спортсмен принял неподвижное положение. Статические элементы, которые не удерживаются, наказываются судьями бригады Е как грубая ошибка и не засчитываются судьями бригады D:

2 сек – без сбавки;

менее 2 сек – средняя ошибка;

без остановки – грубая ошибка и не засчитывается судьями бригады D.

### 3.7. Сбавки за плохое приземление.

Правильное приземление – это такое приземление, которое спортсмен был готов выполнить, а не то, которое по счастливой случайности закончилось в положении стоя. Техническое мастерство спортсмена должно быть таковым, чтобы он имел время уменьшить вращение и/или выпрямить туловище перед приземлением.

3.7.1. Приземления и соскоки на ноги без ошибок. Для обеспечения безопасности спортсмен может приземлиться со стопами врозь (так, чтобы должным образом соединить пятки вместе) после выполнения любого сальто. Это расстояние также может быть определено как 10 см. Если стопы находятся на расстоянии более 10 см. друг от друга, будет произведена сбавка 0,10 или 0,30 балла, даже если пятки будут сведены вместе. Спортсмен должен завершить приземление соединив пятки вместе без перемещения и поднимания передней части стопы. Это делается, приподнимая пятки с мата, и соединяя их вместе без поднимания передней части стопы. Руки так же должны находиться под контролем без каких-либо ненужных взмахов.

### 3.7.2. Сбавки за приземление ноги врозь в таблице № 1.11.

Таблица № 1.11

Сбавки за положение ног при приземлении

Характеристика приземления	Сбавки
Приземление со стопами незначительно врозь (до 10 см) и спортсмен, приподнимая пятки соединяет их вместе без перемещения и поднимания передней части стопы.	Без сбавки
Приземление со стопами незначительно врозь (до 10 см) или менее ширины плеч, спортсмен поднимает стопу, чтобы соединить обе ноги вместе или вообще не соединяет ноги вместе приподнимая только пятки.	0.1 балла сбавка за приземление ноги врозь
Приземление ноги врозь со стопами более ширины плеч, гимнаст поднимает стопу, чтобы соединить обе ноги вместе ИЛИ вообще не соединяет ноги вместе.	0.3 сбавка за приземление ноги врозь

3.7.3. Все другие ошибки исполнения (ошибки во время фазы полета или недостаточное выпрямление перед приземлением) должны всегда рассматриваться в дополнение к требованиям приземления; во время приземления маленький шаг определяется как максимум одна ступня расстояния между стопами при шаге или подскоке. Любое большее расстояние будет определено как большой шаг или прыжок и будет наказано средней сбавкой.

Низкое приземление определяется, когда высота бедер ниже уровня колен,

которое наказывается сбавкой 0,5 балла за техническую ошибку.

### 3.8. Требования к построению композиции упражнения.

Общие требования к построению композиции упражнения – это аспекты упражнения, которые определяют смысл выступления на каждом виде. Речь идет об использовании всего ковра на вольных упражнениях, исполнении махов без остановок, отсутствии повторов и другое.

Ошибками в композиции являются, но ими этот вопрос не ограничивается:

а) беспричинное разведение ног (средняя ошибка = 0.3 балла производится судьями бригады Е). При исполнении элемента спортсмен не должен допускать разведения ног, если это выполняется без какой-либо определенной цели это противоречит эстетике упражнения. Исполнение на брусках пов на 180° в ст на рр или «оберучного» с разведенными ногами не допускается, на перекладине и кольцах нельзя исполнять элементы со скрещенными ногами, на кольцах – крест, самолет и стойку с разведенными ногами. Большинство элементов, при исполнении которых разрешено или необходимо разведение ног, указаны в таблицах групп трудности;

б) повтор элементов. Повторы элементов разрешены, но они не будут учитываться в поощрительных баллах за трудность или соединение. Но спортивные судьи бригады Е будут оценивать их как все остальные элементы;

в) переход в более низкое положение, полумеждумах или полный междумах (средняя или грубая ошибка – сбавка 0.30 или 0.50 балла судьями бригады Е).

Полумеждумахом является мах, в конце которого спортсмен не исполняет никакого элемента, не меняет положение упора, вися или хвата (средняя ошибка судьями бригады Е). Полный междумах состоит из двух следующих друг за другом полумеждумахов (грубая ошибка – сбавка судьями бригады Е). Переход в более низкое положение при махе назад представляет собой мах назад в упор или упор на руках на параллельных брусках, при котором меняется только направление и принимается более низкое положение (даже если при этом происходит смена хвата) (средняя ошибка – сбавка судьями бригады Е).

в) опускание ног во время выполнения любого элемента в ст на рр или статических удержаний. Сбавки судейских бригад за опускание ног при выполнении ст на рр или статических удержаний в таблице № 1.12.

Таблица № 1.12

Сбавка судейских бригад за опускание ног при выполнении ст на рр или статических удержаний

Отклонение от правильной позиции	Сбавки судей бригады Е	Оценка D
0°-15°	0.1 балла	-
>15°-30°	0.3 балла	-

>30°-45°	0.5 балла	-
>45° и не считать	0.5 балла	Не засчитано

### 3.9. Сбавки, производимые спортивными судьями бригады Е.

Сбавки, приведенные в таблице № 1.13, касаются всех видов и производятся спортивными судьями бригады Е.

Таблица № 1.13

#### Сбавки судей бригады Е

Ошибки	Сбавки		
	Мелкая, сбавка 0.1 балла	Средняя, сбавка 0.3 балла	Грубая, сбавка 0.5 балла
<b>Ошибки эстетики и исполнения</b>			
Нечеткое положение туловища (в групп, согн, прогн)	+	+	—
Корректировка положения рук или хвата, каждый раз	+	—	—
Хожение в стойке или подскоки (каждый шаг или подскок)	+	—	—
Касание снаряда или пола ногами или стопами	+	—	—
Удар о снаряд или пол	-	—	+
Касание спортсменом страхующим во время исполнения упражнения без оказания ему поддержки	-	+	—
Остановка в выполнении упражнения без падения	-	—	+
Согнутые руки, ноги, разведенные ноги	+	+	+
Плохая осанка или попытки исправить осанку в конце элемента	+	+	—
Исполнение сальто с разведенными коленями или ногами	≤ ширины плеч	> ширины плеч	—
Разведенные ноги при приземлении	≤ ширины плеч	> ширины плеч	—
Неуверенность, несущественные исправления положения ступней или чрезмерное размахивание руками при приземлении	+	—	—
Потеря равновесия во время приземления без падения или опоры руками (максимум -1.0 балл всего за шаги, подскоки)	Маленький шаг или подскок - 0.1 балла за каждый шаг	Большой шаг или подскок, касание мата 1 или 2 руками	—
Приземление, таз ниже колен (низкое приземление)	—	—	+
Падение при выполнении приземления или опора на 1 или 2 руки	—	—	1 балл
Падение при приземлении без	—	—	1 балл и не

касания мата ступнями			считать судьями D
Нетипичное разведение ног	—	+	—
Другие ошибки эстетики	+	+	+

Ошибки эстетики и исполнения			
Нечеткое положение туловища (в груп, согн, прогн)	+	+	—
Корректировка положения рук или хвата, каждый раз	+	—	—
Ходжение в стойке или подскоки (каждый шаг или подскок)	+	—	—
Касание снаряда или пола ногами или стопами	+	—	—
Удар о снаряд или пол	—	—	+
Касание спортсмена страхующим во время исполнения упражнения без оказания ему поддержки	—	+	—
Остановка в выполнении упражнения без падения	—	—	+
Согнутые руки, ноги, разведенные ноги	+	+	+
Плохая осанка или попытки исправить осанку в конце элемента	+	+	—
Исполнение сальто с разведенными коленями или ногами	≤ ширины плеч	> ширины плеч	—
Разведенные ноги при приземлении	≤ ширины плеч	> ширины плеч	—
Неуверенность, несущественные исправления положения ступней или чрезмерное размахивание руками при приземлении	+	-	—
Потеря равновесия во время приземления без падения или опоры руками (максимум -1.0 балл всего за шаги, подскоки)	Маленький шаг или подскок - 0.1 балла за каждый шаг	Большой шаг или подскок, касание мата 1 или 2 руками	—
Приземление, таз ниже колен (низкое приземление)	—	—	+
Падение при выполнении приземления или опоры на 1 или 2 руки	—	—	1 балл
Падение при приземлении без касания мата ступнями	—	—	1 балл и не считать судьями D
Нетипичное разведение ног	—	+	—
Другие ошибки эстетики	+	+	+
Другие ошибки и сбавки			
Отклонения при исполнении махов в или через стойку, при исполнении кругов	>15° - 30°	>30° - 45°	>45° и не считать
Отклонения в статических	>5° - 20°	>20° - 45°	>45° и не

положениях			считать
Выход силой из плохо выполненной статики	Сбавки в соответствии со сбавками за статику (максимально 0.3)		
Не довороты	до 30°	>30° - 60°	>60° - 90° >90° и не считать
Недостаточная высота или амплитуда выполнения сальто и элементов с фазой полета	+	+	-
Дополнительная или промежуточная опора рукой	+	-	-
Мах, выполненный силой, или наоборот (смотри кольца)	+	+	+
Продолжительность остановки в статическом положении (2 сек.)	-	Менее 2 сек	Без остановки и не считать
Задержка, остановка при выполнении подъемов	+	+	-
Опускание ног во время выполнения любого элемента в ст на рр или удержания	0 - 15°	>15°-30°	>30° - 45° >45° и не засчитан
Неуверенность или потеря равновесия при выполнении стойки	+	Мах или грубое нарушение	-
Падение на или со снаряда	-	-	1 балл
Междумах или переход в более низкое положение при махе назад	-	Полумеждумах или понижение	Междумах
Помощь, оказываемая страхующим при выполнении элемента	-	-	1 балл и не засчитан
Туловище недостаточно выпрямлено в процессе подготовки к приземлению	+	+	-
Другие технические ошибки	+	+	+

### III. ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Размер рабочей зоны ковра 12 м x 12 м

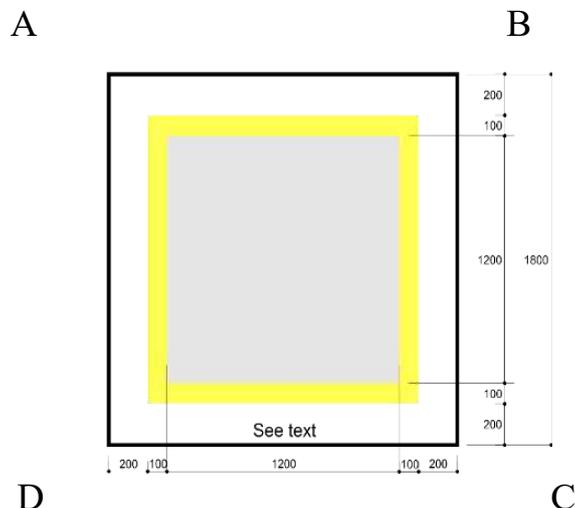


Рисунок № 1.2. Размеры ковра для вольных упражнений

#### 4. Описание вольных упражнений

Основной частью вольных упражнений являются акробатические элементы, комбинированные с другими гимнастическими элементами, такими как силовые элементы, равновесия, элементы гибкости, стойки и хореографические движения и элементы, которые, соединяясь в гармоничное и ритмичное целое, составляют упражнение с использованием всей поверхности ковра (12 x12 м).

#### 5. Общая информация об исполнении упражнения

5.1. Спортсмен должен начать свое упражнение в пределах ограничительных линий ковра из положения стоя ноги вместе. Упражнение и судейство начинаются с момента первого движения ступней спортсмена.

Упражнение должно выполняться исключительно в пределах ограничительных линий ковра. Элементы, начатые за этими границами, будут оценены судьями бригады E, но судьи бригады D не учтут их при выведении оценки D.

5.2. Площадь для вольных упражнений обозначена ограничительными линиями или цветными разделителями. Линия считается частью ковра. Спортсмен может наступать на них, но не заходить за них.

5.3. Выход за ограничительные линии контролируется двумя спортивными судьями, если иное не указано в директивах спортивных соревнований, расположенными в углах ковра по диагонали. Каждый следит за двумя ближайшими линиями, если сидят внутри арены. В случае нарушения судья на линии должен известить судью D1 бригады D, в соответствии со следующими критериями (таблица № 1.14).

Таблица № 1.14

Сбавки за нарушения линии ковра

Ошибка	Сбавка
Приземление или касание пола за ограничительными линиями одной ступней или рукой	0,1 балла
Касание пола за ограничительными линиями ногами, руками, ногой и рукой или другими частями тел	0.30 балла
Приземление четко за ограничительными линиями	0.30 балла
Элемент, начатый за ограничительными линиями	не оценивается

Судья D1 бригады D производит соответствующую сбавку с окончательной оценки, если спортсмен вышел за пределы площадки, при возврате на ковер сбавка не производится.

5.4. Максимальная продолжительность вольных упражнений 70 сек, что

контролируется хронометристом. Минимальная продолжительность упражнения не регламентирована. Хронометрист подает звуковой сигнал через 60 сек после начала упражнения, который он повторяет через 70 сек, оповещая об истечении лимита времени. Отсчет времени начинается с момента первого движения ступней спортсмена и заканчивается в момент соскока, в положении стоя ноги вместе. Если упражнение превышает максимально допустимое время, хронометрист уведомляет об этом судью D1, который следит чтобы соответствующая сбавка была произведена с окончательной оценки;

5.5. Вся площадь ковра должна быть использована. Нет лимита на общее количество акробатических диагоналей в упражнении. Однако одна и та же диагональ не может быть использована более двух раз подряд. В случае если спортсмен использовал диагональ два раза подряд, он должен использовать боковую линию в неиспользованный угол ковра:

- а) боковая линия <12 м. (направление А-В, В-С, С-Д, Д-А);
- б) диагональ — это любая другая акробатическая линия.

Кроме того, спортсмен должен двигаться в и (или) из каждого угла. Если заключительную акробатическую диагональ гимнаст выполняет в еще не использованный угол, такое движение удовлетворяет правило. В случае, если спортсмен не побывал во всех углах, как указано, он получает нейтральную сбавку 0,3 судьей D1, один раз за упражнение. Использование одной и той же диагонали три раза подряд в нарушение требований, изложенных выше, приведет к нейтральной сбавке 0,3 балла, произведенной судьей D1 один раз во время упражнения.

5.6. Перед исполнением акробатических соединений или элементов спортсмену не разрешается останавливаться на две или более сек. Простые движения рук включены в определение паузы, поэтому две сек начинаются с момента, когда спортсмен принимает исходное положение.

5.7. Спортсмен должен заканчивать каждый акробатический элемент или связку точным приземлением перед выполнением следующего элемента любого другого типа. Неконтролируемые приземления во время таких переходов не разрешены. Упражнение должно заканчиваться акробатическим элементом с приземлением ноги вместе.

5.8. Спортсмен не должен использовать простые шаги для перехода в угол ковра. Простыми шагами считается перемещение спортсмена по ковру без любой хореографии (пов  $\geq 180^\circ$ , прыжки, махи ногами выше горизонтали во время шага и другое).

5.9. Ошибки техники и исполнения относятся к элементу, а не к каждому сальто входящему в элемент.

## **6. Информация по поводу оценки D**

6.1. Структурные группы элементов (далее – структурные группы).

Существуют следующие структурные группы:

I. Не акробатические элементы;

II. Акробатические элементы вперед;

III. Акробатические элементы назад;

IV. Одиночные сальто вперед и (или) назад с одним или более пов.

Концовка упражнения не может быть элементом группы I. Многократное сальто должно быть включено в упражнение (в соскок для мужчин) и должно быть среди восьми засчитанных элементов.

Многократное сальто не обязательно к выполнению для спортсменов первого и второго спортивных разрядов.

6.2. Информация относительно трудности и групп элементов.

6.2.1. Акробатические элементы могут быть соединением, сохраняя при этом индивидуальную стоимость.

6.2.2. Все арабские сальто («Твисты») находятся в группе элементов назад. «Двойной твист» с пов  $180^0$  относительно продольной оси тела, то же что двойное назад с пов  $360^0$  относительно продольной оси (элемент группы D).

6.3. Информация относительно соединений (CV).

6.3.1. Элемент группы D или сложнее + элемент группы B или C = +0.1 балла; элемент группы D или сложнее + элемент группы D или сложнее = + 0.2 балла.

6.3.2. Стоимость соединения будет прибавляться с обеих сторон элемента.

6.3.3. Бонус за соединение будет присуждаться только за 8 засчитанных элементов.

6.3.4. Надбавка за соединение с сальто в контртемпе не присуждается.

6.3.5. Бонус за соединение не будет присуждаться за прямое соединение одиночных сальто с пов.

6.3.6. Если спортсмен выполняет два или более элементов для бонуса за соединение и получает большую сбавку по любой причине, то за это конкретное соединение бонус не присуждается.

6.4. Дополнительные замечания и правила.

6.4.1. Не разрешено исполнение полутора сальто с приходом на руки и затем прыжком с рук на ноги.

6.4.2. Сальто в кувырок, а также прыжки в упор лежа запрещены.

6.4.3. Все разрешенные элементы, которые заканчиваются кувырком или в упоре лежа, записаны в таблице групп трудности. Для безопасности спортсменов все другие подобные элементы не разрешены.

6.4.4. Если в таблице групп трудности нет иных указаний, то круги ноги вместе и круги ноги врозь имеют одинаковую стоимость и одинаковый номер. Круги с пов (русские круги) с разведенными ногами исполнять нельзя.

6.4.5. Не разрешено исполнение незаписанной в правилах судейства силовой статики ноги врозь.

6.4.6. Для получения полной стоимости элемента, состоящего из двух силовых частей обе должны быть удержаны, однако на группу ниже будет оценен элемент если удержана только одна силовая часть («Манна» (1 сек) и стойка силой (без остановки) = группа C за «Манна»).

6.4.7. Все круги и круги «Томас» начинаются и заканчиваются в упоре спереди.

6.4.8. «Шпиндель» считается законченным, когда заканчивается действие пов. Чтобы «шпиндель» был признан одним отдельным элементом, он должен быть выполнен в пределах не более 2 кругов (3 позиции в упоре спереди от исходного начального положения).

6.4.9. Только акробатические элементы могут иметь сложность выше группы D.

6.4.10. Ст на pp с широко расставленными руками («Японская стойка») должна заканчиваться ноги вместе, чтобы голова находилась в пределах одной ладони от пола.

6.4.11. Если во время выполнения силовой ст на pp спортсмен шагнул или опустил ноги и коснулся ковра, группа сложности засчитана не будет. В то же время спортсмен может получить группу сложности за ст на pp, при необходимом удержании.

6.4.12. При выполнении сальто вперед прогн с пов на  $720^\circ$ , спортсмен получит полную стоимость элемента, если сгибание ног происходит во второй части элемента, но будет произведена сбавка за не четкую позицию тела (груп, согн и прогн).

6.4.13. Рондат с  $90^\circ$  пов с приземлением лицом вперед («Тинсика») не разрешен. В противном случае, следующий элемент не будет засчитан.

6.4.14. Спортсмен должен показать **либо** равновесие на одной ноге, **либо** прыжок с пов или без пов из перечня специальных элементов. Равновесие или прыжок может не входить в подсчет 8 засчитываемых элементов. Если это требование не будет выполнено, бригада D применит нейтральную сбавку в 0,3 балла. Ниже приведен список допустимых прыжков, которые имеют минимальное значение в группе A:

- а) прыжок назад в упор лежа;
- б) прыжок назад сгибаясь-разгибаясь или 1/1 пов в упор лежа;
- в) «Баттерфляй» с 1/1 пов вперед или назад;
- г) «Баттерфляй» с 2/1 пов;
- д) прыжок вперед с 1/1 пов в упор лежа;
- ж) прыжок назад с 3/2 пов в упор лежа;
- з) прыжок вперед с 2/1 пов в упор лежа;

и) полет кувырок с 1/1 пов.

6.4.15. Прыжок «Эндо» на вольных упражнениях должен выполняться таким образом, чтобы спортсмен должен приземляться на руки и опускаться контролируемо в упор лежа.

6.4.16. Спортсмен должен начать свое упражнение с акробатических элементов, в противном случае судьи бригады D применяют нейтральную сбавку 0.3 балла.

6.4.17. Следует использовать хореографические комбинации прыжков и пов, особенно в углах, чтобы создать гармоничный ритм между акробатическими диагоналями:

а) простые шаги, с пов на 180° или без него, повлекут за собой маленькую сбавку за недостаток артистизма;

б) все хореографические прыжки и пов должны быть выполнены с достаточной амплитудой и раскрытием, иначе будут применяться сбавки как за мелкую ошибку;

в) все перемещения в углы должны отличаться или повлекут за собой нейтральную сбавку в 0,3 от судей бригады D.

6.4.18. Судьи бригады D сначала подсчитывают стоимость соскока, а затем следующие 7 самых сложных элементов.

6.5. Специальные повторы.

6.5.1. Максимум один силовой элемент (включая силовые ст на pp) могут быть исполнены в упражнении для получения группы трудности, за исключением:

а) ст на pp (2 сек.);

б) 1/2 или 1/1 пов в ст на pp или в ст на pp.

6.5.2. Максимум один элемент в кругах ноги вместе, «Томасе» или «русских кругах» могут быть исполнены в упражнении для получения группы трудности.

## 7. Специфические ошибки и сбавки на вольных упражнениях

Таблица № 1.15

Сбавки судей бригады D

Ошибки	Сбавки		
	Мелкая, сбавка 0.1 балла	Средняя, сбавка 0.3 балла	Грубая, сбавка 0.5 балла
Продолжительность упражнения более 70 сек.	≤ 2 сек.	>2 - 5 сек.	> 5 сек.
Приземление или касание одной рукой или одной ногой вне зоны ковра	+	—	—
Касание руками, ногами, рукой и ногой или любой другой частью тела пола вне зоны ковра	—	+	—

Приземление за границей ковра	—	+	—
Не использование всех углов.	—	+	—
Использование одной и той же диагонали более 2 раз подряд.	—	+	—
		(один раз в упражнении)	
Отсутствие двойного сальто (мужчины, юниоры)	—	+	—
Отсутствие равновесия на одной ноге	—	+	—
Элементы, выполнение которых начато за ковром	Не оценивается		

Таблица № 1.16

## Сбавки судей бригады Е

Ошибки	Сбавки		
	Мелкая, сбавка 0.1 балла	Средняя, сбавка 0.3 балла	Грубая, сбавка 0.5 балла
Недостаточная высота акробатических элементов	+	+	—
Недостаточная растянутость в гимнастических и статических элементах	+	+	—
Остановка перед акробатическим элементом (2 сек. или более)	+	—	—
Неконтролируемое приземления (также в соединениях)	+	+	+
Простые шаги или соединения, чтобы попасть в угол ковра	+	—	—
Прыжок в упор лежа после сальто	—	—	+
Отклонение от плоскости движения	+	+	—

## IV. КОНЬ

## 8. Размеры и части коня

Высота снаряда: 105 см от поверхности мата, 115 см от пола (рисунок № 1.3)

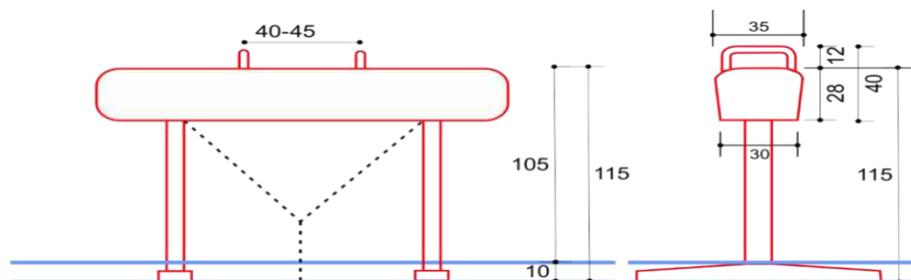
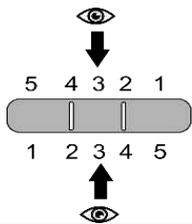
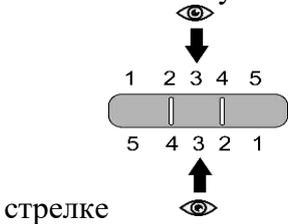


Рисунок № 1.3. Размеры коня

Для помощи в определении кругов и переходов в упоре продольно или упоре

поперек части коня обозначаются в соответствии с таблицей 1.17.

Таблица № 1.17

Части коня		Элементы в упоре поперек
Элементы в упоре продольно		
Против часовой стрелки	По часовой стрелке	
		

## 9. Описание упражнения на коне

9.1. Современное упражнение на коне характеризуется самыми различными видами кругов, махов ноги вместе и ноги врозь, одноножных махов и скрещений в различных видах опоры на всех частях коня с или без пов. Разрешается выполнять элементы через ст на рр с пов или без пов. Все элементы должны выполняться махом и без остановок. Силовые и статические элементы на коне не разрешаются.

9.2. Спортсмен должен начать выполнение упражнения из положения ноги вместе. Разрешается вступительный шаг или прыжок. Судейство упражнения начинается в тот момент, когда стопы спортсмена отрываются от пола. Спортсменам, выступающим по спортивным разрядам «первый спортивный разряд» или «второй спортивный разряд» при наскоке разрешается использовать дополнительную опору или маты высотой не более 20 см.

## 10. Требования к исполнению и композиции упражнения

10.1. Упражнение должно состоять исключительно из маховых движений без видимых остановок и без видимого применения силы.

10.2. При выполнении кругов ноги вместе или врозь не допустимо положение тела под углом к снаряду. Круги должны выполняться строго в упоре продольно или поперек. Все элементы с пов должны начинаться и заканчиваться в упоре поперек или продольно.

10.3. Круги ноги вместе или врозь должны выполняться совершенно прямым телом. За недостаточно выпрямленное тело производится индивидуальная сбавка за каждый элемент. Ошибки сгибания в отдельных элементах должны наказываться сбавками как отдельные технические ошибки за каждый круг или круги «Томас».

10.4. Круги с пов выполняются ноги вместе. Разведенные ноги во время элементов «Русскими кругами» считаются ошибкой исполнения. Сбавка

производится за каждый полный пов

10.5. При выполнении скрещений и одноножных махов спортсмен должен продемонстрировать высоту и большое разведение ног.

В таблице № 1.18 представлены сбавки до, во время и после элементов махами одной ногой и (или) скрещенными.

Таблица № 1.18

#### Ошибки за амплитуду на маховых элементах

Амплитуда	Сбавка	
Выше плеча	без сбавки	
Между уровнем плеча и горизонтали	0.1 балла	
Ниже горизонтали	0.3 балла	

10.6. Элементы, выполняемые через ст на рр, должны исполняться абсолютно прямыми руками без малейшей остановки и без видимого применения силы.

10.7. В элементах с выходом в стойку из кругов или кругов ноги врозь («Томас») в соскок или последующим опусканием в круги или круги «Томас», ошибки исполнения за задержки, использование силы, согнутые руки, опускание бедер и неуверенность должны быть применены во время выхода в стойку с пов, за опускание из стойки, за амплитуду кругов или кругов «Томас» в завершающей части элемента. Сбавка за сгибание при выходе в стойку не производится.

10.8. Простой соскок в ст на рр или тот, который включает пов не менее 270° из упора продольно, должен пересекать тело коня и приземляться в стойке поперек, лицом вдоль длинной оси коня и рядом с последним положением опорной руки. Если эти требования не выполнены, соскок будет считаться нетипичным и будет сбавка 0,3 балла за проблемы с пов.

### 11. Требования к выполнению элементов скрещений в стойку

11.1. Спортсмен должен выполнять махи в ст на рр без использования силы, видимых остановок и без сгибания на протяжении всего элемента.

11.2. Скрещение в ст на рр с видимым сгибанием и с применением силы должно получить одну сбавку от судей бригады Е.

11.3. Скрещения в ст на рр, при выполнении которых мах выполняется с понижения бедер или ног, должны получать сбавки от судей бригады Е.

11.4. Для всех скрещений через ст на рр требуется сводить ноги в стойке.

11.5. Уточнения по поводу всех скрещений в ст на рр, которые выполняются с ошибкой перемещения руки или рук.

11.5.1. Сход с ручки одной рукой и возврат на одну ручку коня – группа D (судьи бригады D) и сбавка 0.3 балла + другие ошибки исполнения (судьи бригады E)

за неконтролируемую ст на рр.

11.5.2. Сход с ручки одной рукой без возврата на одну ручку коня = группа D (судьи бригады D) и сбавка 0.5 балла + другие ошибки исполнения (судьи бригады E) за неконтролируемую ст на рр.

11.5.3. Сход с ручки двумя руками – не оценивается (судьи бригады D) и сбавка 0.5 балла или 1 балл (в зависимости от продолжения упражнения или падения) + другие ошибки исполнения (судьи бригады E).

## **12. Требования к выполнению соскока**

12.1. Все соскоки, кроме соскоков через ст на рр, должны выполняться с минимальным углом положения туловища на 30° над горизонтальным уровнем плеч перед приземлением. В случае если угол менее 30° будет применяться сбавка в соответствии с таблицей специфичных ошибок и сбавок для коня.

12.2. Если по мнению спортсмена спортивные судьи могут не засчитать соскок через стойку, спортсмен может повторить любой соскок (только один раз) в течение 30 сек. после выполнения первой попытки. Если первая попытка выполнить соскок была оценена как грубая ошибка, но соскок был повторен, то грубая ошибка увеличивается до 1.0 балла судьями бригадой E.

## **13. Информация по оценке D**

13.1. Структурные группы элементов.

Существуют следующие группы элементов:

I. Одноножные махи и скрещения.

II. Круги ноги вместе и врозь с и (или) без противоходов и через ст на рр, круги с пов, флопы и комбинированные элементы

III. Проходы, включая, «Тонг Фей», «Бу Гонян», «Roth» и проходы с противоходом.

IV. Соскоки.

13.2. Общие положения по оценке D.

13.2.1. Если нет других указаний, все круговые элементы (включая проходы, «шпиндели» и «русские круги») начинаются и заканчиваются в упоре спереди.

13.2.2. Если нет других указаний, каждый элемент принадлежит определенной структурной группе элементов и заканчивается, как только начинается выполнение другой структурной группы (исключение комбинированные серии).

13.2.3. Элемент, выполняемый прыжком, заканчивается с завершением прыжка или серии прыжков.

13.2.4. Круг или «Томас» считается законченным, когда спортсмен переходит к исполнению другой структуры.

13.2.5. Элемент в упоре (круг с пов) считается законченным, когда

прерывается выполнение действия пов.

13.2.6. Переход в упоре поперек считается законченным, когда он или упор поперек разбавлен кругом или каким-либо другим элементом или заканчивается каким-либо другим способом.

13.2.7. Проход «русскими кругами» считается законченным, когда действие прохода или «русского круга» прерывается дополнительной или промежуточной опорой или заканчивается каким-либо другим способом.

13.2.8. Для распознавания элемента как трудность, элементы с переходом можно считать законченными, когда переход выполнен полностью.

13.2.9. «Мадьяр» и «Шивадо» могут разделить промежуточный круг между ними и получить трудность элементов D+D. Чтобы получить трудность элемента A за круг между двумя проходами, круг должен быть исполнен из упора спереди в упор спереди.

13.2.10. Элементы «Могильный» и «Беленький» могут начинаться с упора поперек (также лицом наружу), минус 90° при первом и заключительном пов с проходом с одного конца на другой.

13.2.11. Для всех проходов в упоре продольно, начальное положение 1–2 и конечное положение 4–5 считаются достаточными для выполнения требований к данному типу проходов.

13.2.12. Все элементы, перечисленные в группе II и группе III, требуют выполнения после себя записанный в Правилах элемент для получения группы сложности. Таким элементом в виде исключения является перемах двумя ногами вперед (пол круга), заканчивающийся перемахом назад одной ногой, с последующим скрещением или переходом в одноножную часть.

На одной ручке: круг, круг, «стойкли В», «стойкли В» заканчивающийся в упоре продольно, затем полкруга с последующим перемахом одной ногой. Бригада D оценивает как элемент группы E и элемент без стоимости. При падении частичная сложность не может быть присвоена. При падении во время следующего элемента предыдущий элемент получит группу сложности.

13.2.13. Все «Сон» и «Безуго» типы элементов, выполненные из положения стоя (а не с кругов) будут оценены на две группы сложности ниже, чем оригинальные элементы. «Сон» и «Безуго» рассматриваются как пов на 360° из упора на ручках и заканчивающийся в упоре на ручках. В случае, если спортсмен заканчивает не в упоре на ручках группа сложности не присваивается за эти специфические элементы;

13.2.14. «Русские круги» в соскок, начатые с кругов лицом, наружу должны быть закончены в положение упора поперек перед «заножкой» в соскок для получения полной стоимости.

13.2.15. После «Ву Гонян» спортсмен может добавить любой записанный в

Правилах элемент.

13.2.16. Никакие элементы не могут быть добавлены для повышения группы сложности к следующим элементам:

«Кер» вперед, обратный «стойкли», «кер» вперед («Могильный»);

«Кер» назад, «кер» вперед, «кер» назад («Беленький»).

13.2.17. Для проходов назад в упоре поперек; спортсмены могут начинать эти элементы из упора сзади лицом наружу, с опорой обеими руками на теле коня.

13.2.18. Все проходы с противходами должны начинаться с упора спереди в соответствующем начальном положении.

13.2.19. Если гимнаст поддерживает себя ногами в завершающей стадии скрещений в стиле «Микулак», элемент не будет распознан и получит сбавку 0,5 балла за приостановку в элементе без падения.

13.2.20. «Бертончелли» может быть выполнен либо в упор поперек, либо в упор продольно на одной ручке. Таким образом, «Бертончелли» в упор продольно на одной ручке может начать Флоп или комбинированную систему.

13.3. Указания к кругам.

Все круги ноги вместе или врозь в упоре поперек или продольно (также на одной ручке) могут заканчиваться с пов на 1/4 без смены содержания или стоимости элемента. Вход на ручку с 1/4 пов – группа В, круг на ручке с 1/4 пов может быть началом элемента «Флоп».

13.4. Указания к выполнению элементов с использованием ст на рр.

13.4.1. За пов в ст на рр со скрещений нет надбавки в стоимости.

13.4.2. При исполнении пов в ст на рр (с кругов ноги вместе или врозь) только на ручках коня, нет надбавки в стоимости. Пов в стойке требуют использования тела коня.

13.4.3. При исполнении 3/3 прохода в ст на рр (во время упражнения или соскока), опора одной рукой должна быть показана на обоих концах, чтобы получить повышение в стоимости.

В таблице 1.19 – правило повышения стоимости элементов после выходов в ст на рр из кругов или кругов «Томас».

Таблица № 1.19

Повышение в стоимости элементов после выходов в стойку из кругов или кругов «Томас»

<u>Круги или Томас в соскок через стойку</u>	<u>Круги или круги «Томас» в стойку и опускание в круги/круги «Томас»</u>
--	---

	Ст на рр		
	«В»	«С»	«D»
с 450° (или более) пов или 3/3 проходом*	C	D	E
с 450° (или более) пов и 3/3 проходом*	D	E	F
<i>*минимум 270° для 3/3 прохода</i>			

	Ст на рр		
	«В»	«С»	«D»
Опускание в круги или круги «Томас»	C	D	E
с 360° (или более) пов или 3/3 проходом*	D	E	F
с 360° (или более) пов и 3/3 проходом*	E	F	G

*\*минимум пов 180° для 3/3 прохода*

13.4.4. В случае элементов скрещений, где спортсмен поддерживает себя ногами в завершающей стадии скрещений, элемент не будет распознан и получит сбавку 0,5 балла за приостановку в элементе без падения. Скрещения можно засчитать, если есть небольшое сгибание руки или незначительное касание коня, со сбавкой 0,1 балла за каждую ошибку.

13.4.5. В случае маха силой и (или) с понижением уровня бедер или ног при переходе в ст на рр из скрещения или кругов ноги вместе или ноги врозь (включая соскоки), элемент и группа элемента будет засчитана бригадой D со сбавками бригады E. Однако, в случае большой ошибки, ст на рр или соскок не будут расценены. В случае грубой ошибки спортсмен получает 0.5 сбавку, а также только эстетические сбавки (ноги, стопы, согнутые руки, касание коня и другое). Сбавка за использование силы или углы не применяется.

13.4.6. Скрещение в ст на рр должны выполняться прямым телом и непрерывным движением вверх. Если спортсмен переходит непосредственно в положение со значительным сгибанием ( $>90^\circ$ ), элемент не будет засчитан. Если нога или ноги проходят между ручками на любой стадии, это также может привести к непризнанию элемента.

13.4.7. Для всех скрещений через ст на рр требуется смена руки или ручки коня при опускании для получения группы сложности.

13.4.8. Для всех скрещений через ст на рр требуется смена ног (как в двойном скрещении) для получения группы сложности.

### 13.5. Комбинированные элементы.

Возможно комбинировать определенные элементы на одной ручке. Два типа подобных комбинированных элементов («флоп») существуют и включены в структурную группу элементов II.

13.5.1. Комбинации из любых перечисленных элементов на одной ручке: круги в упоре поперек (с или без 1/4 пов), прямой «стойкли В» (DSB), и (или)

прямой «стойкли А» (DSA), «Бертончели» и «Давтян». DSA может быть выполнен только в конце комбинированного элемента.

«Бертончелли» может быть выполнен либо в упор поперек, либо в упор продольно на одной ручке. Таким образом, «Бертончелли» в упор продольно на одной ручке может начать Флоп или комбинированную систему.

«Бертончели» и «Давтян» могут быть выполнены только вначале комбинированного элемента.

Такие комбинированные элементы (флопы) могут иметь стоимость D, E или F, если три или четыре элемента (таблица № 1.20).

Таблица № 1.20

## Правило для «флопов», кроме соединений с «русскими кругами»

		Круг/DSB/DSA*					Круг/DSB/DSA**	
1		2	3	4	1 + 2		3	4
Круг/DSB	+		D	E	«Бертончели»/Давтян + круг	+	E	F
*DSA – только в конце флоп системы					** DSA – только в конце флоп системы			

DSB + DSB + DSA – «флоп» группы D;

Круг на одной ручке + DSB + DSB + DSA – «флоп» группы E;

«Бертончелли» + круг на одной ручке + DSB – «флоп» группы E.

Только одна такая «флоп»-система в упражнении будет учтена как группа трудности.

13.5.2. Комбинированные элементы кругов и (или) «стойкли А» или «стойкли В», «Бертончелли» и «Давтян» с «русским кругом».

Круги и (или) «стойкли В» могут исполняться до, или после «русского круга» («Бертончелли» и «Давтян» должны начинать) и должны состоять из двух выполненных подряд круговых элементов чтобы являться частью комбинированного элемента. «Стойкли А» может быть выполнен только в конце комбинированного элемента. Только одна из этих комбинированных систем может быть исполнена в комбинации.

Таблица № 1.21

## Правило для «флоп» системы с русскими кругами

		«Флоп»		«Русский круг»			
«Русский круг»		1	2	«Бертончелли»/ «Давтян» + круг на одной ручке			
180 <sup>0</sup> или 270 <sup>0</sup> (B)	+		D		+	180 <sup>0</sup> или 270 <sup>0</sup> (B)	E
360 <sup>0</sup> или 540 <sup>0</sup> (C)	+	D	E		+	360 <sup>0</sup> или 540 <sup>0</sup> (C)	F
720 <sup>0</sup> или 900 <sup>0</sup> (D)	+	E	F		+	720 <sup>0</sup> или 900 <sup>0</sup> (D)	G
1080 <sup>0</sup> (E)	+	F	G	+	1080 <sup>0</sup> (E)	H	

При исполнении комбинированных элементов спортсмен не имеет право использовать один и тот же элемент три раза подряд: круг–круг–круг–«стойкли В» – повтор-повтор и не считать.

«Флоп» и комбинированный элемент должны быть разделены минимум одним кругом с выходом рукой с одной ручки.

После «флопов» или комбинированных элементов с «русскими кругами», никакой дополнительный элемент на одной ручке не может быть исполнен, за исключением элементов в ст на рр.

DSB считается законченным в упоре продольно спереди на одной ручке.

Никакие другие двойные элементы не имеют право на повышение стоимости. (два круга или два DSB в любом упоре: будет засчитан только первый элемент, второй элемент не будет засчитан как группа трудности).

Требование к DSA –1/4 пов до и 1/4 пов после.

13.6. Круги с противоходом «шпиндель».

«Шпиндель» из II структурной группы в упоре поперек или продольно, ноги вместе или кругами «Томас», должен быть выполнен максимум за два круга (три упора спереди после начального положения) чтобы получить группу D.

Существует два 1/1 противохода группы D (структурная группа II):

а) любой 1/1 противоход в упоре продольно ручка между рук, ноги врозь за два круга;

б) любой 1/1 противоход за два круга на конце коня («Мадьяр»).

Оба могут быть выполнены в одном упражнении.

13.7. Соскоки.

Конь единственный вид, на котором соскоки могут повторяться (только один раз), если спортсмен предположил, что он не получит стоимость соскока из-за падения или грубой ошибки. Повтор должен произойти в течение отведенного времени. Если спортсмен покинул помост (сошел на ступени) упражнение считается законченным.

В случае повтора соскока у спортсмена есть 30 сек чтобы возобновить упражнение и продемонстрировать любой тип соскока на выбор для получения группы трудности и выполнения IV структурной группы (таблица № 1.22).

Таблица № 1.22

Варианты повторов соскока после падения

варианты выполнения	Соскок	Действие	Оценка бригады D	Оценка бригады E
1	«Стойкли» в ст на рр с пов 270° с 3/3 прохода по коню. Попытка	Падение во время выполнения	Соскок не засчитан	Сбавка 1 балл и другие ошибки

	выполнить соскок	стойки на руках		исполнения до падения
	Повторен «стойкли» в ст на рр с пов 270° с 3/3 прохода по коню в соскок в течении 30 сек	Удачно повторен соскок без ошибок	Группа D (0.4) и +0.4 балла за выполнение соскока из IV структурной группы	без сбавок
2	«Стойкли» в ст на рр с пов 450° с 3/3 прохода по коню. Попытка выполнить соскок	Опускание ног с грубой ошибкой, влекущей непризнание соскока	Соскок не засчитан	Сбавка 0,5 балла (за опускание ног) и другие ошибки исполнения до падения
	Повторен «стойкли» в ст на рр с пов 450° с 3/3 прохода по коню в соскок в течении 30 сек.	Удачно повторен соскок без ошибок	Группа E (0.5) и +0.5 за выполнение соскока из IV структурной группы	Сбавка 0,5 балла (за опускание ног) должна быть изменена на сбавку 1,0 балл за падение. плюс другие ошибки, показанные во второй попытке
3	«Русский круг» с пов на 1080° Попытка выполнить соскок	Падение после пов на 900°	Соскок не засчитан	Сбавка 1 балл и другие ошибки исполнения до падения
	Повторен «русский круг» с пов на 1080° в соскок в течении 30 сек	Удачно повторен «русский круг» с пов на 1080° в соскок со сбавкой 0.1 балла за разведение ног	Группа C (0.3) и +0.3 балла за выполнение соскока из IV структурной группы	Сбавка 0,1 балла за разведение ног

В варианте № 3, спортивный судья не всегда может определить был ли первый «русский круг» попыткой выполнить соскок.

### 13.8. Специальные повторы:

13.8.1. Максимум два (3/3) прохода в упоре поперек (вперед и (или) назад) разрешены во время упражнения. Это правило охватывает только следующие шесть проходов;

- а) проход вперед в упоре поперек тело, ручка, ручка, тело (3/3) (1-2-4-5);
- б) любой другой проход вперед в упоре поперек до другого конца (3/3)

(«Мадьяр»);

в) проход вперед в упоре поперек через обе ручки (также прыжком) («Дригс»);

г) проход назад в упоре поперек тело, ручка, ручка, тело (3/3) (1-2-4-5);

д) любой другой проход назад в упоре поперек до другого конца (3/3) («Шивало»);

е) проход назад в упоре поперек с через обе ручки (также прыжком) («Курбанов»/ «Рид»).

13.8.2. В упражнении разрешено исполнить максимум два «русских круга», включая соскок:

а) любой второй «русский круг» на конце коня, включая соскок или второй «русский круг» между ручек, расценивается как повтор. «Русский круг» с пов на 1080° на конце коня + «русский круг» с пов на 720° в соскок = без стоимости + группа В;

б) «русский круг» с пов на 720° между ручек + «русский круг» с пов на 1080° между ручек = без стоимости + группа Е;

в) «русский круг» с пов на 360° между ручек + «русский круг» с пов на 1080° на конце коня + «русский круг» с пов на 360° в соскок = группа С + без стоимости + группа А (соскок считается первым).

Исключением из этих правил являются «флопы» с «русскими кругами» на одной ручке.

13.8.3. Только двух элементов в ст на рр из кругов, кругов «Томас» или скрещений можно выполнить для получения группы сложности во время упражнения (не включая соскок).

13.8.4. В упражнении допускается не более двух (3/3) проходов «русскими кругами». Это правило распространяется только на следующие проходы:

а) из упора на 1-й ручке «русский круг» на другой конец коня без упора между или на ручку (продольно в продольно, продольно в поперек, поперек в продольно);

б) из упора на конце коня «русский круг» на другой конец коня без упора между или на ручку (продольно в продольно, продольно в поперек, поперек в продольно, поперек в поперек) («Тонг Фей»);

в) на теле коня «русский круг», из упора поперек, с пов на 360° или более, через обе ручки («Вамен»);

г) из упора 1–2, 3/3 проход «русскими кругами» с пов на 360° или более;

д) любой «русский круг» с пов на 720° (или более) с проходом 3/3 с двумя руками между ручек («Бу Гонян»);

е) любой «русский круг» с пов на 360° с проходом 3/3 («Рот»).

13.8.5. В упражнении допускается не более двух (3/3) проходов с противоходом. Это правило распространяется только на следующие проходы:

а) с одного конца коня проход продольно с 2 1/2 противоходами до другого

конца коня;

б) любой проход вперед 3/3 с 1/2 противохода с одной ручки через другую ручку («Нин Рейес»/ «Титов»);

в) проход вперед поперек 3/3 через две ручки коня с 1/2 противохода («Нин Рейес» 2/ «Кейха» 4);

г) любой 3/3 проход кругами «Томас» с 1/1 противоходом за 2 круга («Урзика» 2/ «Бурхарт»).

13.8.6. В упражнении допускается не более двух противоходов. Это правило распространяется только на следующие противоходы:

а) любой 1/1 противоход в упоре продольно, ручка между рук, кругами «Томас» ноги врозь за два круга;

б) любой 1/1 противоход в упоре продольно с упором руки на другой части и обратно, за 2 круга («Эйхорн»);

в) любой 1/1 противоход ручки между рук (круги или круги «Томас») («Кейха» 1/ «Кейха» 5);

г) любой 1/1 противоход, за два круга на конце коня («Мадьяр»);

д) 1/1 противоход в упоре на ручках ноги врозь или вместе за два круга («Берки»);

е) из упора поперек, руки между ручек 1/1 противоход, за два круга.

13.8.7. В упражнении разрешено исполнить максимум два «Безуго» и (или) «Сон» типа элементов, включая комбинированные и ст на рр.

13.8.8. В упражнении разрешено исполнить максимум 4 элемента в кругах «Томас» (не включая соскок).

13.8.9. Элементы типа «Буснари»: упражнение не может содержать более одного варианта элементов типа «Буснари». Засчитывается элемент с более высокой трудностью.

13.8.10. Проходы: упражнение не может содержать более одного варианта однотипных элементов. Это правило распространяется только на следующие проходы:

а) 3/3 проходы в Русских кругах:

из упора 1–2, 3/3 проход русскими кругами 630° или более;

любой «русский круг» 720° (или более) с проходом 3/3 с 2 руками между ручек («Ву Гуонян»);

любой «русский круг» 360° с проходом 3/3 («Рот»).

б) проходы типа «Тонг Фэй»:

из упора на одной ручке «русский круг» на другой конец коня без упора между или на ручку (продольно в продольно, продольно в поперек);

из упора на конце русский круг на другой конец коня без упора между или на ручку (продольно в продольно, продольно в поперек, поперек в продольно) («Тонг

Фей»);

на теле «русский круг», из упора поперек, с пов на 360° или более через обе ручки («Вамен»);

в) проходы типа «Нин Рейес»:

любой проход вперед 3/3 с 1/2 противхода с одной ручки коня через другую ручку («Нин Рейес»);

проход вперед поперек 3/3 через две ручки коня с 1/2 противхода («Нин Рейес»2):

«Нин Рейес» + «Нин Рейес» 2 – судьи бригады D: повтор + группа E;

«Нин Рейес» + «Кейха» 4 – судьи бригады D: группа D + группа E;

«Титов» + «Нин Рейес» 2 – судьи бригады D: группа D + группа E.

#### 14. Специфические ошибки и сбавки на коне (таблица № 1.23)

Таблица № 1.23

##### Сбавки бригады E

Ошибки	Сбавки		
	Мелкая, сбавка 0.1 балла	Средняя, сбавка 0.3 балла	Грубая, сбавка 0.5 балла
Недостаточная амплитуда при исполнении скрещений и одноножных махов	+	+	–
Исполнение стойки с применением силы	+	+	+ и не считать
Остановка или пауза в стойке	+	+	+ и не считать
Сгибание в тазобедренном суставе во время выполнения кругов	+	+	–
Недостаточно выпрямленное тело в кругах или Томас. Каждый элемент	+	–	–
Разведенные ноги при выполнении элементов	0° - 30°	>30° - 60°	>60° - 90°
Отклонения в упоре поперек или продольно при выполнении кругов и переходов. Каждый элемент	>15° - 30°	>30° - 45°	>45° и не считать
Отклонение от оси снаряда при приземлении	+ Отклонение >45	+ Отклонение 90°	–
Соскоки не через стойку, с положением тела ниже 30° от горизонтали плеча	–	+	–
Скрещение в ст на рр со сгибанием бедер	+	+	+ и не считать
Скрещение в стойку без соединения ног	≤ ширины плеч	> ширины плеч	–
Дополнительный полумах без элемента в начале упражнения	–	+	–

Нечеткое исполнение в стойке на руках при соскоке, проблемы с вращением	+	+	–
Опускание ног на элементах в ст на рр (от оригинальной позиции)	0 - 15°	>15° - 30°	>30° - 45° >45° и не считать

## V. КОЛЬЦА

Высота снаряда: 290 см от пола

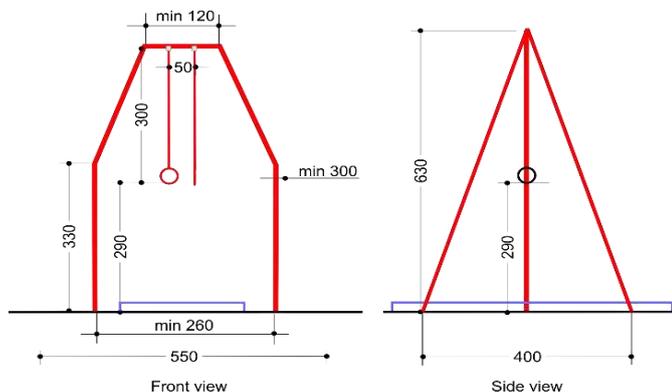


Рисунок № 1.4. Размеры колец

### 15. Описание упражнения на кольцах

Упражнение на кольцах состоит их маховых, силовых и статических элементов в приблизительно равной пропорции. Они выполняются через вис, через или в упор, через или в ст на рр. Современные упражнения на кольцах отличают переходы маховых в силовые элементы и наоборот, при этом преобладает выполнение прямыми руками.

### 16. Информация об исполнении упражнения

16.1. Из основной стойки спортсмен принимает положение вися на кольцах с/без помощи страхующего, с хорошим исполнением. Судейство упражнения начинается в момент, когда ступни ног отрываются от пола. Тренер не имеет права давать толчок к раскачиванию спортсмена.

16.2. Упражнение должно начинаться из вися с прямыми, вертикально расположенными руками и телом. Если руки расположены не вертикально, применяется маленькая сбавка 0.1 балла. Также может быть применена сбавка за применение маха в силовом элементе, если элемент будет начинаться не из статического положения. Спортсмен не может сгибать руки в перемещении в первое положение, если оно не предусмотрено спецификой элемента. Дуга и последующий мах назад может начинаться с согнутыми руками в любом месте комбинации.

16.3. Прямые руки должны использоваться во всех случаях, когда это позволяет природа элемента. Спортсмен может сгибать руки только при переходе

между элементами, когда это необходимо чтобы правильно выполнить следующий элемент.

16.4. Во время всех маховых элементов с последующими статическими элементами плечи не могут возвышаться над уровнем идеальной статической позиции больше  $5^\circ$ . Угол определяется от нижней части колец до середины плеча. Эта сбавка отличается от сбавки за окончательную позицию удержания.

16.5. Подъем махом назад в «крест» с «углом»  $25^\circ$  и далее удержание «крест» с «углом»  $10^\circ = 0,3$  балла + 0,1 балла сбавки.

16.6. Махи назад в упоре без выполнения элемента, а только для простой смены направления или махи назад с переходом в более низкое положение виса наказываются сбавкой.

Пример, подъем разгибом в упор, из упора мах назад в вис – подъем махом вперед (сбавка за переход в более низкое положение).

16.7. Композиционные ошибки со сбавкой в 0.3 балла:

- а) «Хонма» в упор, затем угол;
- б) упор углом» ноги врозь, затем «упор углом»;
- в) «Хонма» в упор, затем опускание назад в вис прогн.

16.8. За удержание элементов без стоимости 2 сек или больше, сбавка производится каждый раз: вис прогн, вис согн, вис сзади.

16.9. Дополнительные технические, эстетические и исполнительские аспекты к построению композиции упражнения:

а) спортсмен должен приходить во все статические положения с прямыми руками без дополнительных движений корпуса;

б) ложный хват для силовых статических элементов не разрешается. Глубокий хват выполняется захватом кисти с целью получить преимущество при исполнении силовых элементов, сбавка – 0.1 балла каждый раз. Правильный хват выполняется с прямой кистью, с или без захвата пальцами вокруг кольца.

Положение колец (разворот) при прямой и открытой кисти не меняет оценивание глубокого хвата;

в) для силовых стоек на руках с согнутыми руками технически обусловлено минимальное касание руками тросов, при этом сбавка производится не будет (стойка силой согн и другие элементы с согнутыми руками).

## **17. Информация по оценке D**

17.1. Структурные группы элементов.

Существуют следующие группы элементов:

I. Подъемы разгибом, маховые элементы, маховые элементы через или в ст на рр (2 сек.).

II. Силовые и статические элементы (2 сек).

III. Маховые элементы с последующими силовыми статическими элементами (2 сек).

IV. Соскоки.

17.2. Один маховый элемент в ст на рр (2 сек.) необходим в упражнении и должен быть среди 8 засчитанных элементов.

17.3. Существует пять элементов, которые удовлетворяют требованиям подъема махом в ст на рр. К ним относятся:

- а) мах вперед в ст на рр или большой оборот назад в ст на рр (2 с.);
- б) подъем махом назад в ст на рр или большой оборот вперед в ст на рр (2 с.);
- в) из упора мах назад в ст на рр (2 с.);
- г) «Хонма» и мах назад в ст на рр (2 с.);
- д) «Хонма» прогн и мах назад в ст на рр (2 с.).

17.4. Повторы элементов (один и тот же идентификационный номер).

17.4.1. Повторы элементов не могут быть засчитаны судьями D. На кольцах это правило имеет несколько более широкий смысл так, что не более трех таких элементов структурной группы II и (или) структурной группы III могут быть представлены в исполнении подряд. Четвертый и последующие элементы из структурной группы II и (или) структурной группы III будут рассматриваться как повтор и не будут расцениваться бригадой D.

17.4.2. Если спортсмен решит исполнить больше элементов из структурной группы II или структурной группы III, он должен исполнить как минимум один маховый элемент группы В из структурной группы I (кроме любого типа подъема разгибом, подъема разгибом назад или элемента с тем же номером) между первой последовательностью максимум 3 элементов, и другим элементом или последовательностью структурной группы II и\или структурной группы III. Такой маховый элемент, минимум группы В должен быть засчитан и находиться среди восьми лучших элементов.

17.4.3. Все элементы, выполненные из структурной группы II или структурной группы III, относятся к этому правилу, находятся они среди засчитанных 8 или нет, даже если элемент не засчитан из-за плохого технического исполнения.

17.4.4. Повторы элементов (один и тот же идентификационный номер) не могут быть засчитаны судьями бригады D. На кольцах это правило имеет несколько более широкий смысл так, что максимум одна силовая позиция в каждой структурной группе может быть засчитана для трудности. Только два типа упора руки в стороны «крест» (обычный, «крест» углом, «крест» с высоким «углом») или горизонтальные упоры (ноги вместе и ноги врозь) можно выполнить для сложности (один элемент в структурной группе II и один в структурной группе III).

17.4.5. Базовые упоры, такие как «угол и высокий «угол» не включены в правило специальных повторов, поскольку они являются разными силовыми

элементами. Можно выполнить подъем махом вперед в «угол» и подъем махом вперед в высокий «угол». Однако спортсмены не могут выполнить больше одной финальной силовой позиции в каждой группе элементов. Подъем разгибом в «угол» и подъем махом вперед в «угол».

17.5. Силовые статические позиции, отклоняющиеся от правильного положения тела, рук или ног более чем на  $45^\circ$  не засчитываются («крест» с углом в плечевых суставах больше  $45^\circ$ , гор упор с углом в тазобедренных суставах больше  $45^\circ$ ).

17.6. Силовые дожимания и подъемы, которые исполняются после статического элемента и заканчиваются в статическом элементе с остановкой на две сек, засчитываются только, если предыдущая статическая часть была расценена и, если была показана остановка в позиции.

17.7. Силовая статика, выполненная после махового элемента в обратном направлении (то есть, подъем махом вперед и «самолет», подъем махом вперед и «крест» вниз головой и так далее) будут рассматриваться как два элемента.

17.8. Все статические положения с высоким «углом» (2 сек.) должны быть исполнены с ногами вертикально.

17.9. Элементы с перекручиванием тросов или в вис типа «Ли Нинг», запрещены. За такие элементы дается композиционная сбавка.

17.10. Для юниоров, сальтовые элементы назад в вис не разрешены.

17.11. Вис сзади для подъема в «крест» не является позицией, при которой происходит повышение стоимости «креста» (или любого другого силового элемента). Если такой крест исполнен сразу после вися сзади, он будет расценен как группа С.

17.12. Если спортсмен выполняет элемент «Ямаваки» или «Йонасон» с последующим махом в ст на рр (2 сек.), то элемент будет повышен в стоимости на одну группу. Подъем в ст на рр должен быть среди 8 считаемых элементов. «Йонасон» – мах в стойку = D + C, «Ямаваки» – «Йонасон» – мах в стойку = B + D + C.

## **18. Выполнение элемента, применимое к оценке D и E**

18.1. Продолжительность статических элементов – не менее 2 сек. Удержание достигается, когда все тело статично, включая плечи и ступни. Статический элемент не будет признан бригадой D по группе сложности и (или) группе элементов, если остановка не показана.

18.2. «Ямаваки», «Йонасон» элементы следует выполнять непрерывным движением с плечами выше уровня колец. Если показана четкая остановка, элемент не будет засчитан со сбавкой 0.5 балла. В таком случае элемент не может быть разделен на элемент «Хонма» в упор и затем переворот вперед в вис. Данные

элементы, выполненные с задержкой (средняя ошибка) или медленно (мелкая ошибка) будут засчитаны, но наказаны соответствующей сбавкой.

18.3. Во время махов в статику или во время силовых дожиманий, плечи и (или) тело не могут подниматься выше идеального конечного положения больше  $5^\circ$ . Если отклонение от идеального положения больше  $45^\circ$ , элемент не будет засчитан и получит сбавку 0,5 балла. В этом случае положение конечного удержания может быть распознано, если оно выполнено в соответствии с техническими требованиями. Из «креста» выше  $45^\circ$ , дожимание в «самолет», получит сбавку 0,5 балла и группу D за «самолет», если технические критерии выполнены.

18.4. Сальто вперед в «крест» с положением входа более  $45^\circ$ , получит сбавку 0,5 балла и группу C за «крест», если технические критерии выполнены.

18.5. Во время махов в ст на рр или махов в статику, опускание ног из исходного положения более чем на  $45^\circ$  приведет к непризнанию и сбавке 0,50 балла.

18.6. Силовой жим из виса должен выполняться медленно, с прямыми руками и прямым телом, чтобы избежать сбавок или классификации как мах в силу. Жим следует начинать в положении виса, руки и тело должны быть прямыми, в вертикальном положении. Если руки или тело согнуто больше  $45^\circ$ , элемент не будет признан и получит сбавку 0,50 балла.

18.7. «Самолет» должен выполняться горизонтально, совершенно прямым телом и средняя поверхность плеча должна находиться на одной линии с нижним краем колец. Руки должны быть расположены широко и не касаться верхней части тела. Прикосновение руками приводит к мелкой сбавке, четкая поддержка тела руками – к средней.

18.8. Гор упор, также должен быть выполнен с совершенно прямым телом, полностью над верхним краем колец. Тело должно быть полностью прямым и горизонтальным. Положение рук - немного широких или развернутых, не определяет ценность элемента.

18.9. Элементы типа «Накаяма» должны проходить через законченный горизонтальный вис сзади для предотвращения сбавок исполнения и потенциальное непризнание.

18.10. При выполнении дожимания из одного статического положения в другое, предполагается увидеть отчетливое движение тела (больше ширины тела). Если дожимание не начнется с идеального положения, будет произведена сбавка за исполнение. Если есть минимальное движение тела, будет признан только последний элемент статики.

18.11. Элементы типа подъем разгибом – это маховые элементы, которые должны начинаться с глубокого сгиба с последующим четким и динамичным разгибом. Элементы типа подъем разгибом, выполненные с минимальным сгибом и (или) использованием силы, а не динамичного разгиба, будут наказаны. Подъемы

разгибом следует выполнять прямыми руками, если не указано иное.

18.12. Элементы медленного переворота, как «Азарян», должны выполняться с постоянно медленным перекатом и с прямым телом на протяжении всего элемента. Любое отклонение приведет к сбавкам бригады Е и, возможно, к непризнанию.

18.13. Если маховый в статику элемент выполняется с чрезмерным сгибанием рук (больше 90°), будет применена сбавка 0.50 балла. Эта ошибка также приведет к непризнанию данного элемента. Финальное статическое положение будет засчитано, если оно соответствует техническим требованиям.

Подъем махом назад в гор упор ноги врозь с чрезмерным сгибанием рук не будет засчитан, но финальное положение горизонтального упора может быть засчитано, как группа «А».

## 19. Специфические сбавки на кольцах (таблицы №№ 1.24, 1.25)

Таблица № 1.24

### Оценивание судей бригады D

Ошибки	Сбавка		
	Мелкая, сбавка 0.10 балла	Средняя, сбавка 0.30 балла	Грубая, сбавка 0.5 балла
Отсутствие маховой стойки	-	+	-

Таблица № 1.25

### Сбавки судей бригады E

Ошибки	Мелкая, сбавка 0.10 балла	Средняя, сбавка 0.30 балла	Грубая, сбавка 0.50 балла
Ноги врозь или другое плохое исполнение при наскоке или подъеме на кольца	-	+	-
Предварительный мах в начале упражнения	-	+	-
Толчок со стороны тренера для создания кача	+	-	-
Переход в более низкое положение при махе назад	-	+	-
Фаза замедления, прерывания или упора во время «Янасон», «Ямаваки»	+	+	+ не считать
Удержание элементов без стоимости 2 сек или больше (каждый раз)	+	-	-
Композиционные ошибки	-	+	-
Ложный хват в силовых статических элементах (каждый раз)	+	-	-

Согнутые руки во время маховых элементов с последующими силовыми элементами или для удерживания статической позиции	-	+	+
Согнутые руки во время статики и дожимания в статику	+	+	+
Касание тросов или ремней руками, стопами или другими частями тела	-	+	-
Опора или балансировка с помощью ступней или ног	-	-	+ не считать
Падение со стойки на руках	-	-	+ не считать
Чрезмерное раскачивание тросов (за элемент)	+	-	-
Силовое дожимание из предыдущего высокого положения силовой статики	+	+	-
Касание или поддержка руками тела во время «самолета»	+	+	-
Выполнение маховых элементов силой	+	+	-

## V. ОПОРНЫЙ ПРЫЖОК

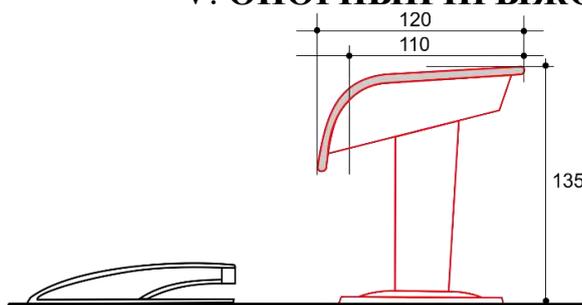


Рисунок № 1.5. Размеры стола для опорного прыжка.

Высота стола 135 см. указана для выступления спортсменов по программе МС, КМС.

### 20. Информация об исполнении опорного прыжка

20.1. Спортсмены, выступающие по программе КМС и МС в квалификации и финале в спортивных дисциплинах «многоборье» и «командные соревнования» выполняют один прыжок. В квалификации для выхода в финал в отдельных дисциплинах и в финале в отдельных дисциплинах спортсмен выполняет два прыжка из разных структурных групп, средняя оценка двух прыжков является окончательной оценкой спортсмена.

20.2. Спортсмены, выступающие по программе первого спортивного разряда, для выхода в финал в отдельных спортивных дисциплинах выполняют, выступая по

произвольной программе - два прыжка, в обязательной - один прыжок. В квалификации в зачет спортивной дисциплины «многоборье» и «командные соревнования» и для выхода в финал в отдельных дисциплинах идет оценка за один прыжок обязательной программы и средняя оценка из двух прыжков произвольной программы.

20.3. Спортсмены, выступающие по программе второго спортивного разряда, для выхода в финал в отдельных спортивных дисциплинах выполняют, выступая по обязательной и произвольной программе - два прыжка. В случае выполнения спортсменом двух прыжков в квалификации, в зачет многоборья и командных спортивных соревнований идет оценка за первый прыжок, для выхода в финал в отдельных дисциплинах – средняя оценка двух прыжков.

Спортсмены, выступающие по программе второго спортивного разряда, в квалификации, в зачет многоборья, командных спортивных соревнований и для выхода в финал в отдельных дисциплинах идет средняя оценка двух прыжков.

Спортсмены, выступающие по программе третьего спортивного разряда и юношеских спортивных разрядов выполняют один прыжок из обязательной программы.

20.4. Прыжок выполняется после разбега, толчком обеих ступней (с или без рондата) о мостик, ноги вместе, с кратковременной опорой двумя руками о прыжковый стол. Прыжок может содержать одно или несколько вращений вдоль обеих осей тела. После выполнения первого прыжка спортсмен незамедлительно возвращается к началу дорожки для разбега и после сигнала судьи D1, бригады D выполняет второй прыжок.

20.5. Спортсмен начинает выполнение прыжка в положении ноги вместе на расстоянии не более 25 м, измеряемое от переднего края прыжкового стола до внутренней стороны ограничительной пластины, прикрепленной на дорожке разбега. Прыжок начинается с первого шага или подскока спортсмена, судейство же начинается в тот момент, когда ступни спортсмена коснулись мостика. Длина разбега отмечается на дорожке для разбега или около нее.

20.6. Прыжок заканчивается приземлением в положении стоя ноги вместе спиной или лицом к снаряду.

20.7. В начале прыжка спортсмен должен находиться в положении лицом или спиной к снаряду ноги вместе. Единственный элемент, который можно выполнить перед мостиком, «рондат». В этом случае спортсмен должен использовать «воротник» безопасности, который предоставляется организаторами спортивных соревнований. Для прыжков с «рондата», спортсмен может использовать официальный мат, который предоставляется исключительно организаторами.

20.8. Не разрешаются прыжки с сальто в первой фазе полета и прыжки с разведенными ногами во второй фазе.

20.9. Спортсмен должен четко продемонстрировать требуемое положение тела (в групп, согн или прогн). В случае нечеткого положения судьи бригады Е делают соответствующую сбавку, а судьи бригады D могут засчитать более низкую стоимость.

## 21. Оценивание опорного прыжка спортивными судьями бригады Е

### 21.1. Фазы прыжка:

- а) первая фаза полета: от моста до опоры двух рук;
- б) фаза опоры: с момента соприкосновения со столом до момента, когда руки отрываются от стола;
- в) вторая фаза полета: включая отталкивание от стола до момента подготовки к приземлению;
- г) фаза приземления: от подготовки к приземлению до конечного положения стоя.

21.2. Бригада Е должна производить сбавки по фазам (рисунок № 1.6).

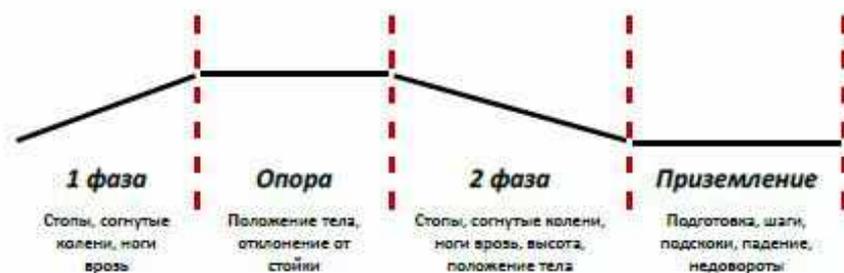


Рисунок № 1.6. Сбавки бригады Е по фазам

### 21.3. Правила приземления:

а) спортсмен должен приземлиться обеими ступнями в зоне, ограниченной линиями справа и слева от линии оси стола. Эти линии должны быть четко обозначены на матах. Спортсмен может наступать на них, но не заходить за них. Маты с маркировкой должны быть хорошо закреплены, чтобы они не сдвигались с места во время спортивных соревнований;



Рисунок 1.7. Зона приземления

б) вращения должны быть завершены до приземления. За незаконченное вращение производится соответствующая сбавка. Если вращение не докручено больше  $90^\circ$ , судьи бригады D могут не засчитать прыжок или понизить его стоимость;

г) не будет производиться сбавка за линию, если спортсмен выходит за передний край мата приземления. Линейные сбавки будут применены, если спортсмен вышел или коснулся другими частями тела за пределами маркировочных полос зоны приземления до того, как вышел за передний край мата.

21.4. Во второй фазе полета спортсмен должен продемонстрировать четкое движение вверх своего центра тяжести от момента отталкивания руками.

21.5. Во всех прыжках спортсмен перед приземлением должен продемонстрировать четкое выпрямление тела. Неподготовленное приземление является признаком технической ошибки и влечет за собой сбавку за исполнение, а также сбавку за приземление.

## **22. Информация по оценке D**

22.1. Структурные группы прыжков:

Группа I Прыжки с сальто и сложными пов;

Группа II Перевороты с простыми пов или без них, и все двойные сальто вперед.

Группа III Перевороты боком и «Цукахара» с простыми пов или без них, и все двойные сальто назад.

Группа IV Прыжки с рондата с сальто и сложными пов.

Группа V Прыжки с рондата с простыми пов или без них, одинарные сальто без пов и двойные сальто.

22.2. Все прыжки разбиты на группы, пронумерованы и имеют стоимость в таблице групп трудности. Действуют следующие принципы:

22.2.1. Прыжки «Куэрво» имеют ту же стоимость, что и прыжки переворотом с сальто вперед и вращениями.

22.2.2. Прыжки «Касамацу» имеют одинаковую стоимость с равнозначными прыжками «Цукахара».

22.2.3. Прыжки с «Юрченко» имеют ту же стоимость, что и аналогичные прыжки «Цукахара».

22.2.4. Если нет других указаний, прыжки с «рондата» с  $1/2$  пов в первой фазе полета оцениваются на 0.2 балла выше, чем аналогичные прыжки вперед;

22.3. Каждый прыжок имеет свою стоимость, которая определяется в зависимости от его сложности.

22.4. По решению главного судьи, перед выполнением прыжка, его номер из правил судейства должен быть показан судьям бригады D. Первая цифра - номер

структурной группы, последующие цифры - номер прыжка в структурной группе. Номер может показать сам спортсмен или ассистент с помощью таблички. В случае ошибки в показе номера прыжка сбавка не производится.

22.5. Спортсмен должен четко продемонстрировать требуемое положение тела (в групп, согн или прогн). Нечеткое положение тела может привести к тому, что судьи бригады D не засчитают выполнение прыжка или оценят его ниже. Спортсмен должен показать номер того прыжка, который он действительно освоил, а не того который он надеется сделать. Это предостережение касается прежде всего прыжков согн или прогн.

22.6. Специальный мат может быть использован только для прыжков «Юрченко» по желанию.

22.7. Прыжок не засчитывается (судьи бригады D и E ставят 0.00 баллов), если:

22.7.1. Прыжок выполнен без касания коня руками, или только одна рука коснулась стола.

22.7.2. Спортсмен не использует «воротник» безопасности для прыжков с «рондата».

22.7.3. Нельзя понять, что за прыжок был выполнен или при выполнении прыжка произошло отталкивание ступнями о стол.

22.7.4. Помощь страхующего во время прыжка.

22.7.5. Спортсмен не приземлился на ступни, т.е. хотя бы одна ступня должна коснуться мата прежде, чем другие части тела.

22.7.6. Преднамеренное приземление боком к снаряду.

22.7.7. Спортсмен выполнил запрещенный прыжок (разведенные ноги во второй фазе полета, сальто в первой фазе, запрещенный предварительный элемент перед мостом, и так далее).

22.7.8. В квалификации и финале на опорном прыжке в качестве второго прыжка повторен первый прыжок.

22.8. Видео повтор судьями бригадой D обязательно производится в случае, если прыжок получил оценку 0.0. Все судьи бригады E должны оценивать каждый выполненный прыжок. Судьи бригады D в случае нулевой оценки указывает метод выставления 0.0 баллов бригаде E.

22.9. Для прыжков выполняемых с «рондата» и 1/2 пов в первой части полета, возможно произвести сбавку за недостаточный пов. Обычные сбавки будут применены в соответствии с таблицей ошибок для недостаточный пов. В особых случаях, если ошибка пов больше 90°, прыжок может быть засчитан как «Юрченко».

22.10. Во время разминки каждому спортсмену разрешено выполнить два прыжка (максимум). Это относится к любой фазе спортивных соревнований, где разминка происходит на подиуме. Спортсмен имеет право на свои две попытки, даже если время разминки истекло. Судья на линии несет ответственность за

соблюдение правила 2-х прыжков. Несоблюдение правила максимум два прыжка, приведет к нейтральной сбавке 0.3 балла с первого прыжка.

Выполнение любого вида прыжка или сальто из положения стоя с коня считается разминкой.

22.11. Разрешен дополнительный разбег со сбавкой в 1.00 за пустой разбег (если спортсмен не коснулся мостика или снаряда):

а) когда необходимо исполнить один прыжок, второй разбег разрешен со сбавкой, третий подход не разрешается;

б) когда необходимо исполнить два прыжка, третий разбег разрешен со сбавкой, четвертый разбег не разрешается.

### 23. Специфические сбавки на опорном прыжке (таблицы №№ 1.25, 1.26)

Таблица № 1.25

Оценивание прыжка судьями бригадой D

Ошибки	Сбавки		
	Мелкая, сбавка 0.1 балла	Средняя, сбавка 0.3 балла	Грубая, сбавка 0.5 балла
Приземление или касание одной рукой или одной ногой пола за ограничительными линиями	сбавка 0.1 балла с окончательной оценки		
Касание обеими ступнями, руками, рукой и ступней или другими частями тела вне зоны приземления	сбавка 0.3 балла с окончательной оценки		
Приземление полностью вне зоны приземления	сбавка 0.3 балла с окончательной оценки		
Разбег более 25 м	сбавка 0.5 балла с окончательной оценки судей D1		
Неразрешенные или недействительные прыжки	Оценка 0.0 за прыжок		
Неиспользование средств безопасности при выполнении прыжков с рондата	Оценка 0.0 за прыжок		
Повтор первого прыжка в квалификации или финале на опорном прыжке	Оценка 0.0 за прыжок		
Повтор прыжка из одной группы прыжков в квалификации или финале	сбавка 2 (два) балла за второй прыжок		
Выполнено более двух прыжков во время разминки	сбавка 0,3 балла с первого прыжка, если выполнено два прыжка - квалификация и финал		
Дополнительный разбег	Сбавка 1 (один) балл за соответствующий прыжок		

Таблица № 1.26

Оценивание бригадой E

Ошибки	Сбавки		
	Мелкая, сбавка 0.1 балла	Средняя, сбавка 0.3 балла	Грубая, сбавка 0.5 балла
Ошибки исполнения в первой фазе полета	+	+	+
Технические ошибки в первой фазе полета	+	+	+
Прохождение стойки не точно по вертикали	+	+	+
Отклонение во время фазы опоры (Переворот в сравнении с «Цукахару»)	$\leq 30^\circ$	$>30^\circ-60^\circ$	-
Ошибки исполнения во второй фазе полета	+	+	+
Технические ошибки во второй фазе полета	+	+	+
Недостаточная высота, недостаточный подъем центра тяжести	+	+	+
Недостаточно прямое тело при приземлении	+	+	-
Низкое приземление, бедра ниже колен	+	+	+

## VI. ПАРАЛЛЕЛЬНЫЕ БРУСЬЯ

Высота снаряда: 180 см от поверхности мата, 200 см от пола

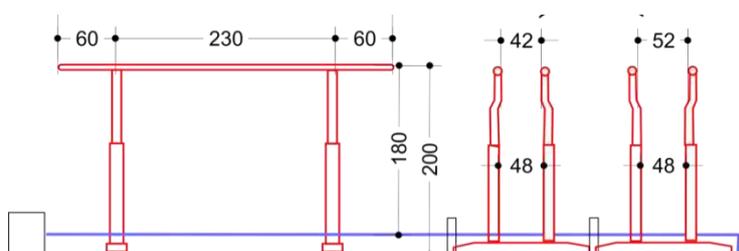


Рисунок № 1.8. Размеры параллельных брусьев

Высота параллельных брусьев может быть изменена в зависимости от требований к высоте стола квалификационной программы спортивных соревнований, по которой выступают спортсмены.

### 24. Описание упражнения

Современное упражнение на параллельных брусьях состоит преимущественно из маховых элементов и элементов с фазой полета, выбранных из различных структурных групп и выполненных с многообразными переходами из различных

положений упора и вися для того, чтобы показать большие возможности данного снаряда.

## **25. Общая информация об исполнении**

25.1. Начало упражнения или разбег для наскока на снаряд должны выполняться из основной стойки ноги вместе. Упражнение начинается, когда стопы спортсмена отрываются от пола. Размахивание одной ногой или шаг при входе на снаряд не разрешаются, т.е. ступни должны одновременно оторваться от пола. Разрешается использование мостика на обычном мате для начала упражнения.

25.2. Предварительные элементы (до начала упражнения) не разрешены. Это означает, что не разрешены какие-либо элементы с вращением более чем на 180° вдоль оси тела до того момента, как руки спортсмена коснутся одной или обеих жердей.

25.3. Производится сбавка за переходы в более низкое положение при махе назад, за которыми не следует никакого элемента, а просто осуществляется переход в обратное направление и мах назад в низкое положение вися или упора. в том числе:

- а) махом назад из упора на руках спад в вис - подъем разгибом;
- б) махом назад из упора опускание в упор на руках - подъем махом вперед;
- в) махом назад из упора - спад в вис;
- г) махом назад из упора ст на рр (также 2 сек) - опускание в упор на руках, вис или упор;
- д) подъем разгибом в упор на руках или подъем разгибом в упор и сразу опускание в упор на руках;
- е) из стойки опускание в стойку на плечах, кувырок вперед.

25.4. После маха назад в ст на рр, следующий элемент должен продолжаться в том же направлении иначе будет применена сбавка за движение в обратном направлении.

25.5. Не разрешена дополнительная опора при исполнении элементов с пов на одной руке, в том числе: большой оборот с пов, подъем махом вперед с полным пов, обороты под жердями с пов.

Вращение считается законченным, когда спортсмен возобновит хват свободной рукой.

25.6. Все элементы в вис с последующим подъемом разгибом должны исполняться с прямыми ногами.

25.7. Запрещены следующие элементы или группы элементов:

- а) силовые и статические элементы, не записанные в таблице трудности;
- б) сальто и соскоки из вися на одной жерди;
- в) для юниоров – сальто с приземлением в упор на руках и (или) в упор на согнутых руках.

25.8. Элементы в одну жердь, в том числе: «Кьярло», «Пясецкий» должны быть выполнены в стойку на одной жерди с немного разведенными кистями. Небольшое отклонение плеч/тела разрешается из-за неестественного положения кистей. Ошибки производятся за чрезмерное разведение кистей и (или) отклонения тела.

25.9. Для всех элементов типа «Мой» и движениям по оборотам назад, ноги нельзя сгибать до горизонтального положения тела.

25.10. Сбавки за недостаточное выпрямление тела на приземление в жерди после сальто означает, что выпрямление (раскрытие) должно быть выполнено горизонтально (на уровне жердей).

25.11. Подъем махом вперед должен выполняться с телом горизонтально относительно жердей, отклонение до  $45^\circ$  от горизонтали ведет к мелкой сбавке, а отклонение более  $45^\circ$  - средней.

При выполнении подъема махом вперед в угол, может быть осуществлена сбавка 0.1 балла или 0.3 балла за недостаточную амплитуду.

25.12. В элементах, которые заканчиваются в стойке на руках, такие как «Диамидов», спортсмен должен четко показать положение стойки на руках (с прямыми руками), прежде чем уходить в вис или упор на руках. В противном случае элемент, может быть, не засчитан.

25.13. Требования к элементам типа «Гатсон».

Из упора или упора на руках мах назад с прыжком  $3/4$ ,  $1/1$  или  $3/2$  пов в ст на рр должен быть выполнен с фазой полета. Эти элементы должны быть выполнены не менее чем на  $3/4$  пов, в фазе полета до возобновления хвата первой рукой. Элементы типа «Гатсон», выполненные с недостаточной фазой полета, не будут засчитаны.

## **26. Информация по поводу оценки D**

26.1. Структурные группы элементов:

I. Элементы из упора на руках.

II. Элементы в упоре или через упор на 2 жердях 4.

III. Элементы в вися на 1 или 2 жердях и обороты под жердями.

IV. Соскоки.

26.2. Оценивание трудности

26.2.1. Для элементов с пов – пов не засчитываются как часть элемента, если исполняются после прохождения положения стойки или после подскока в стойку. Например: оборот под жердями в обратный хват и подскок с пов на  $180^\circ$ ; большой оборот с пов на  $180^\circ$  подскоком в стойку с последующими пов;

26.2.2. Если нет других указаний, элементы, которые заканчиваются в упоре на согнутых руках, имеют тот же номер и стоимость как элементы, которые

заканчиваются в упоре на руках. Тем не менее, элементы, исполняемые из упора на согнутых руках, имеют тот же номер и ту же группу трудности, что и элементы, исполняемые из или через упор.

26.2.3. Если в таблице групп трудности нет иных указаний, элементы с или из необычного хвата имеют тот же номер и ту же группу трудности, что и аналогичные элементы из или в нормальном хвате.

26.2.4. Многие маховые элементы исполняются в или через стойку на одной или обеих жердях. Стойку после маха держать необязательно, но элемент должен быть выполнен так, чтобы в случае необходимости спортсмен смог держать стойку столько, сколько положено.

26.2.5. Специальное правило: элементы, исполняемые на одну жердь, поперек имеют ту же стоимость, что и в две жерди, исключением является повышение на одну группу сложности если после таких элементов последовал элемент типа «Хили» («Хили» тоже увеличивает свою стоимость на одну группу) удерживать стойку на одной жерди разрешено.

26.2.6. Элементы в одну жердь повышают свою группу сложности если после них идет элемент типа «Хили», но только если элемент «Хили» выполнен без грубой ошибки.

26.2.7. Ни один элемент ноги врозь в одну жердь не может повысить свою группу сложности, в том числе «Типпельт», «Арикан».

26.2.8. Оценивание элементов типа «Мауц» с паузой или остановкой во время выполнения первой части элемента в таблице № 1.27.

Таблица № 1.27

## Оценивание элементов типа «Мауц»

Действие	Оценка D	оценка E, сбавка
Пауза после первой части элемента	Дает группу	0.1 балла за паузу или остановку в стойке на руках
Одна сек удержано после первой части элемента (меньше 2 сек)	Дает группу	0.3 балла за паузу или остановку в ст на pp
Две сек удержано после первой части элемента	Не считать	0.5 баллов за паузу или остановку в ст на pp.

«Мауц», пауза меньше, чем одна сек после 3/4«Диамидов» и затем 3/4«Хили» = группа E и сбавка 0.1 балла за паузу или остановку в стойке на руках.

26.2.9. Все «Хили» должны иметь пов на 360°, чтобы быть засчитанными как элемент типа «Хили», начинающиеся с двух или одной жерди поперек.

26.2.10. «Бавсар. Элемент должен быть выполнен с приземлением в жерди без угла в плечах и прямым телом горизонтально и выше. Если тело спортсмена, при приземлении в жерди, с отклонением более 45° ниже горизонтали и (или) с углом в

плечах более 90°, группа сложности не будет дана и будет произведена сбавка 0.5 балла.

26.2.11. Пов типа «Хили» и «Макуц», а также сальтовые элементы вперед в упор сзади с чрезмерным сгибанием рук (более 90°) во время дохвата, не будут засчитаны.

26.2.12. Двойное сальто вперед с 1/2 пов может быть выполнено как с поздним, так и ранним пов.

26.2.13. «Типпельт» считается маховым элементом и должен выполняться непрерывным движением. Ноги должны подниматься при дохвате и до положения стойки на руках непрерывно, без опускания ног или видимого использования силы. Опускание ног, прерывание движения вверх или видимое использование силы могут привести к сбавкам за выполнение и возможному непризнанию элемента.

26.2.14. Обороты под жердями с пов. Оборот под жердями с пов на 360°, должен выполняться прямо в ст на рр и без дополнительных перестановок рук. Обороты под жердями с пов на 180°, должны выполняться с максимум одним перехватом до завершения элемента в стойке на руках. Если Оборот под жердями с пов выполнен с двумя или более перехватами рук, такой элемент будет оценен, как оборот под жердями с 1/4 пов.

26.3. Специальные повторы.

26.3.1. Элементы с сальто: в упражнении можно выполнять только один вариант тела/приземления одного и того же элемента (в той же структурной группе). В случае повтора элемент с более высокой группой сложности будет засчитан, в том числе: «Морису» в груп – «Морису» согн; «Белле» в груп – «Белле» согн.

26.3.2. 5/4 сальто вперед с перемахом ноги врозь в упор на руках или в упор на согнутых руках или в вис.

26.3.3. Максимум два больших оборота через ст на рр.

26.3.4. Максимум два оборота под жердями через ст на рр.

26.3.5. Максимум два подъема из упора на руках через ст на рр.

## 27. Специальные сбавки на параллельных брусьях

Таблица № 1.28

Оценивание судьями бригады Е

Ошибки	Сбавки		
	Мелкая, сбавка 0.1 балла	Средняя, сбавка 0.3 балла	Грубая, сбавка 0.5 балла
Вход на снаряд с одной ноги или раскачивания	-	+	-
Переход в более низкое положение при махе назад	-	+	-
Неконтролируемая стойка на одной или двух жердях	+	-	-

Элементы типа «Кьярло», выполненные с разведенными кистями и (или) с отклонением тела (каждое)	+	+	+
Предварительный элемент	-	-	+
Недостаточное выпрямление тела в горизонтали или неконтролируемый приход после сальто	+	+	+
Перехват рук или хождение в стойке на руках	+	-	-
Сгибание ног до горизонтали во время исполнения «Мой», большой оборот	+	+	-
Согнутые ноги при исполнении элементов типа «Бавсар» во время подъема разгибом после	-	+	-

### VIII. ПЕРЕКЛАДИНА

Высота снаряда: 260 см от поверхности мата, 280 см от пола.

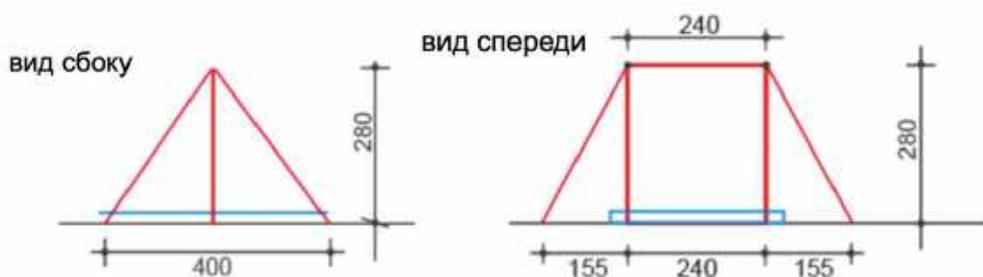


Рисунок № 1.9. Размеры перекладины

#### 28. Описание упражнения

Современное упражнение на перекладине должно представлять собой динамичное представление, которое состоит из элементов с вращениями, маховых элементов и элементов с фазой полета, которые исполняются попеременно близко и с удалением от перекладины в различных хватах для того, чтобы продемонстрировать полный потенциал снаряда.

Из положения стоя ноги вместе или после короткого разбега спортсмен с или без помощи тренера напрыгивает в спокойный или слегка раскачивающийся вис на перекладине. Судейство начинается с момента, когда ступни спортсмена отрываются от пола.

#### 29. Общая информация об исполнении

29.1. Дуга, состоящая из максимум трех махов или раскачиваний, разрешена в

начале упражнения без сбавки. Каждое движение вперед и/или назад считается махом. Кроме того, прыжок в мах либо подталкивание спортсмена тренером в мах засчитываются как мах.

29.2. Упражнение состоит исключительно из маховых элементов, исполняемых без остановок или пауз.

29.3. Дополнительная смена хвата считается «дополнительной или промежуточной опорой рукой» и каждый раз будет наказываться сбавкой в 0,1 балла. Элементы в микс хвате (большой оборот вперед, «Эндо», подъем махом назад, подъем разгибом и т. д.) с последующим одним изменением хвата в хват снизу не будут наказываться сбавкой.

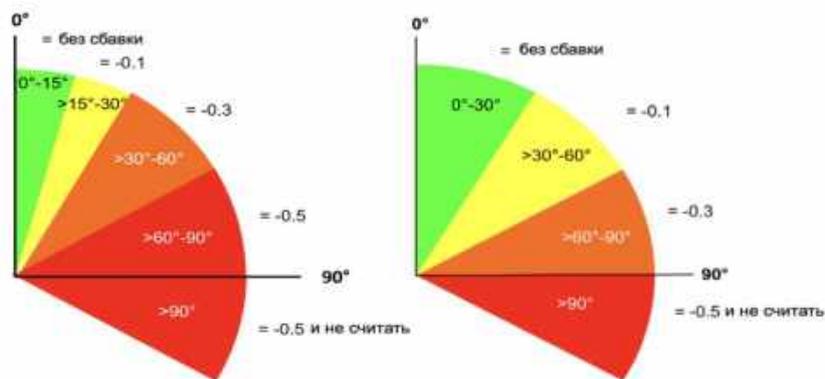
29.4. Сбавки за отклонения при исполнении маховых элементов, исполняемых через ст на рр в таблице № 1.29 и рисунке № 1.10.

29.5. В качестве насока, если спортсмен выполняет подъем махом назад в упор, за которым следует оборот не касаясь (или другое движение), он получит сбавку в 0,3 балла за изменение направления. Если выполнение оборота не касаясь выполняется без упора, сбавка не применяется. Упор – это когда угол от рук к телу составляет менее 45°.

Таблица № 1.29

## Сбавки за отклонения при исполнении маховых элементов через ст на рр

Отклонения от стойки (градусы)	Элементы типа: «Адлер», «Штальдер», «Эндо» с пов на 180° (сбавка)	Пов в разный хват или обратный хват, «Кваст», большой оборот с подлетом
0°-15°	Без сбавки	Без сбавки
>15°-30°	0.1 балла	
>30°-60°	0.3 балла	0.1 балла
>60°-90°	0.5 балла	0.3 балла
>90°	0.5 балла и не считать	0.5 и не считать



а) элементы типа: «Адлер», «Штальдер», «Эндо» с пов на 180°

б) пов в разный хват или обратный хват, «Кваст», большой оборот с подлетом

Рисунок № 1.10. Сбавки за отклонения при исполнении маховых элементов через ст на рр.

29.6. Элементы с фазой полета должны выполняться с видимым подлетом.

29.7. Исполнение махов назад в упор, которые просто меняют направление и ведут в более низкую позицию, наказывается сбавкой 0,3 балла каждый раз, в том числе: после подъема разгибом отмах или подъем махом назад в стойку – далее большой оборот; «Штальдер», оборот не касаясь с пов 180° в обратный хват; после маха назад перехват прыжком в хват сверху – далее в большой оборот, «Штальдер» или оборот не касаясь.

29.8. Композиционные ошибки каждый раз в 0.3 балла, в том числе: после подъема разгибом отмах или подъем махом назад в стойку – далее большой оборот; «Штальдер», оборот не касаясь с пов 180° в обратный хват; после маха назад перехват прыжком в хват сверху – далее в большой оборот, «Штальдер» или оборот не касаясь.

Все ошибки за угловые отклонения должны быть применены к стойке на руках.

29.9. После всех сальтовых перелетов необходим большой оборот. Без большого оборота - сбавка 0.3 балла (сбавка бригады E).

29.10. Для всех «Адлер» типа элементов – не обязательно начинать со стойки на руках.

### 30. Информация по оценке D

30.1. Структурные группы элементов:

I. Маховые элементы в висе и пов.

II. Перелеты.

III. Элементы исполняемые близко к перекладине и элементы типа «Адлер».

IV. Соскоки.

30.2. Информация относительно соединений

За соединения элементов в комбинации предусмотрены надбавки. Надбавки в таблице № 1.30.

Таблица № 1.31

#### Поощрительные баллы за соединения

Перелет		Перелет		Бонус
C	+	D или выше	=	0.1 балла
или наоборот				

D	+	D	=	0.1 балла
D или выше	+	E или выше	=	0.2 балла
или наоборот				
Элементы группы I или III		Перелет		Бонус
D или выше	+	D	=	0.1 балла
или наоборот				
D или выше	+	E или выше	=	0.2 балла
или наоборот				

Элементы должны находиться среди 8 засчитанных элементов.

30.2. Если нет других указаний, элементы, исполняемые из стойки, махом назад или другого положения, имеют в таблице групп трудности один и тот же номер, одну и ту же стоимость.

30.3. Если нет других указаний, элементы с «неправильным» или нетипичным хватом имеют ту же стоимость и тот же номер, что и элементы с обычным хватом.

30.4. Элементы, которые должны заканчиваться обратным хватом двумя руками, оцениваются на одну группу выше, чем те же элементы, заканчивающиеся обратным хватом одной рукой.

30.5. Перелеты, начинающиеся из любого хвата, имеют тот же номер и ту же стоимость, что и начало или дохват двумя руками.

30.6. Если не указано иное, дохват с любым вариантом хвата имеет то же значение и идентификационный номер, что и дохват двумя руками.

30.7. Все элементы типа «Эндо», «Штальдер» и «Веллер» с пов делятся на два отдельных элемента, за исключением «Штальдер с «Рыбалко»:

а) «Эндо» + пов на  $360^0$  в обратный хват = В + С;

б) «Штальдер» + пов  $180^0$  в обратный хват = В + В.

30.8. Элементы с вращением прыжком в стойку должны исполняться во время прыжка, и хват должен осуществляться только после окончания вращения. Хват может осуществляться одной рукой, а затем второй рукой после окончания вращения. Элементы прыжком считаются до конца выполненными, когда обе руки возобновили хват.

30.9. Обороты назад с подскоком и пов («Кваст» и «Рыбалко»).

«Кваст» - видимый подскок и пов  $360^0$  без участия опорной руки;

«Рыбалко» - оборот назад с подскоком и пов  $450^0$  в обратный хват.

Пояснения для «Кваст» и «Рыбалко»:

а) обязательным условием является то, что в конце элемента обе руки находятся в разном или обратном хвате;

б) оборот назад с подскоком и пов  $450^0$  в одну руку («Рыбалко» в одну руку) имеет такое же значение и клетку, как и «Рыбалко» в хват снизу или разнохват

в) оборот назад с подскоком и пов более чем на  $450^0$  запрещены (два и более пов). Это правило также распространяется на все элементы типа «Штальдер» с

прыжком и пов  $450^\circ$  (в обратный хват = «Рыбалко»).

30.10. «Рыбалко» или «Пиатти» из «Штальдер» ноги вместе запрещены.

30.11. Элементы с вращением на одной руке считаются законченными в момент, когда спортсмен возьмется второй рукой за перекладину.

30.12. Элементы типа «Пиатти» с поставить - снять (ступни на перекладине) запрещены.

30.13. Элементы с фазой полета обратным хватом и соскоки из обратного хвата или виса сзади имеют ту же стоимость, что и элементы нормальным хватом.

30.14. Специальные повторы:

30.14.1. Разрешено выполнять только два элемента типа «Адлер» через стойку. В любом случае для оценивания будет выбрано два таких элемента с более высокой сложностью.

30.14.2. Элементы с вращениями: упражнение не должно содержать более одного варианта хвата одного и того же элемента. В этом случае будут засчитываться элементы наивысшей сложности. В соответствии с правилом специальных повторов на всех других снарядах, в том числе: «Рыбалко» в обратный хват или «Рыбалко» в разный хват или «Рыбалко» в одну руку.

30.14.3. Только два перелета типа «Ткачев» или «Пиатти», «Ковач», «Гингер», «Егер», «Маркелов» или сальто вперед через перекладину разрешены.

Спортсмен может исполнить пятый перелет, если как минимум два соединены в связку (минимум C+C).

30.15. Сальто назад с  $1/2$  пов через перекладину и «Гейлорд» 2 рассматриваются как полетные элементы типа «Ковач» при применении правила специальных повторов, которое допускает максимум два однотипных перелета.

30.16. Дохват после перелета «Ткачев» с пов на  $180^\circ$  или «Ямаваки» с пов на  $180^\circ$  без достаточного пов и без последующего выхода в стойку (или соединения с элементом с отпускаянием рук) не получит группу сложности.

30.17. Для того, чтобы оборот в обратном хвате или «русский» оборот был засчитан после «Адлера» или пов в обратный хват, необходимо исполнить движение большим махом через перекладину.

30.18. «Зоу Ли Мин», выполненный с недостаточным пов (пов менее  $90^\circ$  на первом вращении) ведет к непризнанию элемента судьями бригадой D, и сбавка 0.5 балла судьями бригады E. Такой элемент не может быть рассмотрен как оборот вперед на одной руке (группа B).

30.19. Оборот на одной руке вперед с пов на  $360^\circ$  в обратный хват и пов на  $360^\circ$  в хват снизу («Зоу Ли Мин») не может быть соединен с любым другим элементом для повышения сложности.

30.20. При выполнении «Ямаваки» спортсмен должен пройти над перекладиной с прямым телом и в вертикальном положении для того, чтобы быть

оцененным без сбавки. Чрезмерное сгибание или плохое вертикальное положение над перекладиной будет наказано сбавкой, а сгибание тела более  $45^\circ$  приведет к засчитыванию элемента группы В.

30.21. Перелеты всегда получают трудность, если перед падением спортсмена показана четкая фаза вися.

30.22. «Эндо» в обратном хвате чтобы быть засчитанными должны начинаться в стойке на руках в обратном хвате и должны проходить через перекладину в обратном хвате до конца элемента.

30.23. Оборот в обратном хвате и «русский» оборот требуют только прохождения через гриф перекладины для получения группы. Никакого специального количества движения в обратном хвате не требуется для признания элемента:

30.23.1. «Адлер» в  $65^\circ$  отклонения от стойки, мах в обратном хвате, проходя через вис и через перекладину, мах в обратном хвате проходя через вис и подскок в хват снизу = группа С за «Адлер» (и сбавка 0.5 балла за отклонение) и группа В за оборот в обратном хвате;

30.23.2. «Адлер» в ст на рр, мах в обратном хвате проходя через вис и через перекладину закладка в обратном хвате, «Эндо» в обратном хвате, оборот в обратном хвате, подскок в хват снизу = группа С за «Адлер», группа В за оборот в обратном хвате, группа С за «Эндо» в обратном хвате.

30.24. Перелеты с пов  $180^\circ$  в разный хват, обратный хват должны выполняться с более чем 50% пов законченным до прихода на перекладину, чтобы не получить сбавку за последующий подъем в стойку.

Судьи бригады Е производят малую, среднюю и большую сбавку за любой недостаточный пов до прихода на перекладину.

30.25. Продев в вис согн и перемах ноги врозь в вис или упор - спортсмен может начинать элемент с большого оборота или маха вперед под любым углом.

30.26. Выход из «чешских» оборотов: простой выход из вися сзади с последующим элементом «Штальдер» разрешен без сбавки за отклонение, но также не имеет никакой стоимости.

30.27. Элементы типа «Эндо», «Штальдер», «Веллер» и «Адлер» чтобы быть засчитанными должны проходить через перекладину в намеченном направлении.

30.28. Перелет «Ткачев» прямым телом должен быть выполнен прямым телом на протяжении всего элемента до возобновления хвата. Если спортсмен сгибается более чем на  $45^\circ$  перед тем, как ступни пройдут над перекладиной, такой «Ткачев» будет признан, как согн = группа С. Если спортсмен сгибается после прохождения над перекладиной, он получит группу D, но получит соответствующие сбавки за исполнение.

### **31. Специфические сбавки на перекладине**

Таблица № 1.31

## Оценивание упражнения судьями бригады E

Ошибки	Сбавки		
	Мелкая, сбавка 0.1 балла	Средняя, сбавка 0.3 балла	Грубая, сбавка 0.5 балла
Ноги врозь или другое плохое исполнение наскока или подъема на перекладину	-	+	-
Недостаточный мах или остановка в стойке или в другом месте	+	+	-
Недостаточная амплитуда при выполнении перелетов	+	+	-
Отклонение от плоскости движения	$\leq 15^\circ$	$>15^\circ$	-
Переход в более низкую позицию при выполнении маха назад	-	+	-
Запрещенные элементы с использованием ступней	-	+	-
Согнутые руки при возобновлении хвата после выполнения перелетов	+	+	-
Согнутые колени при выполнении махового движения	каждый раз	каждый раз	-
Элемент не продолжен в нужном направлении по ходу движения	-	не считать	-
Любые сальтовые перелеты через перекладину без оборота после дохвата.	-	+	-
Отклонение от стойки при входе в «Эндо», «Штальдер» и «Веллер»	-	+	-
Дополнительные махи в начале упражнения	-	+	-

**IX. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ОБЪЯСНЕНИЯ И ИНТЕРПРЕТАЦИИ**

1. Текст в таблице трудности является приоритетным над иллюстрациями.

2. Вращения вдоль продольной оси на всех шести видах не будут признаны, если они перекручиваются или не докручиваются больше  $90^\circ$  по сравнению с определением, данным для соответствующего элемента.

3. Маховые элементы на всех соответствующих видах не будут признаны, если они заканчиваются положением с отклонением больше  $45^\circ$  от предписанного. На параллельных брусьях «оберучный» в упор должен быть выполнен не менее чем  $45^\circ$  над горизонталью чтобы судьи бригады D засчитали его.

4. Правильное выполнение означает, что соответствующий элемент выполнен с определенной позицией тела. Сюда относятся следующие определения:

а) прогн - плечи, бедра и ступни образуют одну прямую линию при выполнении статических элементов, такое же прямое или слегка согнутое впереди или назад положение туловища при выполнении маховых элементов. Если бедра в

какой-то момент выполнения элемента согнуты более чем на  $45^\circ$ , засчитывается исполнение элемента в положении согн;

б) согн - колени прямые, бедра согнуты не менее чем на  $90^\circ$ . Неправильным исполнением положения согн считается, если бедра согнуты менее чем на  $90^\circ$  в требуемом положении и (или) дополнительно согнуты колени. Если колени в какой-либо момент выполнения элемента образуют угол более чем  $45^\circ$ , засчитывается исполнение элемента в групп;

в) групп - бедра сильно согнуты, согнутые колени - оба не менее чем на  $90^\circ$  - прижаты к груди. Неправильное положение в групп - бедра и (или) колени согнуты менее чем на  $90^\circ$  в требуемом положении.

5. Положение, прогн с согнутыми на  $90^\circ$  коленями засчитывается как таковое с грубой ошибкой исполнения. В подобном случае элемент не будет засчитан судьями бригады D.

6. Положение ноги врозь включает в себя максимальное разведение ног, при котором не нарушается эстетическая и техническая природа элемента.

7. Любое сальто в групп, согн, прогн, ноги врозь - должны выполняться таким образом, чтобы не возникало сомнения относительно положения.

8. Под стойкой на руках на всех снарядах подразумевается такое положение, при котором тело представляет собой прямую линию без прогиба.

9. При выполнении силовых элементов на соответствующих снарядах требуется - в зависимости от элемента - чтобы полностью горизонтальными были руки и (или) тело и (или) ноги.

10. Определенные маховые элементы, если они выполнены плохо, можно спутать с другими элементами, в том числе:

а) элементы с вращениями на всех снарядах, которые недокручены более чем на  $90^\circ$ ;

б) на коне – переход в упоре поперек с отклонением более чем на  $45^\circ$  и переход в упоре продольно.

Во всех подобных случаях спортсмен обязан показать элемент, который стоит у него в программе в четкой и безошибочной манере. Если бы он не сможет справиться с этим, то в связи с этим будут произведены большие сбавки со стороны судей бригады E, а элемент не будет засчитан судьями бригады D (или на прыжке приведет к понижению стоимости и изменению группы прыжка).

Исключения возможны, если правильное техническое исполнение элемента требует определенной модификации.

## 11. Особенности выполнения некоторых элементов

11.1. Такие элементы как «Ткачев» на перекладине, можно исполнять в стойку. Но в настоящее время мы можем пока только говорить о пожелании такого исполнения. В любом случае надо исходить из того, что элемент должен

исполняться технически таким образом, чтобы у спортсмена было время подготовиться к возобновлению хвата, чтобы происходило это прямыми руками, и чтобы упражнение было продолжено полноценным махом.

11.2. На кольцах можно выполнить из виса прогн подъем махом - высокий выкрут. Но это тоже пока только ожидание. Если элемент не заканчивается в стойке на руках, это не влечет за собой сбавку.

11.3. Некоторые элементы выполняют специальную функцию или обладают специальным эффектом. Если эта функция выполняется отчетливо и не нарушается эстетичность элемента, можно отказаться от обычных требований к амплитуде. На параллельных брусьях можно выполнить махом назад обратный оберучный в упор через ст на пр, но в принципе это другой элемент (приведен в таблице групп трудности), и к нему не должны применяться обычные требования как к обратному оберучному.

11.4. Существует ограниченное количество элементов (согнутые руки во время исполнения стоек силой с прямыми руками на некоторых снарядах, различные углы при выполнении равновесий на вольных упражнениях, промежуточные положения высокого угла и высокого «угла» «Манна» на некоторых снарядах, гор упор и «самолет» на кольцах), судейство которых затруднительно для судей. Спортсмены должны выполнять элементы таким образом, чтобы не возникало сомнений относительно того, какой именно элемент или какое именно положение исполнения он выбрал. В противном случае судьи E могут произвести сбавки, а судьи D не засчитать выполнение элемента.

## 12. Правила для выполнения элементов «Манна» и «высокий угол»

Манна без сбавки – это когда ноги расположены горизонтально. Если ноги находятся на расстоянии до  $30^\circ$  от горизонтали, будет применяться сбавка 0,1 балла или 0,3 балла. Все остальные положения ног до вертикального положения будут оцениваться как высокий угол без сбавки. Если ноги не доходят до вертикали до  $15^\circ$ , сбавка составляет 0,1,  $> 15^\circ$  до  $30^\circ$  сбавка составляет 0,3 балла, более  $30^\circ$  – не будет засчитан.

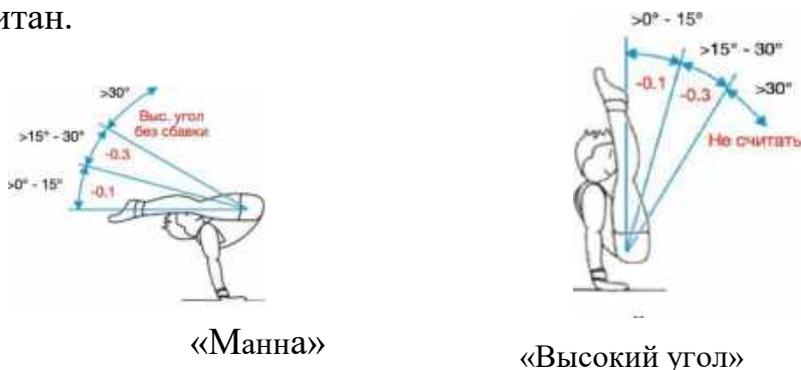
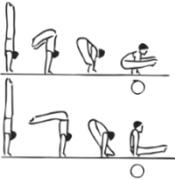
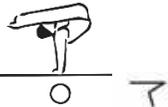
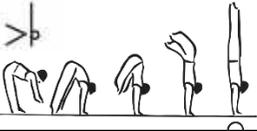
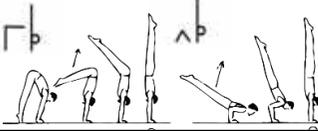
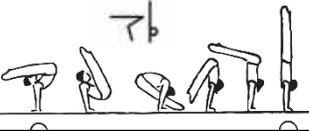
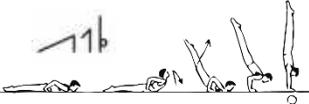
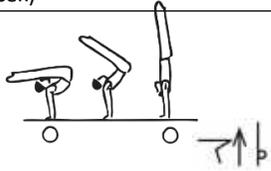
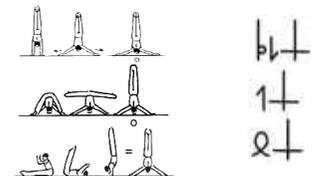
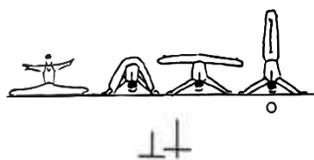


Рисунок № 1.11. Оценивание элемента «Манна» и высокий «угол»

Приложение № 2  
к правилам вида спорта  
«спортивная гимнастика»

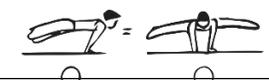
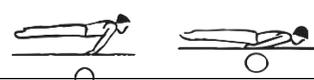
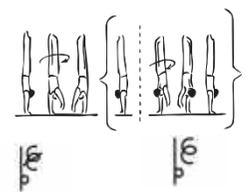
Таблицы трудности элементов  
Вольные упражнения

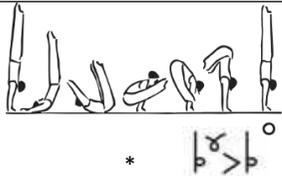
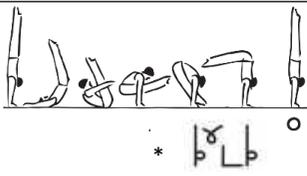
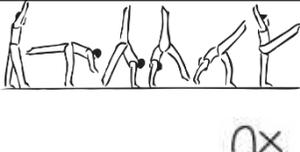
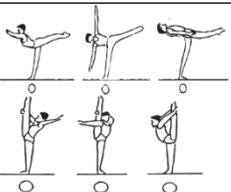
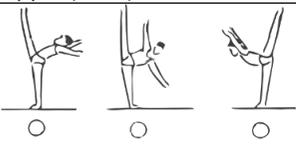
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа I: Неакробатические элементы</b>					
1. Из ст на рр опускание в угол или в угол ноги врозь (2 сек) 	2. Высокий угол (2 сек) 	3. Высокий угол, ноги горизонтально (2 сек) («Манна») 	4.	5.	6.
7. Спичак ноги врозь из положения стоя (2 сек) 	8. Выход в ст на рр, ноги вместе, согн с прямыми руками или прямым телом и согнутыми руками (2 сек) 	9. Высокий угол (2 сек), спичак (2 сек), также ноги врозь во второй части. 	10. Манна (2 сек.), спичак (2 сек), также ноги врозь во второй части. 	11.	12.
13. Перекат в ст на рр из положения лежа (2 сек) 	14. Спичак из шпагата, угла или упора лежа (2 сек) 	15.	16. Манна (2 сек), выкрут в ст на рр (2 сек) 	17.	18.
19. Ст на рр (2 сек)	20. Спичак, опускание или перекат в Японскую стойку (2 сек)	21. Спичак в Японскую стойку из шпагата (2 сек)	22.	23.	24.

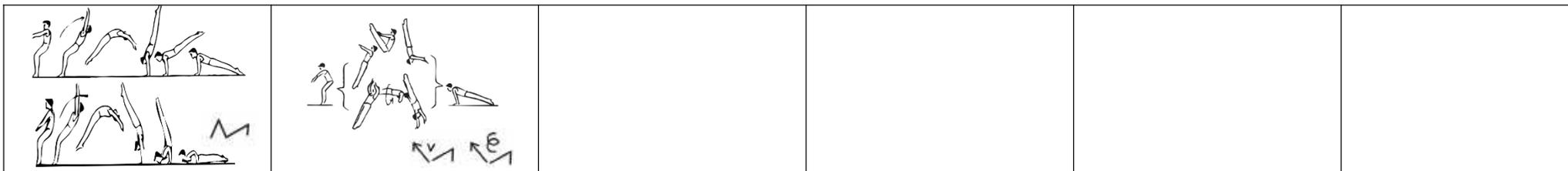
					
---	---	--	--	--	--

<b>A = 0,1</b>	<b>B = 0,2</b>	<b>C = 0,3</b>	<b>D = 0,4</b>	<b>E = 0,5</b>	<b>F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8</b>
----------------	----------------	----------------	----------------	----------------	--------------------------------

**Структурная группа I: Неакробатические элементы**

25. Гор упор ноги врозь (2 сек)	26.	27. Гор упор (2 сек) / Самолет (2 сек)	28.	29.	30.
					
					
31. 1/2 или 1/1 пов в стойку или в ст на рр	32. Из гор. упора ноги врозь (2 сек) выход в ст на рр (2 сек)	33.	34. Из гор. упора (2 сек) выход в ст на рр (2 сек)	35.	36.
					
			Из самолета (2 сек) силой Японская стойка (2 с.) 		
32..Из высокого угла переворот назад	38	39.	40.	41.	42.
					
43.	44. Кувырок вперед, спичак ноги врозь (2 сек)	45. Кувырок вперед, спичак ноги вместе (2 сек)	46.	47.	48.

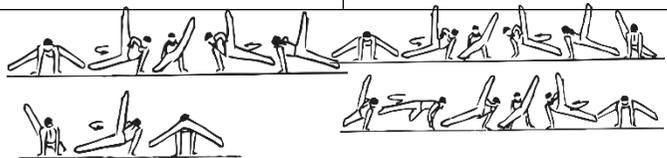
					
* Могут начинаться не со ст. на рр	<b>A = 0,1</b>	<b>B = 0,2</b>	<b>C = 0,3</b>	<b>D = 0,4</b>	<b>E = 0,5</b>
<b>Структурная группа I: Неакробатические элементы</b>					
49. Медленный переворот вперед	50.	51.	52.	53.	54.
					
55. Шпагат любой (с остановкой)	56.	57.	58.	59.	60.
					
61. Любое равновесие (2 сек)	62. Любое равновесие в шпагате без руки (2 сек)	63.	64.	65.	66.
					
<b>Т</b>	<b>Р</b>	<b>У</b>			
67. Прыжок назад в упор лежа.	68. Прыжок назад сгибаясь-разгибаясь или с 1/1 пов в упор лежа.	69.	70.	71.	72.

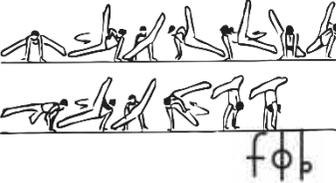


A = 0,1      B = 0,2      C = 0,3      D = 0,4      E = 0,5      F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8

**Структурная группа I: Неакробатические элементы**

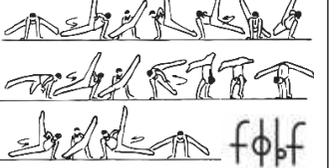
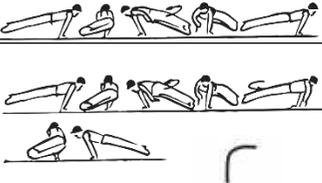
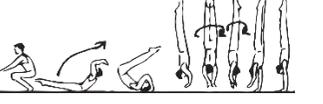
73. Баттерфляй	74. Баттерфляй с 1/1 пов	75. Баттерфляй с 2/1 пов	76.	77.	78.
B	B <sup>1/1</sup>	B <sup>2/1</sup>			
79. Один круг ноги вместе или врозь	80. Круги или круги ноги врозь врозь ст на pp	81. Круги или круги ноги врозь в ст на pp и обратно в круги. (Гоголадзе)	82. Круги Томас прыжком назад на 1/1 пов в ст на pp и обратно в круги Томас (2 прыжка)	83.	84.
f	f <sup>b</sup>	f <sup>b</sup> f	f <sup>1/1</sup> f		
85.	86. Опускание со ст на pp в круги или круги ноги врозь	87.	88.	89.	90.
	b <sup>f</sup>				
91. Круги ноги врозь.с 1/2 противходом.	92. Круги ноги врозь с 1/1 противходом (за два круга)	93. Круги ноги врозь. с >270 противходом (за два круга) в ст на pp	94.	95.	96.



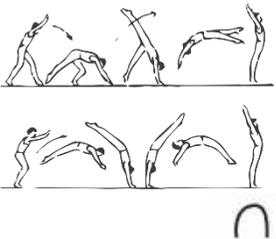
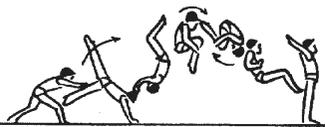
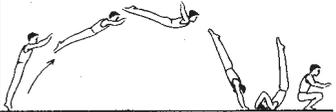
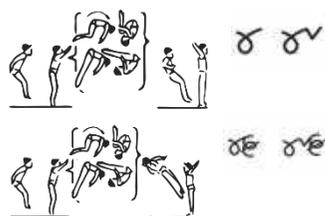
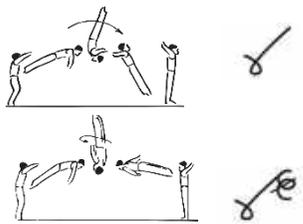
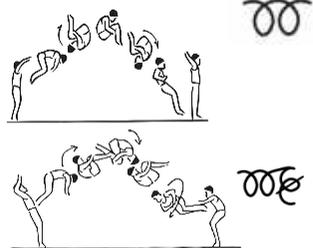
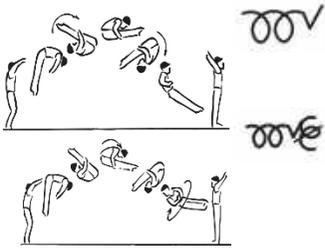
$f\phi$	$f\phi$			
---------	---------	--	--	--

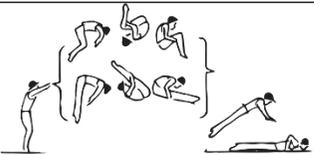
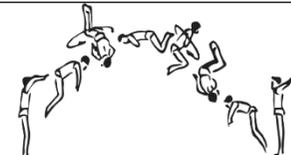
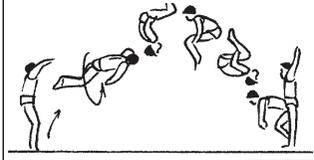
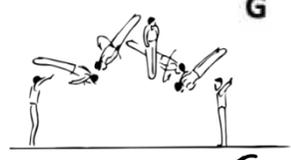
<b>A = 0,1</b>	<b>B = 0,2</b>	<b>C = 0,3</b>	<b>D = 0,4</b>	<b>E = 0,5</b>	<b>F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8</b>
----------------	----------------	----------------	----------------	----------------	--------------------------------

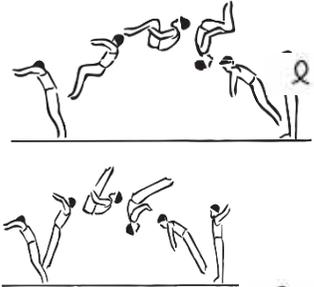
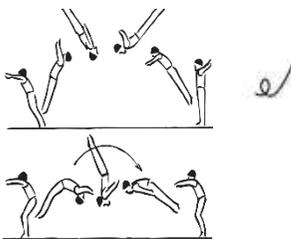
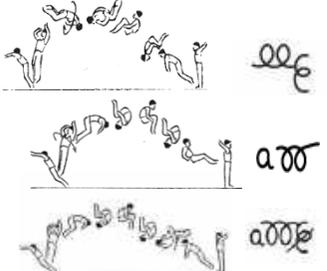
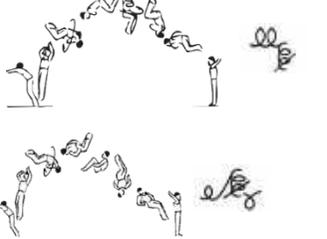
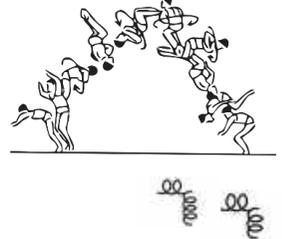
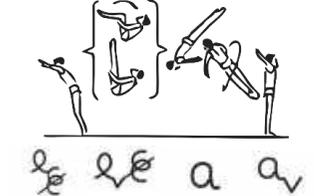
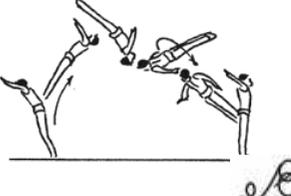
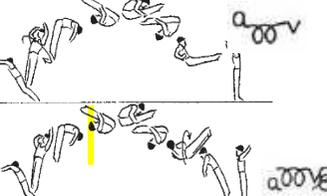
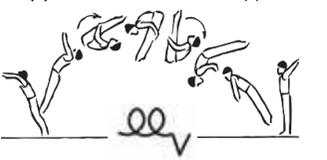
**Структурная группа I: Неакробатические элементы**

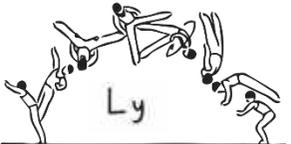
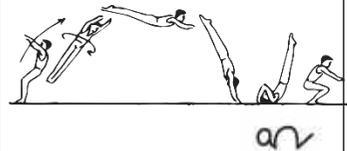
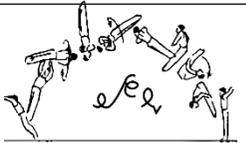
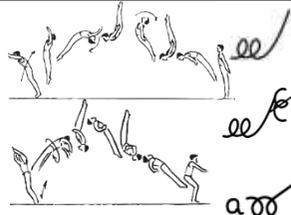
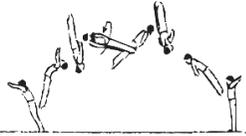
97.	98. Круги ноги врозь. с 1/2 противоходом в ст на pp	99.	100. Круги ноги врозь. с >270° противоходом (за 2 круга) в ст на pp и обратно в круги	101.	102.
$f\phi$		$f\phi$		$f\phi$	$f\phi$
103. Русский круг с пов на 360° или 540°	104. Русский круг с пов на 720° или 900°.	105. Русский круг с пов на 1080° или более. <b>(«Федорченко»)</b>	106.	107.	108
			$r$	$rr$	$rrr$
109. Кувырок назад с 1/2 пов через ст на pp	110. Кувырок назад с 1/1 пов прыжком через ст на pp	111.	112.	113.	114.
		$q\phi$	$q\phi$	$q\phi$	$q\phi$

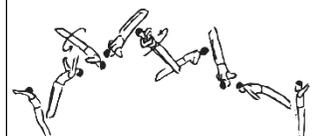
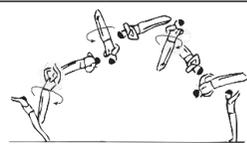
<b>A = 0,1</b>	<b>B = 0,2</b>	<b>C = 0,3</b>	<b>D = 0,4</b>	<b>E = 0,5</b>	<b>F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8</b>
----------------	----------------	----------------	----------------	----------------	--------------------------------

Структурная группа II: Акробатические элементы вперед					
1. Переворот вперед, так же с двух на две	2.	3.	4. Переворот вперед сальто вперед в груп. («Моранди»)	5.	6.
			 m		
7. Полет кувырок.	8.	9.	10.	11.	12.
					
13. Сальто вперед в груп. или согн. Также с 1/2 пов	14. Сальто вперед прогн., также с 1/2 пов	15.	16. Двойное сальто вперед в груп., также с 1/2 пов	17. Двойное сальто вперед согн., также с 1/2 пов	18.
					
<b>A = 0,1</b>	<b>B = 0,2</b>	<b>C = 0,3</b>	<b>D = 0,4</b>	<b>E = 0,5</b>	<b>F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8</b>
Структурная группа II: Акробатические элементы вперед					
31.	32.	33.	34.	35.	36. Двойное сальто вперед в груп. с 1/1 пов
					

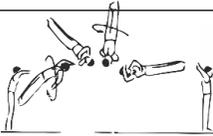
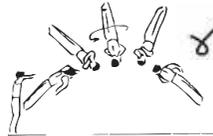
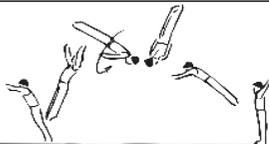
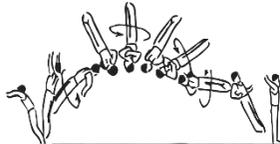
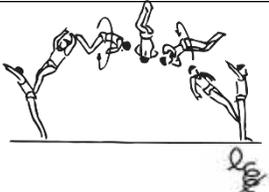
37.	38. Сальто вперед в груп или согн. в упор лежа.	39.	40.	41.	42. Двойное сальто вперед в груп. с 3/2 пов («Запата»)
					
	8/1 8/1				8/1 8/1
43.	44.	45.	46. Сальто. вперед с 1/2 пов двойное сальто назад в груп («Дефер»)	47.	48. Двойное сальто вперед прямым с 3/2 пов («Запата 2»)
					
			8/1 8/1		8/1 8/1 G

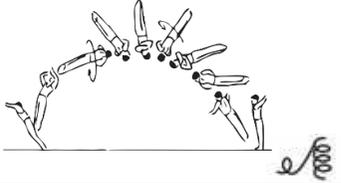
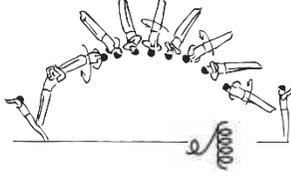
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F=0,6 G=0,7 H=0,8 I=0,9 J=1.0
<b>Структурная группа III: Акробатические элементы назад</b>					
<p>1. Сальто назад в груп или согн.</p> 	<p>2. Сальто назад прогн. или темповое сальто назад</p> 	<p>3. Двойное сальто назад в груп</p> 	<p>4. Двойное сальто назад в груп с 1/1 пов или двойной твист. «Цукахара»</p> 	<p>Двойное сальто назад в груп с 2/1 пов или двойное сальто назад в груп с 3/2 пов или сальто назад прогн. с 3/2 пов и сальто вперед «Алсо»/также «Коростелев»</p> 	<p>6. Двойное сальто назад в гр. с 3/1 пов «Ри Йон Сонг» G</p> 
<p>7. Сальто назад в груп или согн с 1/2 пов или «Твист» в груп или согн.</p> 	<p>8. Сальто назад прогн с 1/2 пов</p> 	<p>9.</p>	<p>10.</p>	<p>11. Двойной твист согн, также с 1/2 пов</p> 	<p>12. Двойное сальто назад в груп с 5/2 пов</p> 
<p>13. Фляк назад.</p> 	<p>14.</p>	<p>15</p>	<p>16. Двойное сальто назад согн.</p> 	<p>17.</p>	<p>18. Тройное сальто назад в груп. («Люкин») I</p> 
<p>19.</p>	<p>20.</p>	<p>21.</p>	<p>22.</p>	<p>23.</p>	<p>24. Тройное сальто назад согн. («Нагорный»)</p>

					
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа III: Акробатические элементы назад</b>					
25.	26.	27.	28.	29. Двойное сальто боком с 1/1 пов («Лу Йон»)	30. Двойное сальто назад прогн. с 5/2 пов H
					
31. Прыжок назад с 1/2 пов в кувырок.	32.	33.	34.	35. Сальто назад прогн. с 1/1 пов и сальто назад согн.	36. Сальто назад прогн. с 2/1 пов и сальто назад согн. («Колыванов»)
					
37.	38.	39.	40.	41. Двойное сальто назад прогн. также с 1/2 пов или двойной твист прогн.	42. Двойное сальто назад прогн. с 3/2 пов или двойной твист прогн. с 1/1 пов
					
				(«Тамayo»)	(«Хиполито»)
43.	44.	45.	46.	47.	48. Двойное сальто назад прогн. с 1/1 пов или двойной твист прогн. с 1/2 пов
					

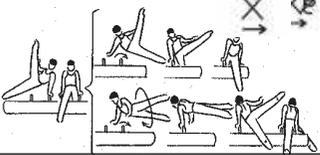
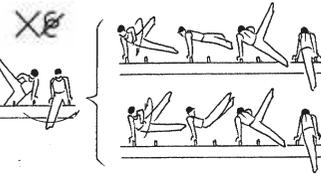
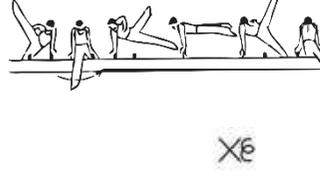
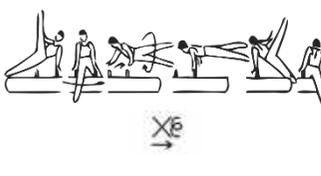
					 (« Пенев»)
<b>A = 0,1</b>	<b>B = 0,2</b>	<b>C = 0,3</b>	<b>D = 0,4</b>	<b>E = 0,5</b>	<b>F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8</b>
<b>Структурная группа III: Акробатические элементы назад</b>					
49.	50.	51.	52.	53.	54. Двойное сальто назад прогн с 2/1 пов
					
					<b>G</b> 
55.	56.	57.	58.	59.	60. Двойное сальто назад в групп. с 7/2 поа.
					<b>(«Минами»)</b> 
					<b>H</b>
61.	62.	63.	64.	65.	66. Двойное сальто назад прогн с 3/1 пов («Ширай» 3)
					
					<b>I</b> 
67.	68.	69.	70.	71.	72. Двойное сальто назад прогн с 7/2 пов («Ярман»)

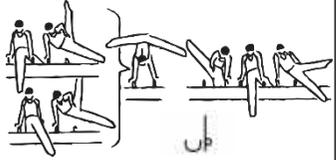
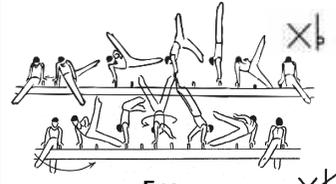
					
					J 

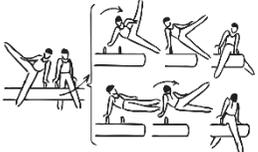
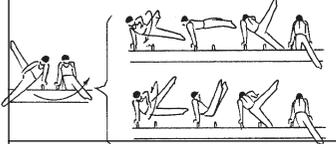
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа IV: Одиночные сальто вперед и (или) назад с одним или более пов</b>					
1.	2. Сальто вперед в груп. с 1/1 пов, также с 3/2 пов	3. Сальто вперед прогн с 1/1 пов также с 3/2 пов	4. Сальто вперед прогн с 2/1 пов	5. Сальто вперед прогн. с 5/2 пов	6. Сальто вперед прогн. с 3/1 пов («Ширай» 2)
					
					
7.	8. Сальто назад прогн с 1/1 пов	9. Сальто назад прогн с 3/2 пов, или 2/1 пов	10. Сальто назад прогн с 5/2 пов	11. Сальто назад прогн с 7/2 пов («Гонзалес»)	12. Сальто вперед прогн. с 7/2 пов («Гошима»)
					
					<b>G</b>
13.	14. Сальто назад в груп. с 3/2 пов	15.	16.	17.	18.
					
19.	20.	21.	22. Сальто назад прогн. с 3/1 пов	23.	24. Сальто назад прогн. с 3/1

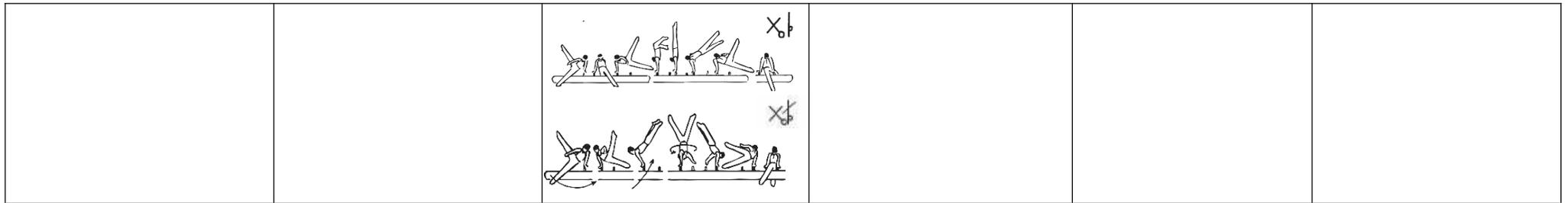
					пов («Ширай» / «Нгуен»)
					

### КОНЬ

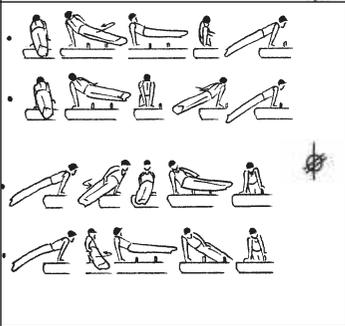
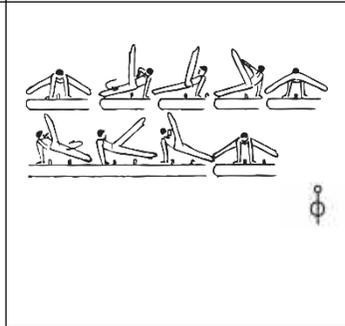
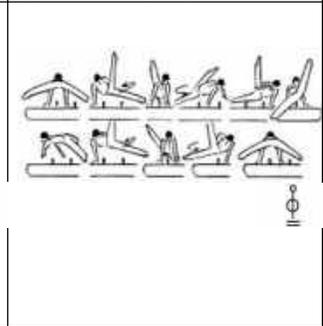
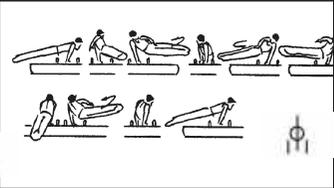
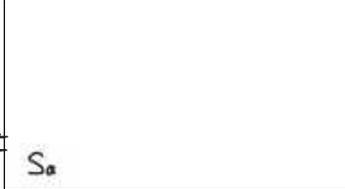
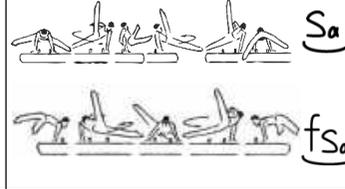
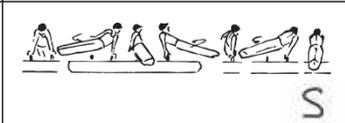
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа I: Одноножные махи и скрещения</b>					
1. Прямое скрещение.	2. Прямое скрещение прыжком продольно (так же с пов 1/2).	3. Прямое скрещение с прыжком продольно с одного конца на другой (3/3).	4.	5.	6.
					
7. Прямое скрещение с пов 1/2	8. Двойное прямое скрещение (пов 1/4 вперед и 1/4 назад).	9. Двойное прямое скрещение (пов 1/4 вперед и 1/4 назад) с переходом продольно	10. Двойное прямое скрещение продольно с одного конца на другой (3/3)	11.	12.
					
13.	14.	15. Двойное прямое скрещение с переходом продольно через ст на пр. («Степанян»)	16.	17.	18.
					
19.	20. Перемах или круг одной через стойку, опускание в упор ноги врозь	21.	22. Прямое скрещение с 1/4 пов через стойку на одной ручке (также с 1/4 пов после) и опускание в упор ноги врозь (со сменной ног) «Ли Нинг»	23.	24.

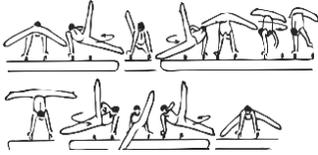
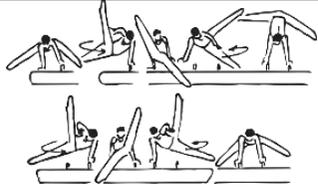
					
--	---	--	---	--	--

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа I: Одноножные махи и скрещения</b>					
25. Обратное скрещение.	26. Прямое скрещение с проходом продольно (так же с 1/2 пов).	27. Прямое скрещение с прыжком продольно с одного конца на другой (3/3).	28.	29.	30.
					
					
31. Обратное скрещение с пов 1/2	32. Двойное обратное скрещение с пов 1/4 вперед и 1/4 назад.	33.	34.	35.	36.
					
					
37.	38.	39. Махом назад с 1/4 через стойку на одной ручке (также с 1/4 пов после) и опускание в упор ноги врозь (со сменой ног)	40.	41.	42.

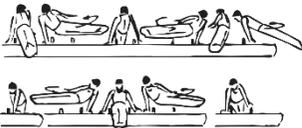


A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа II: Круги ноги вместе и врозь с и (или) без противоходов и через ст на рр, круги с пов, флопы и комбинированные элементы</b>					
1. Любой круг или круг ноги врозь в упоре продольно («Томас»)	2. Круг в упоре продольно с руками между или за ручками.	3.	4.	5.	6.
7. Круг в упоре поперек	8. Круг в упоре поперек на ручке (с 1/4 пов до или после)	9.	10.	11.	12.
13. Круг в упоре лицом наружу	14. Круг в упоре поперек между ручек	15.	16.	17.	18.

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа II: Круги ноги вместе и врозь с и (или) без противоходов и через ст на pp, круги с пов, флопы и комбинированные элементы</b>					
25. Любой 1/4 противоход	26. Любой 1/2 противоход	27.	28. Любой 1/1 противоход в упоре продольно ноги врозь, ручка между рук, максимально два круга.	29. Любой 1/1 противоход в упоре продольно с упором рук на другой части и обратно, максимально два круга («Эйхорн»)	30. Любой 1/1 противоход Ручки между рук (круги или «Томас») («Кейха 1»)
	 <p style="text-align: center;"><b>«Кейха 2»</b></p>				 <p style="text-align: center;"><b>«Кейха 5»</b></p>
31.	32.	33.	34. Любой 1/1 противоходом, максимально 2 круга на конце. «Мадьяр»	35. 1/1 противоход в упоре на ручках ноги врозь или вместе, максимально два круга. («Берки»)	36. Из упора поперек, руки между ручек 1/1 противохода, максимально два круга.
					
37.	38. Прямой стойкли А на ручках или ручка между рук.	39.	40. Прямой стойкли А ручки между рук. («Кейха 3»)	41.	42.
		 <p style="text-align: center;"><math>S_a</math></p>	 <p style="text-align: center;"><math>S_a</math> <math>f_{S_a}</math></p>		
43.	44. DSB	45.	46.	47.	48.
	 <p style="text-align: center;"><math>S</math></p>				

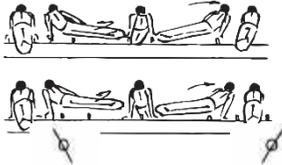
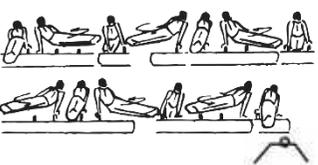
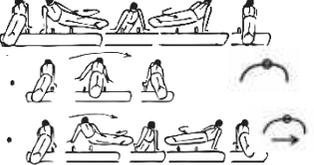
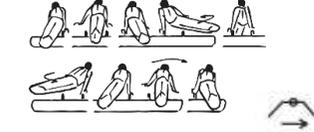
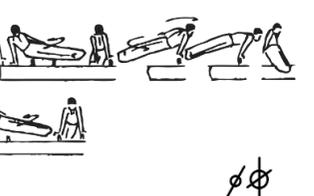
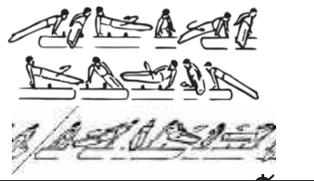
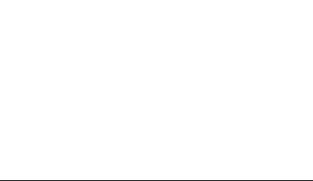
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа II: Круги ноги вместе и врозь с и (или) без противоходов и через ст на рр, круги с пов, флопы и комбинированные элементы</b>					
49.	50.	51. Круг или «Томас» через стойку (с или без 1/2 пов), опускание в круг или «Томас». («Типельт»)	52. Томас с переходом прыжком через стойку, опускание в круг или «Томас».	53.	54. Обратный стойкли, прямой стойкли А или круг на одной ручке ноги врозь через стойку, 3/3 проход (вперед.-назад), 360° опускание в Томас
					(«Буснари») 
		f f	f f		s a e f
55. Двойной обратный выход (кер)	56. Кер с пов 270° на одной ручке (Сон) из упора поперек в продольно	57. Кер с пов 270° на одной ручке (Сон) из упора родольно в поперек. «Бертончели»	58. Кер с пов 360° на одной ручке. «Сон»	59.	60.
					
k	 k	k	k		
61.	62. Прямой Трамлот.	63.	64.	65.	66.
					
	k				
67.	68. Обратный стойкли с пов 180° (или 270° с одной ручки) за один круг.	69. Обратный стойкли с пов 270° («Безуго») с двух ручек в упор поперек на одной ручке	70.	71. Обратный стойкли с пов. 360° за один круг. «Безуго»	72.

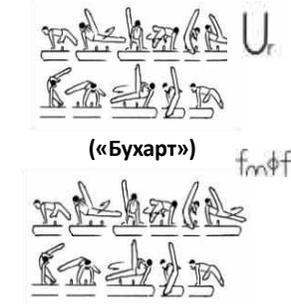
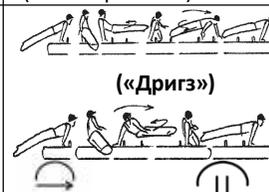
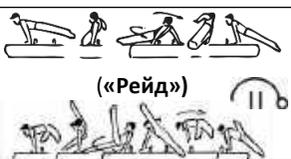
	 R	<b>«Давтян»</b>  R		  R	
--	--	--	--	---	--

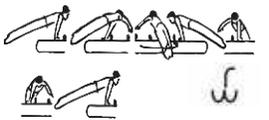
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа II: Круги ноги вместе и врозь с и (или) без противоходов и через ст на рр, круги с пов, флопы и комбинированные элементы</b>					
73. Немецкий круг	74. Чешский круг на ручках или ручка между рук.	75.	76. Чешский круг над ручками («Пинхейро»)	77.	78.
 S	 C		 C		
79. Перемах вперед с 1/2 в упор на конце из упора продольно, с помощью одной или двух ручек	80.	81.	82.	83.	84.
 W					
85. Русский круг с пов 180° или 270°	86.	87.	88.	89.	90.
					
91. Русский круг с пов 360° или 540°.	92. Русский круг с пов 720° или 900°.	93. Русский круг с пов 1080° или больше.	94.	95.	96.

--	--	--	--	--	--

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа II: Круги ноги вместе и врозь с и (или) без противоходов и через ст на рр, круги с пов, флопы и комбинированные элементы</b>					
97. На теле русский круг с пов 180° или 270°, так же с проходом	98.	99.	100.	101.	102.
103. На теле русский круг с пов 360° или 540°.	104. На теле русский круг с пов 720° или 900°.	105. На теле русский круг с пов 1080° или больше	106.	107.	108.
109.	110. Русский круг с пов 180° или 270° на одной ручке или между руч.	111. Русский круг с пов 360° или 540° на 1одной ручке или между ручек	112. Русский круг с пов 720° или 900° на одной ручке или между ручек	113. Русский круг с пов 1080° или больше, на одной ручке или между ручек	114.

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа III: Проходы, включая, «Тонг Фей», «Ву Гоняя», «Рот» и проходы с противоходом</b>					
1. Любой переход в упоре продольно (1/3) (так же с 1/4 пов)	2. Любой проход в упоре продольно (3/3)	3. Любой проход в упоре продольно 3/3, руки между ручек.	4 Любой проход в упоре продольно 3/3, через обе ручки (также прыжком)	5.	6.
					
7.	8. Любой переход в упоре продольно (1/3) прыжком.	9. Любой переход в упоре продольно (3/3) двумя прыжками	10.	11. Из упора продольно на одном конце проход прыжком через обе ручки на другой конец (1-1 до 5-5).	12.
				11. Из упора продольно на одном конце проход прыжком через обе ручки на другой конец (1-1 до 5-5). <b>(«Ямаваки»)</b> 	
13.	14. Проход вперед или назад с 1/4 противоходом в упор продольно	15. Любой проход с 1/2 противохода продольно	16.	17. С одного конца проход продольно 2x 1/2 противохода до другого конца.	18.
					
19.	20.	21.	2. Любой проход вперед 3/3 с 1/2 противохода с одной ручки через другую ручку. («Нин Рейз»)	23. Проход вперед поперек 3/3 через две ручки с 1/2 противохода. («Нин Рейз 2»)	24.
				 NR <sub>2</sub> <b>(«Кейха 4»)</b>	

				(«Титов»)	
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа III: Проходы, включая, «Тонг Фей», «Ву Гонянь», «Рот» и проходы с противоходом</b>					
25.	26.	27.	28.	29. Любой 3/3 проход в Томас с 1/1 противоходом за два круга. («Урзика 2»)  («Бухарт») fm#f	30.
31.	32. Проход вперед в упоре поперек (1/2 или 2/3).	33. Проход вперед в упоре поперек тело, ручка, ручка, тело (3/3) (1-2-4-5).	34. Любой другой проход вперед в упоре поперек до другого конца (3/3). («Мадьяр»)	35. Проход вперед в упоре поперек через обе ручки (также прыжком)  («Дригз») II	36.
37. Проход назад в упоре поперек с одной части коня на другую (1/3).	38. Проход назад в упоре поперек (1/2 или 2/3)	39. Проход назад в упоре поперек тело, ручка, ручка, тело (3/3) (1-2-4-5).	40. Любой другой проход назад в упоре поперек до другого конца (3/3). («Шивадо»)	41. Проход назад в упоре поперек с через обе ручки (также прыжком) («Курбанов»)  («Рейд») II	42.
43.	44.	45.	46. Кер вперед, обратный стойкли, кер вперед.	47.	48.

			<p align="center"><b>(«Могильный»)</b></p>  <p align="right">Mo</p>		
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа III: Проходы, включая, «Тонг Фей», «Ву Гонян», «Рот» и проходы с противоходом</b>					
49.	50.	51.	52. Кер назад, кер вперед., кер назад	53.	54.
			<p align="center"><b>Be</b>      <b>(«Беленький»)</b></p> 		
55.	56.	57. Из упора на одной ручке русский круг на другой конец без упора между или на ручку (продольно в продольно, продольно в поперек, поперек в продольно)	58. Из упора на конце русский круг на другой конец без упора между или на ручку (продольно в продольно, продольно в поперек, поперек в продольно)	59. На теле русский круг, из упора поперек, с 360° или более через обе ручки <b>(«Вамен»)</b>	60.
		 <p align="right">Tf</p>	<p align="center"><b>(«Тонг Фей»)</b></p> 		
61.	62.	63.	64. Из упора 1-2, русский круг 360° или более с проходом 3/3.	65. Любой проход 3/3 с русским кругом 720° (или больше) с двумя руками между ручек. <b>«Ву Гонян»</b>	66.
			 <p align="right">Wu</p>	 <p align="right">Wu</p>	
67.	68.	69.	70. Любой русский круг 360° с проходом 3/3. <b>«Рот»</b>	71.	72.

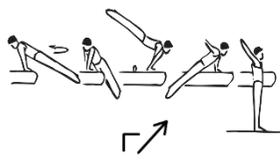
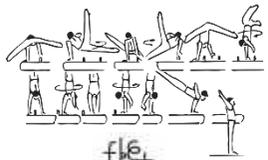
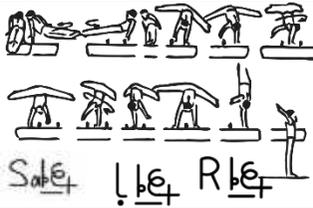
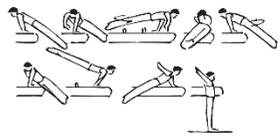
			 <p>R<sub>0</sub></p>		
--	--	--	--	--	--

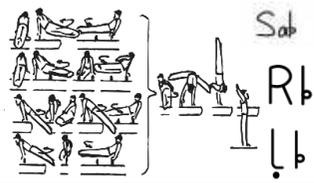
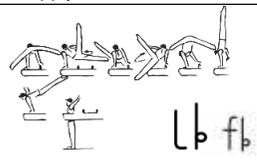
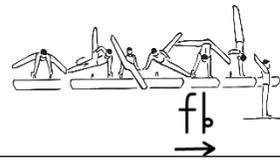
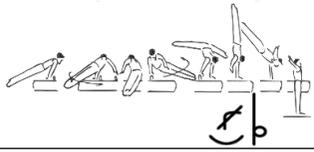
<b>A = 0,1</b>	<b>B = 0,2</b>	<b>C = 0,3</b>	<b>D = 0,4</b>	<b>E = 0,5</b>	<b>F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8</b>
----------------	----------------	----------------	----------------	----------------	--------------------------------

**Структурная группа III: Проходы, включая, «Тонг Фей», «Ву Гоняя», «Рот» и проходы с противоходом**

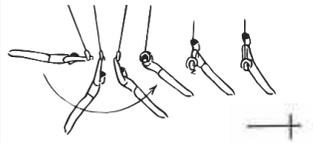
73.	74.	75. Обратный стойкли из упора поперек наружу, на дальнюю ручку (5-5 в 2-2) <b>(«Ромеро»)</b>  R <sub>m</sub>	76. Обратный стойкли из упора поперек с одного конца на другой. <b>(«Абу Алсаид»)</b>  R	77.	78.
-----	-----	---	--	-----	-----

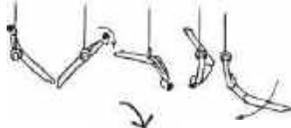
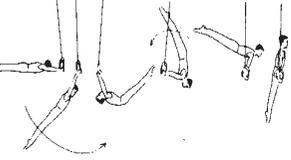
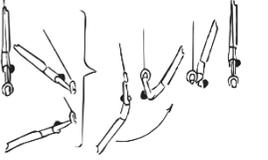
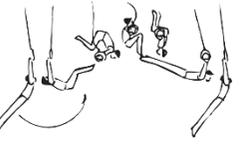
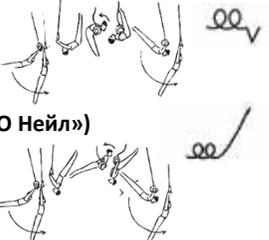
**Структурная группа IV: Соскоки**

1. «Заножка» в соскок с круга (также с русского круга на 180° или 270°) 	2. «Шагиняя» в соскок.  C <sub>9</sub>	3.	4. Из упора прод. на конце круг или Томас в стойку, проход 3/3 и 450° или больше. <b>(«Колыванов»)</b>  fle <sub>4</sub>	5. DSA, обратный стойкли или круг на ручке в стойку, проход 3/3 и 450° или больше.  Sole <sub>4</sub>   le <sub>4</sub> R le <sub>4</sub>	6.
7. На конце русский круг с 360° или 540° в соскок. 	8. На конце русский круг с 720° или 900° в соскок 	9. На конце русский круг с 1080° или больше в соскок 	10. С ручек круг с 1/4 пов в русский круг на одной ручке на 270° в ст на pp <b>(«Долидзе»)</b>  k <sub>1</sub> p	11.	12.

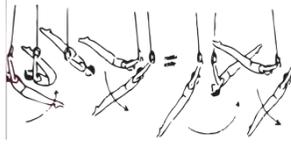
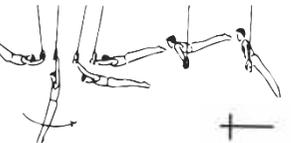
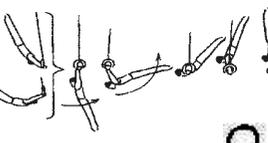
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа IV: Соскоки</b>					
13. Из упора прод. Переход 1/2 пов и заножка.	14.	15. DSA, обратный стойкли или круг через ст на pp	16. DSA с прыжком назад через ст на pp на другой конец. («Джесон», «Лус»)	17.	18.
 W ↗		 Sob Rb Lb	 Sob		
19.	20. Круг или «Томас» через ст на pp (так же с 3/4 пов. с или без прохода).	21. Круг или «Томас» прыжком назад через ст на pp	22. Русский 180° с одного конца коня на другой, через ст на pp.	23.	24.
	 Lb fb	 fb →	 Cb		
25.	26.	27.	28. «Бертончели» через ст на pp	29.	30.
					

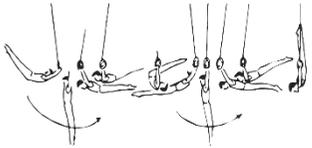
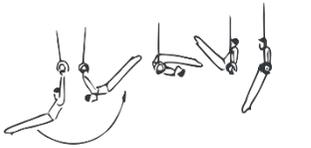
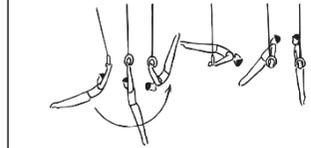
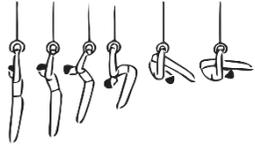
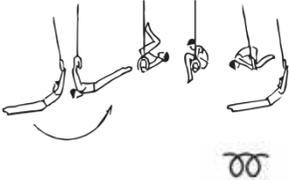
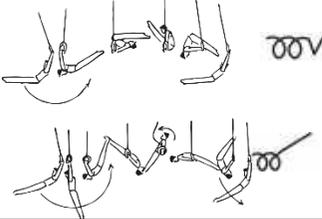
КОЛЬЦА

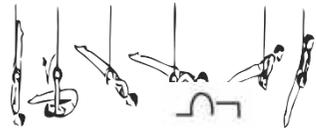
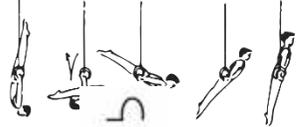
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа I: Подъемы разгибом и маховые элементы, маховые элементы через или в ст на pp (2 сек)</b>					
1. Подъем махом вперед. в упор. 2.	3.	4.	5.	6.	
 +					

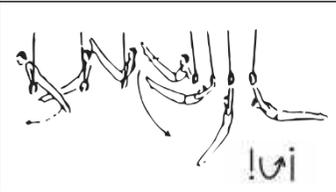
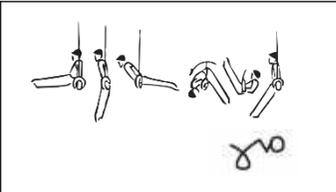
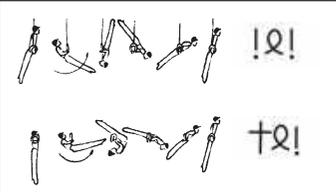
<p>7. Из любого гор. упора, самолета или махом назад, переворот вперед. в вис</p> 	<p>8. Подъем махом вперед, и контрсальто вперед. в вис («Чечи»)</p> 	<p>9.</p>	<p>10.</p>	<p>11.</p>	<p>12.</p>
<p>19. Из виса махом вперед переворот в упор.</p> 	<p>20. Мах вперед через ст. на руках.</p> 	<p>21. Двойное сальто в груп в вис. («Гуцогги»)</p> 	<p>22. Двойное сальто прогн или согн в вис. («О Нейл»)</p> 	<p>23.</p>	<p>24.</p>
<p>●</p>		<p>●</p>	<p>●</p>		

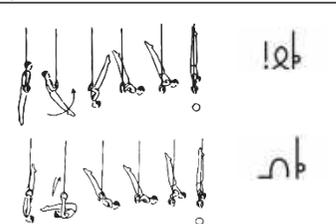
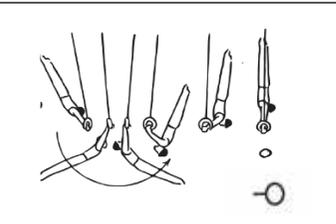
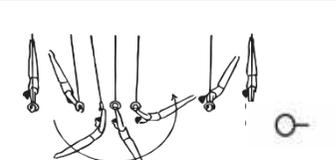
● Запрещено для юниоров

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа I: Подъемы разгибом и маховые элементы, маховые элементы через или в ст на рр (2 сек)</b>					
<p>25. Выкрут назад согн или прогн</p> 	<p>26.</p>	<p>27.</p>	<p>28.</p>	<p>29.</p>	<p>30.</p>
<p>31. Подъем махом назад в упор.</p> 	<p>32. Подъем махом назад. через ст на рр</p> 	<p>33.</p>	<p>34.</p>	<p>35.</p>	<p>36.</p>
<p>37. Выкрут вперед согн. или прогн.</p>	<p>38. Махом назад сальто вперед согн. в упор. «Хонма»</p>	<p>39. Хонма прогн.</p>	<p>40.</p>	<p>41.</p>	<p>42.</p>

					
L	h	h			
43. Из виса вкручивание.	44. Двойное сальто вперед в груп в вис. «Ямаваки»	45. Двойное сальто вперед согн или прогн в вис. «Йонасон»	46.	47.	48.
					

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа I: Подъемы разгибом и маховые элементы, маховые элементы через или в ст на рр (2 сек)</b>					
49. Подъем разгибом в упор.	50.	51.	52.	53.	54.
					
55. Подъем разгибом назад в упор с согнутыми руками.	56. Подъем разгибом назад в упор.	57.	58.	59.	60.
					
61. Из упора махом вперед сход в вис.	62.	63. Из упора махом назад сальто вперед согн в упор.	64.	65.	66.

					
67. Из упора или креста, переворот назад согн. или прогн. с согнутыми руками в упор	68.	69.	70.	71.	72.
					

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа I: Подъемы разгибом и маховые элементы, маховые элементы через или в ст на рр (2 сек)</b>					
73.	74. Подъем разгибом назад или переворот назад прямым телом в ст на рр (2 сек) с согнутыми руками	75. Махом вперед ст на рр или большой оборот назад (2 сек).	76.	77.	78.
					
79.	80.	81. Подъем махом назад или большой оборот вперед в ст на рр (2 сек)	82.	83.	84.
					

85.	86. Из упора махом назад ст на рр (2 сек)	87. Хонма и махом назад ст на рр (2 сек).	88. Хонма прогн и махом назад ст на рр (2 сек).	89.	90.

<b>A = 0,1</b>	<b>B = 0,2</b>	<b>C = 0,3</b>	<b>D = 0,4</b>	<b>E = 0,5</b>	<b>F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8</b>
----------------	----------------	----------------	----------------	----------------	--------------------------------

**Структурная группа II: Силовые и статические элементы (2 сек)**

1. Угол (2 сек) или угол вне (2 сек).	2. Высокий угол (2 сек).	3.	4. Крест вниз головой (2 сек).	5.	6.
7. Горизонтальный вис сзади (2 сек).	8.	9. Гор упор (2 сек).	10. «Самолет» (2 сек). «Хиронделли»	11. Обратный «самолет» (2 сек).	12.
13. Гор. вис спереди (2 сек).	14.	15. Любой крест (2 сек) или крест с высоким углом (2 сек)	16.	17.	18.
19. Гор. упор ноги врозь (2 сек).	20.	21.	22. Из креста с высоким углом дожать в высокий угол (2 сек) («Цукахаря» 3)	23. Из виса подъем силой с прямыми руками в крест с высоким углом (2 сек)	24.

				(«Колак») 	
--	--	--	--	---------------	--

<b>A = 0,1</b>	<b>B = 0,2</b>	<b>C = 0,3</b>	<b>D = 0,4</b>	<b>E = 0,5</b>	<b>F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8</b>
----------------	----------------	----------------	----------------	----------------	--------------------------------

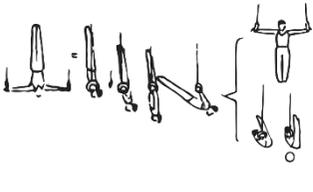
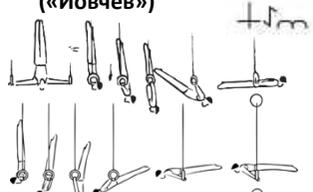
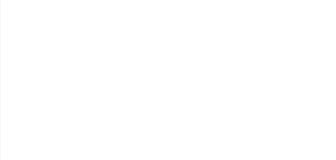
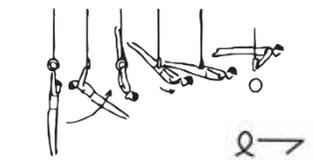
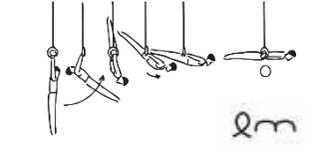
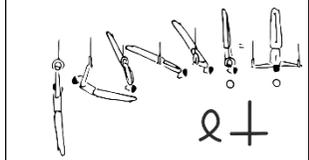
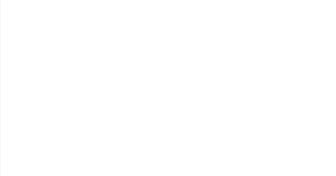
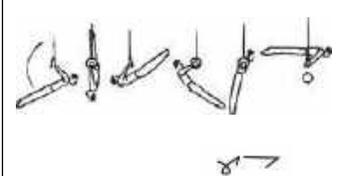
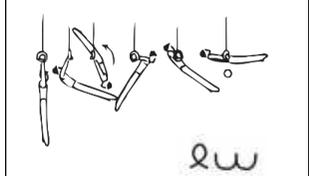
**Структурная группа II: Силовые и статические элементы (2 сек)**

25. Стойка силой согн и согн. руками (2 сек).	26. Стойка силой прямым телом и согнутыми руками или согн. с прямыми руками или из гор упора ноги врозь. (2 сек).	27. Стойка силой прямым телом и прямыми руками или из гор упора (2 сек).	28. Стойка силой прямым телом и прямыми руками или из гор упора (2 сек).	29.	30.
- Также ноги врозь.	- Также ноги врозь.				
31. Медленный кувырок вперед согн. в упор с согнутыми руками.	32. Медленный кувырок вперед прогн в упор с согнутыми руками	33.	34.	35.	36.
37.	38. Медленный кувырок назад прогн. в угол (2 сек).	39. Медленный кувырок вперед. прогн. в крест или крест углом (2 сек).	40.	41.	42.

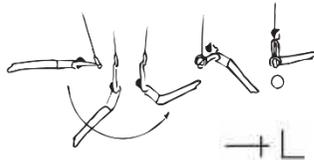
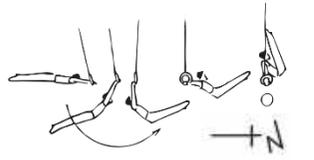
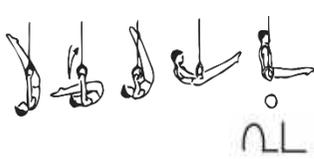
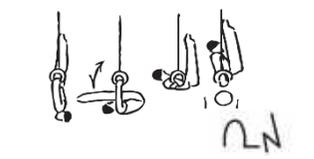
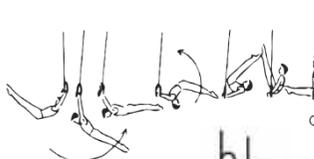
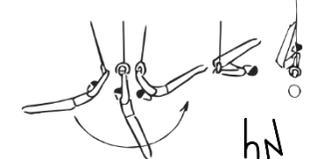
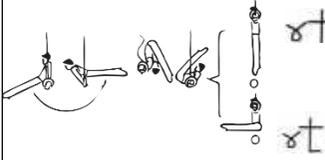
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа II: Силовые и статические элементы (2 сек)</b>					
49.	50. Подъем силой с согнутыми руками в горизонтальный вис сзади (2 сек)	51. Подъем силой с прямыми руками в горизонтальный вис сзади (2 сек).	52. Медленный переворот назад прогн. в крест, крест углом или крест высоким углом (2сек) «Азарян»	53.	54.
55.	56. Из креста или креста углом выход в горизонтальный вис сзади (2 сек)	57. Подъем силой с прямыми руками в угол (2 сек).	58. Из или через горизонтальный вис сзади. в крест, крест углом или крест с высоким углом (2 сек) («Накаяма», «Кинг Чунг»)	59.	60. Через горизонтальный вис сзади выход силой с прямыми руками через крест в обратный самолет (2 сек) («Захран»)
61.	62. Из ст на рр через гор упор в горизонтальный вис сзади (2 сек)	63. Из упора медленно в вис и подъем силой с прямыми руками в крест (2 сек). («Ли Ксяшунг»)	64. Из виса подъем силой с прямыми руками в крест или крест углом (2 сек).	65. Из гор упора медленно в горизонтальный вис сзади - самолет (2 сек) или из самолета то же гор упор или гор упор в гор упор. («Вангельдер»)	66. Из виса медленный подъем силой с прямыми руками через крест в обратный самолет (2 сек) («Тулоч» 2)
67.	68. Из ст на рр через крест вниз головой в вис прогн.	69.	70. Из самолета дожать в гор. упор (2 сек).	71. Из самолета медленно в горизонтальный вис сзади и дожать в «самолет» (2 сек).	72. Из горизонтального виса сзади дожать в самолет (2 сек). (также в гор. упор) («Занетти»)



A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа II: Силовые и статические элементы (2 сек)</b>					
73.	74.	75. Из креста или креста углом дожать в угол (2 сек)	76.	77. Из креста углом выход силой в крест вниз головой (2 сек).	78. Из креста выход силой прямым телом в крест вниз головой (2 сек)
79.	80.	81.	82.	83.	84. Из самолета дожать в крест вниз головой (2 сек)
85.	86.	87.	88. Из креста дожать в гор. упор без положения упора (2 сек).	89. Из креста дожать в самолет (2 сек).	90. Через гор. вис сзади с прямым телом. в крест вниз головой (2 сек)
91.	92.	93.	94. Из креста вниз головой медленно, через вис прогн в крест (2 сек). («Воробьев»/ «Зоу»)	95. Из креста вниз головой медленно, через вис прогн. в самолет (2 сек) или гор упор (2 сек).	96.

				<p>(«Йовчев»)</p> 	
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа II: Силовые и статические элементы (2 сек)</b>					
97.	98.	99.	100.	101. Медленный кувырок назад прогн. с прямыми руками в гор. упор (2 сек). («Ян Мийонг»)	102.
					
103.	104.	105.	106.	107. Медленный переворот назад прогн. в самолет (2 сек).	108. Медленный переворот назад прогн. и прямыми руками через самолет в крест вниз головой (2 сек). («Симонов»)
					
115.	116.	117.	118. Медленный переворот вперед прямым телом через крест, без положения упора в гор упор (2 сек). («Нг Киу Чунг 2»)	119. Медленный переворот вперед с прямым телом через крест в крест вниз головой (2 сек) («Вин»)	120. «Азарян» в обратный самолет (2 сек) («Тулоч»)
					

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа II: Силовые и статические элементы (2 сек)</b>					
121.	122.	123.	124. Медленный переворот вперед с прямым телом в крест или крест углом (2 сек), также из виса сзади («Давтян»)	125. Медленный переворот вперед. с прямым телом через крест в самолет (2 сек). («Пхам 2»)	126.
127.	128.	129.	130. Из виса подъем силой в упор и силой в ст на рр с прямым телом и руками. («Синголани»)	131.	132. Из виса подъем силой в самолет (2 сек) («Баландин 1»)
133.	134.	135.	136.	137. Из виса подъем силой через самолет в гор. упор (2 сек). («Баландин 3»)	138. Из виса подъем силой в крест вниз головой (2 сек) («Баландин 2»)
					<b>G</b> 
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа III: Маховые элементы с последующими силовыми статическими элементами (2 сек)</b>					
1.	2. Подъем махом вперед в угол (2 сек).	3. Подъем махом вперед в высокий угол (2 сек).	4.	5.	6.

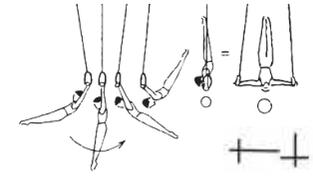
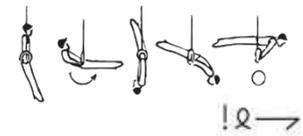
					
7.	8. Подъем разгибом в угол (2 сек)	9. Подъем разгибом в высокий угол (2 сек).	10.	11.	12.
					
13.	14. Хонма в угол (2 сек)	15. Хонма в высокий угол (2 сек) («Грация»)	16. Хонма в Крест или Крест углом (2 сек)	17. Хонма в Крест с высоким углом (2 сек) («Танака»)	18.
					
19.	20.	21.	22. Из упора махом назад сальто вперед согн в крест или крест углом (2 сек)	23.	24.
					

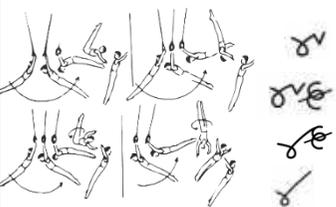
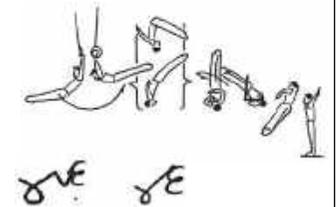
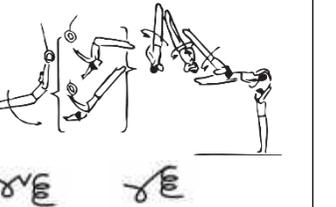
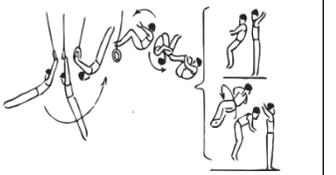
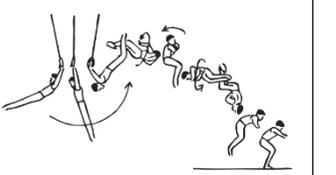
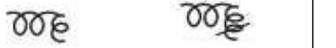
<b>A = 0,1</b>	<b>B = 0,2</b>	<b>C = 0,3</b>	<b>D = 0,4</b>	<b>E = 0,5</b>	<b>F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8</b>
<b>Структурная группа III: Маховые элементы с последующими силовыми статическими элементами (2 сек)</b>					
25.	26.	27. Подъем махом вперед, в крест или крест углом (2 сек)	28.	29.	30.

31.	32.	33. Подъем махом назад в крест или крест углом (2 сек)	34.	35.	36.
37.	38.	39. Подъем разгибом в крест или крест углом (2 сек)	40. Подъем разгибом в крест с высоким углом (2 сек)	41.	42. Подъем разгибом в обратный самолет (2 сек)
			<b>(«Молилари»)</b> 		
43.	44.	45. Подъем разгибом назад в крест или крест углом (2 сек).	46. Подъем разгибом назад в гор. упор. (2 сек)	47. Подъем разгибом назад в самолет (2 сек)	48.

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа III: Маховые элементы с последующими силовыми статическими элементами (2 сек)</b>					
49.	50. Махом вперед переворот в упор ноги врозь опорой о кольца (2 сек) («Делчев»)	51.	52.	53. Подъем разгибом назад в крест вниз головой (2 сек).	54.

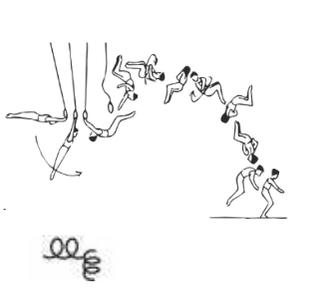
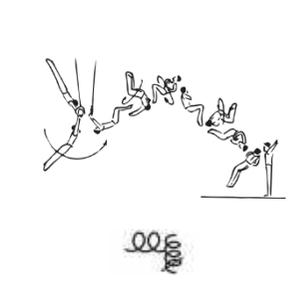
55.	56. Махом вперед переворот в гор упор ноги врозь (2 сек)	57. Махом вперед. переворот в крест или крест углом (2 сек)	58. Махом вперед. переворот в гориз. упор (2 сек)	59. Махом вперед переворот в самолет (2 сек)	60. Подъем махом вперед. в обратный самолет (2 сек)	
61.	62.	63.	64.	65. Подъем махом вперед в крест вниз головой (2 сек)	66.	
67.	68. Подъем махом назад в гор. упор ноги врозь (2 сек)	69.	70. Подъем махом назад в гор. упор (2 сек)	71. Подъем махом назад в самолет (2 сек).	72.	
	<b>A = 0,1</b>	<b>B = 0,2</b>	<b>C = 0,3</b>	<b>D = 0,4</b>	<b>E = 0,5</b>	<b>F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8</b>
<b>Структурная группа III: Маховые элементы с последующими силовыми статическими элементами (2 сек)</b>						
73.	74.	75.	76.	77. Подъем махом назад в крест вниз головой (2 сек).	78.	

					
79.	80.	81.	82. Кувырок назад прогн. в гор упор (2 сек)	83.	84.
					

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа IV: Соскоки</b>					
1. Сальто вперед согн. или прогн. также с 1/2 пов	2. Сальто вперед согн. или прогн. с 1/1 пов	3. Сальто вперед, согн. или прогн. с 3/2 пов	4. Сальто вперед согн. или прогн. с 2/1 пов	5.	6.
					
7.	8.	9. Двойное сальто вперед в групп. или с 1/2 пов	10. Двойное сальто вперед в групп. с 3/2 пов (также с 1/1 пов) («Фишер»)	11.	12.
					
13.	14.	15.	16. Двойное сальто вперед согн. или с 1/2 пов («Балабанов»)	17. Двойное сальто вперед согн. с 3/2 пов (также с 1/1 пов)	18.
					

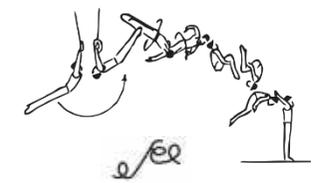
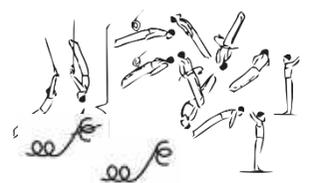
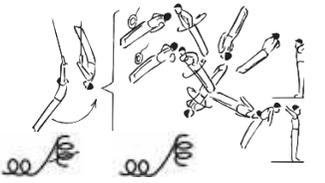
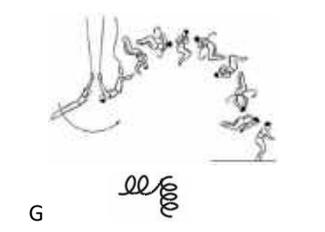
			00v 00ve	00ve 00ve	

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа IV: Соскоки</b>					
25. Сальто назад согн. или прогн. также с 1/2 пов	26. Сальто назад прогн. с 1/1 пов	27. Сальто назад прогн. с 3/2 или 2/1 пов	28.	29. Сальто назад прогн. с 3/1 пов	30.
31.	32. Двойное сальто назад в групп или согн.	33. Двойное сальто назад прогн.	34.	35.	36. Тройное сальто назад в групп.
37.	38.	39.	40.	41.	42. Тройное сальто наз согн. I («Витенбург»)
43.	44.	45. Двойное сальто назад в групп с 1/2 или 1/1 пов	46.	47. Двойное сальто назад с 2/1 пов	48. Двойное сальто назад с 5/2 пов («Туха»)

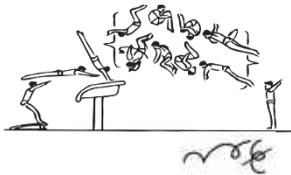
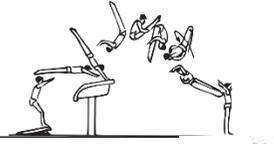
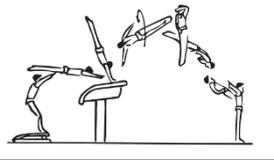
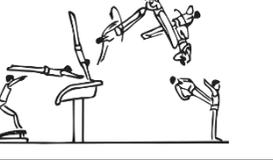
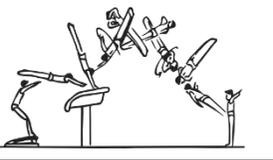
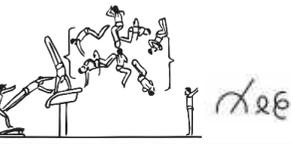
		 <p>Двойное сальто назад в груп. с 3/2 пов</p>			
--	--	--	--	---	---

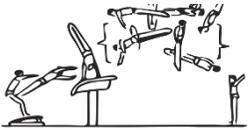
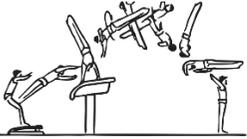
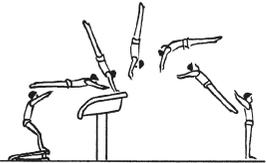
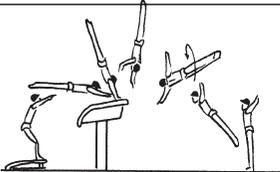
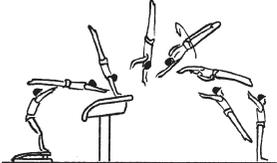
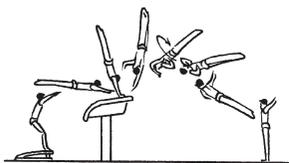
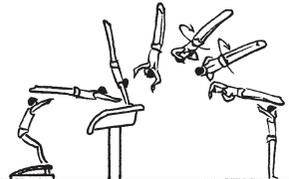
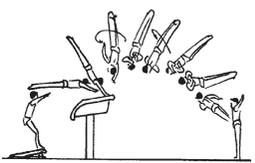
<b>A = 0,1</b>	<b>B = 0,2</b>	<b>C = 0,3</b>	<b>D = 0,4</b>	<b>E = 0,5</b>	<b>F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8</b>
----------------	----------------	----------------	----------------	----------------	--------------------------------

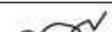
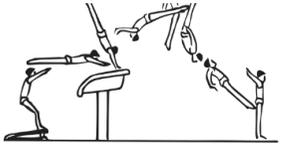
**Структурная группа IV: Соскоки**

49.	50.	51. Сальто назад прогн. с 1/1 пов и сальто назад	52. Двойное сальто назад прогн. с 1/2 или 1/1 пов	53.	54. Двойное сальто назад прогн. с 3/2 или 2/1 пов
					
55.	56.	57.	58.	59.	60. Двойное сальто назад в груп. с 3/1 пов
					 <p>G</p>

## ОПОРНЫЙ ПРЫЖОК

Структурная группа I: Прыжки с сальто и сложными пов					
101. Переворот сальто вперед с 1/2 пов («Куэрво» в груп)	102. Переворот сальто вперед с 1/1 («Куэрво» в груп 1/2 пов)	103. Переворот сальто вперед с 3/2 («Куэрво в груп 1/1 пов) «Кролл»	104. Переворот сальто вперед с 2/1 пов («Куэрво» в груп 3/2 пов) «Канбас»	105.	106.
					
2.4	2.8	3.2	3.6		
107. Переворот сальто вперед согн. с 1/2 («Куэрво» согн.)	108. Переворот сальто вперед согн. с 1/1 («Куэрво» согн. 1/2)	109. Переворот сальто вперед согн. с 3/2 («Куэрво» согн. 1/1)	110.	111.	112.
					
2.8	3.2	3.6			
113. Переворот сальто вперед прогн с 1/2 пов («Куэрво» прогн)	114. Переворот сальто вперед прогн с 1/1 пов («Куэрво» прогн 1/2 пов)	115. Переворот сальто вперед прогн с 3/2 пов («Куэрво» прогн 1/1 пов)	116. Переворот сальто вперед прогн с 2/1 пов («Куэрво» прогн 3/2 пов)	117. Переворот сальто вперед прогн с 5/2 пов («Йео» 2)	118. Переворот сальто вперед прогн с 3/1 пов («Янг Хак Сеонг»)
					
3.6	4.0	4.4	4.8	5.2	5.6
119. Переворот боком с 1/4 пов сальто вперед, с 1/2 пов или «Цукахара». груп. с 1/1 пов («Касамацу»)	120. «Цукахара» груп. с 3/2 пов или «Касамацу» с 1/2 пов	121. «Цукахара» груп. с 2/1 пов («Барбин»)	122. «Цукахара». груп. с 5/2 пов	123.	124.
					

2.4	2.8	3.2	3.6		
<b>Структурная группа I: Прыжки с сальто и сложными пов</b>					
125. «Цукахара» прогн с 1/1 пов или «Касамацу» прогн	126. «Цукахара». прогн с 3/2 пов или «Касамацу» с 1/2 пов	127. «Цукахара» прогн с 2/1 или «Касамацу» прогн с 1/1 пов <b>(«Акопян»)</b>	128.	129.	130.
					
3.6	4.0	4.4			
131. «Цукахара». прогн с 5/2 или «Касамацу» прогн с 3/2 <b>(«Дригз»)</b>	132. «Цукахара» прогн с 3/1 пов или «Касамацу» прогн с 2/1 пов <b>(«Лопес»)</b>	133. «Цукахара» прогн с 7/2 пов или «Касамацу» прогн с 5/2 пов <b>(«Йонекура»)</b>	134.	135.	136.
					
4.8	5.2	5.6			
<b>Структурная группа II: Перевороты с простыми пов или без них, и все двойные сальто вперед</b>					
201. Переворот	202. Переворот с 1/2 пов	203. Переворот с 1/1 пов	204. Переворот с 3/2 пов	205. Переворот с 2/1 пов	206. Переворот с 5/2 пов <b>(«Цыганков»)</b>
					
1.2	1.4	1.6	1.8	2.0	2.2

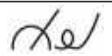
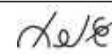
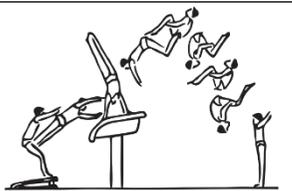
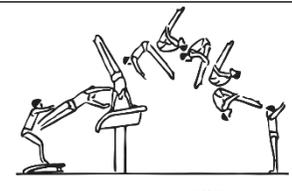
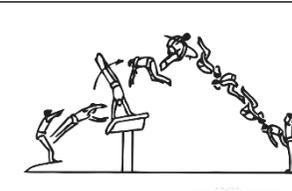
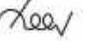
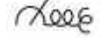
207. Переворот сальто вперед в групп 	208.	209.	210.	211.	212.
2.0 					
213. Переворот сальто вперед согн. 	214.	215.	216.	217.	218.
2.4 					
219. Переворот сальто вперед прогн 	220.	221.	222.	223.	224.
3.2 					

**Структурная группа II: Перевороты с простыми пов или без них, и все двойные сальто вперед**

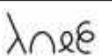
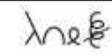
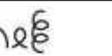
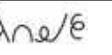
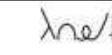
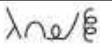
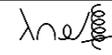
225. Переворот двойное сальто вперед («Роче») 	226. «Роче» с 1/2 пов. («Драгулеску») 	227.	228. Переворот сальто. вперед с 1/2 пов и сальто назад. («Цимерман») 	229.	230.
--	--	------	---	------	------

4.8		5.2		5.2		
231. Переворот двойное сальто вперед согн. («Бланк»)	232. «Драгулеску» согн. («Ри Си Гванг»)	233.	234.	235.	236.	
5.2		5.6				

<b>Структурная группа III: Перевороты боком и «Цукахара» с простыми пов или без них, и все двойные сальто назад</b>						
301. Переворот боком с 1/4	302. Переворот боком с 3/4	303. Переворот боком с 5/4	304.	305.	306.	
1.2	1.4	1.6				
307. «Цукахара» в груп. («Цукахара»)	308. «Цукахара» согн.	309. «Цукахара» в груп. с 1/2 пов.	310.	311.	312.	
1.8	2.0	2.0				
313. «Цукахара» прогн	314. «Цукахара» прогн с 1/2 пов		316.	317.	318.	

2.8		3.2						
319. Двойная «Цукаха» в груп. («Йео»)		320. Двойная «Цукаха» согн. («Ли Ю Фу»)		321. Двойная «Цукаха» с 1/1 («Ри Се Гванг»)		322.	323.	324.
								
4.8		5.2		5.6				

**Структурная группа IV: Прыжки с рондата с сальто и сложными пов**

401. «Юрченко» в груп. с 1/1 пов	402. «Юрченко» в груп. с 3/2 пов	403. «Юрченко» в груп. с 2/1 пов	404. «Юрченко» в груп. с 5/2 пов	405.	406.						
											
2.4		2.8		3.2		3.6					
407. «Юрченко» прогн с 1/1 пов	408. «Юрченко» прогн с 3/2 пов	409. «Юрченко» прогн с 2/1 пов	410. «Юрченко» прогн с 5/2 пов («Шуфелд»)	411. «Юрченко» прогн с 3/1 («Ширай» - «Ким Хи Хун»)	412. «Юрченко» прогн с 7/2 («Ширай 2»)						
											
3.6		4.0		4.4		4.8		5.2		5.6	
413. Рондат 1/2 пов и переворот сальто вперед. в груп. с 1/2 пов	414. Рондат 1/2 пов и переворот сальто вперед. согн. с 1/2 пов («Немов»)	415. Рондат 1/2 пов и переворот сальто вперед прогн с 1/2 пов («Худчон»)	416. Рондат 1/2 пов и переворот сальто вперед. прогн с 1/1 пов	417. Рондат 1/2 пов и переворот сальто вперед прогн с 3/2 пов	418.						

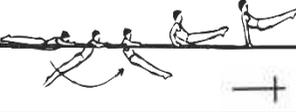
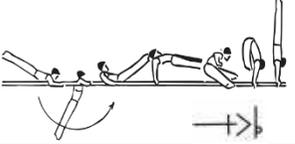
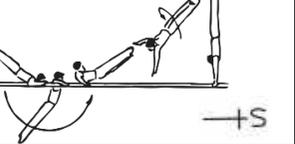
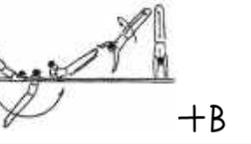
					
2.6 <i>lenve</i>	3.0 <i>lenve</i>	3.8 <i>lenve</i>	4.2 <i>lenve</i>	4.6 <i>lenve</i>	
419. Рондат 1/2 пов и переворот сальто вперед прогн с 2/1 пов	420. Рондат 1/2 пов и переворот сальто вперед. прогн с 5/2 пов («Ли Ксиао Пенг»)	421.	422.	423.	424.
					
5.0. <i>lenve</i>	5.4 <i>lenve</i>				

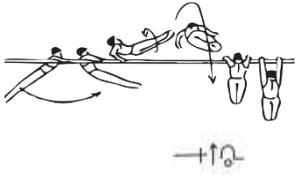
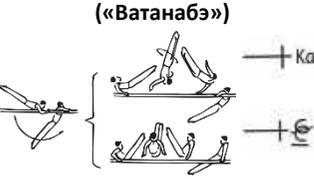
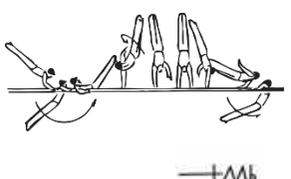
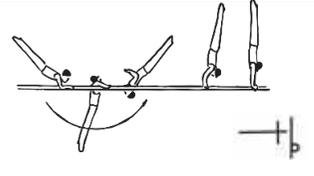
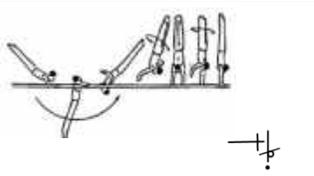
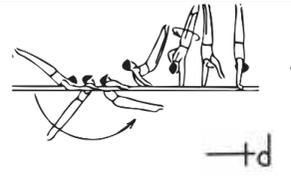
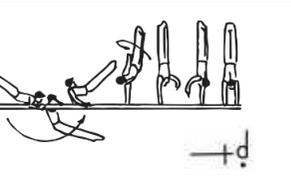
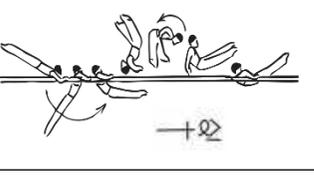
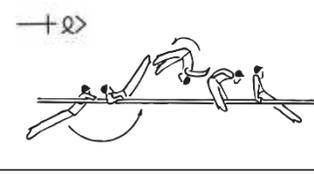
**Структурная группа V: Прыжки с рондата с простыми пов или без них и все двойные сальто**

501. Рондат фляк	502. Рондат фляк с 1/2	503. Рондат фляк с 1/1	504.	505.	506.
					
1.2	1.4	1.6			
507. Рондат фляк сальто («Юрченко»)	508. «Юрченко» в груп. с 1/2 пов	509. «Юрченко» согн.	510. «Юрченко» прогн	511. «Юрченко» прогн с 1/2 пов	512.
					
1.8 <i>lne</i>	2.0 <i>lnee</i>	2.0 <i>lnev</i>	2.8 <i>lne</i>	3.2 <i>lnee</i>	
513. Рондат 1/2 пов и переворот вперед.	514. Рондат 1/2 пов и переворот вперед. с 1/2 пов	515. Рондат 1/2 пов переворот вперед. с 1/1 пов	516. Рондат 1/2 пов и переворот сальто вперед в груп.	517. Рондат 1/2 пов и переворот сальто вперед. согн.	518. Рондат 1/2 пов и переворот сальто вперед. прогн

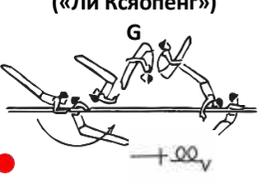
					
1.4 <i>len</i>	1.6 <i>lene</i>	1.8 <i>lene</i>	2.2 <i>leno</i>	2.6 <i>lenov</i>	3.4 <i>leno</i>
519. «Юрченко» двойное сальто назад в груп. («Мелисанидис»)	420. «Юрченко» двойное сальто назад согн. («Янг Вей»)	521. Рондат 1/2 пов и переворот двойное сальто вперед в груп.	522.	523.	524.
					
4.8 <i>lnee</i>	5.2 <i>lnee</i>	5.0 <i>lenoo</i>			

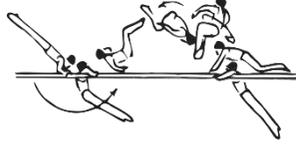
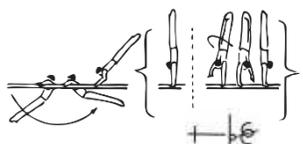
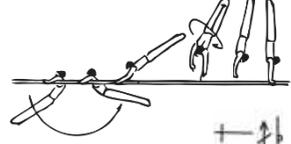
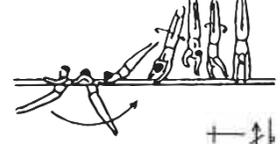
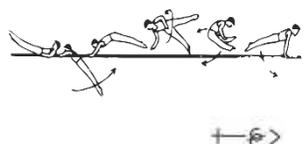
### ПАРАЛЛЕЛЬНЫЕ БРУСЬЯ

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа I: Элементы из упора на руках</b>					
1. Подъем махом вперед в упор.	2. Подъем махом вперед с перемахом назад ноги врозь в ст на pp	3. Подъем махом вперед с перемахом назад ноги врозь в вис. («Мунтян»)	4.	5. Подъем махом вперед. с 1/2 пов в ст на pp	6. Подъем махом вперед. оберучный в стойку продольно на одну жердь с 1/4 или 1/4 пов с подъемом разгибом на одной жерди
					
7. Подъем махом вперед с 1/4 пов в вис на одну жердь.	8. Кувырок назад с 1/2 пов из упора на руках или Като прыжок в упор.	9.	10.	11. Подъем махом вперед, Макуц в упор на руках.	12. Подъем махом вперед, Макуц в упор.

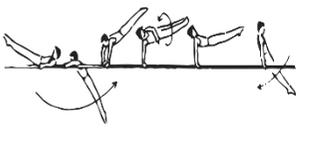
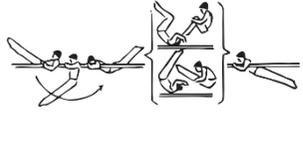
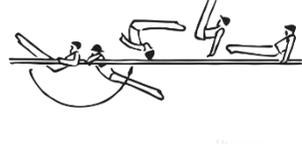
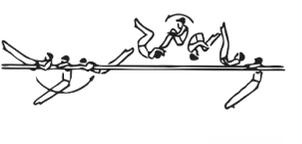
	<b>(«Ватанабэ»)</b> 				<b>(«Тсолакидис 1»)</b> 
13.	14. Кувырок назад в ст на рр с прямыми руками	15. Из упора на руках кувырок назад с 1/4 пов в ст на рр в одну жердь. («Ковтун»)	16.	17. Подъем махом вперед. с 1/1 пов в ст на рр («Ричардс»)	18. Подъем махом вперед. с 3/2 ппов. в ст на рр («Тсолакидис 2»)
					
19.	20. Сальто назад с перемахом ноги врозь в упор на руки.	21. Сальто назад с перемахом ноги врозь в упор.	22.	23.	24. Кувырок назад и сальто назад в груп. в упор на руки.
					

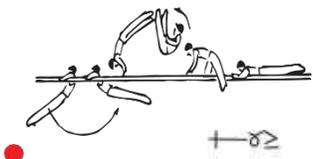
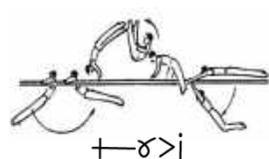
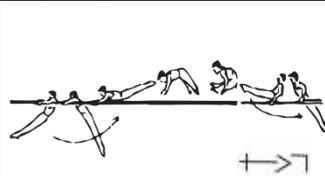
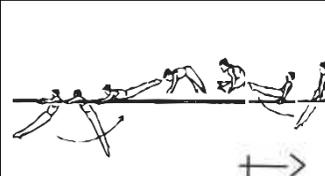
Запрещено для юниоров

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа I: Элементы из упора на руках</b>					
25.	26.	27.	28.	29.	30. Кувырок назад и сальто назад согн. в упор на руки. <b>(«Ли Ксяопенг»)</b> 
31.	32.	33.	34. Кувырок назад в груп. с 1/2 пов в упор на руки. («Нарада»)	35. Из упора на руках сальто назад с 1/2 пов в вис. («Далтон»)	36.

					
			●	+ 8	+ 8 i
37.	38. Подъем махом назад в ст на рр (или с 1/2 пов).	39.	40. Подъем махом назад с прыжком 1/2 пов в ст на рр	41. Подъем махом назад с прыжком 3/4 пов в ст на рр на одну жердь.	42.
					
43.	44. Подъем махом назад с 1/2 пов с перемахом ноги врозь в упор на руках.	45. Подъем махом назад с 1/2 пов с перемахом ноги врозь в упор.	46.	47.	48.
					

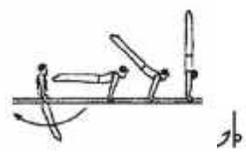
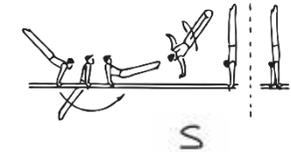
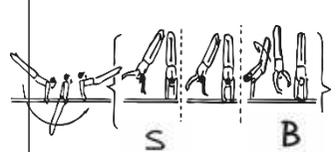
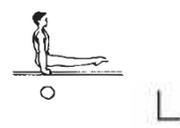
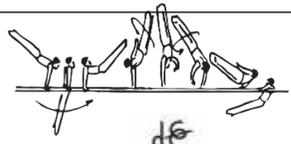
● Запрещено для юниоров

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа I Элементы из упора на руках</b>					
49.	50. Подъем махом назад с 1/2 пов в упор.	51. Подъем махом назад и 5/4 сальто вперед в груп., согн.	52. Подъем махом назад и сальто вперед согн. или прямым в упор	53.	54. Из упора на руках двойное сальто вперед в упор на руках.
		(«Ямаваки») 			
	+ 6	● + 8 + 8 v	+ 8		● + 8 00

55.	56.	57.	58.	59. Из упора на руках 5/4 сальто вперед, ноги врозь, в упор на руках («Пахнюк» 1)	60. Из упора на руках 5/4 сальто вперед ноги врозь в вис. («Пахнюк» 2)
					
61. Подъем махом назад и перемахом ноги врозь в упор на согнутых руках	62. Подъем махом назад и перемахом ноги врозь в упор.	63.	64.	65.	66.
					

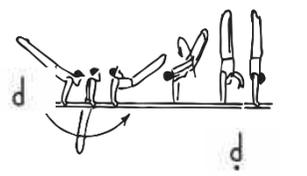
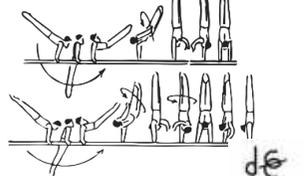
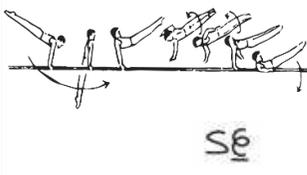
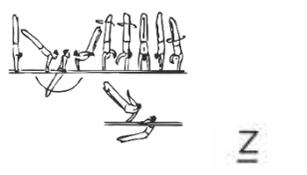
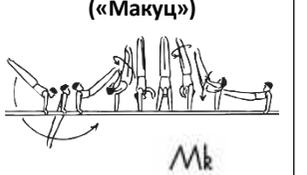
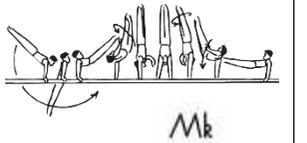
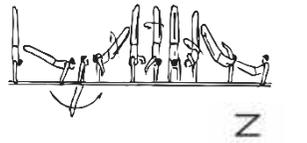


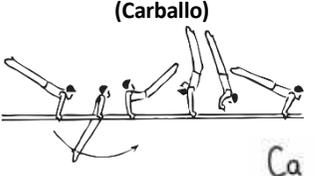
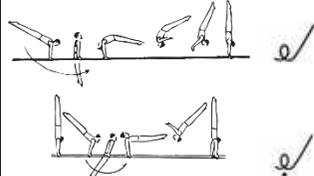
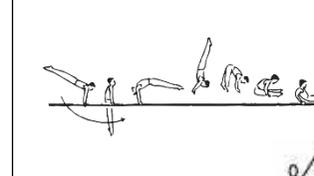
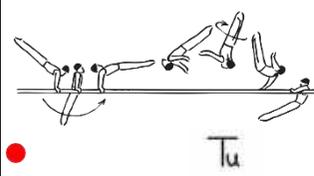
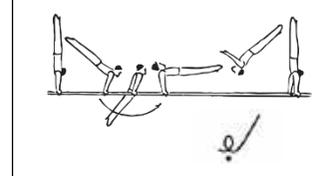
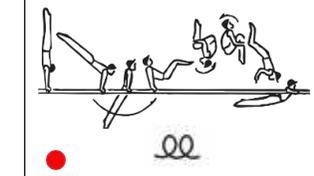
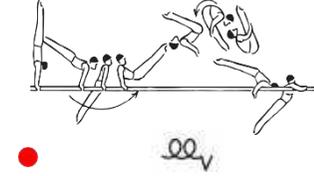
Запрещено для юниоров

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа II: Элементы в упоре или через упор на двух жердях</b>					
1. Любой мах в ст на рр	2. Мах вперед на согнутых руках прыжком 1/2 пов в упор. («Като»)	3. Оберучный (на одну или две жерди).	4. Оберучный или сальто в стойку продольно на две жердь (так же с 1/4, 3/4 пов). («Белозерчев - Петерс») («Димик»)	5.	6.
					
7. Угол на одной или двух жердях (2 сек)	8. Стойка силой прямым телом и согнутыми руками или согн. с прямыми руками на одной или двух жердях, так же ноги врозь.	9. Диамидов и 1/2 пов в упор на руках. («Салазар»)	10. 3/4 Диамидов с перескоком на одну жердь продольно («Де Фрейтас»)	11.	12.
					

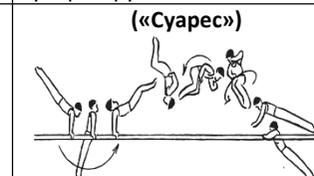
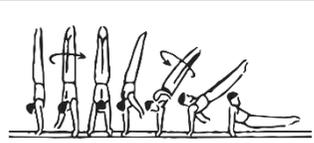
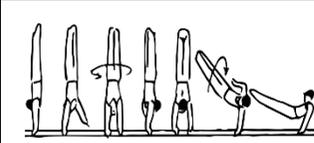
13. Перемах назад ноги врозь в упор.	14. Перемах назад ноги врозь в ст на рр	15. Перемах назад ноги врозь в вис. («Бабос»)	16.	17.	18.
					
19. Перемах вперед ноги врозь. в упор или угол (2 сек).	20.	21.	22.	23.	24.
					

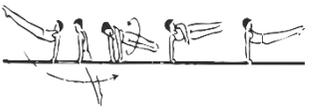
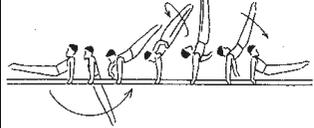
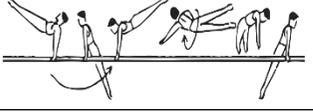
● Запрещено для юниоров

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа II: Элементы в упоре или через упор на двух жердях</b>					
25.	26.	27. Махом вперед. 1/1 пов на 1 руке в ст на рр («Диамидов»)	28. Диамидов с 1/4 пов или 1/2 пов в ст на рр	29.	30.
					
31.	32. Махом вперед. 1/1 пов в упор на руках. («Карминучи»)	33. Макуц в упор на руки или 3/4 Диамидов и 1/4 Хили в упор.	34. Махом вперед. 5/4 пов на одной руке через стойку и Хили в упор на руках	35. 3/4 Диамидов и 3/4 Хили в упор на другой опорной руке.	36. Махом вперед. 5/4 пов на одной руке через стойку и Хили в упор.
					
37.	38 Махом вперед. через стойку, перескок в упор.	39. Сальто назад в ст на рр Также на одной жерди	40. Сальто назад с перемахом ноги врозь в упор.	41.	42.
				<b>(«Макуц»)</b>	<b>(«Зондерланд»)</b>
					

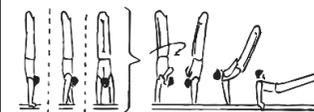
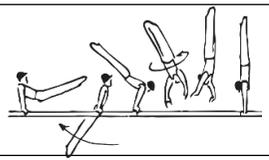
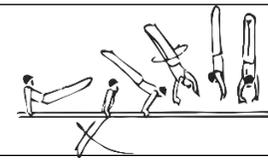
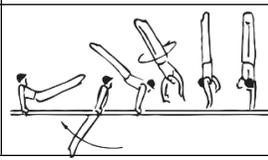
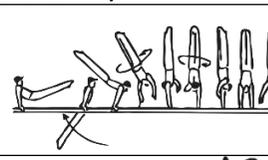
	 (Carballo) Ca	 e	 e/		
43.	44.	45. Сальто назад с 1/2 пов в упор на руках («Тумилович»)	46. Сальто назад в ст на рр на одну жердь (в связке с Хили) («Кумбутис»)	47. Двойное сальто назад в груп в упор на руках («Морису»)	48. Двойное сальто назад согн. в упор на руках («Хуанг Лепинг»)
		 Tu	 e	 ee	 ee

● Запрещено для юниоров

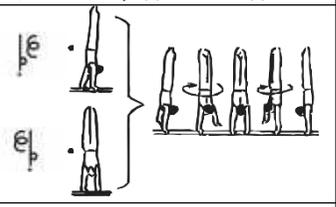
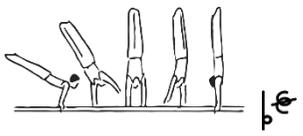
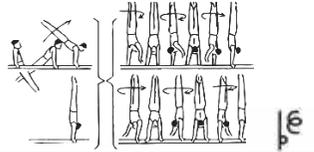
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа II: Элементы в упоре или через упор на двух жердях</b>					
49.	50.	51.	52. 3/2 сальто назад с 1/2 пов в упор на руках («Суарес»)	53.	54. Двойное сальто назад с 1/2 пов в упор на руках («Куавита»)
			 Su		 ee
			●		● G
55.	56. Ст на рр с 1/4 пов и опускание в упор с 1/4 пов	57. Ст на рр с 3/4 пов и опускание в упор с 1/4 пов («Брандстром»)	58.	59.	60.
					
	h	h			
61.	62. Обратный оберучный в упор.	63. Обратный оберучный через	64.	65.	66.

		стойку в упор. («Новиков») 			
	ь	ьь			
67.	68.	69. Обратный оберучный с перемахом назад ноги врозь в упор.	70.	71.	72.
					
		ь>			

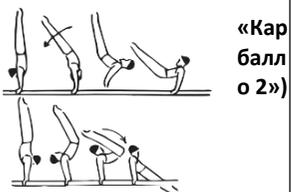
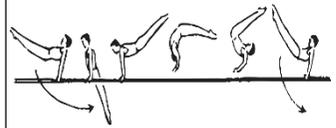
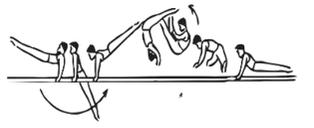
● Запрещено для юниоров

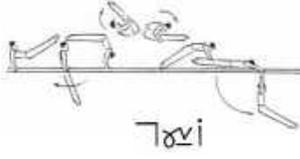
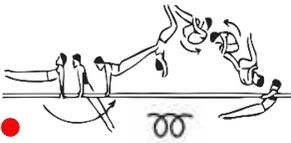
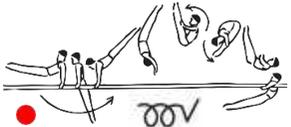
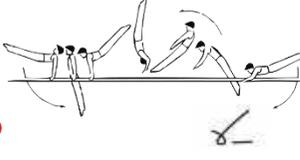
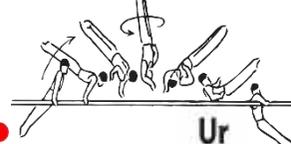
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа II: Элементы в упоре или через упор на двух жердях</b>					
73. Хили в упор на руках (так же с 1 жерди)	74. После махового элемента (минимум группы В) в ст. на одной жерди Хили в упор на руках	75. Хили в упор (так же с одной жерди). <b>(«Хили»)</b>	76. После махового элемента (мин В) в стойку на одной жерди, Хили (360° или более) в упор. <b>(«Бейенари»)</b>	77.	78.
					
ь	Min. В ь	ь	Min. В ь		
79.	80.	81. Мах назад с 1/2 пов прыжок в ст на рр	82. Мах назад с 3/4 пов прыжок в ст на рр	83. Мах назад с 1/1 пов прыжок в ст на рр <b>(«Гатсон 1»)</b>	84. Гатсон 1 с 1/4 пов в стойку на одной жердь и 1/4 пов в стойку на две жерди. <b>(«Гатсон 2»)</b>
					

↑Ξ

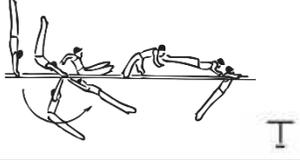
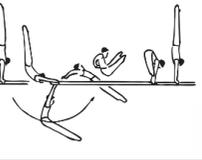
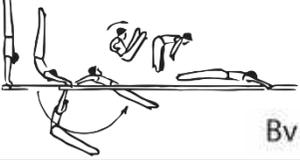
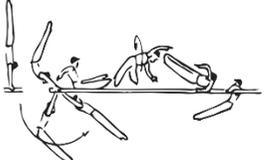
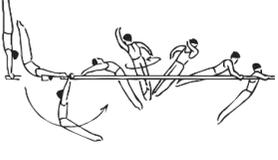
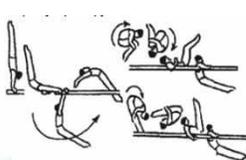
		↑	↑	↑ε	
85.	86. Ст. на одной жерди 1/2 или 3/4 пов вперед или назад	87.	88.	89.	90.
					
79. Любая ст на рр с 1/2 пов (так же 2 сек)	80. Любой пов. 1/1 в ст на рр на двух жердях.	93.	94.	95.	96.
					

● Запрещено для юниоров

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа II: Элементы в упоре или через упор на двух жердях</b>					
97.	98.	99. Со ст на рр сальто вперед в упор или со стойки в обратном хвате, вкручивание в упор.  «Кар балло 2»)	100.	101. 5/4 сальто вперед ноги врозь. в вис («Ли Чулон»/«Сасаки») 	102.
103.	104. 5/4 сальто вперед в груп. или согн. в упор на руках 	105. Сальто вперед в упор. 	106. 5/4 сальто вперед ноги врозь. в упор на руках 	107. 5/4 сальто вперед ноги врозь. в упор на согнутые руки 	
	●	●	●	●	

109.	110.	111. Сальто вперед согн в вис («Суарес» 2)	112.	113. Двойное сальто вперед. в груп. в упор на руках	114. Двойное сальто вперед. согн. в упор на руках.
					
115.	116.	117. 5/4 сальто вперед. прогн. в упор на руках.	118.	119. Сальто вперед. с 1/1 пов в упор на руки. («Урзика»)	120.
					

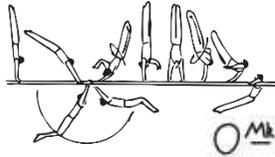
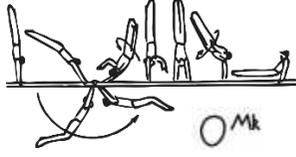
● Запрещено для юниоров

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа III: Элементы в вися на одной или двух жердях и обороты под жердями</b>					
1.	2.	3. Махом вперед. перемах ноги врозь. назад и дохват прямым телом горизонтально в упор на руках или на согнутых руках («Алсади»)	4. Мой согн. с перемахом ноги врозь в ст на рр («Типельт»)	5. Махом вперед перемах ноги врозь назад и дохват прямым телом горизонтально («Бавсар»)	6.
					
7.	8. Мой согн. с перемахом ноги врозь и 1/2 пов в упор на руки (так же ноги вместе).	9. Мой согн с 1/1 пов в упор на руках. («Нолет»)	10. Мой согн. и сальто вперед. в груп., согн., или ноги врозь в упор на. руках. («Гиралдо»)	11.	12.
					

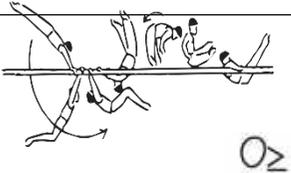
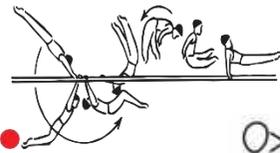
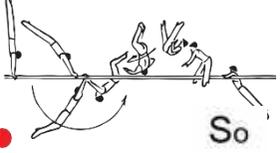
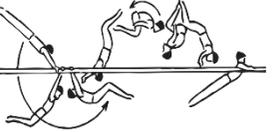
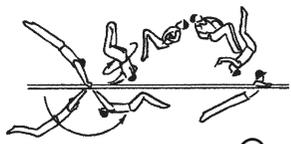
			● Mx My		
13.	14. Мой в упор с согнутыми ногами (так же не отпуская рук).	15. Мой в упор с прямыми ногами (так же не отпуская рук). («Мой»)	16.	17..	18.
19.	20.	21. Оборот назад в ст на рр или с вкруч. (так же 1/4 или 1/2 пов в одну жердь).	22. Оборот назад в ст. на 1 жерди (в связке с «Хили»). («Писецкий»)	23.	24.

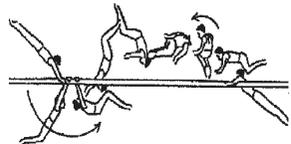
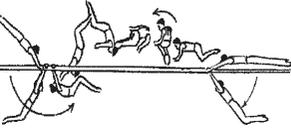
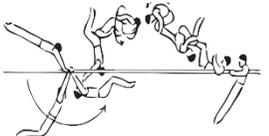
● Запрещено для юниоров

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа III: Элементы в висе на одну или двух жердях и обороты под жердями</b>					
25.	26.	27.	28.	29. Оборот назад с Диамидов в ст на рр, также в одну жердь.	30. Оборот назад с Диамидов с 1/4 или 1/2 пов в ст на рр
37.	38. Махом вперед сальто назад в вис.	39. Оборот назад с 1/2 пов в упор на руках («Гушикен»)	40. Оборот назад с 1/2 пов в упор. («Маринич»)	41.	42. Оборот назад с Диамидов в стойку на руках в одну жердь (в связке с Хили)

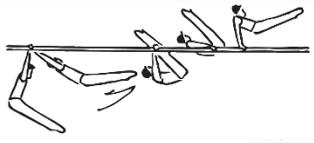
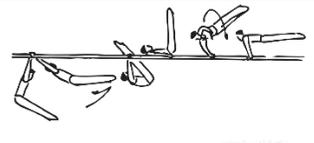
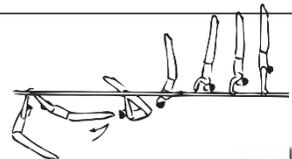
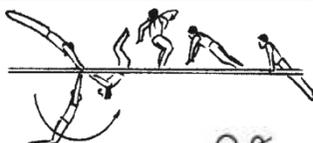
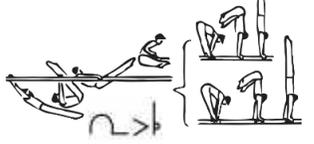
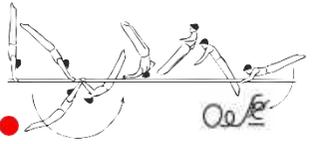
43.	44.	45.	46. Оборот назад с Макуц в упор на руках. («Даузер»)	47.	48. Оборот назад с Макуц. («Бауман»)
					

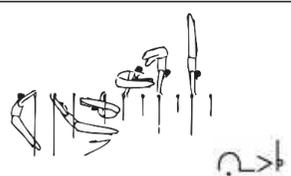
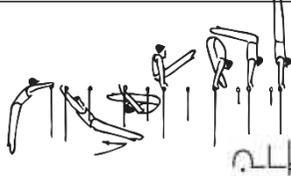
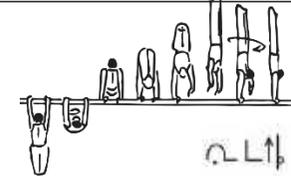
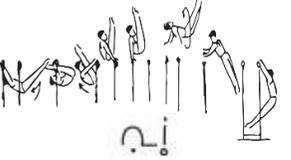
● Запрещено для юниоров

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа III: Элементы в виси на одной или двух жердях и обороты под жердями</b>					
49.	50. Оборот назад с перемахом ноги врозь в упор на руках.	51.	52. Оборот назад с перемахом ноги врозь в упор или в упор на согнутых руках («Королев»)	53. Из виси сальто назад с 1/2 пов и перемахом ноги врозь в упор на руках. («Соса»)	54.
					
55.	56.	57.	58.	59. Оборот назад с двойным сальто назад в упор на руках. («Белле»)	60. Белле согн.
					
				● Be 	● Bev 
61.	62.	63.	64.	65.	66. Белле с 1/1 пов («Квинтеро»)
					
					● H  Q

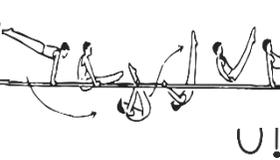
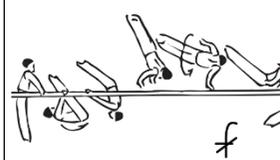
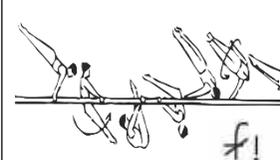
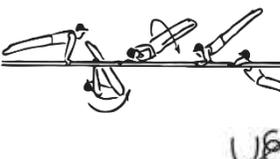
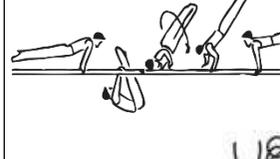
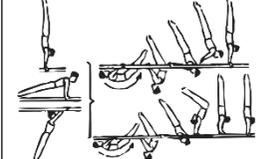
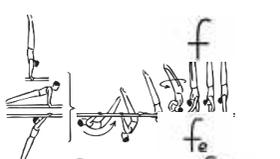
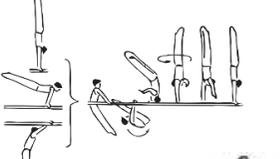
67.	68.	69. оборот назад и сальто с 1/2 пов в вис на концах («Чартранд»)	70. оборот назад и сальто с 1/2 пов в груп. в упор на руках	71. оборот назад и сальто с 1/2 пов в груп. в вис.	72. оборот назад с 1/2 пов и 3/2 сальто вперед в упор на руках («Танака»)
		 ч	 оэ	 оги	 G Tα

● Запрещено для юниоров

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа III: Элементы в висе на одной или двух жердях и обороты под жердями</b>					
73. Подъем разгибом.	74. Подъем разгибом с 1/2 пов в упор.	75. Подъем разгибом назад в ст на рр.	76.	77. оборот назад и сальто с 1/2 пов в груп. в упор («Торес»)	78. оборот назад с 1/2 пов и 3/2 сальто вперед согн в упор на руках («Еспарза»)
 у	 у!ε	 у!б		 оэ	 H ● оэγ
79.	80. Подъем разгибом с перемахом ноги врозь в ст. на рр на одной или двух жердях.	81. Подъем разгибом с перемахом назад в вис. («Окудо»)	82.	83. оборот назад и сальто прогн. с 1/2 пов в упор на руках («Фокин»)	84.
	 у>	 у>и		 ● оэε	
85.	86. Подъем разгибом на одной жерди через угол ноги врозь в ст на рр	87. Подъем разгибом через угол согн. в ст на рр	88. Подъем разгибом через угол согн. в ст на рр и прыжком 3/4 пов или больше.	89.	90.

					
91.	92. Подъем разгибом через высокий угол и прыжком с 1/2 пов в вис на другую жердь. («Ли Донхуа»)	93.	94.	95.	96.
					

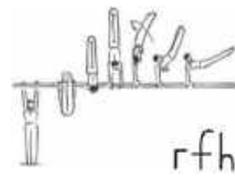
● Запрещено для юниоров

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа III: Элементы в висе на одной или двух жердях и обороты под жердями</b>					
97. Дуга в упор на руках.	98. Дуга в упор.	99. Оборот под жердями с пов 1/2 в упор на руках	100. Оборот под жердями с 1/2 пов в упор	101.	102.
					
103.	104. Дуга с 1/2 пов в упор на руках.	105. Дуга с 1/2 пов в упор.	106. Оборот под ж. в ст на рр, также в одну жердь. («Кучерат-Селен»)	107. Оборот под жердями с 1/2 пов или 3/4 пов в ст на рр	108. Оборот под жердями с 1/1 пов в ст на рр («Тенг Хай Бин»)
					
109.	110.	111. Дуга с перемахом назад ноги врозь. в ст на рр («Арикан»)	112.	113.	114. Оборот под жердями с 5/4 пов в ст на рр («Зоу Ксионг»)

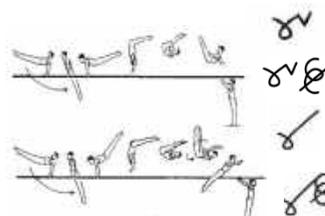
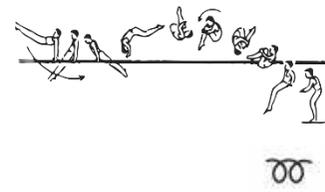
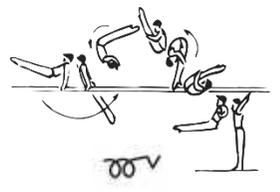
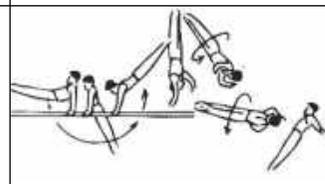
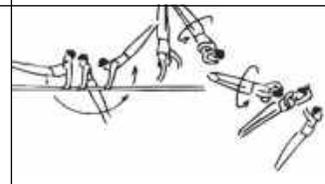
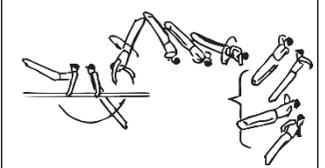
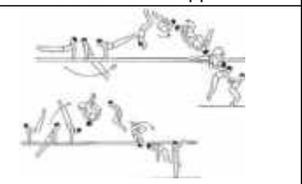
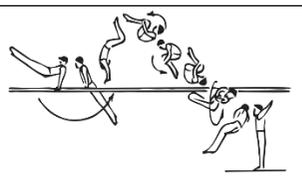
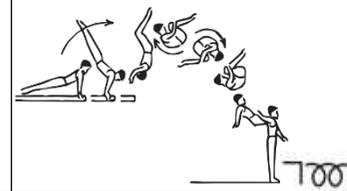
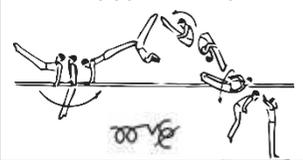
115. Оборот под жердями в вис.	116. Оборот под жердями в упор.	117. Оборот под жердями с перемахом ноги врозь в упор.	118.	119. Оборот под жердями в ст. на одной жерди. (в связке с Хили) («Кьярло»)	120. Оборот под жердями в Макуц. («Ямамура»)

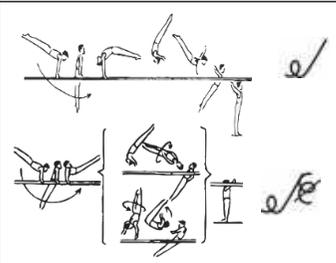
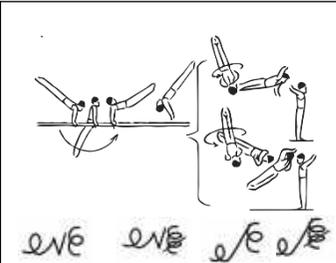
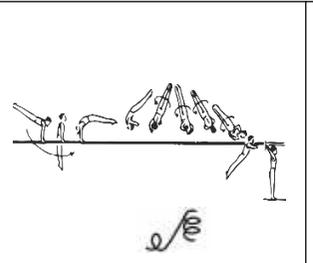
● Запрещено для юниоров

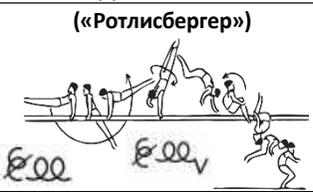
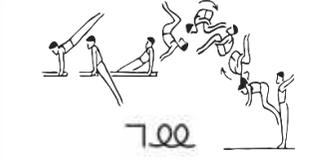
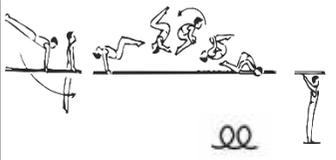
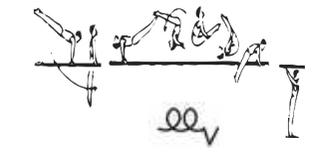
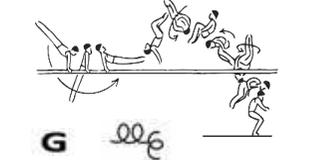
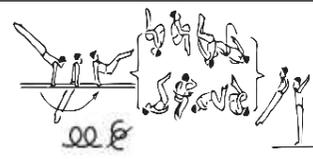
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа III: Элементы в висе на 1 или 2 жердях и обороты под жердями</b>					
121.	122. Оборот под жердями и сальто в груп с 1/2 пов в упор на руках («Ганьон»)	123. Оборот под жердями сальто прямым с 1/2 пов в упор на руках. («Ганьон» 2)	124.	125. Оборот под жердями и сальто назад в груп. в упор на руках («Теджада»)	126. Оборот под жердями и сальто назад согн. в упор на руках («Хуарес» 1)
127. Оборот под жердями вперед. в упор.	128. Оборот под жердями вперед с 1/2 пов в упор.	129.	130. Оборот в стойку с 1/4 пов в ст на рр.	131. Оборот в стойку с 1/2 или 3/4 пов в ст на рр. («Нгуен»)	132.
133.	134.	135.	136.	137. Оборот в стойку на одной и опускание в упор с 1/4 пов	138.

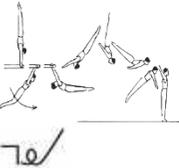
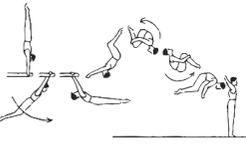
				<p>(«Малон»)</p>  <p>rfh</p>	
--	--	--	--	---	--

● Запрещено для юниоров

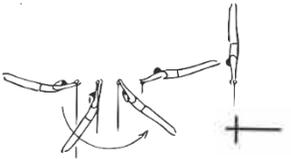
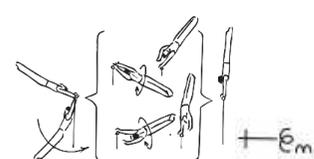
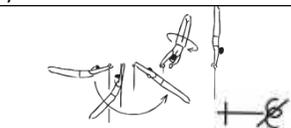
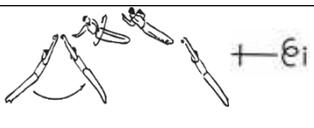
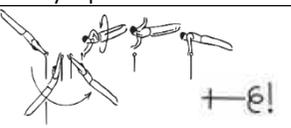
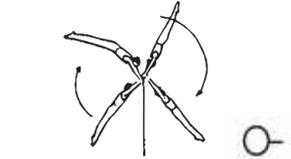
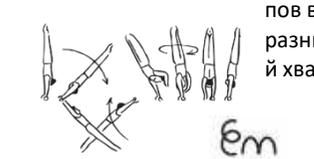
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа IV: Соскоки</b>					
1. Сальто вперед согн. или прогн. также с 1/2 пов	2.	3.	4.	5. Двойное сальто вперед в груп.	6. Двойное сальто вперед согн.
					<p>(«Белявский»)</p> 
7.	8. Сальто вперед согн. или прогн. с 1/1 пов	9. Сальто вперед согн. или прогн. с 3/2 пов	10. Сальто вперед согн. или прогн. с 2/1 или 5/2 пов	11. Двойное сальто вперед в груп с 1/2 или 1/2 пов и двойное сальто назад	12. Двойное сальто вперед в груп. с 1/1 пов («Ладует»)
					
	3/2	3/2	2/1 5/2	3/2 3/2	G 3/2
13.	14.	15. Двойное сальто вперед. в груп. с края жердей	16.	17..	18. Двойное сальто вперед. согн. с 1/2 пов.
					<p>(«Далалоян»)</p> 
19. Сальто назад согн. или прогн. также с 1/2 пов	20.	21. Сальто назад согн. или прогн. с 1/1 или 3/2 пов	22. Сальто назад согн. или прогн. с 2/1 пов («Кан»)	23.	

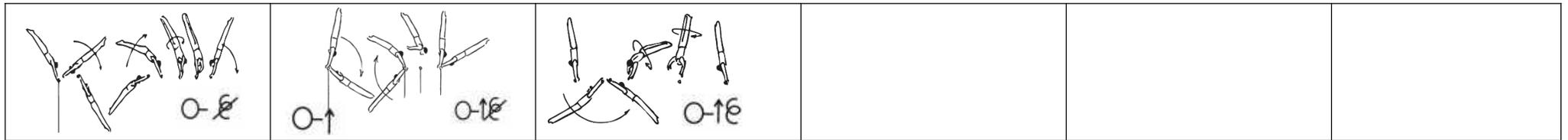
					
---	--	--	---	--	--

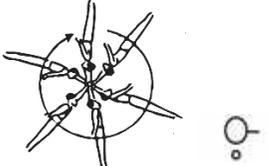
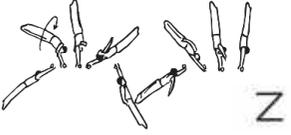
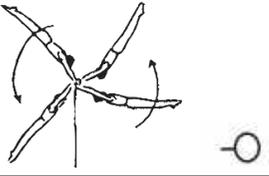
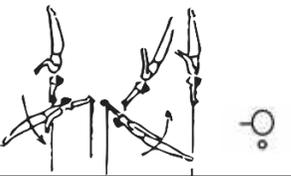
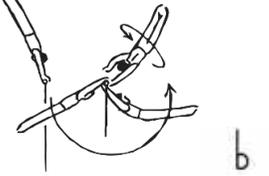
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа IV: Соскоки</b>					
25.	26.	27.	28. Мах назад с пов и сальто назад в груп. или согн. <b>(«Ротлисбергер»)</b> 	29.	30.
31.	32. Двойное сальто назад в груп. с концов. 	33. Двойное сальто назад в груп. 	34. Двойное сальто назад согн. 	35.	36. Двойное сальто назад в груп. с 1/1 пов («Нируоки Като») 
37.	38.	39.	40. Двойное сальто назад в груп. с 1/2 пов или сальто назад с 1/2 пов и сальто вперед. 	41.	42.
43. Из вися на концах сальто назад прогн.	44.	45. Из вися на концах двойное сальто назад в груп.	46. Из вися на концах двойное сальто назад согн. 	47. Из вися на концах двойное сальто назад прогн	48. Из вися на концах тройное сальто назад в. груп

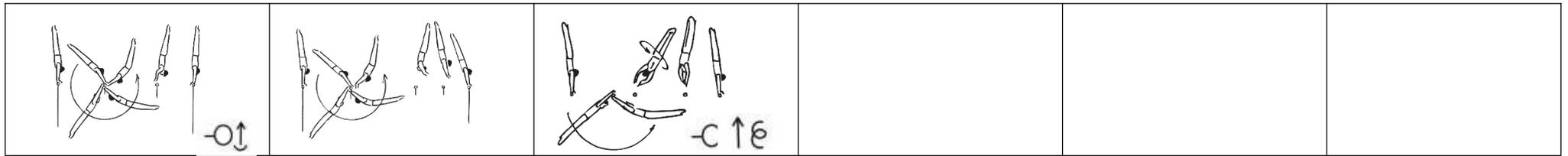
					
49.	50.	51.	52.	53. Из виса на концах, двойное сальто назад в груп. с 1/1 пов или с 1/2 пов	54. Из виса на концах, двойное сальто назад в груп. с 2/1 пов
					

### ПЕРЕКЛАДИНА

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа I: Маховые элементы в висе с и без вращений</b>					
1. Подъем махом назад в ст на рр	2. Подъем махом назад в ст на рр с 1/1 пов так же в разный хват.	3.	4.	5.	6.
					
7. Подъем мах. назад в ст на рр с 1/2 пов	8. Махом назад. подскок с 1/1 пов в вис.	9. Махом назад подскок с 1/1 пов в упор.	10.	11.	12.
					
13. Большой оборот вперед.	14. Большой оборот вперед. с 1/1 пов в разный хват	15. Большой оборот вперед. с 1/1 пов в обратный хват.	16.	17.	18.
					
19. Большой оборот вперед. с 1/2 пов через ст на рр	20. Большой оборот вперед с подскоком или с 1/2 пов	21. Большой оборот вперед с подскоком и 1/1 пов	22.	23.	24.



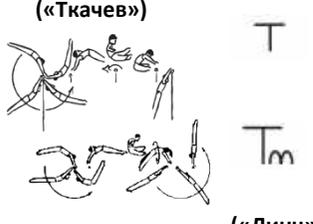
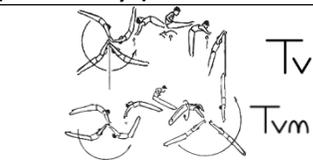
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа I: Маховые элементы в висе с и без вращений</b>					
25.	26. Большой оборот вперед на 1 руке в хват снизу	27. Большой оборот вперед на 1 руке с 1/1 в обратный хват и 1/1 пов	28.	29.	30.
		<p data-bbox="904 539 1066 560"> («Зоу Ли Мин» )</p> 			
31. Большой оборот назад.	32. Большой оборот назад на одной руке	33.	34.	35.	36.
					
37. Большой оборот назад с 1/2 пов		39.	40.	41.	42.
					
43. Большой оборот назад с подскоком в хват снизу.	44. Большой оборот назад с подскоком.	45. Большой оборот назад с подскоком и 1/1 пов («Кваст»)	46.	47.	48.

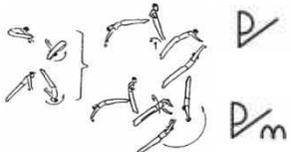
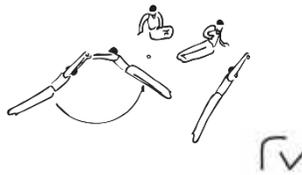
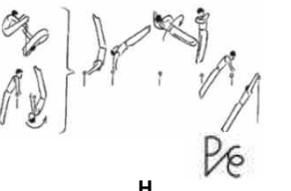


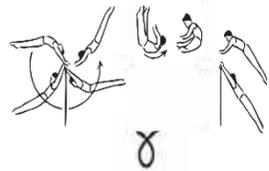
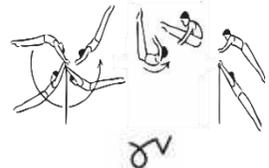
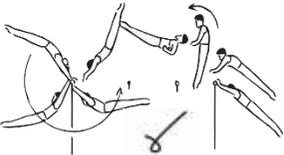
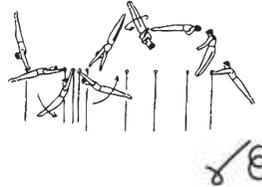
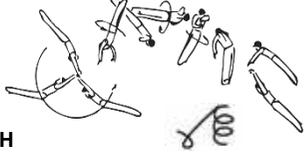
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа I: Маховые элементы в висе с и без вращений</b>					
49.	50. Большой оборот назад прыжком с 1/2 пов в обратный хват.	51. Большой оборот назад прыжком с 3/2 пов в хват снизу, в разный хват	52. Большой оборот назад прыжком с 3/2 пов в обратный хват («Рыбалко»)	53.	54.
55.	56. Большой оборот назад с 1/2 пов в обратный хват	57.	58.	59.	60.
61.	62. Махом вперед подскок в обратный хват.	63.	64.	65.	66.
67.	68. Большой оборот в обратном хвате.	69. Большой оборот вперед в висе сзади (Русский оборот).	70. Большой оборот назад в висе сзади (Чешский оборот).	71.	72.

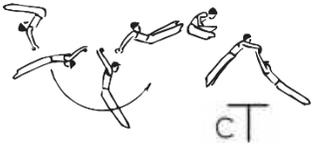
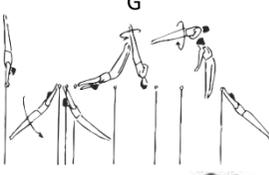
73.	74. Подъем «Штайнман» с 1/2 пов в упор. («Оно»)	75. Большой оборот в обратном хвате с 1/1 пов в разный хват	76. Чешский оборот с 1/2 пов в оборот вперед.	77.	78.
-----	---	---	---	-----	-----

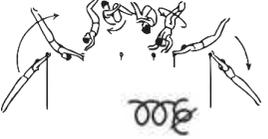
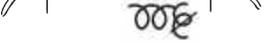
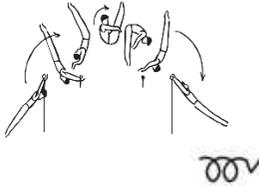
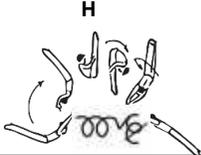
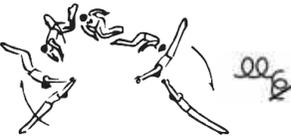
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа II: Перелеты</b>					
1.	2. Подъем махом назад с перемахом ноги врозь в вис сзади	3. Подъем махом назад с 1/2 пов с перемахом ноги врозь. в вис также с 1/2 пов («Маркелов») («Пинипл»)	4.	5.	6. Подъем махом назад с перелетом с 3/2 пов в вис («Вальстром»)
7.	8.	9. Маркелов прямым телом, также с 1/2 пов («Ямаваки») (Мун ос - Позз о»)	10.	11.	12.
13.	14.	15. Махом вперед. перелет назад ноги врозь., также с 1/2 пов	16. Ткачев прогн также с 1/2 пов и подъем махом назад в ст на рр	17.	18. Ткачев прогн. с 1/1 пов

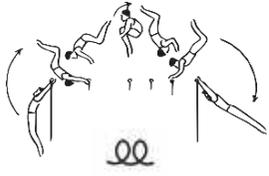
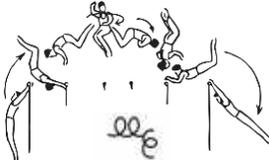
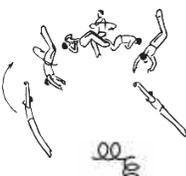
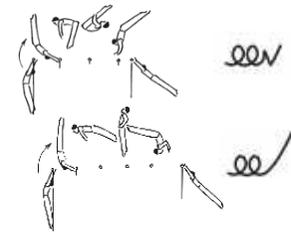
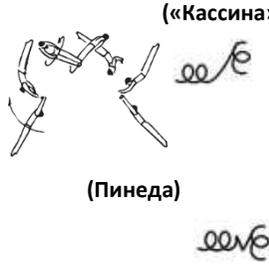
		<p>(«Ткачев») </p> <p>Т Тm («Линч»)</p>	<p>(«Мозник») </p> <p>Т</p>		<p>G («Люкин») </p> <p>Тe</p>
19.	20.	21. Ткачев согн., также с 1/2 пов («Самилоглу») 	22.	23. Ткачев ноги врозь. с 1/2 пов в обратный хват. 	24.
		Тv Тvm		(«Кулеша») 	Тi

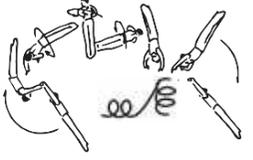
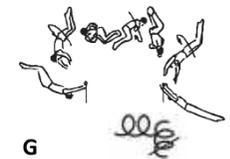
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа II: Перелеты</b>					
25.	26. Подъем махом назад. и прыж. согн. с 1/2 пов в вис.	27.	28. Штальдер, оборот в ст. в Ткачев ноги врозь., также с 1/2 пов	29. Пиатти прогн, также с 1/2 пов («Кержковский»)	30.
	(«Воронин») 		(«Пиатти») 		
31.	32. Подъем махом назад и перемах прыжком с 1/4 пов в вис	33.	34. Пиатти согн. (также с 1/2 пов)	35.	36. Пиатти прогн. с 1/1 пов («Суарес»)
					
37.	38.	39. Сальто вперед. в груп или ноги врозь. в вис, также из обратного хвата.	40. Сальто вперед. согн. в вис, также из обратного хвата.	41. Сальто вперед. прогн., так же из обратного хвата («Балабанов»)	42. Сальто вперед. прогн. с 1/1 пов, так же из обратного хвата («Винклер-Погорелов»)
					Н

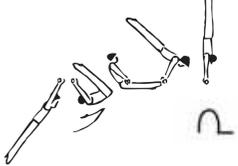
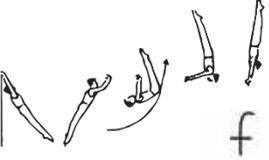
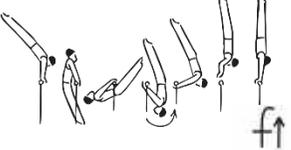
		(«Егер») 			
43.	44.	45.	46.	47.	48. Сальто вперед. прогн. с 2/1 пов, так же из обр. хвата.
					

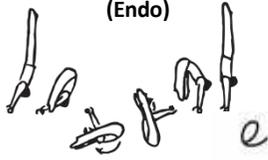
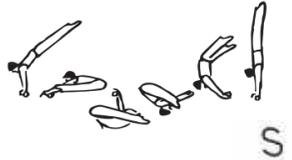
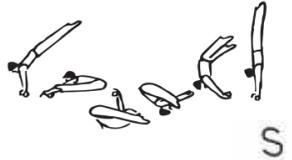
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа II: Перелеты</b>					
49.	50.	51. Из чешских оборотов прыжок назад. ноги врозь. в вис. 	52. Махом вперед. контрсальто вперед. ноги врозь в вис. («Сяо Руйжи») 	53.	54.
55.	56.	57. Махом вперед. сальто назад. ноги врозь с 1/2 пов в вис («Делчев») 	58. Махом вперед. сальто назад. согн. с 1/2 пов в вис. («Гингер») 	59.	60. Махом вперед. сальто назад. с 3/2 пов в вис. («Дефф») 
61.	62.	63.	64.	65. Сальто вперед. в груп через перекладину, также из обратного хвата.	66. Гейлорд с 1/2 пов

						<b>(«Гейлорд»)</b> 		<b>(«Пеган»)</b> 			
67.	68.	69.	70.	71.	72. Гейлорд с 1/1 пов	<b>G</b> 					
						<b>H</b> <b>(«Кудинов»)</b> 					
A = 0,1		B = 0,2		C = 0,3		D = 0,4		E = 0,5		F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8	
<b>Структурная группа II: Перелеты</b>											
73.	74.	75.	76.	77.	78. Гейлорд согн.						
79.	80.	81.	82. Сальто назад. в груп с 1/2 пов через перекладину	83. Сальто назад. согн. через перекладину с 1/2 пов <b>(«Гейлорд» 2)</b>	84. Пеган согн. <b>(«Марас»)</b>	<b>H</b> 					
85.	86.	87.	88. Сальто назад. в груп. через перекладину <b>(«Ковач»)</b>	89. Ковач с 1/1 пов <b>(«Колман»)</b>	90. Ковач с 2/1 пов <b>(«Брейчнайдер»)</b>						

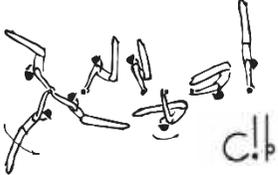
					 Н
91.	92.	93.	94.	95. Ковач согн. или прогн.	96. Ковач прогн или согн. с 1/1 пов
					 («Кассина») (Пинеда) G

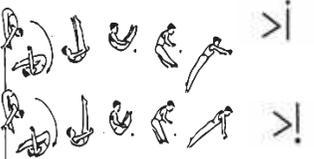
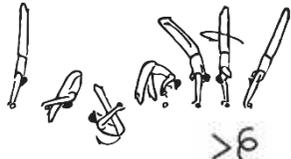
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа II: Перелеты</b>					
97.	98.	99.	100.	101.	102. Ковач прогн. с 2/1 пов
					 («Миячи»)
103.	104.	105.	106.	107.	108. Ковач с 3/2 пов в микс («Шахам»)
					 G

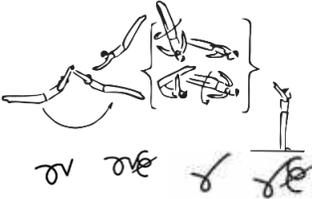
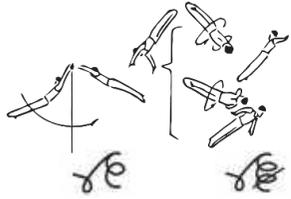
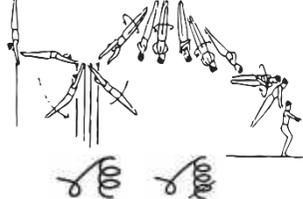
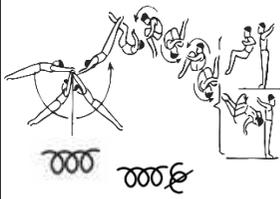
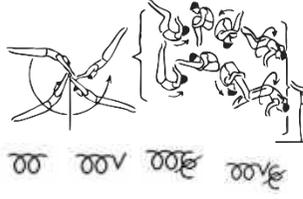
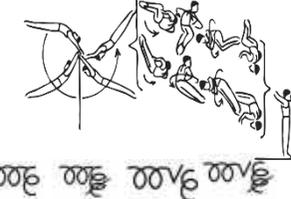
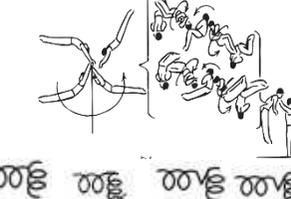
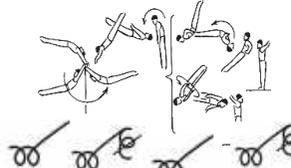
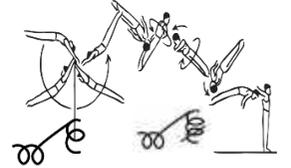
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа III: Элементы исполняемые близко к перекладине и элементы типа «Адлер»</b>					
1. Подъем разгибом в ст на рр или с микс хват в ст на рр	2.	3.	4.	5.	6.
					
7.	8. Из ст на рр оборот не касаясь вперед. через ст на рр («Веллер»)	9.	10.	11.	12.
					
13. Из виса или упора оборот, не касаясь в ст.	14.	15.	16.	17..	18.
					
25. Из виса или упора оборот не касаясь в стойку с подскоком	26.	27.	28.	29.	30.
					
31.	32. Оборот вперед. не касаясь ноги врозь. через ст на рр	33. Оборот вперед. не касаясь ноги вместе через ст. на р	34.	35.	36.

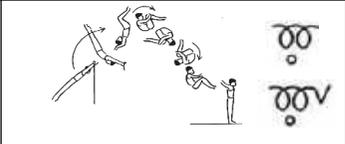
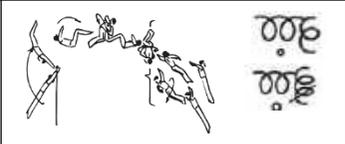
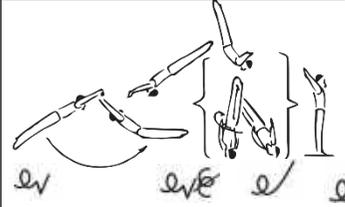
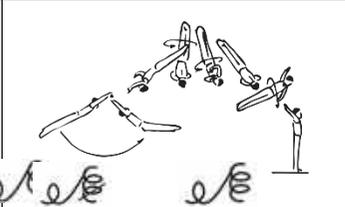
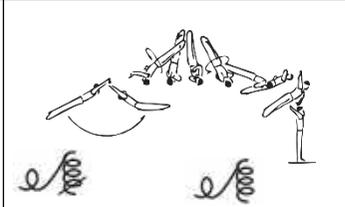
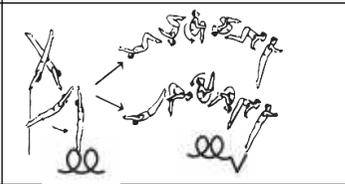
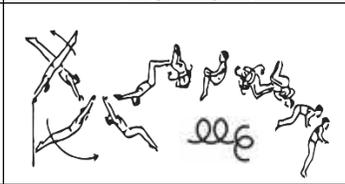
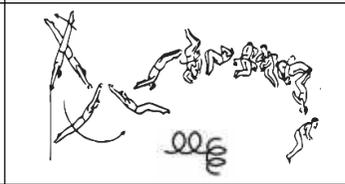
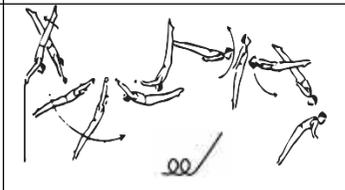
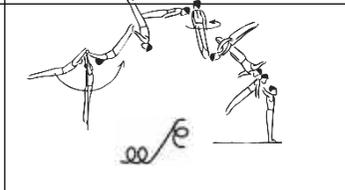
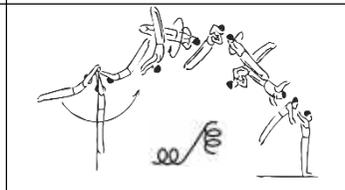
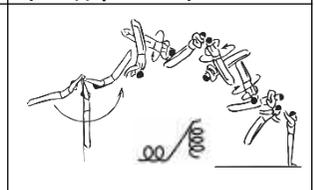
	(Endo) 				
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа III: Элементы исполняемые близко к перекладине и элементы типа «Адлер»</b>					
37.	38. Оборот назад. не касаясь ноги врозь. через ст на рр «Штальдер»	39.	40. Штальдер прыжком с 3/2 пов через ст. обр. микс	41. Штальдер прыжком с 3/2 пов через ст. в обр. хват.	42.
	 S		 SRm	 SR	
43.	44.	45. Штальдер ноги вместе через ст на рр	46.	47.	48.
		 Sv			
55.	56. Штальдер прыжком через ст на рр	57. Штальдер ноги вместе прыжком через ст на рр	58.	69.	60.
	 stb	 Sv↑U			
61.	62.	63. Продев в вис согн. и разгиб через ст. в обр. хват (Адлер).	64. Адлер с 1/2 пов через ст. в хват сверху	65. Адлер с 1/1 пов через ст. в хват снизу («Фунтес»)	66.

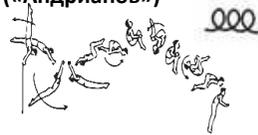
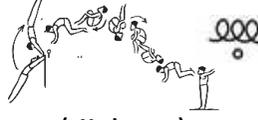
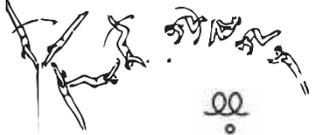
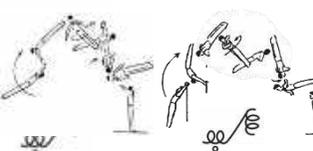


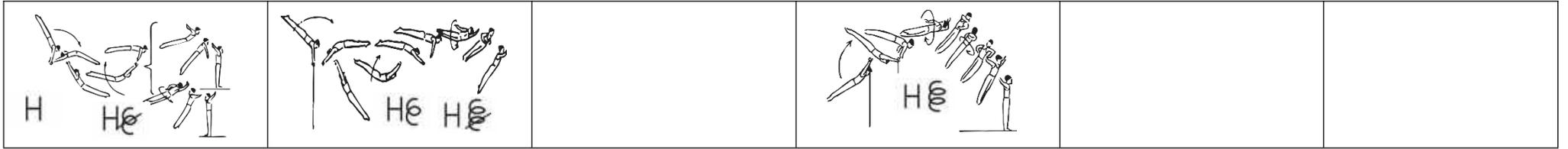
85.	86.	87. Подъем Штайнман с выходом в ст на рр	88.	89.	90.
		 <p>(«Косте»)</p>			

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа III: Элементы исполняемые близко к перекладине и элементы типа «Адлер»</b>					
91.	92. Штайнман с перемахом двумя в упор или вис.	93.	94.	95.	96.
					
97.	98.	99. Эндю в обр. хвате. через ст на рр	100. Эндю н. вм. в обр. хвате. через ст на рр	101.	102.
					
103. Из виса согн. перемах ноги врозь. в вис или упор.	104. Из виса согн. перемах ноги врозь. через ст на рр	105. Из виса согн. перемах ноги врозь. с 1/2 пов	106. Карбалло с 1/2 пов в обр. микс	107. Квинтеро в обр. хват.	108.
		<p>(«Карбалло»)</p> 	<p>(«Квинтеро»)</p> 		

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа IV: Соскоки</b>					
1. Сальто вперед. согн. или прогн., также с 1/2 пов	2. Сальто вперед. прогн. с 1/1 или 3/2 пов	3. Сальто вперед. прогн. с 2/1 или 5/2 пов	4.	5.	6. Тройное сальто вперед. в групп или с 1/2 п. («Румбутис»)
					 G
7.	8.	9. Двойное сальто вперед. в групп или согн или с 1/2 пов	10. Двойное сальто вперед. в групп. или согн. с 1/1 или 3/2	11. Двойное сальто вперед. в групп. или согн. с 2/1 или 5/2	12.
					
13.	14.	15.	16. Двойное сальто вперед. прогн. или с 1/2 пов или через перекладину	17. Двойное сальто вперед. прогн. с 1/1 или 3/2 пов	18.
			(«Ретлисбергер» 2) 	(«Алварес») 	

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа IV: Соскоки</b>					
19.	20.	21. Двойное сальто вперед. в групп. или согн. или с 1/2 пов через перекладину	22. Двойное сальто вперед. в групп. или согн. с 1/1 или 3/2 пов через перекладину («Ретлисбергер» 1)	23.	24.
					
25. Сальто назад. согн. или прогн. также с 1/2 или 1/1. пов	26. Сальто назад. прогн. с 3/2 или 2/1 пов	27. Сальто назад. прогн. с 5/2 или 3/1 пов	28.	29.	30.
					
31.	32. Двойное сальто назад. в групп. или согн.	33. Двойное сальто назад. в групп. с 1/1 пов («Цукакура»)	34. Двойное сальто назад. в групп. с 2/1 пов	35.	36.
					
37.	38.	39. Двойное сальто назад. прогн.	40. Двойное сальто назад. прогн. с 1/1 пов	41. Двойное сальто назад. прогн. с 2/1 пов («Ватанабе»)	42. Двойное сальто назад. прогн. с 3/1 пов («Федорченко»)
					

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6 G = 0,7 H = 0,8
<b>Структурная группа IV: Соскоки</b>					
43.	44.	45.	46.	47.	48. Тройное сальто назад. в групп. или через перекладину
					<p>(«Андреанов»)</p>  <p>(«Хофман»)</p> 
49.	50. Двойное сальто назад. в групп. через перекладину	51. Двойное сальто назад. в групп. или согн. с 1/1 пов через перекладину	52. Двойное сальто назад. в групп. с 2/1 пов через перекладину	53.	54. Тройное сальто назад. согн. («Фардан»)
					 <p>G</p>
55.	56.	57. Двойное сальто назад. прогн. через перекладину	58. Двойное сальто назад. прогн. с 1/1 п. через перекладину («Гайден»)	59. Двойное сальто назад. прогн. с 3/2 или 2/1 пов через перекладину («Фальк» «Вальверде»)	60. Тройное сальто назад. в групп. с 1/1 пов («Белле»)
					 <p>G</p>
61. Лет ноги врозь., вместе или с 1/2 пов	62. Лет с 1/1 или 3/2 пов	63.	64. Лет с 2/1 пов	65.	66.



Приложение № 3  
к правилам вида спорта  
«спортивная гимнастика»

**Символы обозначения элементов, выполняемых спортсменами  
мужского пола**

Таблица № 3.1

Обозначение вращения по сальто

	Одинарное	Двойное	Тройное
Вперед			
Назад			
	Кольца	Брусья	Перекладина
Двойное вперед	Ямаваки		Гейлорд
Двойное назад	Гуцогги	Морису	Ковач

Таблица № 3.2

Позиция тела

Позиция	Согн	Ноги врозь	Прогн
Символ/Сальто			

Таблица № 3.3

Символы обозначения вращения по сальто на вольных упражнениях

Наименование элемента	Согн	Ноги врозь	Прогн
Двойное вперед		Невозможно	
Двойное назад			

Таблица № 3.4

Символы обозначения вращений по сальто с разной позицией тела

Наименование элемента	Кольца	Брусья	Перекладина
Двойное вперед согн	Йонассон		Гейлорд

Двойное назад согн	Гуцогги 		Ковач 
Двойное назад прогн	 О'Нейл	Невозможно	Ковач 

Таблица № 3.5

## Пов относительно продольной оси

	180°	360°	540°	720°	900°	1080°	1260°
Текущий символ							
Альтернативная запись		1		2		3	

Таблица № 3.6

## Сальто с пов относительно продольной оси тела

Сальто назад	Сальто прогн + пов 540	Двойное прогн + пов 360	Прогн 900 + вперед 360
Текущий символ			
Альтернативная запись			

Таблица № 3.7

## Перелеты на перекладине с вращением по сальто и пов относительно продольной оси

Перекладина	«Кольман»	«Касина»
Текущий символ		
Альтернативная запись		

Таблица № 3.8

## Большой оборот

	Кольца	Брусья	Перекладина
Большой оборот вперед			

Большой оборот назад			
----------------------	--	--	--

Таблица № 3.9

## Обороты не касаясь

	Кольца	Брусья	Перекладина
Кольца – переворот в «самолет» Параллельные брусья/перекладина – оборот не касаясь в стойку			
Оборот не касаясь с пов 360°	Невозможно		

Таблица № 3.10

## Подъемы

	Кольца	Брусья	Перекладина
Подъем вперед			
Подъем назад			

Таблица № 3.11

## Подъемы разгибом

	Кольца	Брусья	Перекладина
Подъем разгибом вперед в упор			
Подъем разгибом назад в упор			

Таблица № 3.12

## Статические элементы

Элемент	Стойка на руках	«Угол»	Горизонтальный упор	Горизонтальный упор ноги врозь	«Самолет»	«Крест «вниз головой»
Символ						

Таблица № 3.13

## Перемещение между элементами

«Шпагат» и «спичак» в «Японскую стойку» на руках	«Угол» и «спичак» в ст на pp	Гор упор ноги врозь и дожимание в стойку	«Самолет» и дожимание в «крест» вниз
---	---------------------------------	--	--

			головой

Таблица № 3.14

## Положения тела

В висе		Упор спереди	
В упоре		Упор сзади	

Таблица № 3.15

## Положения рук

	Хват сверху	Хват снизу	Смешанный хват	Обратный хват
Символ				
Пов 360 (1/1) относительно продольной оси				

Таблица № 3.16

## Движения тела

Дожимание		Прыжок вперед		Перелет/Подскок	
Опускание		Прыжок назад		Кувырок вперед	

Таблица № 3.17

## «Оберучный» и именные элементы

Элемент	Символ	Символ первый исполнитель
Оберучный		
«Рыбалко»		

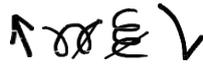
«Томас» (в груп)		Th
------------------	---	----

Таблица № 3.18

## Именные элементы (продолжение)

«Штальдер»	«Эндо»	«Диамидов»	«Хили»	«Типпельт»
s	e	d	h	T

## Символы на вольных упражнениях

Таблица № 3.19

## Высокий «угол»

Высокий угол	Не засчитанный высокий угол
S1 	S2 

Таблица № 3.20

## Перемещения между статическими элементами

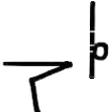
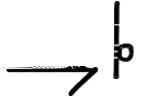
«Спичак» из шпагата в ст на pp	«Манна» и «спичак» в ст на pp	Гор упор, дожать в ст на pp
S1 	S2 	S3 

Таблица № 3.21

## Прыжки в упор лежа

Прямой прыжок вперед в упор лежа	Прыжок назад с 1/2 пов в упор лежа	Прыжок назад согн в упор лежа «Эндо»
S1 	S2 	S3 

Таблица № 3.22

## Круги и круги ноги врозь

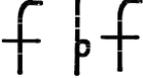
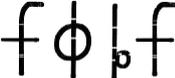
S1 - круги ноги врозь в стойку на руках 	S2 - круги ноги врозь в ст на pp опускание в круги ноги врозь 	S3 - «Гоголадзе», «Томас» в ст на pp, прыжком 180° назад в ст на pp и обратно в «Томас» 
S4 - круги ноги врозь шпindelь 	S5 - круги ноги врозь полный шпindelь в ст на pp 	S6 - круги ноги врозь «шпindelь» с пов на 360° в ст на pp опускание в круги ноги врозь и выход в ст на pp 

Таблица № 3.23

## «Русские круги»

S1 - Два русских круга 	S2 - Три русских круга 	S3 - Русский круг с пов на 900° 
--	--	---

Таблица № 3.24

## Положение тела в элементах с вращением по сальто вперед

S1 - Сальто вперед в групп 	S2 - Сальто вперед согн 	S3 - Сальто вперед прогн 
S4 - Двойное сальто вперед в групп 	S5 - Двойное сальто вперед согн 	S6 - Двойное сальто вперед прогн 

Таблица № 3.25

## Сальто с вращением вперед с пов

S1 - Сальто вперед прогн с пов на 360° 	S2 - Сальто вперед прогн с пов на 540° 	S3 - Сальто вперед прогн с пов на 720° 
S4 - Сальто вперед с пов на 360° 	S5 - Сальто вперед с пов на 180° 	S6 - Двойное вперед в групп с пов на 180° 

Таблица № 3.26

## Сальто вперед в упор лежа

S1 - Сальто вперед в упор лежа в групп	S2 - Сальто вперед в упор лежа согн	S3 - Сальто вперед в упор лежа прогн
		

Один важный символ, переворот вперед, потенциально может изменить содержимое упражнения и часто упускается из виду. Смотрите рисунок № 3.1



Рисунок № 3.1. Символ - переворот вперед

Таблица № 3.27

## Положение тела в элементах назад

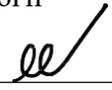
S1 - Сальто назад в групп	S2 - Сальто назад согн	S3 - Сальто назад прогн
		
S4 - Двойное сальто назад в групп	S5 - Двойное сальто назад согн	S6 - Двойное сальто назад прогн
		

Таблица № 3.28

## Сальто назад прогн с пов

S1 - Сальто с пов 360°	S2 - Сальто с пов на 720°	S3 - Сальто пов 900°	S4 - Сальто с пов 1080°
			

Таблица № 3.29

## Двойные сальто назад с пов

S1 - Двойное сальто назад в групп с пов 360°	S2 - Двойное сальто назад в групп с пов 720°	S3 - Двойное сальто назад в групп с пов 1080°
		

S4 - Двойное сальто назад прогн с пов 360° 	S5 - Двойное сальто назад прогн с пов 720° 	S6 - Двойное сальто назад прогн с пов 900° 
---	---	---

Таблица № 3.30

## Символы простых элементов

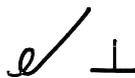
1 - «Фляк» 	«Темповое» сальто 	Сальто назад прогн в «шпагат» 
---	--	--

Таблица № 3.31

## Прыжки назад с пов («Твисты»).

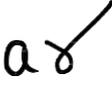
Прыжок назад с пол пов и сальто вперед в груп «Твист» 	Прыжок назад с 1/2 пов и сальто вперед согн 	«Твист» прогн 
Двойной «Твист» в груп 	Двойной «Твист» согн 	Двойной «Твист» прогн 
Двойной «Твист» в груп с пов на 180° 	Двойной «Твист» согн с пов на 180° 	

Таблица № 3.32

## Символы сальто боком

Сальто боком прогн 	Двойное сальто боком 	Двойное сальто боком согн 
---	---	--

## Символы на «коне»

Таблица № 3.33

## «Скращения»

	Без пов	1/2 пов	¼ пов вперед с 1/4 пов назад. «Полный пов»
«Скращение» прямое	X	XE	XE
«Скращение» обратное	X <sub>o</sub>	X <sub>o</sub> E	X <sub>o</sub> E

Таблица № 3.34

## «Скрещения» в стойку и с перескоками

Прямое «скрещение» в ст на рр		Прямое «скрещение» с 3/3 перескоком	
Обратное «скрещение» в ст на рр		Прямое «скрещение» с перескоком продольно	

Таблица № 3.35

## Основные круги и круги ноги врозь

	На одной ручке	Лицом наружу ручек	Между ручек
Любые круги			
Круги ноги врозь — «Томас»			

Таблица № 3.36

## «Шпиндели»

1/2 «Шпинделя»	Полный «Шпиндель»	1/4 «Шпинделя»	1/1 Между ручек

Таблица № 3.37

## Круги с выходами в ст на рр

«Томас» в стойку на р.	«Томас» в стойку на р. и в Томас	«Томас» и перескок в ст на рр	«Буснари»

Таблица № 3.38

## Проходы в упоре поперек

Шаг на ручку	2/3 прохода	3/3 Проход	Шаг на, шаг с	«Мадьяр», «Шивадо»

Вперед					
Назад					

Таблица № 3.39

## Проходы в упоре продольно

	1/3 прохода	3/3 проход	3/3 проход по телу	3/3 проход через ручки
Вперед				
Назад				

Таблица № 3.40

## «Русские круги» и элементы «Стойкли»

	180 Русский круг	360 Русский круг	720 Русский круг	1080 Русский круг
Русский круг на теле				
Русский круг на одной ручке				
	Стойкли В	Стойкли А		
«Стойкли»				

Таблица № 3.41

## Именные проходки

«Могильный»	«Беленький»	«Тонг Фей»	«Бу Гуониян»	«Рот»
Mo	Be	Tf	Wu	Ro

Таблица № 3.42

## Флопп соединения

	D	E	F	G
Флоп				
Комбинированный				

--	--	--	--

Таблица № 3.43

## Соскоки

«Томас» в стойку	«Томас» с подскоком в стойку	DSA в стойку на руках	DSA в стойку с 3/3 проход	DSA в стойку с 450 пов	DSA в стойку с 3/3 проход и 450

## Символы на кольцах

Таблица № 3.44

## Подъем махом вперед из вися в упор

--	--

На кольцах направление махов важно, чтобы отличать элементы и помочь судье в воспроизведении упражнения. Просто обозначение (вертикальная линия) слева от символа определяет мах назад, а справа от символа мах вперед.

Таблица № 3.45

## Подъем махом назад и вперед

Подъем махом назад		Подъем махом вперед	
--------------------	--	---------------------	--

Таблица № 3.46

## Подъемы разгибом назад и вперед

1.			2.	
----	--	--	----	--

Другие основные элементы, расположенные в маховой группе, включают выкруты, «Хонма» и «Ли Нинг», все показанные ниже в их упрощенной версии рядом со старым сложным символом.

Таблица № 3.47

## Базовые маховые элементы

Выкрут вперед	Выкрут назад	«Хонма»	«Ли Нинг»
			

Таблица № 3.48

## Маховые элементы

	Двойное в групп	Двойное согн
1.		
2.		
3.		

Таблица № 3.49

## Элементы в стойку, обороты

Вперед	Назад
	
«Хонма» мах в стойку	«Хонма» прогн - мах в стойку
	

Таблица № 3.50

## Статические элементы

«Угол»	Угол» ноги врозь	Высокий «угол»	Горизонтальный вис спереди
			
Горизонтальный вис сзади	Гор упор ноги врозь	Гор упор ноги вместе	«Самолет»
			
«Крест»	«Крест» «углом»	«Крест» вниз головой	Обратный «самолет»
			

Таблица № 3.51

## Перемещения из одной статической позиции в другую

S1			
S2			

Таблица № 3.52

## Положение теле при переходах из одной силовой статики в другую

Дожать из угла в крест вниз головой прогн	Из креста дожимание согн в крест вниз головой	Крест в крест вниз головой прогн

Таблица 3.53

## Перемещения из одной силовой статики в другую

S1			
S2			

## Медленные перемещения

1. Из упора кувырок вперед в упор, в ст на рр, в крест вниз головой.
2. Из упора медленный переворот назад в упор, в ст на рр, в гор упор.

Таблица № 3.54

1			
2			

Таблица № 3.55

«Азарян» (переворот назад в «крест»), «Накаяма» (из горизонтального виса сзади в «крест»).

«Азарян» 	«Накаяма» 
--------------	---------------

Таблица № 3.56

## Подъемы махом вперед в силовую статику

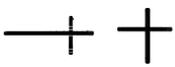
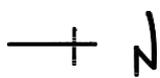
Подъем махом вперед в «крест» 	Подъем махом вперед в высокий «угол» 	Подъем махом вперед в обратный «самолет» 
--	---	---

Таблица № 3.57

## Подъемы переворотом в: гор упор ноги врозь, «самолет», «крест», «крест» вниз головой

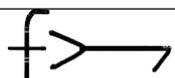
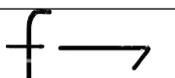
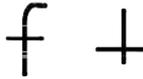
 	 	
--	--	---

Таблица № 3.58

## Подъем махом назад: в «горизонт», «самолет», «крест», «крест» вниз головой

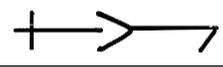
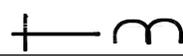
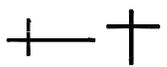
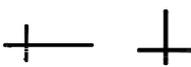
	
	

Таблица № 3.59

## Подъемы разгибом вперед и назад

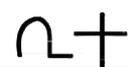
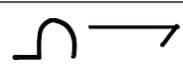
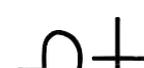
		
		

Таблица № 3.60

## Соскоки вперед и назад с пов

Таблица № 3.61

Соскоки двойные сальто вперед и назад с разными положениями  
тела и пов


## Символы на параллельных брусьях

Таблица № 3.62

## Перемахи ноги врозь вперед и назад

Перемах ноги врозь вперед в угол 	Перемах назад ноги врозь в упор 	Перемах назад ноги врозь в ст на pp 
---	-------------------------------------	--

Таблица № 3.63

## Упрощенные символы именных элементов

«Диамидов»	«Мауц»	«Зондерланд»

Таблица № 3.64

## Сальто назад в упоре в ст на pp, на одну жердь, с перемахом в упор

Сальто назад в ст на pp	В стойку на одной жерди	С перемахом ноги врозь в упор

Таблица № 3.65

## Варианты прихода после сальтовых элементов

Двойное сальто вперед согн в упор на руках	5/4 сальто вперед ноги врозь в упор	5/4 сальто вперед ноги врозь в вис

Таблица № 3.66

## Двойные сальто в упор на руках

Двойное сальто назад в упор на руках	Двойное сальто назад согн в упор на руках	Двойное сальто назад с 1/2 пов в упор на руках («Суарес»)

Таблица № 3.67

## Элементы, выполняемые с подъемов махом вперед и назад

Подъем махом вперед и перемах ноги врозь назад в ст на pp	Подъем махом вперед в оберучный	С подъема махом вперед двойное сальто назад согн в упор на руках
Подъем махом назад с перемахом ноги врозь в упор	Подъем махом назад в ст на pp	Подъем махом назад и сальто согн в упор («Хонма»)

Таблица № 3.68

## Элементы, выполняемые большим махом

Большой оборот в одну жердь	Большой оборот в «Диамидов»	Большой оборот в двойное назад	«Танака»
«Мой» в упор	«Типпельт»	«Типпельт» в вис (Бавсар)	«Типпельт» и сальто вперед

Таблица № 3.69

## Варианты выполнения подъемов разгибом

Подъем разгибом	Подъем разгибом в перемах ноги врозь в ст на pp	Подъем разгибом в ст на pp	Подъем разгибом в ст на pp на одной жерди

Таблица № 3.70

Элементы, выполняемые оборотом под жердями

1 - Оборот под жердями в ст на рр, 2 - с переходом в вис, 3 с пов 360°, 4 - с сальто назад.

1	f	2	fi	3	fε	4	fe
---	---	---	----	---	----	---	----

Таблица № 3.71

Варианты «дуги»

«Дуга» в упор на руках	«Дуга» в упор	«Дуга» с перемахом назад ноги врозь в ст на рр
U	U!	U>

Таблица № 3.72

Соскоки

Двойное сальто назад в групп	Двойное сальто назад в групп с концов	Двойное сальто вперед согн	Двойное сальто назад в групп с 1/1 пов
ee	7ee	eev	eeε

Таблица № 3.73

Пример построения комбинации на параллельных брусьях

f	fε	O	T	h	—+>	S	eev
---	----	---	---	---	-----	---	-----

Символы на перекладине

Таблица № 3.74

Элементы длинным махом на одной и двух руках, а также пов и большие обороты

Вперед			
	O-	O-	O-ε
Назад	-O	-O↑	↑ε

Таблица № 3.75

## Элемент «Рыбалко»

«Рыбалко»	R	«Рыбалко» в микст
		

Таблица № 3.76

## Перелет «Ямаваки» и его разновидности

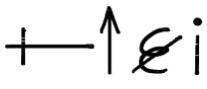
	«Ямаваки»	«Маркелов»	«Вальстрем»
	y	y>	yε

Таблица № 3.77

## Сальтовые перелеты

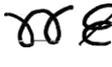
«Гейлорд»		«Пеган»		Двойное вперед согн
				
«Ковач»		«Касина»		«Шахам»
				

Таблица № 3.78

## Перелеты типа «Пиатти»

«Пиатти» ноги врозь	«Пиатти» прогн	«Пиати» прогн с полным пов («Суарес»)
p	p/	pε

Таблица № 3.79

## Элементы типа «Ткачев»

«Ткачев» ноги врозь	«Ткачев» прямым телом	«Ткачев» прямым с полным пов	«Ткачев» прямым с 1/2 пов в микст хват
T	T/	Tε	T <sub>m</sub>

Таблица № 3.80

## Элементы близкие к перекладине

«Штальдер»	«Эндо»	«Штальдер» с «Рыбалко»
S	e	SR

Таблица № 3.81

## Элементы типа «Адлер»

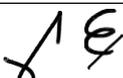
«Адлер»	«Адлер» с пов 180°	«Адлер» с пов 360° в разнохват	«Адлер» с подскоком в ст на pp
			

Таблица № 3.82

## Разновидности оборотов

Оборот в обратном хвате	«Русский» оборот	«Скоумал» обороты
		
Мах из виса сзади в положение упора	«Кесте»	«Чешский» оборот
		

Группа соскоков использует символы, показанные и на других снарядах, преимущественно из основных элементов вольных упражнений.

Приложение № 4  
к правилам вида спорта  
«спортивная гимнастика»

## ПРАВИЛА ОЦЕНИВАНИЯ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ СРЕДИ СПОРТСМЕНОВ ЖЕНСКОГО ПОЛА

### I. СБАВКИ ЗА НАРУШЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

За нарушение и несоблюдение дисциплины применяется средняя сбавка в 0.3 балла. За нарушение, касающееся снарядов, применяется сбавка 0.5 балла. Сбавки за такие нарушения в таблицах №№ 4.1, 4.2.

Таблица № 4.1

Сбавки за нарушения дисциплины

Нарушения в поведении – сбавка производится главным судьей или заместителем главного судьи соревнований после сообщения судей бригады D	
Нарушение	Сбавка
Нарушение спортивной формы: а) неправильные или не эстетичные подкладки; б) отсутствие или неправильное размещение национальной эмблемы в) отсутствие стартового номера г) неправильна форма – купальник, бижутерия, цвет бандажа и другое.	- 0,3 балла с окончательной оценки на снаряде (один раз за фазу спортивных соревнований)
Нарушение спортивной формы в командных спортивных соревнованиях: Неодинаковые купальники (спортсмены одной команды)	- 1 балл в квалификации и финале командных спортивных соревнований. Сбавка производится один раз в той фазе спортивного соревнования, в какой была замечена впервые.
Нахождение на помосте без разрешения	- 0,3 балла с окончательной оценки
Вернулась на помост после окончания упражнения	- 0,3 балла с окончательной оценки
Другое недисциплинированное или оскорбительное поведение	- 0,3 балла с окончательной оценки
Неправильная реклама	- 0,3 балла с окончательной оценки на соответствующем снаряде. Когда требуется, сбавка производится с оценки: команды или спортсмена в личных спортивных соревнованиях
Отсутствие на церемонии награждения	Оценка/место команды/спортсмена аннулируются
Нарушения на снарядах – сбавка производится главным судьей соревнований после сообщения бригады D	
Нарушение	Сбавка
Неправильное использование магнезии	- 0,5 балла с окончательной оценки

и/или повреждение снаряда	
Добавление, перестановка или удаление пружин из мостика	– 0,5 балла с окончательной оценки
Изменение высоты снаряда без разрешения	– 0,5 балла с окончательной оценки

Таблица № 4.2

## Сбавки за нарушения тренером

<b>Сбавки за поведение тренера</b>	
<b>Нарушения во время спортивных соревнований (после совещания с членами главной судейской коллегии)</b>	<b>Санкции/сбавки</b>
<b>Поведение тренера без прямого влияния на результат/выступление спортсмена/команды</b>	
Неспортивное поведение (во всех фазах спортивных соревнований)	Первый раз – желтая карточка (предупреждение)
	Второй раз – красная карточка и удаление тренера со спортивных соревнований и/или тренировочного зала
Другое скандальное, недисциплинированное или оскорбительное поведение (во всех фазах спортивных соревнований)	Немедленно красная карточка и удаление тренера со спортивных соревнований и/или тренировочного зала
<b>Поведение тренера с влиянием на результат/выступление спортсмена/команды</b>	
Неспортивное поведение (во всех фазах спортивных соревнований), например, задерживание или прерывание спортивных соревнований без причины, обращение к работающим спортивным судьям во время спортивного соревнования, переговоры со спортсменом, подача сигналов спортсмену во время исполнения упражнения и другие нарушения	Первый раз – сбавка 0,5 балла (с оценки спортсмена/команды на снаряде) и желтая карточка (предупреждение)
	Первый раз – сбавка 1 балл (с оценки команды/спортсмена на снаряде) и желтая карточка (предупреждение), если тренер говорит агрессивно, но отношению к спортивным судьям
	Второй раз – сбавка 1 балл (с оценки спортсмена/команды на снаряде), красная карточка и удаление тренера из соревновательной зоны
Другое скандальное, недисциплинированное поведение (во всех фазах спортивных соревнований), например, неразрешенное нахождение у помоста во время спортивных соревнований или при подготовке снаряда и другие нарушения.	Сбавка 1 балл (с оценки спортсмена/команды на снаряде), немедленно красная карточка и удаление тренера из соревновательной зоны

Если удаляется один из двух тренеров из соревновательной зоны, то его можно заменить один раз во время всего спортивного соревнования. Если у делегации только один тренер, то он/она может остаться на помосте, но этот тренер не сможет получить аккредитацию на следующее спортивное соревнование.

## II. ОЦЕНИВАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО УПРАЖНЕНИЯ

### 1. Общие правила оценивания упражнения

1.1. Правила оценки упражнений и вывод окончательной оценки одинаковы для всех фаз спортивных соревнований (квалификация, финал в спортивной дисциплине «командные соревнования», финал в спортивной дисциплине «многоборье», финалы в отдельных дисциплинах) кроме опорного прыжка, где есть специальные правила в квалификации и финале на виде.

1.2. Вывод окончательной оценки

1.3. Окончательная оценка на каждом снаряде состоит из двух отдельных оценок - оценки D и оценки E.

1.3.1. Бригада D выводит оценку D за содержание упражнения, бригада E выводит оценку E за исполнение и артистичность.

1.3.2. Окончательная оценка — это сумма оценок D и E. В случае необходимости применяются нейтральные сбавки.

1.3.3. Баллы, набранные в спортивной дисциплине «многоборье» – это сумма окончательных оценок на всех видах. Баллы, набранные командой, подсчитываются с учетом положения (регламента) о спортивных соревнованиях.

1.3.4. Квалификация для участия и участие в финале в спортивной дисциплине «командные соревнования», финале в спортивной дисциплине «многоборье» и финалах в отдельных дисциплинах проходят в соответствии с положением (регламентом) о спортивных соревнованиях.

1.3.5. Повторение упражнения не разрешается.

1.3.6. Подсчет окончательной оценки

Оценка D + оценка E = окончательная оценка в таблице № 4.3

Таблица № 4.3

Пример подсчета окончательной оценки

<b>Оценка D</b>	
трудность (3 C, 3 D, 2 E)	+ 3.1 балла
требования композиции	+ 2 балла
соединения	+ 0.6 балла
сумма оценки D	<b>5.7 балла</b>
<b>Оценка E</b>	
исходная	10 баллов
исполнение	сбавка 0.7 балла
артистичность	сбавка 0.3 балла
итоговая оценка E	<b>9 баллов</b>
	<b>Оконч. оценка</b> 5,7 балла + 9 баллов = <b>14.7 баллов</b>

Сбавка за исполнение и артистичность суммируется и затем вычитается

из 10 баллов

1.3.7. Оценка E рассчитывается следующим образом:

7 оценок E - среднее арифметическое 3-х средних;

5 оценок E - среднее арифметическое 3-х средних;

4 оценки E - среднее арифметическое 2-х средних;

3 оценки E - среднее арифметическое 3-х оценок;

2 оценки E - среднее арифметическое 2-х оценок.

## 2. Короткое упражнение.

Спортсмен женского пола может получить максимальную оценку 10 баллов за исполнение и артистичность. Сбавки за короткое упражнение производятся бригадой D с окончательной оценки в таблице № 4.4.

Таблица № 4.4

Сбавки за короткое упражнение

Количество элементов	Нейтральная сбавка (баллы)	Нейтральная сбавка (баллы) для юниорок
8	0	0
7	0	0
6	4	0
5	4	4
4	6	6
3	6	6
2	8	8
1	8	8
0	10	10

## 3. Правила для оценки D

### 3.1. Содержание упражнения

Оценка D на опорном прыжке — это трудность элемента в таблице прыжков. Оценка D на разновысоких брусьях, бревне и вольных упражнениях состоит из суммы 8 наиболее сложных элементов, требований к композиции, стоимости соединений и надбавок за соединения.

### 3.2. Стоимость (трудность) (DV)

Трудность (DV) — это элементы из таблицы элементов в Правилах. Таблица не ограничена, она может быть расширена при необходимости.

3.2.1. На разновысоких брусьях, бревне и вольных упражнениях в DV входят максимум 8 наиболее сложных элементов, включая соскок. За считывание

элементов производится в хронологическом порядке

Трудность элемента засчитывается бригадой D. Элемент не засчитывается только в том случае, когда не выполнены технические требования к исполнению элемента.

Таблица № 4.5

Группы трудности и стоимость элементов

Группы	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
Стоимость (баллы)	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1

### 3.2.2. Признание трудности элементов:

а) чтобы получить трудность, элемент должен быть выполнен в том положении тела, которое указано в таблице элементов;

б) трудность за элемент в упражнении засчитывается только один раз (в хронологическом порядке);

в) «Арабские» сальто считаются элементами вперед



### 3.2.3. Признание одинаковых и разных элементов:

а) разные танцевальные элементы из одной ячейки в таблице элементов получают трудность только один раз в хронологическом порядке;

б) только один пов на одной ноге (бревно и вольные упражнения) может получить трудность в хронологическом порядке.

Максимальное количество засчитываемых пов:

а) пов в пассе - 4/1 пов (1440°)

(пов на 5/1 считается тем же элементом, как и пов на 4/1);

б) все другие пов с различными положениями ноги – 3/1 (1080°);

в) прыжки в поперечный или продольный шпагат – 1 1/2 (540°);

г) сложные прыжки и подскоки – 1/1 (360°).

3.2.4. Элементы считаются разными, если у них разные номера в таблице элементов.

3.2.5. Элементы считаются одинаковыми, если они находятся под одним номером в таблице элементов:

на разновысоких брусьях:

а) элементы выполнены с или без смены хвата подскоком;

б) обороты вперед и назад ноги врозь или вместе, с углом или без угла в тазобедренном суставе;

в) обороты в упоре вперед и назад ноги врозь или вместе;

г) элементы с фазой полета ноги вместе или врозь.

Танцевальные элементы:

- а) отталкивание с одной или двух ног с одинаковым положением ног в прыжке, в том числе прыжок пистолетик с одной или двух ног выполненные вдоль или поперек бревна;
- б) прыжки, выполненные продольно получают на одну группу трудности выше, чем выполненные поперечно;
- в) если один и тот же элемент выполнен вдоль и поперек, трудность дается только один раз в хронологическом порядке;
- г) прыжки, которые начинаются продольно и заканчиваются поперечно и наоборот считаются элементами, выполненными поперечно (дополнительные 90° не делают элемент другим);
- д) приземление на одну или две ноги (бревно);
- е) приземление на одну или две ноги или в положение лежа (вольные упражнения).

Акробатические элементы:

- а) элементы с приземлением на одну или две ноги.

3.2.6. Элементы считаются разными, если они находятся под одинаковыми номерами и соответствуют следующим критериям:

- а) разные положения тела (в груп, согн, прогн) в сальто;
- б) разные градусы пов: 1/2, 1/1, 1 1/2 (180°, 360°, 540°) и другие варианты;
- в) исполняемые с опорой на одну или две руки;
- г) с отталкиванием с одной или двух ног.

3.2.7. Зачитывание элементов производится в хронологическом порядке

3.2.8. В случае, когда не выполнены технические требования к исполнению элемента:

- а) дается другой элемент из таблицы элементов;
- б) трудность не дается или дается трудность на группу меньше.

3.2.9. Если элемент засчитывается как другой элемент из-за невыполнения технических требований к исполнению элемента, и элемент повторяется позднее в упражнении с правильной техникой, то оба элемента получают трудность, в том числе:

а) прыжок шагом в кольцо без прогиба становится прыжком шагом. Если прыжок шагом в кольцо исполняется позже с правильной техникой, то он засчитывается как прыжок шагом в кольцо, потому что оба элемента есть в таблице элементов;

б) бревно: пов на 1/1 (360°) на одной ноге, бедро маховой ноги на уровне горизонтали (положение назад вверх) на протяжении всего пов засчитан как другой элемент из таблицы элементов (пов на 1/1(360°) на одной ноге, любое положение маховой ноги, ниже горизонтали) из-за не удержания ноги на уровне горизонтали во

время всего пов (360°). Если пов выполняется второй раз с правильной техникой, засчитывается трудность

3.2.10. Если элемент оценивается на одну группу трудности меньше из-за невыполнения технических требований к исполнению элемента, и элемент выполняется еще раз, это считается повторением, и элемент не получит трудность, в том числе на разновысоких брусьях - большой оборот назад с пов на 450° получает на одну группу трудности меньше (С), потому что спортсмен не дошла до стойки до начала пов. Если этот элемент повторяется с пов 450° в стойке, трудность (DV) не дается.

### 3.3. Требования к композиции (CR) - 2 балла

Требования к композиции описаны в разделах на каждом виде.

Максимально за выполнение этих требований спортсмен может получить два балла.

а) только элементы из таблицы элементов могут выполнить требования к композиции;

б) один и тот же элемент может выполнить более одного требования к композиции, но этот элемент не может быть повторен для выполнения другого требования к композиции.

### 3.4. Стоимость соединения (CV) и надбавка

3.4.1. Надбавки за соединение достигаются путем выполнения разнообразных уникальных комбинаций различных элементов, на разновысоких брусьях, бревне и вольных упражнениях.

а) элементы, используемые для надбавок за соединения, не обязательно должны быть из 8 элементов, которые засчитываются в DV. Все элементы должны быть из таблицы трудности элементов.

б) надбавки за соединения на разновысоких брусьях, бревне и вольных упражнениях стоят:

+0.1 балла;

+0.2 балла.

в) элементы, пониженные в стоимости, могут быть использованы для получения надбавки за соединение.

г) надбавка дается только при исполнении соединения без падения или в соответствии со специфическими правилами для соответствующего снаряда.

д) при прямом (не прямом на вольных упражнениях) соединении трех и более элементов, используется второй элемент.

### 3.4.2. Прямые и не прямые соединения

Все соединения должны быть прямыми;

Только на вольных упражнениях акробатические соединения могут быть непрямыми.

Прямые соединения это такие, в которых элементы выполняются:

- а) без остановки между элементами;
- б) без промежуточного шага между элементами;
- в) без касания стопой бревна между элементами;
- г) без потери равновесия между элементами;
- д) без чрезмерного разгиба ног/таз. сустава по окончанию первого элемента и начале второго элемента;
- е) без дополнительного/чрезмерного маха руками.

Непрямые соединения (только акробатические серии на вольных упражнениях) это соединения, в которых прямо соединенные акробатические элементы с фазой полета и с опорой руками (в том числе: из группы 3, «рондат - фляк», как подготовительные элементы) выполняются между сальто.

Засчитывание прямых и не прямых соединений на вольных упражнениях должно быть в пользу спортсмена. Порядок выполнения элементов в соединениях может быть свободным на бревне, вольных упражнениях и разновысоких брусьях (за исключением специальных требований к надбавкам за соединение).

#### 3.4.3. Повторение элементов для CV (надбавки)

а) при повторе элемента в другом соединении спортсмен не получит надбавку за соединение. Признание элементов производится в хронологическом порядке.

б) одинаковые элементы на разновысоких брусьях, акробатические элементы на бревне и вольных упражнениях, могут повторяться в одном соединении, в том числе:

на разновысоких брусьях – «Штальдер» с пов на 360<sup>0</sup>;

на бревне – фляк с пов на 360<sup>0</sup>;

на вольных упражнениях – не прямое или прямое соединение, включая два темповых сальто переход в двойное сальто назад согн;

в) в прямом соединении трех или более элементов, повторяемое сальто на бревне и на вольных упражнениях должны быть соединены прямо. Надбавка за соединение будет засчитана за все соединения;

г) в прямом соединении трех или более элементов, повторяемый элемент с полетом на разновысоких брусьях или сальто на бревне и вольных упражнениях должен быть в прямом соединении. CV дается за все соединения.

Нельзя повторять танцевальные элементы.

Бревно: сальто можно использовать:

- а) первый раз как второй элемент в соединении;
- б) второй раз как первой элемент в новом соединении;
- в) третий раз как соединение двух одинаковых сальто;

Вольные упражнения: сальто может быть засчитано:

- а) первый раз как соединение двух одинаковых сальто;

б) первый раз как первый элемент в новом соединении.

#### 3.4.4. Надбавка за соскок

За исполнение соскока группы D и выше на разновысоких брусьях, бревне и вольных упражнениях спортсменов может получить надбавку 0.2 балла.

Для получения надбавки соскок должен быть выполнен без падения.

Вольные упражнения: для получения надбавки за соскок необходимо чтобы последняя акробатическая диагональ должна быть выполнена без падения.

### 4. Общие требования к оцениванию упражнений

Чтобы получить трудность (DV), элементы должны быть выполнены в соответствии с техническими требованиями.

Все правила, которые включают углы выполнения элемента и положения тела примерные, они должны служить как основа для оценки элемента.

#### 4.1. Требования к положению тела

Таблица № 4.6

Требования к положению тела

В групп	Положение согн	Положение прогн
 Менее, чем 90° угол в тазобедренных и коленных суставах в сальто и танцевальных элементах	 Менее, чем 90° угол в тазобедренных суставах в сальто и танцевальных элементах	 Все части тела в одной плоскости

#### 4.2. Признание элементов

Положение прогн должно быть сохранено в большинстве сальто в:

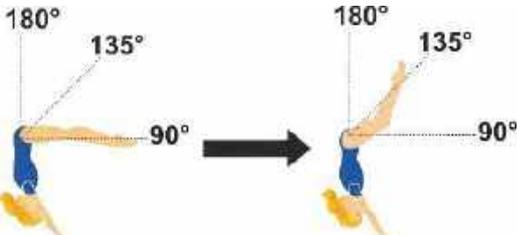
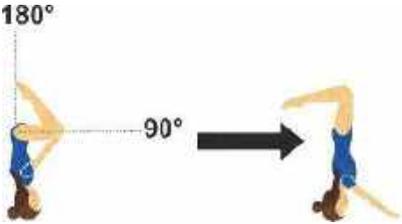
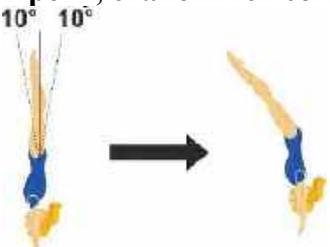
- а) одном сальто;
- б) двойном сальто на вольных упражнениях и на разновысоких брусьях (соскок);
- в) на опорном прыжке (сальто).

Если не показано положение прогн, то считается положение согн в элементах без пов на разновысоких брусьях, бревне и вольных упражнениях

Разрешено небольшое сгибание (до 30°) в тазобедренных суставах в прыжках без пов.

Критерии зачитывания положения тела в простом сальто без пов в таблице № 4.7.

## Положение тела в сальто без пов

Графическое изображение и определение положения	Описание	Решение судей бригады D
<p><b>Сальто согн становится в групп</b></p> 	<p>угол в коленных суставах меньше 135°</p>	<p>- засчитать групп</p>
<p><b>Групп становится прогн</b></p> 	<p>Угол в тазобедренных суставах - 180°</p>	<p>- засчитать прогн</p>
<p><b>Прогн, становится согн</b></p> 	<p>Угол в тазобедренных суставах</p>	<p>- засчитать согн</p>

## 4.3. Приземление после одного сальто с пов

## 4.3.1. Элементы с пов, выполняемые как:

- а) наскоки или соскоки с разновысоких брусьев и бревна;
- б) во время упражнения на бревне и вольных упражнениях;
- в) приземления на опорном прыжке должны быть закончены точно, в противном случае засчитывается исполнение другого элемента из таблицы элементов.

## 4.3.2. Недоворот

Положение ноги спереди является решающей для определения трудности элемента.

При недвороте:

- а) 3/1 пов становятся 2 1/2;
- б) 2 1/2 пов становятся 2/1;
- в) 2/1 пов становятся 1 1/2;
- г) 1 1/2 пов становятся 1/1

Вольные упражнения: когда спортсмен выполняет двойное сальто в прямой связке, и пов в первом элементе не закончен (но спортсмен в состоянии выполнить следующий элемент), то трудность первого элемента не снижается.

#### 4.3.3. Падения при приземлении

С приземлением сначала на ступни – трудность элемента признается, без приземления на ступни – трудность элемента не признается.

#### 4.4. Бревно и вольные упражнения

##### 4.4.1. Повороты.

Зачитывание трудности в пов на одной ноге с нарастанием в:

- а) 180° на бревне;
- б) 360° на вольных упражнениях.

Пов должен быть полностью закончен или засчитывается другой элемент из таблицы элементов.

Положение бедер и плеч являются решающими для оценки элемента или засчитывается другой элемент из таблицы элементов.

##### 4.4.2. Требования к исполнению пов:

- а) должен быть выполнен на носках;
- б) правильное фиксированное положение тела во время всего пов.
- в) трудность элемента не меняется, если элемент выполнен на прямой или на согнутой ноге (хореография).
- г) в пов на одной ноге, где свободная нога должна находиться в указанном положении, это положение должно быть сохранено на протяжении всего пов. Если свободная нога не находится в соответствующем положении, засчитывается исполнение другого элемента из таблицы элементов.

4.4.3. Зачитывание прыжков с одной и двух ног, подскоков с пов с нарастанием на:

- а) 180° на бревне и вольных упражнениях (в шпагат, ноги врозь и кольцо);
- б) 360° на вольных упражнениях.

Разрешается разная техника в исполнении прыжков, подскоков с пов на 360° и более – положение ног согн, в груп, врозь в начале, середине или конце пов (кроме элементов, в которых есть специальные требования).

В прыжках, подскоках на 180° предписанное положение должно быть в начале или конце пов. При повороте на 30° засчитывается *другой* элемент из таблицы элементов. Добавление пов на 1/4 не меняет элемент.

Прыжки с одной ноги - отталкивание с одной ноги и приземление на другую ногу или две ноги.

Подскоки - отталкивание с одной ноги и приземление на ту же ногу или две ноги (разведение ног на 180° не требуется)

Прыжки - отталкивание с двух ног и приземление на одну или две ноги.

В прыжках и прыжках с одной ноги со шпагатом, требуется разведение ног на  $180^\circ$ .

#### 4.5. Требования к шпагатам

Сбавки за недостаточное разведение ног (недостаточный шпагат) в прыжках с одной и двух ног и пов.

Недостаточный шпагат:

а)  $0^\circ$ – $20^\circ$  мелкая ошибка;

б)  $20^\circ$ – $45^\circ$  средняя ошибка

в)  $45^\circ$  дается другой элемент из таблицы элементов или трудность элемента не засчитывается.

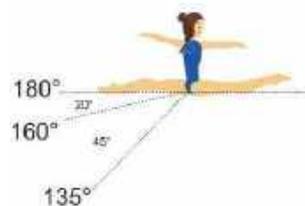
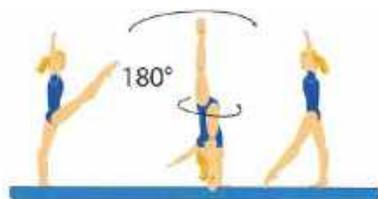


Рисунок № 4.1. Углы в тазобедренных суставах при разведении ног

#### 4.6. Требования к исполнению танцевальных элементов

Отклонение от правильное техническое исполнение приводит к мелкими, средними и большими сбавкам (форма тела).

Сбавки за положение тела включают:

а) недостаточный шпагат;

б) согнутые ноги;

в) ненатянутые носки;

г) разведение ног

д) специфические сбавки за положение тела;

е) неэстетическое положение тела или техническое отклонение от идеального исполнения элемента.

Не большое отклонение от идеального исполнения наказывается сбавкой 0.1 балла, среднее отклонение от идеального исполнения наказывается сбавкой 0.3 балла, существенное отклонение от идеального исполнения наказывается сбавкой 0.5 балла

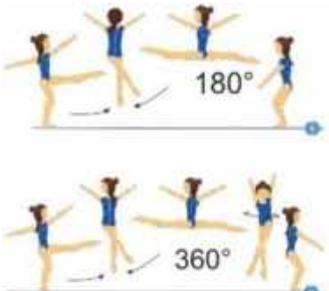
Более подробно требования к исполнению танцевальных элементов изложены в таблице № 4.8.

Таблица № 4.8

#### Требования к исполнению танцевальных элементов

Элемент	Требование	Бригада D	Бригада E
---------	------------	-----------	-----------

<p>Равновесия</p> 	<p>180° шпагат</p>	<p>разведение ног меньше 180°, шпагат не засчитывается DV</p>	
<p>Пов с ногой в указанном положении:</p> 	<p>свободная нога на уровне горизонтали впереди или сзади во время всего пов</p>	<p>свободная нога ниже горизонтали - засчитывается другой элемент из таблицы элементов</p>	
<p>Прыжок в групп с/без пов</p> 	<p>угол в тазобедренных суставах меньше 90° колени выше горизонтали</p>	<p>больше 135° угол в тазобедренных или коленных суставах - нет DV или другой элемент</p>	<p>колени на уровне горизонтали - – мелкая ошибка колени ниже горизонтали – средняя ошибка</p>
<p>Пистолетик с/без пов</p> 	<p>угол в тазобедренных суставах меньше 90° прямая нога выше горизонтали</p>	<p>больше 135° угол в тазобедренных суставах - нет DV или другая DV</p>	<p>прямая нога на уровне горизонтали – мелкая ошибка прямая нога ниже горизонтали – средняя ошибка</p>
<p>Прыжок со сменой ног с/без пов</p> 	<p>смена ног колени выше горизонтали оцените низшее положение колена</p>	<p>больше 135° угол в коленях/тазобедренном суставе – нет DV или другая DV недостаточная смена ног – прыжок в групп</p>	<p>одна/две ноги на уровне горизонтали – мелкая ошибка одна/две ноги ниже горизонтали – средняя ошибка</p>
<p>Прыжок ноги врозь в шпагат с/без пов</p> 	<p>обе ноги выше горизонтали</p>	<p>больше 135° угол в тазобедренных суставах – нет DV или другая DV</p>	<p>неправильное (неровное) положение ног – мелкая ошибка ноги на уровне горизонтали – мелкая ошибка ноги ниже горизонтали – средняя ошибка</p>
<p>Прыжок в «кольцо»</p> 	<p>прогиб в верхней части спины, голова откинута назад 180°, шпагат по диагонали, стопа на уровне макушки головы</p>	<p>спина не прогнута и/или голова не откинута – «Сиссон» стопа ноги сзади ниже уровня макушки – «Сиссон» нет шпагата – нет DV</p>	<p>недостаточный прогиб в спине – мелкая ошибка задняя ступня на уровне головы - мелкая ошибка задняя ступня на уровне плеч – средняя ошибка</p>

<p>Прыжок в кольцо двумя ногами</p> 	<p>прогиб в спине и голова наклонена назад, стопы на уровне макушки головы, полное разгибание в тазобедренных суставах</p>	<p>нет прогиба в спине и наклона головы – нет DV стопы ниже плеч – нет DV</p>	<p>недостаточный прогиб – мелкая ошибка; стопы на уровне головы и ниже – мелкая ошибка; недостаточный угол в тазобедренных суставах – мелкая ошибка; недостаточное сгибание ног в коленных суставах (<math>\geq 90^\circ</math>) – мелкая ошибка</p>
<p>Прыжок в «шпагат» со сменой ног</p> 	<p>мах свободной ногой минимум <math>45^\circ</math>, мах прямой свободной ногой</p>		<p>мах свободной ногой <math>&lt;45^\circ</math> – мелкая ошибка; свободная нога согнута – мелкая/средняя ошибка</p>
<p>Прыжок в «шпагат» со сменой ног с пов и «Джонсон» с пов</p> 	<p>мах свободной ногой минимум <math>45^\circ</math>; мах прямой свободной ногой; показать четкий продольный шпагат или четкий поперечный шпагат</p>	<p>недостаточный пов</p>	<p>мах свободной ногой меньше <math>45^\circ</math> – мелкая ошибка; свободная нога согнута – мелкая/средняя ошибка</p>
<p>Прыжок в «кольцо»/прыжок со сменой ног в «кольцо» (с/без пов)</p> 	<p>прогиб в верхней части спины, голова отклонена назад; шпагат на <math>180^\circ</math>; нога спереди на уровне горизонтали, нога сзади согнута (<math>135^\circ</math>) и стопа сзади на уровне макушки головы</p>	<p>нет прогиба и наклона головы назад; - прыжок шагом/прыжок со сменой ног/прыжок в шпагат – ступня сзади ниже макушки головы – прыжок шагом/прыжок со сменой ног/прыжок в шпагат</p>	<p>недостаточное прогибание в спине – мелкая ошибка; нога спереди ниже горизонтали – мелкая ошибка нога спереди ниже горизонтали (примерно <math>45^\circ</math>) – средняя ошибка; ступня сзади на уровне головы – мелкая ошибка ступня сзади на уровне плеч – средняя ошибка нога сзади прямая – мелкая ошибка</p>

#### 4.7. Разновысокие брусья

Положение стойки считается выполненным, если все части тела находятся в прямом положении вертикально.

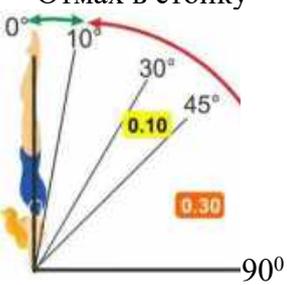
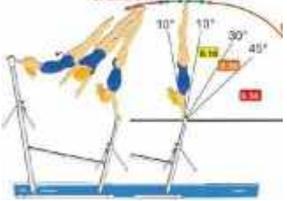
Махи – элементы с пов, которые:

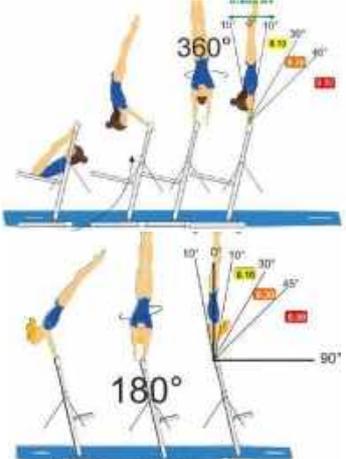
- не доходят до стойки;
- не проходят через вертикаль;
- продолжают движение после пов в противоположном направлении

4.7.1. Требования к элементам, выполняемым в ст на рр изложены в таблице № 4.9.

Таблица № 4.9

Требования к элементам, выполняемым в ст на рр

Элемент	Бригада D	Бригада E
<p>Отмах в стойку</p> 	<p>Если элемент выполнен: в пределах 10° от вертикали – засчитать DV; &gt;10° – не засчитать DV</p>	<p>&gt; 30°–45° - сбавка 0,1 балла &gt; 45° – сбавка 0,3 балла</p>
<p>Обороты без пов</p> 	<p>Если элемент выполнен: &gt; 10° до вертикали – нет или другая DV &gt; 10° после вертикали – на одну группу трудности ниже</p>	<p>&gt;10°-30° – сбавка 0,1 балла &gt;30°-45° – сбавка 0,3 балла &gt; 45° – сбавка 0,5 балла</p>
<p>Элементы с полетом с верхней жерди на нижнюю жердь</p> 	<p>Если элемент выполнен: &gt; 10° до вертикали – нет или другая DV; &gt; 10° после вертикали – на одну группу трудности ниже</p>	<p>&gt;10°- 30° – 0,10 &gt;30°- 45°– 0,30 &gt; 45° –0,50</p>

<p>Обороты с пов в стойке и отмахи с пов в стойке</p> 	<p>Если элемент выполнен: в пределах 10° до вертикали – засчитать DV</p>	<p>&gt;10°- 30°—сбавка 0,1 балла &gt;30°- 45°— сбавка 0,3 балла &gt; 45°— сбавка 0,5 балла</p>
---	--	--

Если один и тот же элемент выполняется как мах или оборот с пов, он засчитывается только один раз в хронологическом порядке.

#### 4.7.2. Требования к выполнению махов.

Махи – элементы с пов, которые:

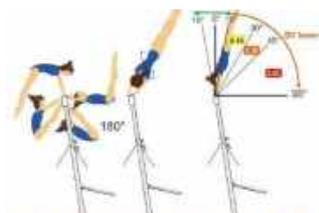
- а) не доходят до стойки;
- б) не проходят через вертикаль;
- в) продолжают движение после пов в противоположном направлении.

Маховые элементы с пов на 1/2 (180°) и более:

Все части тела должны быть на выше горизонтали, чтобы получить DV, в противном случае DV не засчитывается (пустой мах).

Таблица № 4.10

#### Требования к элементам с махом

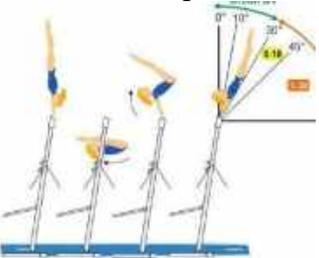
	<p>Если элемент выполнен: в пределах 10° до вертикали – засчитать DV; &gt; 10° до вертикали – засчитать на одну группу ниже, чем оборот с пов в стойку</p>	<p>&gt;10°- 30° – сбавка 0,1 балла; &gt;30°- 45° – сбавка 0,3 балла; &gt; 45° – сбавка 0,5 балла</p>
---	--	--

#### 4.7.3. Требования к выполнению элемента «Адлер»

Сбавки за ошибки положения тела должны производиться дополнительно к сбавкам за недостаточную амплитуду в элементах.

Сбавки за отклонения от ст на рр в таблице № 4.11.

## Требования к ст на рр при выполнении элемента «Адлер»

 <p>«Адлер»</p>	<p>Если элемент выполнен: до 30° от вертикали – засчитать DV &gt;30°- засчитать на одну DV ниже</p>	<p>&gt;30°- 45° – сбавка 0,1 балла &gt; 45°– сбавка 0,3 балла</p>
--	---	---

## 5. Правила оценки Е

## 5.1. Оценка Е 10 баллов (исполнение)

Спортсмен может получить максимальную оценку 10 баллов за исполнение, композицию и артистичность. Оценка Е включает сбавки за:

- а) исполнение;
- б) артистичность.

Каждый спортивный судья бригады Е оценивает упражнение индивидуально.

Каждое упражнение оценивается путем сравнения с идеальным исполнением. Сбавки делаются за отклонения от этого безошибочного исполнения. Сбавки за ошибки в исполнении и артистичности суммируются и отнимаются от 10 баллов, определяя оценку Е.

Оценивание упражнений спортивными судьями бригады Е в таблице № 4,12, спортивными судья бригады D в таблице № 4,13, сбавки за поведение тренера в таблице № 4,14.

Таблица № 4.12

## Оценивание упражнений спортивными судьями бригады Е

Ошибки		Сбавки			
		мелкая, сбавка 0,1 балла	средняя ошибка, сбавка 0,3 балла	большая, ошибка, сбавка 0,5 балла	Очень большая ошибка, сбавка 1 балл
Согнутые руки или колени	каждый раз	+	+	+	-
Разведение ног или коленей	каждый раз	+	Ширина плеч или больше	-	-
Ноги перекрещены во время исполнения элементов с пов	каждый раз	+	-	-	-
Недостаточная высота элементов (внешняя)	каждый раз	+	+	-	-

амплитуда					
Недостаточная точность групп, положения согн в сальто, без пов	каждый раз	+ 90° Угол в колени/бедре	+ >90° Угол в колени/бедре	-	-
Недостаточная точность групп, положения согн в двойном сальто, без пов	каждый раз	+ >90° Угол в бедре	-	-	-
Неспособность сохранить положение прогн ( <i>раннее сгибание</i> )	каждый раз	+	+	-	-
Неуверенность во время исполнения элементов	каждый раз	+	-	-	-
Попытка без исполнения элемента ( <i>пустой разбег</i> )	каждый раз	-	+	-	-
Отклонение от прямого направления	каждый раз	+	-	-	-
Положение тела и/или ног в элементах ( <i>не танц.</i> )					
Положение тела	каждый раз	+	-	-	-
Носки не натянуты, расслабленные стопы	каждый раз	+	+	-	-
Недостаточный шпагат в акробатических элементах (без полета)	каждый раз	+	-	-	-
Не выполнены технические требования к танцевальному элементу ( <i>форма тела</i> )	каждый раз	+	+	+	-
Точность	каждый раз	+	-	-	-
Соскок слишком близко к снаряду (разновысокие брусья, бревно)		-	+	-	-
<b>Ошибки в приземлении (все элементы, включая соскоки)</b>		Если нет падения, максимальная сбавка за приземление не может превышать 0,8 балла			
Разведенные ноги при приземлении	каждый раз	+	-	-	-

Дополнительные махи руками		+	-	-	-
Недостаточное равновесие	каждый раз	+	+	-	-
Дополнительные шаги, небольшой подскок	каждый раз	+	-	-	-
Очень большой шаг или подскок ( <i>больше, чем ширина плеч</i> )	каждый раз	-	+	-	-
Ошибки в позе тела	каждый раз	+	+	-	-
Глубокий присед	каждый раз	-	-	+	-
Касание руками снаряда/мата, но не падение	каждый раз	-	+	-	-
Опора на маты или на снаряд одной или двумя руками	каждый раз	-	-	-	+
Падение на колени или на таз	каждый раз	-	-	-	+
Падение на снаряд	каждый раз	-	-	-	+
не приземлилась первоначально на стопы	каждый раз	-	-	-	+

Таблица № 4.13

## Оценивание упражнений спортивными судьями бригады D

Ошибки		Сбавки			
		мелкая, сбавка 0,1 балла	средняя, сбавка 0,3 балла	большая, сбавка 0,5 балла	Очень большая, сбавка 1 балл
Выполнение соединений с падением Выполнение соскока с падением	разновысокие брусья, бревно, вольные упражнения	-	-	-	Нет CV, SB (бревно) без надбавки
Приземление элемента не на ступни или не в предписанное положение	каждый раз	-	-	-	Нет DV, CV, CR, SB (бревно), баз надбавки DMT
Отталкивание на элемент за пределами ковра (полностью за пределами)	вольные упражнения	-	-	-	Нет DV, CV, CR
не представилась	спортсмен/	-	+	-	С оконч. оценки

бригаде D на виде до/или после упражнения	вид				
Страховка (помощь)	разновысокие брусья, бревно, вольные упражнения каждый раз	—	—	—	сбавка 1 балл с окончательной оценки, если тренер помогает спортсмену после выполнения элемента – нет CV, без надбавки DMT, если тренер помогает спортсмену выполнить элемент, нет DV, CV, CR, надбавки DMT
Недопустимое присутствие тренера на помосте	спортсмен/ вид	—	—	+	с окончательной оценки
Пробег/проход под нижней жердью при выполнении наскока	спортсмен/ вид	—	+	—	с окончательной оценки
Сбавки судей бригады D с уведомлением заместителя главного судьи					
Нарушения по снарядам:					
Не использование мата безопасности на опорном прыжке с выполнением «фронтата» на мостик	спортсмен/ вид	—	—	—	Прыжок не засчитан - оценка 0 баллов
Не использование дополнительного мата	спортсмен/ вид	—	—	+	С оконч. оценки
Мостик на недопустимой подставке	спортсмен/ вид	—	—	+	
Использование неразрешенных дополнительных матов	спортсмен/ вид	—	—	+	

Перемещение дополнительного мата во время упражнения или на другую сторону бревна	спортсмен/ вид	—	—	+	
Сбавки главного судьи или заместителя главного судьи после уведомления бригадой D					
Неправильное использование магнезии и/или нанесение ущерба снаряду	спортсмен/ вид	—	—	+	С оконч. оценки
Добавление, перестановка или удаление пружин из мостика	спортсмен/ вид	—	—	+	
Изменение высоты снаряда без разрешения	спортсмен/ вид	—	—	+	
Сбавки главного судьи или заместителя главного судьи, после уведомлению бригадой D					
Поведение					
Неправильные или неэстетичные подкладки	спортсмен/ вид	—	—	+	
Эмблема в неправильном месте	спортсмен/ вид	—	—	+	В квалификации, финале многоборья и финале командных спортивных соревнований, один раз в фазе спортивного соревнования на виде, где впервые замечено. В финалах в отдельных дисциплинах - с окончательной оценки.
Отсутствие стартового номера	спортсмен/ вид	—	—	+	
Неправильная форма–купальника, украшения, цвет бинтов	спортсмен/ вид	—	—	+	
Неправильная реклама	спортсмен/ вид	—	—	+	с окончательной оценки на виде по просьбе ответственного лица
Неспортивное поведение	спортсмен/ вид	—	—	+	с окончательной оценки
Недопустимое нахождение на	спортсмен/ вид	—	—	+	с окончательной оценки

помосте					
Вернулась на помост после окончания упражнения	спортсмен/ вид	—	—	+	с окончательной оценки
Дискуссии с судьями вовремя спортивных соревнований	спортсмен/ вид	—	—	+	с окончательной оценки
Выступление команды не в предписанном порядке	команда		—		сбавка 1 балл в квалификации и финале командных спортивных соревнований с окончательной оценки команды на соответствующем виде.
Разные купальники (спортсмены из одной команды)	команда		—		сбавка 1 балл в квалификации и финале командных спортивных соревнований с оконч. оценки команды один раз в фазе спортивных соревнований на виде, где впервые замечено
Не закончила соревнования из-за отсутствия в зале спортивных соревнований					Дисквалификация
Прерывание или задержка спортивных соревнований без причины					
Письменное сообщение хронометриста судейской бригаде D. Сбавка производится при превышении на одну сек					
- Превышение времени разминки (после предупреждения) - личницей	команда/ вид	—	+	—	С окончательной оценки
	спортсмен/ вид	—	+	—	
Упражнение не начато в течение 30 сек после включения зеленого сигнала	спортсмен/ вид	—	+	—	
Упражнение не начато в течение 60 сек.	спортсмен/ вид	Гимнастке не разрешается выступать			

Превышение времени (бревно, вольные упражнения)	спортсмен/ вид	+	–	–	
Упражнение начато без сигнала или при красном свете	спортсмен/ вид	–	–	–	“0”
<b>Разновысокие брусья бревно:</b> Превышение разрешаемого времени после падения Превышение разрешаемого времени после падения (более 60 сек.)	спортсмен/ вид	–	+	–	упражнение закончено

Таблица № 4.14

## Поведение тренера

Сбавки главного судьи (после консультации с заместителем главного судьи соревнований)	
Поведение тренера без прямого влияния на результат/выступление спортсмена/команды	
Неспортивное поведение (во время всех фаз спортивных соревнований)	Первый раз – желтая карточка тренеру ( <i>предупреждение</i> ) Второй раз – красная карточка с отстранением из соревновательного и/или тренировочного зала
Другое недопустимое, недисциплинированное или оскорбительное поведение (во время всех фаз спортивных соревнований)	Сразу же красная карточка и отстранение тренера из соревновательного и/или тренировочного зала
Поведение тренера с прямым влиянием на результат/выступление спортсмена/команды	
Неспортивное поведение (во время всех фаз спортивных соревнований). То есть, задержка или прерывание спортивных соревнований без причины, дискуссии с судьями во время спортивных соревнований, переговоры со спортсменом во время выполнения упражнения, сигналы и другие нарушения	Первый раз - <b>сбавка 0.5 балла</b> (спортсмен/команда на снаряде) и желтая карточка тренеру (предупреждение) Второй раз - <b>сбавка 1 балл</b> (спортсмен/команда на снаряде) и желтая карточка тренеру (предупреждение) – если тренер <b>агрессивно</b> разговаривает с судьями Второй раз - <b>сбавка 1 балл</b> (спортсмен/команда на виде), красная карточка и удаление тренера из соревновательной зоны*
Другое недопустимое, недисциплинированное, оскорбительное поведение (во время всех фаз спортивных соревнований).	<b>Сбавка 1 балл</b> (спортсмен/команда на виде), красная карточка и удаление тренера из соревновательной зоны*.

Неразрешенное нахождение тренера у помоста и/или участие в подготовке вида и другие нарушения.	
--	--

## 6. Опорный прыжок

### 6.1. Общая информация об исполнении

В зависимости от требований к программе спортивных соревнований спортсмен женского пола должна выполнить один или два прыжка из таблицы прыжков.

Максимальная длина разбега 25 метров измеряется от передней стороны прыжкового стола до внутренней стороны планки, касающейся конца дорожки для разбега.

Опорный прыжок выполняется с разбега, с приходом и отталкиванием от мостика двумя ногами:

- а) лицом к прыжковому столу или;
- б) спиной к прыжковому столу

Прыжки с приземлением боком не разрешаются.

Все прыжки должны выполняться с отталкиванием двумя руками от прыжкового стола.

Спортсмен женского пола должна правильно использовать «мат безопасности», предоставленный организаторами спортивных соревнований для прыжков с «рондата - фляка». Использование мата для рук разрешается только для прыжков типа «Юрченко» из групп 1, 4, и 5.

После включения зеленого света или сигнала судьи D1, спортсмен женского пола должна выполнить первый прыжок, затем вернуться к концу дорожки для разбега и показать номер второго прыжка (по необходимости).

Начиная с отталкивания от мостика, оцениваются следующие фазы прыжка:

- а) 1-я фаза полета;
- б) 2-я фаза отталкивания;
- в) 3-я фаза полета и приземление.

### 6.2. Попытки

Разрешаются дополнительные попытки разбега, со сбавкой **1 балл** за попытку без исполнения прыжка (если спортсмен не коснулась мостика или снаряда).

Когда требуется исполнить один прыжок, разрешается вторая попытка со сбавкой. Третья попытка не разрешается. Когда требуется исполнить два прыжка, разрешается третья попытка со сбавкой. Четвертая попытка не разрешается.

Бригада D делает сбавки с окончательной оценки выполненного прыжка.

### 6.3. Группы прыжков

Все опорные прыжки распределены по группам в таблице № 4.15.

## Группы прыжков

№ группы	Содержание
1	Прыжки без исполнения сальто (перевороты вперед, «Ямасита», с «рондата») с или без вращения вокруг продольной оси в первой и/или во второй фазе полета
2	Перевороты вперед с или без пов на 1/1 (360°) в первой фазе полета сальто вперед или назад с или без пов во второй фазе полета.
3	Перевороты вперед с пов на 1/4 - 1/2 (90°–180°) в первой фазе полета («Цукахара») сальто назад с или без пов во второй фазе полета.
4	С «рондат-фляка» («Юрченко») с или без пов на 3/4 (270°) в первой фазе полета – сальто назад с или без пов во второй фазе полета
5	С «рондат – фляка» с пов на 1/2 (180°) в первой фазе полета – сальто вперед или назад с или без пов во второй фазе полета.

Прыжки типа «Куэрво» считаются прыжками с вращением по сальто вперед.

## 6.4. Требования

6.4.1. По решению организаторов спортивных соревнований перед выполнением прыжка должен быть показан номер планируемого прыжка (вручную или на электронном табло).

6.4.2. В квалификации, в финале спортивной дисциплины «командные соревнования» и в финале спортивной дисциплины «многоборье» требуется выполнить один прыжок, если нет иных указаний. В квалификации оценка первого прыжка идет в зачет командных спортивных соревнований и/или в результат многоборья.

6.4.3. В квалификации для финала на опорном прыжке и в финале на опорном прыжке спортсмен должна выполнить два прыжка. Два прыжка должны быть из разных групп, если нет иных указаний. Окончательная оценка будет средней, в том числе:

а) если первый прыжок из группы № 4: «рондат-фляк» – сальто назад прогн с пов на 2/1 (720°) во второй фазе полета, то второй прыжок можно выполнить: «Цукахара» прогн с пов на 2/1 (720°) или переворот вперед с пов на 1/2 в 1-й фазе полета – 1/1 во второй;

б) если первый прыжок из группы № 2: переворот вперед сальто вперед в групп, то второй прыжок можно выполнить «рондат-фляк» с пов 1/2 – сальто назад прогн или переворот вперед с пов на 1/1 (360°) во второй фазе полета.

6.4.4. При выполнении переворот вперед – двойное сальто вперед в групп, если второе сальто не закончено, потому что спортсмен одновременно приземлилась на ноги и любую часть тела, то засчитывается переворот вперед сальто вперед в групп.

## 6.5. Надбавка за опорный прыжок

Надбавка 0.2 балла присуждается при выполнении двух прыжков с сальто в разных направлениях (вперед/назад) во второй фазе полета. Для того что надбавка

была присуждена, оба прыжка должны быть выполнены без падения.

Надбавка будет прибавлена к окончательной оценке (среднее двух прыжков).

Прыжки типа «Куэрво» считаются прыжками с сальто вперед

#### 6.6. Ограничительные линии (коридор)

Ориентиром для сбавок за отклонения при приземлении от прямого направления является размеченный коридор на матах для приземления. Спортсмен женского пола должна приземлиться и закончить прыжок в устойчивом положении в этой зоне.

Судья D1 (с письменным сообщением от судьи на линии) производит следующие сбавки с окончательной оценки за касание мата любой частью тела вне размеченного коридора:

а) приземление или шаг за линию коридора одной ногой/рукой (частью ноги/руки) – сбавка 0.1 балла;

б) приземление или шаг за линию коридора двумя ногами/руками (частью ног/рук) или частью тела - сбавка 0.3 балла.

#### 6.7. Оценивание прыжков спортивными судьями бригады D

Сбавки судей бригады D производятся из окончательной оценки выполненного прыжка:

а) разбег более чем 25м – сбавка 0.5 балла;

б) попытка разбега без выполнения прыжка – сбавка 1 балл;

в) касание прыжкового стола (отталкивание) только одной рукой – сбавка 2 балла.

В квалификации и финале на опорном прыжке, когда первый или второй прыжок получает оценку – 0 баллов, оценка выполненного прыжка делится на 2, полученное число будет являться окончательной оценкой.

Когда два прыжка не из разных групп, окончательная оценка складывается из суммы оценки за первый прыжок + оценка второго прыжка, минус 2 балла и полученная сумма делится на два.

#### 6.8. Недействительные прыжки

Прыжки считаются недействительными (оценка 0 баллов):

а) прыжок выполнен без фазы опоры, без касания стола руками;

б) прыжок с «рондата-фляка» выполнен без использования мата безопасности;

в) оказана помощь (страховка) во время выполнения прыжка;

г) не приземлилась на ступни;

д) прыжок выполнен так плохо, что его невозможно определить или спортсмен оттолкнулась от мостика ногами;

е) выполнила запрещенный прыжок (ноги врозь, недопустимый элемент перед мостиком, преднамеренное приземление боком);

ж) первый прыжок повторяется на втором прыжке в квалификации или в

финале.

Ноль баллов выставляет бригада D, бригада E не оценивает исполнение.

Бригада D и наблюдатель на снаряде просмотрят видео запись всех прыжков, которые считаются недействительными (получают 0 баллов) или прыжков с опорой только на одну руку.

#### 6.9. Выведение окончательной оценки

Бригада D:

Вводит трудность прыжка и показывает на табло судьям бригады E символ выполненного прыжка (если он отличается от показанного номера).

Оценка первого прыжка должна быть показана до того, как спортсмен выполнит второй прыжок.

Бригада E:

Сбавки за исполнение делаются дополнительно к специфическим сбавкам на снаряде.

Специфические сбавки на опорном прыжке (таблица № 4.16)

Таблица № 4.16

### Оценивание прыжков спортивными судьями бригады E

Ошибки	Сбавка		
	мелкая, сбавка 0,1 балла	средняя, сбавка 0,3 балла	большая, сбавка 0,5 балла
<b>Первая фаза полета</b>			
<b>За недостаточные градусы пов вдоль продольной оси в фазе полета:</b>			
а) группа № 1 с пов на 1/2 (180°)	> 45°	> 90°	-
б) группа № 3 пов на 1/4 (90°)	—	> 45°	—
г) группа № 4 с пов на 3/4(270°)	> 45°	—	
д) группа № 5 с пов на 1/2 (180°)	—	>45°	—
е) группа №1 или № 2 с пов на 1/1 (360°)	> 45°	> 90°	>90°
<b>Плохая техника:</b>			
а) позиция тела (угол в тазобедренных суставах/прогиб)	+	+	+
б) согнутые ноги в коленных суставах	+	+	
г) разведенные ноги или колени	+	+	
<b>Фаза отталкивания</b>			
<b>Плохая техника</b>			
а) поочередная постановка рук в прыжках из групп №№1, 2,5	+	—	+
б) согнутые руки/угол в плечевых суставах	+	+	
в) не прохождение положения вертикали	+	—	
г) пов вдоль продольной оси начат слишком рано (на столе)	+	+	
<b>Вторая фаза полета</b>			

<b>Чрезмерный курбет</b>	+	+	
<b>Высота</b>	+	+	+
<b>Положение тела:</b>			
а) неточное положение в групп или согн в сальто;	+	+	-
б) неточное положение в групп или согн в сальто с пов;	+	—	
в) положение тела в сальто прогн;	+	—	
г) положение тела в сальто прогн с пов;	+	+	
д) неспособность сохранять прямое положение тела (раннее сгибание);	+	+	
е) недостаточное или позднее раскрывание (прыжки в групп и согн)	+	+	
Согнутые колени	+	+	+
Разведенные ноги или колени	+	+	-
Недокручивание сальто без падения	+	+	
с падением			
Недостаточная длина (дистанция)	+	+	
Отклонение от прямого направления	+	—	
Динамика	+	+	
Сбавки за приземление	смотри предыдущие разделы.		

## 7. Разновысокие брусья

### 7.1. Общая информация об исполнении

7.1.1. Судейство упражнения начинается с отталкивания от мостика или мата. Дополнительная подставка (например, дополнительная доска) под мостик не разрешается.

#### 7.1.2. Наскок

Если спортсмен при первой попытке коснулась мостика или пробежала под снарядом:

- а) сбавка 1 балл (бригада E);
- б) она должна начать упражнение;
- в) не дается DV за наскок.

Разрешается второй разбег для наскока (со сбавкой), если спортсмен в первой попытке не коснулась мостика, разновысоких брусьев или не пробежала под снарядом – сбавка 1 балл (бригада D);

Третья попытка не разрешается.

Спортсмену нельзя проходить/пробежать под нижней жердью для выполнения наскока. Сбавка 0.3 балла (бригада D с уведомление заместителя главного судьи). Бригада D производит сбавку с окончательной оценки.

#### 7.1.2. Время падения:

При падении со снаряда разрешается пауза 30 сек, после чего спортсмен

должна продолжить упражнение.

Если спортсмен превышает время падения и потом продолжает упражнение, то делается сбавка в 0.3 балла. Время засекается с того момента, как спортсмен встала на ноги после падения.

Время падения в сек будет показано на электронном табло, если табло имеется.

Предупредительный сигнал (гонг) подается через:

- а) 10 сек;
- б) 20 сек и еще раз;
- в) 30 сек – окончание времени падения.

Упражнение считается официально продолженным, когда ступни спортсмена отрываются от матов, чтобы продолжить упражнение. Если спортсмен не продолжит упражнение в течение 60 сек, то упражнение считается законченным.

Спортсмену не нужно представляться спортивным судьям после падения.

## 7.2. Содержание и построение упражнения

Максимум 8 элементов, включая соскок, будут засчитываться в DV.

Упражнение выполнено без соскока, производится сбавка 0.5 балла с окончательной оценки (бригада D).

Только 3 элемента в хронологическом порядке из одной семьи элементов засчитываются для DV, CR и CV. Семья элементов определяется начальной позицией элемента и направлением вращения (вперед или назад). Исключение: подъемы разгибом, большие обороты вперед/назад и отмахи в стойку;

Наскоки и соскоки засчитываются в количество элементов из семьи;

Элементы без DV (из-за плохой техники) не засчитываются в количество элементов из семьи.

Засчитывается только один элемент типа «Ткачев» с или без пов в любой строке из таблицы элементов. Засчитывается только один «Егер» с или без пов из таблицы элементов. Упражнение должно включать элементы из различных групп в таблице № 5.6.

Таблица № 4.17

### Группы элементов

Обороты и махи	Элементы с фазой полета
большие обороты назад	полеты с верхней на нижнюю жердь (или наоборот)
большие обороты вперед	контр перелеты (через жердь)
махи и обороты не касаясь	перелеты через ту же жердь в вис на той же жерди
«Штальдер» вперед/назад	контр перелеты с нижней на верхнюю
обороты в упоре стоя вперед/назад	сальто

## 7.3. Информация по оценке D

## 7.3.1. Структурные группы элементов (оценка CR)

I. Перелет с верхней на нижнюю жердь – 0.5 балла;

II. Элемент с полетом на той же жерди – 0.5 балла;

III. Различные хвататы (не отмах, не наскок или соскок) – 0.5 балла

IV. Элемент без полета с пов мин. на 360° (не наскок) – 0.5 балла.

## 7.3.2. Надбавки за соединения (CV)

CV даются за прямые соединения, CV и надбавка за соскок добавляются к окончательной оценке.

Таблица № 4.18

## Формулы для прямых соединений

Надбавка 0,1 балла	Надбавка 0,2 балла
элемент группы D + элемент группы D (или сложнее)	а) элемент группы D (полет – на той же жерди или с нижней на верхнюю жердь) + элемент группы C или сложнее (на верхней жерди и должны исполняться в этом порядке) б) элемент группы E + элемент группы E (один элемент должен быть с фазой полета) в) элемент группы F + элемент группы D (оба элемента с фазой полета)

Элемент C/D должен быть с полетом или пов минимум на 1/2 (180°).

7.3.3. Элемент может быть выполнен дважды в одном и том же соединении для получения CV, но DV элемента второй раз не засчитывается.

7.3.4. Элементы с полетом должны иметь видимую фазу полета:

а) с верхней на нижнюю жердь (или наоборот);

б) контр перелеты, перелеты или сальто с последующим хватом за ту же или другую жердь;

в) исполняемые в качестве соскока.

7.3.5. Элементы с подскоком и с/без пов на 180°–360° **не** считаются элементами с фазой полета.

7.3.6. Прямые соединения могут быть выполнены как:

а) соединения с наскоком (элементы группы I не считаются элементами с фазой полета);

б) соединения в упражнении;

в) соединения с соскоком.

7.3.7. При наличии междумаха или пустого маха между двумя элементами или после второго/последнего элемента CV **не** дается. «Пустой мах» — это мах вперед или назад без исполнения элемента из таблицы элементов до того, как мах изменит движение в противоположную сторону. Исключение элементы типа перелеты «Шапошниковой» с/без пов на 1/1 (360°) и последующие элементы. Если подъем

разгибом выполняется после элементов типа «Шапошникова» с/без пов на 1/1 и контр перелета с нижней на верхнюю жердь с пов 1/2 – сделать сбавку за пустой мах. «Междумах» это пустой вис или отмах, который не нужен для исполнения следующего элемента.

#### 7.4. Сбавки за композицию

Оценивание композиции спортивными судьями бригады Е в таблице № 4.19.

Таблица № 4.19

#### Оценивание композиции спортивными судьями бригады Е

Ошибки	Сбавки		
	мелкая, сбавка 0,1 балла	средняя, сбавка 0,3 балла	большая, сбавка 0,5 балла
Прыжок с нижней на верхнюю жердь	—	—	+
Вис на верхней жерди, поставить ноги на нижнюю жердь, хват за нижнюю жердь	—	—	+
Больше двух одинаковых элементов в прямом соединении с сосоком	+	—	—

#### 7.5. Специфические сбавки

Таблица № 4.20

#### Оценивание упражнения спортивными судьями бригады Е

Ошибки	Сбавки		
	мелкая, сбавка 0,1 балла	средняя, сбавка 0,3 балла	большая, сбавка 0,5 балла и очень большая - сбавка 1 балл
Если нет падения, максимальная сбавка за исполнение не может превышать 0.80 за элемент			
Положение тела в стойке и в отмахе в стойку	+	+	—
Регулирование положения хвата	+	—	—
Касание мата	—	+	—
Удар по снаряду ступнями	—	—	0.5 балла
Удар по мату ступнями (падение)	—	—	1 балл
Нехарактерный элемент (отталкивание с 2-х ног или бедер)	—	—	0.5 балла
Плохой ритм в элементах	+	—	—
Недостаточная высота элементов с фазой полета	+	+	—
Недокручивание элементов с полетом	+	—	—
Недостаточное разгибание в подъемах разгибом	+	—	—
Междумах	—	—	0.5 балла
Пустой мах	—	—	0.5 балла
Угол окончания элементов	+	+	+
<b>Амплитуда:</b>			—
Махи вперед или назад ниже горизонтали	+		
Отмахи	+	+	

Чрезмерное сгибание в тазобедренном суставе во время захлеста ногами (соскок)	+	+	–
---	---	---	---

## 7.6. Падения

### 7.6.1. Элементы с фазой полета

- а) с касанием обеих рук (показан вис или упор) на жерди – DV засчитывается;
- б) без касания обеих рук на жерди – DV не засчитывается (элемент можно повторить, чтобы получить DV).

## 7.7. Соскоки

Требования к выполнению соскока:

- а) нет попытки соскока вообще: Оценка:  
нет DV засчитать только 7 элементов (бригада D);  
нет соскока – сбавка 0.5 балла (бригада D);  
падение – сбавка 1 балла (бригада E);  
если спортсмен возвращается на снаряд для выполнения соскока, сбавка за отсутствие соскока, не производится;

б) если соскок начат (без приземления на ноги). Оценка:

- нет DV засчитать только 7 элементов (бригада D);
- падение – сбавка 1 балл (бригада E).

## 7.8. Наскоки

Можно выполнить элемент из структурной группы I для элементов с полетом с верхней на нижнюю жерди.

Элементы, выполненные как наскок, могут быть выполнены также и в упражнении (или наоборот), но DV дается только один раз.

## 8. Бревно

### 8.1. Общая информация об исполнении упражнения

#### 8.1.2. Артистичность

##### 8.1.2.1. Композиция

Композиция — это «что» выполняет спортсмен.

Композиция упражнения на бревне состоит из комплекса элементов, выполняемых спортсменом, а также хореографией этих элементов на бревне, формируя сильное чувство вариативности ритма, силы и темпа движений. В композиции должен соблюдаться баланс для создания единого целого:

- а) танцевальных элементов;
- б) акробатических элементов;
- в) хореографии.

Правильно составленная композиция упражнения включает:

- а) богатый и разнообразный набор элементов из различных групп таблицы

элементов;

- б) различные уровни (вверху и внизу);
- в) изменения направления (вперед, назад, боком);
- г) изменения ритма и темпа;
- д) творческие движения, связки и переходы.

#### 8.1.2.2. Ритм и темп

Ритм и темп (скорость) должны меняться, иногда быть быстрыми, иногда медленными, но в основном динамичными и без остановок.

Переход между движениями и элементами должен быть гладким и плавным:

- а) без ненужных остановок или
- б) затянутых подготовительных движений перед элементами.

Упражнение не должно быть комплексом отдельных элементов.

#### 8.1.2.3. Артистизм исполнения

Когда спортсмен демонстрирует творческие способности, уверенность в исполнении, индивидуальный стиль, совершенную технику и разнообразный ритм и темп, она превращает хорошо структурированную композицию в художественный перформанс.

Артистичность это не «что» выполняет спортсмен, а «как» она выполняет.

### 8.2. Общие требования к судейству упражнений

Судейство упражнения начинается с момента отталкивания от мостика или матов. Дополнительные подставки (например, доска под мостиком) не разрешаются.

#### 8.2.1. Наскоки

Если спортсмен при первой попытке касается мостика или снаряда:

- а) сбавка 1 балл (бригада E);
- б) она должна начать упражнение;
- в) не дается DV за наскок;
- г) производится сбавка «наскок без DV» (бригада E).

Вторая попытка исполнения наскока разрешается (со сбавкой), если спортсмен не коснулась мостика или снаряда – сбавка 1 балл (бригада D).

Третья попытка не разрешается.

Бригада D делает сбавку из окончательной оценки.

#### 8.2.2. Хронометраж

##### 8.2.3. Правила хронометража:

- а) длительность упражнения на бревне не должна превышать 90 сек.;
- б) хронометрист включает секундомер, когда спортсмен отталкивается от мостика или мата. Секундомер останавливается, когда спортсмен касается матов после окончания упражнения на бревне;
- в) за десять (10) сек. до истечения максимального времени и по истечению максимального времени (90 сек) дается сигнал (гонг), означающий, что упражнение

должно быть закончено. Если соскок исполняется в момент второго сигнала, сбавка не производится. Если спортсмен приземляется после второго сигнала, производится сбавка за превышение времени;

г) если длительность упражнения 91 сек и больше, производится сбавка за превышение времени – сбавка 0.1 балла, элементы, выполненные после 90 сек., засчитываются судьями бригады D и оцениваются бригадой E. Хронометрист подает письменное сообщение о превышении времени бригаде D, которая делает сбавку из окончательной оценки.

#### 8.2.4. Пауза при падении:

а) в случае падения возможна пауза в выполнении упражнения на десять (10) сек. Если спортсмен превышает разрешенное время падения и потом продолжает упражнение, то делается сбавка в 0.3 балла.

Хронометрист 2 включает секундомер в тот момент, когда спортсмен встает на ноги после падения. Время паузы фиксируется отдельно и не включается в общее время упражнения.

б) время паузы в сек демонстрируется на табло, если табло имеется, пауза заканчивается, когда ступни спортсмена отрываются от матов, чтобы встать на бревно. По истечению 10 сек. подается сигнал (гонг);

г) если спортсмен не встала на бревно в течение 60 сек., то упражнение считается окончанным;

д) не нужно представляться судьям после падения;

е) хронометраж упражнения продолжается хронометристом 1 с момента первого движения, которое продолжает упражнение.

#### 8.3. Содержание упражнения

Максимум 8 самых сложных элементов, включая соскок, засчитываются в DV.

Упражнение выполнено без соскока – сбавка 0.5 балла с окончательной оценки (бригада D).

Среди этих 8 элементов должно быть как минимум:

а) 3 танцевальных;

б) 3 акробатических и 2 элемента по выбору.

#### 8.4. Информация по оценке D

##### 8.4.1. Структурные группы элементов:

I. Одно соединение минимум из двух разных танцевальных элементов: один из них прыжок с одной или двух ног со «шпагатом» 180° (вдоль или поперек) или прыжок ноги врозь + 0.50 балла

II. Пов (группа 3) или кувырок/флер\* + 0.50 балла

III. Одна акробатическая связка, минимум из двух элементов с фазой полета, один из них сальто (элементы могут быть одинаковыми) + 0.50 балла

IV. Акробатические элементы в разных направлениях (вперед/боком

и назад) + 0.50 балла

Элементы с фазой полета могут быть с или без опоры.

CR I, II (пов), III и IV должны быть выполнены на бревне.

Стойки и удержания не могут быть использованы для выполнения CR.

Кувырки могут быть использованы только для выполнения CR II группы.

8.4.2. Стоимость соединения (CV) и надбавки за соединения (SB) и надбавка за соскок.

а) CV дается за прямые соединения;

б) CV добавляется в оценку D;

в) SB дается за соединение трех или больше элементов;

г) CV не дается, если спортсмен схватилась за бревно.

Таблица № 4.21

Формулы для прямых акробатических соединений

Надбавка за соединения	
0,1 балла	0,2 балла
2 акробатических элемента с фазой полета, включая наскок и исключая соскок Все соединения должны быть выполнены с отскоком*	
элемент группы C + элемент группы C элемент группы B + элемент группы D (назад) (только такой порядок) элемент группы B + элемент группы E	элемент группы C/D + элемент группы D или сложнее элемент группы B + элемент группы D (оба элемента вперед) элемент группы B + элемент группы F

Определение отскока.

Соединения с отскоком использует эластичность снаряда и позволяет развить скорость в одном направлении:

а) приземление (на две ноги) после первого элемента с полетом с опорой руками и сразу же отскок на второй элемент или,

б) приземление после первого элемента (с опорой/без рук) на одну ногу, подставить свободную ногу и сразу же отскок двумя ногами на второй элемент.

Таблица № 4.22

Формулы надбавок для танцевальных и смешанных элементов

Надбавка за соединение (балл)	
Танцевальные и смешанные (акробатические элементы только с полетом), кроме соскока	
надбавка 0,1 балла	надбавка 0,2 балла
элемент группы C + элемент группы C или сложнее (танцевальные) элемент группы A + элемент группы C (только пов) элемент группы B + элемент группы D (смешанные)	элемент группы D + элемент группы D или сложнее

Пов могут выполняться через шаг на другой ноге ( <b>не</b> разрешается деми-плие на одной или двух ногах).
<b>Танцевальные/смешанные и акробатические соединения (с и без отскока)</b>
<b>надбавка 0,1 балла</b>
элемент группы В + элемент группы В + элемент группы С в любом порядке, включая наскок и соскок (минимум С) или больше в дополнение к CV. Чтобы получить SB: а) можно выполнить акробатические элементы без полета минимум группы В (кроме удержаний); б) можно повторить тот же акробатический элемент (с/без полета) в соединении

Следующие акробатические элементы группы В с фазой полета и опорой могут выполняться второй раз в упражнении для получения CV и SB, но не для получения CR:

- а) «фляк» с приземлением на две ноги;
- б) «фляк» с приземлением на одну ногу;
- в) «Ауэрбах – фляк»;
- г) «рондат»;
- д) темповой переворот вперед.

#### 8.5. Оценивание упражнения спортивными судьями бригады Е

Таблица № 4.22

#### Оценивание артистичности и композиции

Ошибки	Сбавки	
	мелкая, 0.1 балла	средняя, 0.2 балла
<b>Артистичность</b>		
Недостаточная артистичность исполнения на протяжении всего упражнения:		
а) плохая осанка (голова, плечи, туловище);	+	+
б) недостаточная амплитуда;	+	–
в) недостаточная вовлеченность частей тела;	+	–
г) недостаточная амплитуда махов;	+	–
д) плохая работа ног:	+	–
носки не вытянуты /расслаблены /повернуты внутри	+	–
отсутствие работы в ходьбе на носках		+
Ритм и темп	+	+
недостаточная вариативность ритма и темпа движений, выполнение всего упражнения как серии отдельных элементов и движений (отсутствие плавности)		

<b>Композиция</b> а) наскок без DV (Все наскоки без DV получают «А» кроме седа махом ногой, седа простым прыжком простого шага или прыжка, чтобы сесть, встать на колени или приземлиться на одну или две ноги) б) недостаточное использование всего бревна: в) отсутствие движений боком (без DV) отсутствие движения/элементов близко к бревну касание частью тела (включая бедро, колено, голову), не обязательно должен быть элемент г) использование однообразных элементов больше одного 1/2 пов на двух ногах с прямыми ногами во всем упражнении.	+	—
	+	—
	+	—
	+	—

Таблица № 4.23

**Специфические сбавки на бревне (бригада E)**

<b>Ошибки</b>	<b>Сбавки</b>		
	мелкая, 0,1 балла	средняя, 0,3 балла	большая, 0,5 балла
Плохой ритм при выполнении соединений (с DV)	каждый раз	—	—
<b>Чрезмерная подготовка</b>			
а) перестановка (шаги без хореографии и не нужные движения);	каждый раз	—	—
б) чрезмерные махи руками перед танцевальными элементами;	каждый раз	—	—
в) пауза (2 сек)	каждый раз	—	—
Дополнительная опора ногой о боковую поверхность бревна	—	+	—
Хват за бревно для того, чтобы не упасть	—	—	+
Дополнительные движения тела для сохранения равновесия	+	+	+

### 8.6. Соскок

8.6.1. Если сальто (соскок) не началось (не было начала вращения), и спортсмен падает.

Оценка:

нет DV засчитать только 7 элементов (бригада D)

нет соскока – сбавка 0.5 балла (бригада D)

падение – сбавка 1 балл (бригада E)

Если спортсмен решает продолжить и выполнить соскок, то сбавка за отсутствие соскока не производится.

8.6.2. Если спортсмен начал вращение по сальто и упал: начал сальто, потом упал без приземления на ноги

Оценка:

нет DV засчитать только 7 элементов (бригада D);  
падение – сбавка 1 балл (бригада E).

### 8.7. Примечания

#### 8.7.1. Падения – акробатические и танцевальные элементы.

Спортсмен должна приземлиться на бревно ступнями или туловищем, чтобы получить трудность за выполнение акробатических и танцевальных элементов:

а) при приземлении на одну или две ноги или в предписанное положение на бревне – DV засчитывается;

б) без приземления на одну или две ноги или в предписанное положение на бревне – DV не засчитывается (можно повторить элемент, чтобы получить DV).

### 8.8. Наскоки

Перед наскоком на бревно разрешается выполнить только один акробатический элемент.

Наскоки типа «кувырок, ст на рр, статические элементы» могут выполняться и в упражнении (или наоборот), но DV элемента засчитывается только один раз.

### 8.9. Статические элементы

8.9.1. Для получения DV при выполнении стойки (без пов) и статических элементов требуется сохранять положение не менее двух сек, если указано в таблице элементов. Если при выполнении элемента стойка не фиксируется 2 сек, и такого элемента нет в таблице элементов, то засчитывается трудность на одну группу ниже или DV не засчитывается (стойка или положение статического элемента должно быть выполнено).

8.9.2. Для получения CR, CV, SB статические акробатические элементы (с фазой полета) могут быть выполнены последним элементом в акробатических или смешанных сериях:

а) если при выполнении элементов типа «фляк» с пов на 90<sup>0</sup> или 270<sup>0</sup> в ст на рр спортсмен не фиксирует стойку 2 сек, то трудность этих элементов понизится на одну группу;

б) если спортсмен выполняет тот же элемент второй раз в упражнении и держит его 2 сек – DV не дается.

### 8.10. Особые элементы

После окончания элемента  руки должны быть поперек бревна

Таблица № 4.24

Требования к оцениванию расположения рук на бревне 



	если первая рука закончила пов – сбавки за точность
	руки продольно – сбавки за точность

## 9. Вольные упражнения

### 9.1. Общая информация об исполнении упражнения

#### 9.1.1. Артистичность

##### 9.1.1.1. Артистичное исполнение.

При исполнении упражнения с артистичностью превращает хорошую композицию в «представление». В этом упражнении она должна показать хорошую хореографию, артистичность, выразительность, музыкальность и правильную технику.

Главная цель – создать и показать уникальное и сбалансированное упражнение, которое гармонично соединяет движения и выразительность с темой и характером музыки.

##### 9.1.1.2. Композиция и хореография

Композиция вольных упражнений состоит из комплекса элементов, выполняемых спортсменом, а также хореографии этих элементов, то есть, распределения гимнастических и акробатических элементов по времени и площади ковра в гармоничном сочетании с музыкой.

Хореография должна показывать плавный переход между движениями с контрастами в скорости и интенсивности.

Упражнение показывает творческую хореографию, когда оно состоит из оригинальных элементов и движений, включает новые идеи, формы, интерпретации и оригинальность. В этом упражнении нет повторения и монотонности.

Структура и композиция упражнения включают:

а) богатый и разнообразный выбор элементов из различных групп таблицы элементов;

б) различные уровни;

в) изменения в направлении (вперед, назад, боком и дугой);

г) творческие и оригинальные движения, связки и переходы.

Это «что» выполняет спортсмен

##### 9.1.1.3. Выразительность

Выразительность — это диапазон эмоции, показываемый лицом и движениями

спортсмена во время упражнения. В это входит представление спортсмена спортивным судьям и зрителям, а также ее способность контролировать выражение лица во время исполнения сложных элементов.

Спортсмен должна создать образ во время упражнения, и показать не только технику исполнения, но и гармонию, и женскую грацию.

Выразительность это не только «что» выполняет, но и «как» она выполняет.

#### 9.1.1.4. Музыка

Музыка должна быть безупречной, без резких остановок; музыка соединяет композицию и исполнение упражнения.

Музыка должна быть плавной и иметь четко выраженные начало и конец.

Музыка также должна подчеркнуть уникальные способности и стиль спортсмена. Тема музыки может быть использована как идея/тема композиции.

Во время упражнения движения должны соответствовать музыке.

Музыкальное сопровождение должно быть индивидуально подобрано и призвано улучшать артистичность и безупречное исполнение упражнения.

#### 9.1.1.5. Музыкальность

Музыкальность — это способность интерпретировать музыку и показать не только ритм и скорость, но также и переходы, форму, интенсивность и азарт.

Музыка должна соответствовать исполнению, во время исполнения необходимо передать тему музыки судьям и зрителям.

### 9.2. Общие требования к судейству

#### 9.2.1. Требования к музыкальному сопровождению.

Запись музыкального сопровождения вольных упражнений должна быть предоставлены ГСК. Будет измерено время каждой части музыки, время будет подтверждено ГСК и руководителем делегации.

Следующая информация должна быть указана:

- а) имя спортсмена и код страны (3 заглавные буквы);
- б) имя композитора и название музыки.

Музыка, исполняемая оркестром, на пианино или другом инструменте, должна быть записана.

Можно использовать сигнал в начале музыки. Не разрешается произносить имя спортсмена.

Пение без слов может быть использовано как музыкальное сопровождение. Можно использовать в музыкальном сопровождении: пение с закрытым ртом, вокальное исполнение без слов, свист.

Любая музыка, которая не является песней или частью песни разрешена.

Отсутствие музыки или музыка со словами – сбавка 1 балл.

Сбавка производится бригадой D из окончательной оценки.

В случае сомнения федерация или спортсмен могут представить музыку на

рассмотрение ГСК.

### 9.2.2. Время

Судейство упражнения начинается с первого движения спортсмена. Продолжительность вольных упражнений должно быть не более 1 мин 30 сек (90 сек).

Хронометрист засекает время, начиная с первого движения спортсмена.

Хронометрист останавливает секундомер, когда спортсмен заканчивает последнее движение. Упражнение должно заканчиваться вместе с музыкальным сопровождением.

Сбавка за превышение времени упражнения 0.1 балла производится, если упражнение длится 91 сек и более.

Элементы, выполненные после 90 сек, будут засчитаны бригадой D и оценены бригадой E.

### 9.2.3. Границы ковра

Выход за пределы ковра (12м. x 12 м.), включая касание ковра любой частью тела за пределами маркировки, получает сбавку:

а) один шаг или приземление вне пределов ковра одной ногой или рукой – сбавка 0.1 балла;

б) шаг(и) вне пределов ковра двумя ступнями/руками или частью тела или приземление обеими ступнями за пределами линии ковра – сбавка 0.3 балла.

Сообщение судьи на линии о выходе за пределы ковра и хронометриста о превышении времени подаются бригаде D на виде в письменном виде.

Бригада D производит соответствующие сбавки из окончательной оценки.

## 9.3. Содержание упражнения

### 9.3.1. Общие требования к содержанию упражнений.

Максимум 8 самых сложных элементов, включая соскок, засчитываются в DV. Отсутствие соскока – сбавка 0.5 балла из окончательной оценки (бригада D), 8 элементов должны включать минимум:

а) 3 танцевальных элемента;

б) 3 акробатических элемента и 2 элемента по выбору.

Последней акробатической линией, которая засчитывается, считается соскок (наивысшая DV).

Соскок не засчитывается, если выполнена только одна акробатическая линия.

### 9.3.2. Акробатические линии.

Максимальное количество акробатических линий – 4.

Трудность в дополнительных акробатических линиях не будет засчитываться для DV.

Любой акробатический элемент, выполненный после последней засчитываемой акробатической линии, не будет засчитываться в DV.

Акробатическая линия состоит минимум из двух элементов с фазой полета, одно из которых должно быть сальто.

Если спортсмен не приземляется на ноги при выполнении сальто, то акробатическая линия все равно засчитывается.

#### 9.4. Информация по оценке D.

##### 9.4.1. Структурные группы элементов:

I. Танцевальное соединение, состоящее из двух разных прыжков с одной ноги или подскоков (из таблицы элементов), соединенных прямо или через соединяющий элемент (бегущие шаги, маленькие прыжки, подскоки, шассе, пово шанэ), один из которых со шпагатом в  $180^\circ$  (вдоль или поперек) или прыжок ноги врозь. + 0.5 балла (цель состоит в том, чтобы показать движение по большой площади).

Прыжки или пов не разрешаются, потому что они делаются на месте. Пов шанэ (1/2 пов на двух ногах) разрешаются, потому что это движение. Если прыжок или подскок выполняется первым элементом в танцевальном пассаже, то приземление должно быть на одну ногу.

II. Сальто с пов вдоль продольной оси + 0.5 балла (минимум  $360^\circ$ ).

III. Двойное сальто + 0.5 балла.

IV. Сальто назад и сальто вперед (не маховые) + 0.5 балла.

Элементы структурной группы IV могут быть выполнены в одной или разных акробатических сериях.

Элементы из структурных групп (CR): II, III и IV должны выполняться в акробатической линии.

#### 9.5. Стоимость соединения (CV) и надбавки за соскок

CV засчитывается за не прямые (акробатические) и прямые (акробатические, смешанные, пов) соединения.

Надбавка за соскок – 0,2 балла присуждается только если выполнены две и более акробатические линии.

CV и надбавка за соскок входят в оценку D.

Акробатические элементы для CV должны быть без опоры на руки.

Таблица № 4.25

#### Формулы для прямых и не прямых соединений

<b>Непрямые акробатические соединения</b>	
<b>+ 0.1 балла</b>	<b>+ 0.2 балла</b>
элемент группы B + элемент группы D	элемент группы C + элемент группы D / E
элемент группы A + элемент группы A + элемент группы D	элемент группы A + элемент группы A + элемент группы E
<b>Прямые акробатические</b>	
элемент группы A + элемент группы D	элемент группы A + элемент группы E
элемент группы C + элемент группы C	элемент группы B/C + элемент группы D

<b>Смешанные</b>	
элемент группы D сальто + элемент группы В (танцевальный)	
элемент группы E (сальто) + элемент группы А (танцевальный) (только в этом порядке)	
<b>Соединения с пов на одной ноге</b>	
элемент группы D + элемент группы В Пов могут выполняться через шаг на другой ноге (деми-плие не разрешены).	

### 9.6. Оценивание упражнения спортивными судьями бригады E

Таблица № 4.26

#### Оценивание артистичности и композиции спортивными судьями бригады E

<b>Ошибки</b>	<b>Сбавки</b>		
	<b>0.1 балла</b>	<b>0.2 балла</b>	<b>0.3 балла</b>
<b>Артистичность исполнения:</b>			
а) плохая осанка (голова, плечи, туловище);	+	+	—
б) плохая работа ног (носки не оттянуты/расслаблены/ повернуты внутрь);	+	—	—
в) недостаточная амплитуда;	+	—	—
г) недостаточное вовлечение частей тела	+	—	—
д) недостаточная сложность или креативность движений (сложное и творческое движение требует длительной тренировки, координации и предварительной подготовки)	+	—	—
<b>Музыкальность:</b>			
а) плохая сочетаемость со стилем музыки;	+	+	+
б) отсутствие структуры музыкального сопровождения в части или на протяжении всего упражнения;	+	+	+
в) отсутствие синхронизации между движением и музыкальным ритмом в конце упражнения	+	—	—
<b>Музыка</b>			
Плохой монтаж музыки	+	—	—
<b>Композиция:</b>			
а) плохая хореография в углу/отсутствие разнообразия;	+	—	—
б) отсутствие движения с касанием ковра (включая минимум туловище, бедро, колено или голова)	+	—	—

Таблица № 4.27

#### Специфические сбавки спортивными судьями бригады E

<b>Ошибки</b>	<b>Сбавка</b>
	<b>0.1 балла</b>
<b>Чрезмерная подготовка:</b>	
а) корректировка (шаги без хореографии);	каждый раз
б) чрезмерные махи пред танцевальными элементами;	каждый раз
в) пауза (2 сек).	каждый раз

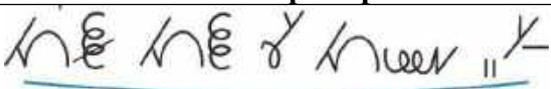
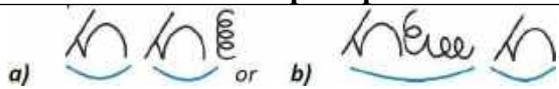
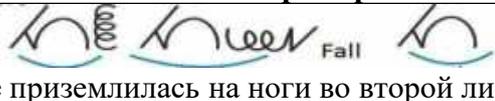
<b>Распределения элементов:</b> а) упражнение начинается сразу с акробатической линии/элемента; б) последующая акробатическая линия выполняется после предыдущей по той же диагонали без хореографии между ними (длинные акробатические линии разрешены); в) более одной последующей акробатической линии; г) упражнение завершается акробатическим элементом (нет хореографии после последней акробатики)	каждый раз каждый раз  + +
--	--

### 9.7. Акробатические линии и соскоки

Типичные примеры оценивания акробатических линий и соскоков на вольных упражнениях в таблице № 4.28.

Таблица № 2.28

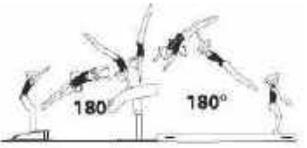
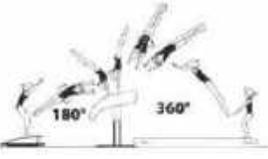
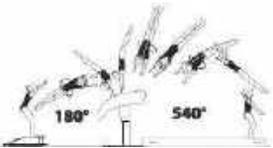
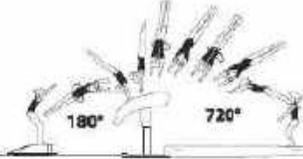
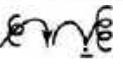
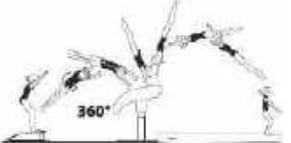
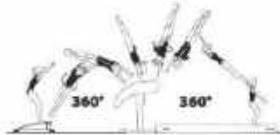
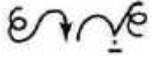
#### Примеры оценивания акробатических линий и соскоков на вольных упражнениях

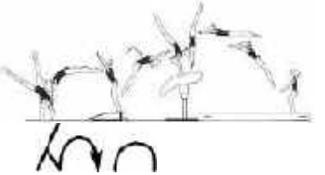
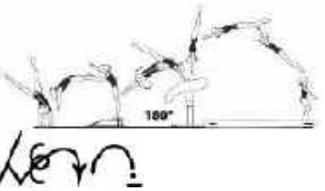
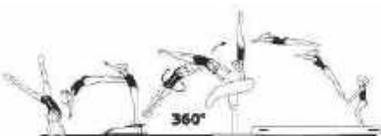
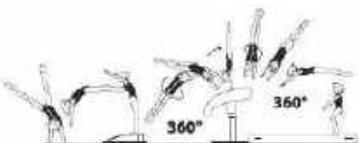
Одна акробатическая линия	
Пример 1	Пример 2
 <p>Оценка: нет DV засчитано максимум 7 элементов (бригада D); нет соскока – сбавка 0.5 балла (бригада D) сбавки за приземление (бригада E)</p>	 <p>Оценка: нет DV засчитано максимум 7 элементов (бригада D) нет соскока – сбавка 0.5 балла (бригада D) сбавки за приземление (бригада E)</p>
Две акробатические линии	
Пример 3	Пример 4
 <p>Оценка: засчитать соскок (бригада D) нет надбавки за соскок (Бригада E)</p>	 <p>не приземлилась на ноги во второй линии. Оценка: нет DV засчитано максимум 7 элементов (бригада D) нет соскока нет надбавки за соскок (бригада D) Падение – сбавка 1 балла (бригада E)</p>
Повторение элемента	
 <p>Оценка: соскок не закончен нет DV засчитано максимум 7 элементов (бригада D) нет надбавки за соскок (бригада D) нет соскока Сбавки за приземление, если необходимо (бригада E)</p>	

Приложение № 5  
к правилам вида спорта  
«спортивная гимнастика»

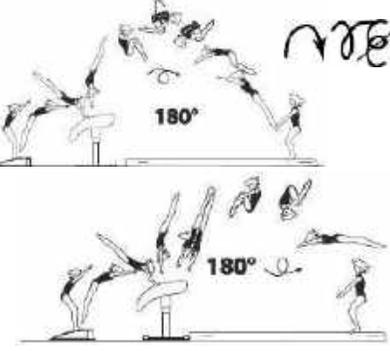
ТАБЛИЦЫ ТРУДНОСТИ ЭЛЕМЕНТОВ ДЛЯ СОРЕВНОВАНИЙ СРЕДИ СПОРТСМЕНОВ ЖЕНСКОГО ПОЛА

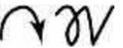
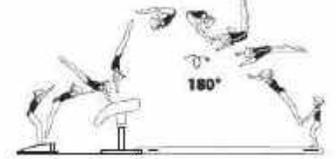
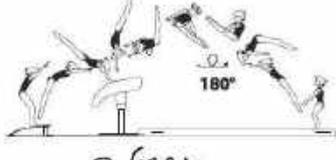
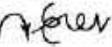
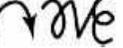
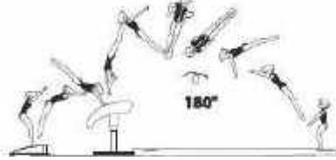
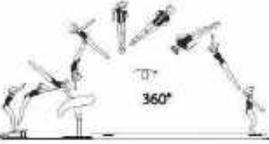
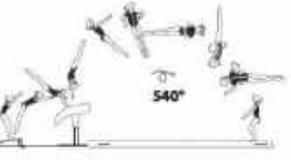
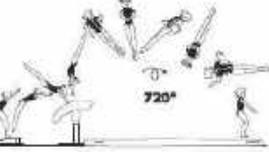
Опорный прыжок

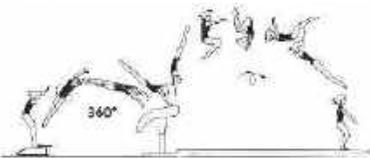
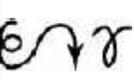
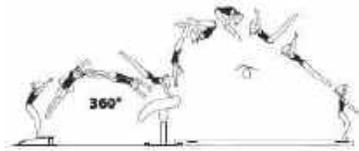
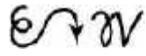
ГРУППА 1 (ПЕРЕВОРОТ, РОНДАТ ФЛЯК С ИЛИ БЕЗ ПОВОРОТА В ПЕРВОЙ И (ИЛИ) ВТОРОЙ ФАЗЕ)					
<p><b>1.20</b> Переворот вперед с пов на 1/2 (180°) в 1-й фазе полета и отталкивание руками <b>1.60 Р.</b></p>  	<p><b>1.21</b> Переворот вперед с пов на 1/2 (180°) в 1-й фазе полета -1/2 (180°) во 2-й фазе полета (в любую сторону) <b>2.40 Р.</b></p>  	<p><b>1.22</b> Переворот вперед с пов на 1/2 (180°) в 1-й фазе полета-1/1(360°) во 2-й <b>2.60 Р.</b></p>  	<p><b>1.23</b> Переворот вперед с пов на 1/2 (180°) в 1-й фазе полета-1 1/2 (540°) во 2-й <b>3.20 Р.</b></p>  	<p><b>1.24</b> Переворот вперед с пов на 1/2 (180°) в 1-й фазе полета- 2/1 (720°) во 2-й <b>3.60 Р.</b></p>  	<b>1.25</b>
<p><b>1.30</b> Переворот вперед с пов на 1/1 (360°) в 1-й фазе полета <b>3.20 Р.</b></p>  	<p><b>1.31</b> Переворот вперед с пов на 1/1 (360°) в 1-й фазе полета- 1/1 (360°) во 2-й фазе («Корбут») <b>3.60 Р.</b></p>  	<b>1.32</b>	<b>1.33</b>	<b>1.34</b>	<b>1.35</b>

ГРУППА 1 (ПЕРЕВОРОТ, РОНДАТ ФЛЯК С ИЛИ БЕЗ ПОВОРОТА В ПЕРВОЙ И (ИЛИ) ВТОРОЙ ФАЗЕ)					
<p><b>1.40</b> Рондат фляк – отталкивание руками <b>2.00 P.</b></p> 	<p><b>1.41</b></p> 	<p><b>1.42</b></p>	<p><b>1.43</b></p>	<p><b>1.44</b></p>	<p><b>1.45</b></p>
<p><b>1.50</b> Рондат фляк с пов на 1/2 (180°) в 1-й фазе полета - переворот вперед <b>2.20 P.</b></p> 	<p><b>1.51</b> Рондат фляк с пов на 1/2 (180°) в 1-й фазе полета - переворот вперед с пов на 1/2 (180°) во 2-й <b>2.60 P.</b></p> 	<p><b>1.53</b> Рондат фляк с пов на 1/2 (180°) в 1-й фазе полета – переворот с пов на 1 1/2 (540°) во 2-й <b>3.40 P</b></p> 		<p><b>1.54</b></p>	<p><b>1.55</b></p>
<p><b>1.60</b> Рондат, фляк с пов на 1/1 (360°), отталкивание руками <b>2.40 P</b></p> 	<p><b>1.61</b> Рондат, фляк с пов на 1/1 (360°), пов на 1/2 (180°) во 2-й фазе полета <b>2.80 P</b></p> 	<p><b>1.62</b> Рондат, фляк с пов на 1/1 (360°), пов на 1/1 (360°) во 2-й фазе полета <b>3.20 P</b></p> 			

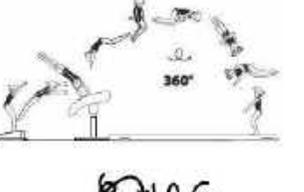
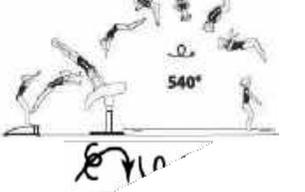
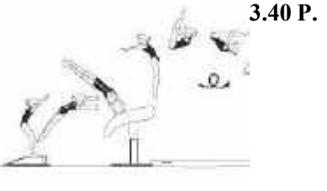
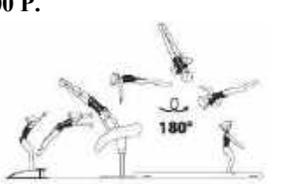
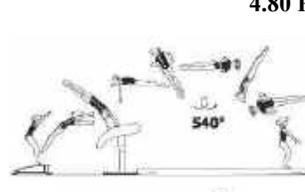
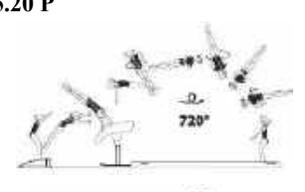
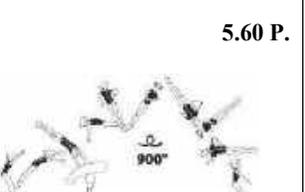
**ГРУППА 2 - ПЕРЕВОТ ВПЕРЕД С ИЛИ БЕЗ ПОВОРОТА НА 1/1 (360°) В ПЕРВОЙ ФАЗЕ – САЛТО ВПЕРЕД/НАЗАД С ИЛИ БЕЗ ПОВОРОТА**

<p><b>2.10</b> Переворот вперед – сальтовперед в груп <b>3.60 Р.</b></p> 	<p><b>2.11</b> Переворот вперед – сальто вперед в груп с пов на 1/2 (180°) <b>3.80 Р.</b> Переворот вперед – пов на 1/2 (180°) и сальто назад в груп <b>3.80 Р.</b></p>  <p>↪ϳ</p>	<p><b>2.12</b> Переворот вперед – сальто вперед в груп с пов на 1/1 (360°) <b>4.20 Р.</b></p>  <p>↪ϳ</p>	<p><b>2.13</b> Переворот вперед – сальтовперед в груп с пов на 1 1/2 (540°) <b>4.60 Р.</b></p>  <p>↪ϳ</p>	<p><b>2.14</b></p>	<p><b>2.15</b></p>
--	---	--	--	--------------------	--------------------

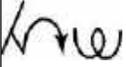
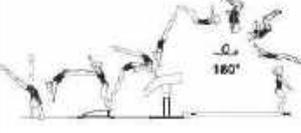
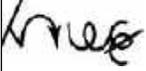
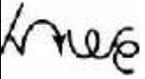
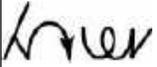
ГРУППА 2 - ПЕРЕВОРОТ ВПЕРЕД С ИЛИ БЕЗ ПОВОРОТА НА 1/1 (360°) В ПЕРВОЙ ФАЗЕ – САЛЬТО ВПЕРЕД/НАЗАД С ИЛИ БЕЗ ПОВОРОТА					
<p><b>2.20</b> Переворот вперед – сальто Вперед согн</p> <p>3.80 P.</p>  	<p><b>2.21</b> Переворот вперед – сальто вперед согн с пов на 1/2 (180°) Переворот вперед – пов на 1/2 (180°) и сальто назад согн</p> <p>4.00 P.</p>    	<p><b>2.22</b> Переворот вперед – сальто вперед согн с пов на 1/1 (360°)</p> <p>4.40 P.</p>  	<p><b>2.23</b></p>	<p><b>2.24</b></p>	<p><b>2.25</b></p>
<p><b>2.30</b> Переворот вперед – сальто Вперед прогн («Евдокимова»)</p> <p>4.40 P.</p>  	<p><b>2.31</b> Переворот вперед – сальто вперед прогн с пов на 1/2 (180°)(«Ванг»)</p> <p>5.60 P.</p>  	<p><b>2.32</b> Переворот вперед – сальто вперед прогн с пов на 1/1 (360°)</p> <p>5.00 P.</p>  	<p><b>2.33</b> Переворот вперед – сальто вперед прогн с повна 1 1/2 (540°) («Чусовитина»)</p> <p>5.40 P.</p>  	<p><b>2.34</b> Переворот вперед – сальтовперед прогн с пов на 2/2(720°) (E)</p> <p>5.80P.</p> 	<p><b>2.35</b></p>

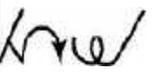
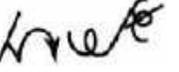
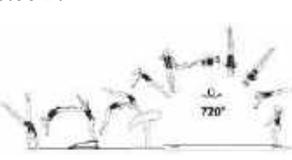
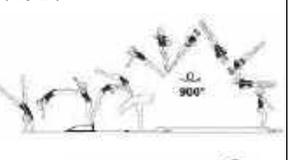
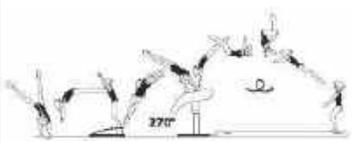
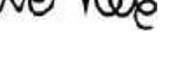
ГРУППА 2 - ПЕРЕВОТ ВПЕРЕД С ИЛИ БЕЗ ПОВОРОТА НА 1/1 (360°) В ПЕРВОЙ ФАЗЕ – САЛЬТО ВПЕРЕД/НАЗАД С ИЛИ БЕЗ ПОВОРОТА					
<p>2.40 Переворот вперед с пов на 1/1 (360°) в первой фазе – сальто вперед в групп («Давыдова») 4.80 P.</p>  	<p>2.41 Переворот вперед с пов на 1/1(360°) в первой фазе – сальто вперед согн 5.20 P.</p>  	<p>2.42</p>	<p>2.43</p>	<p>2.44</p>	<p>2.45</p>
<p>2.50 Переворот вперед – двойное сальтовперед в групп («Продунова») .00 P.</p>  	<p>2.51</p>	<p>2.52</p>	<p>2.53</p>	<p>2.54</p>	<p>.55</p>

**ГРУППА 3—ПЕРЕВОТ ВПЕРЕД С ПОВОРОТ НА 1/4 -1/2 (90°-180°) В ПЕРВОЙ ФАЗЕ («ЦУКАХАРА») САЛЬТО НАЗАД С /БЕЗ ПОВОРОТА ВО ВТОРОЙ ФАЗЕ**

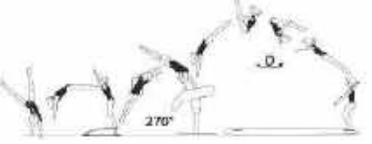
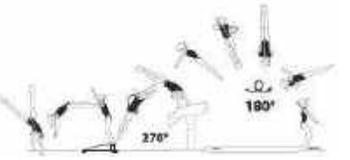
<p><b>3.10</b> Цукахара в груп (Турицева) <b>3.20P.</b></p> 	<p><b>3.11</b> Цукахара в руптировке спов на 1/2 (180°) <b>3.40 P.</b></p> 	<p><b>3.12</b> Цукахара в груп спов на 1/1 (360°) (Ким) <b>3.80 P</b></p> 	<p><b>3.13</b> Цукахара в груп спов на 1 1/2 (540°) <b>4.20 P.</b></p> 	<p><b>3.14</b> Цукахара в груп спов на 2/1 (720°) <b>4.60 P.</b></p> 	<p><b>3.15</b></p>
<p><b>3.20</b> Цукахара согн <b>3.40 P.</b></p> 	<p><b>3.21</b></p>	<p><b>3.22</b></p>	<p><b>3.23</b></p>	<p><b>3.24</b></p>	<p><b>3.25</b></p>
<p><b>3.30</b> Цукахара прогн <b>3.80 P.</b></p> 	<p><b>3.31</b> Цукахара прогн с пов на 1/2 (180) <b>4.00 P.</b></p> 	<p><b>3.32</b> Цукахара прогн с пов на 1/1 (360°) (Ким) <b>4.40 P.</b></p> 	<p><b>3.33</b> Цукахара прогн с пов на 1 1/2 (540°) <b>4.80 P.</b></p> 	<p><b>3.34</b> Цукахара прогн с пов на 2/1 (720°) (Замолодчикова) <b>5.20 P</b></p> 	<p><b>3.35</b> Цукахара прогн с пов на 2 1/2 (900°) <b>5.60 P.</b></p> 

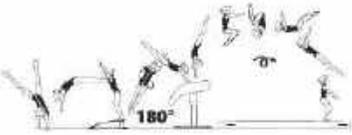
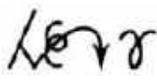
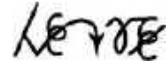
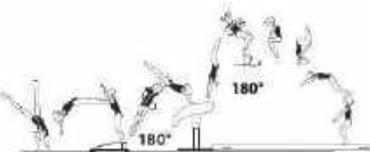
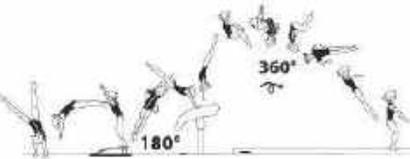
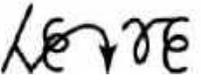
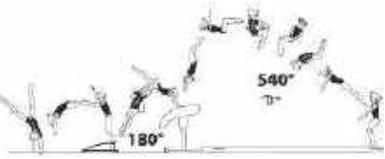
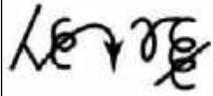
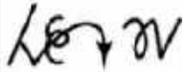
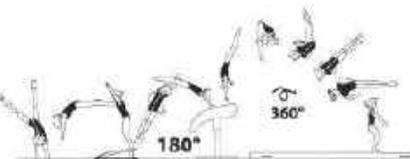
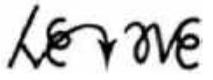
**ГРУППА 4—РОНДАТ ФЛЯК («ЮРЧЕНКО») С/БЕЗ ПОВОРОТА НА 3/4 (270°) В ПЕРВОЙ ФАЗЕ ПОЛЕТА – САЛЬТО НАЗАД С ИЛИ БЕЗ ПОВОРОТА ВО ВТОРОЙ ФАЗЕ**

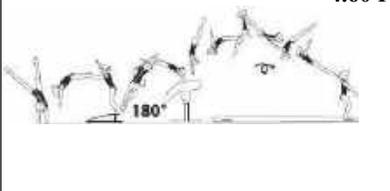
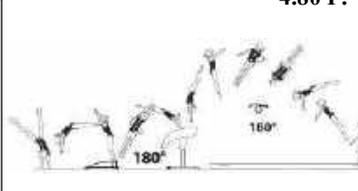
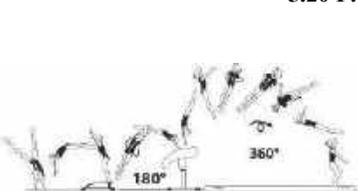
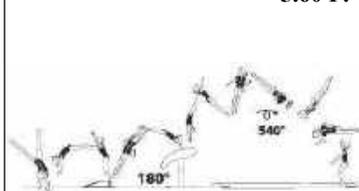
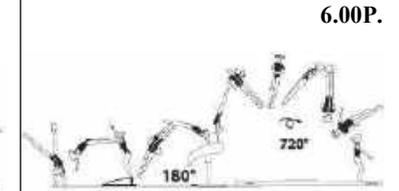
<p><b>4.10</b> Рондат фляк – сальто назад в групп («Юрченко») <b>3.00 Р.</b></p>  	<p><b>4.11</b> Рондат фляк – сальто назад в групп с пов на 1/2 (180°) <b>3.20 Р.</b></p>  	<p><b>4.12</b> Рондат фляк – сальто назад в групп с пов на 1/1 (360°) <b>3.60 Р.</b></p>  	<p><b>4.13</b> Рондат фляк – сальто назад в групп с пов на 1 1/2 (540°) <b>4.00 Р.</b></p>  	<p><b>4.14</b> Рондат фляк – сальто назад в групп с пов на 2/1 (720°) («Дунгелова») <b>4.40 Р.</b></p>  	<p><b>4.15</b></p>
<p><b>4.20</b> Рондат фляк– сальто назад согн <b>3.20 Р.</b></p>  	<p><b>4.21</b></p>	<p><b>4.22</b></p>	<p><b>4.23</b></p>	<p><b>4.24</b></p>	<p><b>4.25</b></p>

<b>ГРУППА 4—РОНДАТ ФЛЯК («ЮРЧЕНКО») С/БЕЗ ПОВОРОТА НА 3/4 (270°) В ПЕРВОЙ ФАЗЕ ПОЛЕТА – САЛЬТО НАЗАД С ИЛИ БЕЗ ПОВОРОТА ВО ВТОРОЙ ФАЗЕ</b>					
<p><b>4.30</b> Рондат фляк– сальто назад прогн <b>3.60 Р.</b></p>  	<p><b>4.31</b> Рондат фляк – сальто назад прогн с пов на 1/2 (180°) <b>3.80 Р.</b></p>  	<p><b>4.32</b> Рондат фляк – сальто назад прогн с пов на 1/1 (360°) <b>4.20 Р.</b></p>  	<p><b>4.33</b> Рондат фляк – сальто назад прогн с пов на 1/2 (540°) <b>4.60 Р.</b></p>  	<p><b>4.34</b> Рондат фляк – сальто назад прогн с пов на 2/1 (720°) («Баитова») <b>5.00 Р.</b></p>  	<p><b>4.35</b> Рондат фляк – сальто назад прогн с пов на 2 1/2 (900°) («Аманар») <b>5.40 Р.</b></p>  
<p><b>4.40</b> Рондат фляк с пов на 3/4(270°)- сальто назад в груп (Ликони) <b>3.60 Р.</b></p>  	<p><b>4.41</b> Рондат фляк с пов на 3/4 (270°) сальто назад в груп с пов на 1/2(180°) <b>4.00 Р.</b></p>  	<p><b>4.42</b> Рондат фляк с пов на 3/4(270°) - сальто назад в груп с пов на 1/1 (360°) <b>4.20 Р.</b></p>  	<p><b>4.43</b></p>	<p><b>4.44</b></p>	<p><b>4.45</b></p>

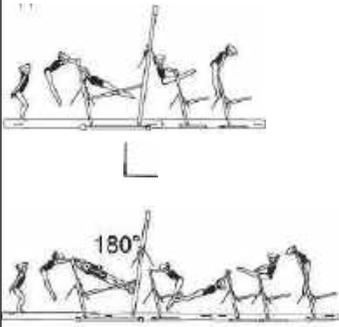
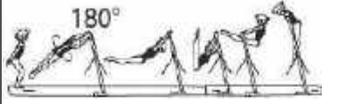
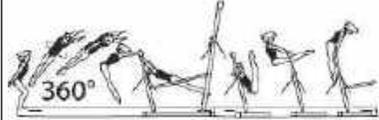
**ГРУППА 4—РОНДАТ ФЛЯК («ЮРЧЕНКО») С/БЕЗ ПОВОРОТА НА 3/4 (270°) В ПЕРВОЙ ФАЗЕ ПОЛЕТА – САЛЬТО НАЗАД С ИЛИ БЕЗ ПОВОРОТА ВО ВТОРОЙ ФАЗЕ**

<p><b>4.50</b> Рондат фляк с пов на 3/4 (270°) - сальто назад согн</p> <p style="text-align: right;"><b>3.80 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>Kerruel</i></p>	<p><b>4.51</b> Рондат фляк с пов на 3/4 (270°) -сальто назад прогн</p> <p style="text-align: right;"><b>4.20 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>Kerruel</i></p>	<p><b>4.52</b> Рондат фляк с пов на 3/4 (270°) - сальто назад прогн с пов на 1/2 (180°)</p> <p style="text-align: right;"><b>4.60 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>Kerruel</i></p>	<p><b>4.53</b> Рондат фляк с пов на 3/4 (270°) - сальто назад прогн с пов на 1/1 (360°)</p> <p style="text-align: right;"><b>5.00 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>Kerruel</i></p>	<p><b>4.54</b></p>	<p><b>4.55</b></p>
<p><b>4.60</b></p>	<p><b>4.61</b></p>	<p><b>4.62</b> Рондат фляк – двойное сальто назад согн («Байлз») <b>6.40 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>Kerruel</i></p>	<p><b>4.63</b></p>	<p><b>4.64</b></p>	<p><b>4.65</b></p>

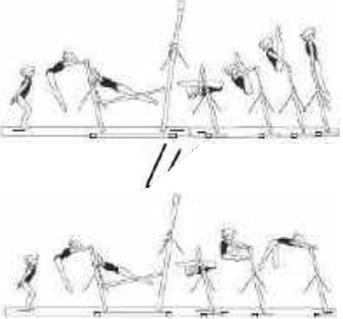
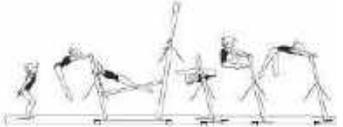
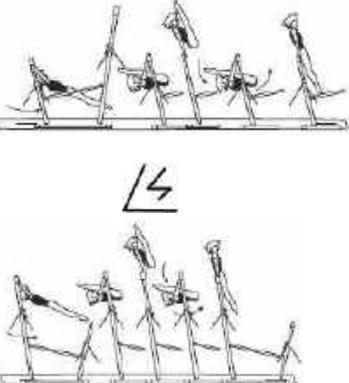
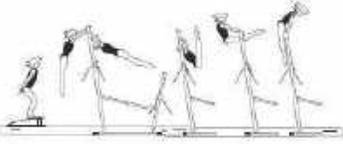
ГРУППА 5 – РОНДАТ ФЛЯК С ПОВОРОТОМ НА 1/2 (180°) В ПЕРВОЙ ФАЗЕ – САЛЬТО ВПЕРЕД/НАЗАД С ИЛИ БЕЗ ПОВОРОТА ВО ВТОРОЙ ФАЗЕ					
<p><b>5.10</b> Рондат фляк с пов на 1/2 (180°) - сальто вперед в груп («Иванцева»)</p> <p style="text-align: right;"><b>3.80 Р.</b></p>  	<p><b>5.11</b> Рондат фляк с пов на 1/2 (180°) -сальто вперед в груп с пов на 1/2 (180°) Рондат фляк с пов на 1/2 (180°) – пов на 1/2 (180°) и сальто назад в груп («Сервенте»)</p> <p style="text-align: right;"><b>4.00 Р.</b></p>    	<p><b>5.12</b> Рондат фляк с пов на 1/2 (180°) - сальто вперед в груп с пов на 1/1 (360°)</p> <p style="text-align: right;"><b>4.40 Р.</b></p>  	<p><b>5.13</b> Рондат фляк с пов на 1/2(180°) - сальто вперед в груп с пов на 1 1/2(540°) («Хоркина»)</p> <p style="text-align: right;"><b>4.80 Р.</b></p>  	<b>5.14</b>	<b>5.15</b>
<p><b>5.20</b> Рондат фляк с пов на 1/2 (180°) - сальто вперед согн («Омельянчик»)</p> <p style="text-align: right;"><b>4.00 Р.</b></p>  	<p><b>5.21.</b> Рондат фляк с пов на 1/2 (180°) - сальто вперед согн с пов на 1/2(180°) Рондат фляк с пов на 1/2 (180°) –пов на 1/2 (180°) и сальто назад согн («Подкопаева»)</p> <p style="text-align: right;"><b>4.20 Р</b></p>    	<p><b>5.22</b> Рондат фляк с пов на 1/2 (180°) - сальтовперед согн с пов на 1/1 (360°)</p> <p style="text-align: right;"><b>4.60 Р.</b></p>  	<b>5.23</b>	<b>5.24</b>	<b>5.25</b>

ГРУППА 5 – РОНДАТ ФЛЯК С ПОВОРОТОМ НА 1/2 (180°) В ПЕРВОЙ ФАЗЕ – САЛЬТО ВПЕРЕД/НАЗАД С ИЛИ БЕЗ ПОВОРОТОМ ВО ВТОРОЙ ФАЗЕ					
<p><b>5.30</b> Рондат фляк с пов на 1/2 (180°) – сальто вперед прогн</p> <p style="text-align: right;"><b>4.60 P.</b></p> 	<p><b>5.31</b> Рондат фляк с пов на 1/2 (180°) – сальто вперед прогн с пов на 1/2 (180°)</p> <p style="text-align: right;"><b>4.80 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>Кенге</i></p>	<p><b>5.32</b> Рондат фляк с пов на 1/2 (180°) – сальто вперед прогн с пов на 1/1 (360°)</p> <p style="text-align: right;"><b>5.20 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>Кенге</i></p>	<p><b>5.33</b> Рондат фляк с пов на 1/2 (180°) – сальто вперед прогн с пов на 540° («Ченг»)</p> <p style="text-align: right;"><b>5.60 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>Кенге</i></p>	<p><b>5.34</b> Рондат фляк с пов на 1/2 (180°) – сальто вперед прогн с пов на 2/2 (720°) («Байлз»)</p> <p style="text-align: right;"><b>6.00 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>Кенге</i></p>	<p><b>5.35</b></p>

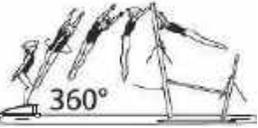
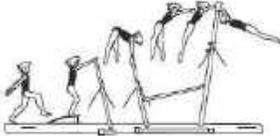
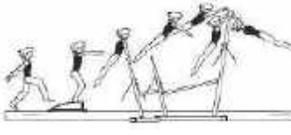
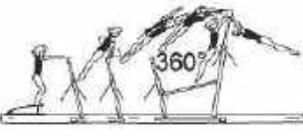
## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 1.000 — НАСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.101</b>  Подъем разгибом в упор на Н/Ж  или подъем разгибом с пов на 1/2  (180°) в упор на Н/Ж</p> 	<p><b>1.201</b></p>	<p><b>1.301</b></p>	<p><b>1.401</b></p>	<p><b>1.501</b></p>	<p><b>F/G</b> <b>1.601</b></p>
<p><b>1.102</b>  Прыжок с пов на 1/2  (180°), подъем разгибом в упор на  Н/Ж</p>  <p>Прыжок с пов на 1/2 (180°),  подъем вперед в упор сзади  (продев)</p> 	<p><b>1.202</b>  Прыжок с пов на 1/1 (360°) и  подъем разгибом в упор на Н/Ж</p>  	<p><b>1.302</b></p>	<p><b>1.402</b></p>	<p><b>1.502</b></p>	<p><b>1.602</b></p>

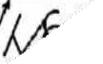
## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 1.000 — НАСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.103</b> Из виса углом на Н/Ж или В/Ж, подъем вперед в упор сзади (продев) - также подъем вперед сперехватом в вис ноги врозь на той же жерди (разножка)</p>  <p style="text-align: center;">//</p>  <p style="text-align: center;">/↘</p>	<p><b>1.203</b> Продев согн в вис согн - подъем разгибом назад в упор сзади на Н/Ж, то же самое на В/Ж</p>  <p style="text-align: center;">/↘</p>  <p style="text-align: center;">↻</p>	<p><b>1.303</b></p>	<p><b>1.403</b></p>	<p><b>1.503</b></p>	<p><b>1.603</b></p>
<p><b>1.104</b> Прыжок в вис на В/Ж - (также в хвате снизу) - подъем разгибом в упор на В/Ж</p>  <p style="text-align: center;">↑↑    ↘    ↘</p>	<p><b>1.204</b> Со стороны В/Ж - прыжок с пов на 1/2 (180°) - подъем разгибом в упор на В/Ж</p>  <p style="text-align: center;">↻</p> <p>Прыжок с пов на 1/2 (180°) через Н/Ж в вис на В/Ж</p>  <p style="text-align: center;">↻</p>	<p><b>1.304</b> Прыжок с пов на 1/2 (180°) над Н / Ж - подъем разгибом в упор на В/Ж</p>  <p style="text-align: center;">↻</p>	<p><b>1.404</b></p>	<p><b>1.504</b></p>	<p><b>1.604</b></p>

## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 1.000 — НАСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.105</b> Со стороны В/Ж - прыжок с пов на 1/2 (180°) или на 1/1(360°) в вис на В/Ж</p>  <p>360°</p> 	<p><b>1.205</b></p>	<p><b>1.305</b></p>	<p><b>1.405</b></p>	<p><b>1.505</b></p>	<p><b>1.605</b></p>
<p><b>1.106</b> Наскок ноги врозь толчком рук от Н/Ж в вис на В/Ж</p>  	<p><b>1.206</b> Наскок ноги врозь через Н/Ж без опоры руками в вис на В/Ж</p>   <p>Наскок прямым телом ноги вместе через Н/Ж с опорой руками в вис на В/Ж</p>  	<p><b>1.306</b> Наскок прямым телом(ноги вместе) без опоры руками в вис на В/Ж (Махаустова)</p>  	<p><b>1.406</b> Наскок ноги вместе толчком рук от Н/Ж в висна В/Ж с пов на 360° (Гебесшиан)</p>  	<p><b>1.506</b></p>	<p><b>1.606</b></p>

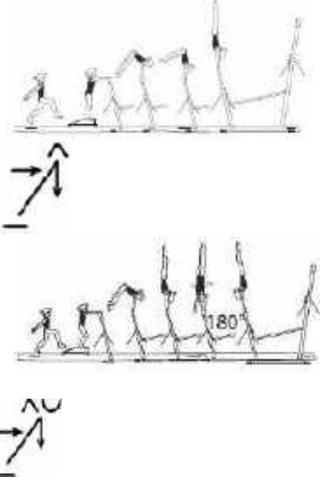
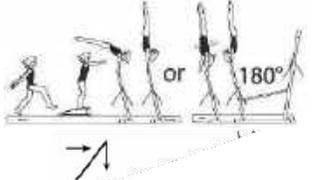
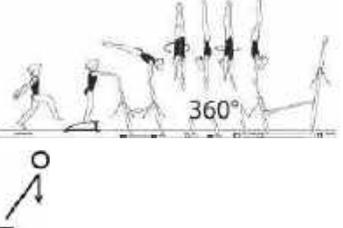
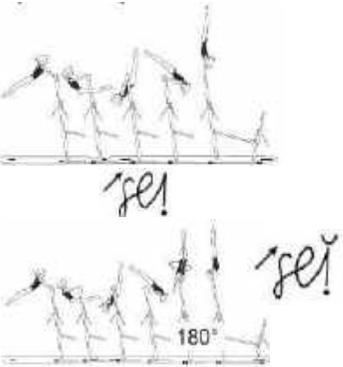
## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 1.000 — НАСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.107</b></p>	<p><b>1.207</b> Сальто вперед в групп, согн или ноги врозь через Н/Ж в вис на Н/Ж</p>  	<p><b>1.307</b> Со стороны В/Ж сальтовперед в вис на В/Ж</p>   <p>Кувырок вперед согн с толчком руками на Н/Ж с полотом в вис на В/Ж</p>  	<p><b>1.407</b> Сальто вперед в группчерез Н/Ж в вис на В/Ж без касания Н/Ж</p>  	<p><b>1.507</b></p>	<p><b>1.607</b></p>
<p><b>1.108</b></p>	<p><b>1.208</b> Рондат перед Н/Ж перелет назад ноги врозь в упор углом вне на Н/Ж</p>  	<p><b>1.308</b> Рондат перед Н/Ж - перелет назад ноги врозь или вместе через Н/Ж в вис на В/Ж</p>  	<p><b>1.408</b> Рондат перед Н/Ж- перелет через Н/Ж с пов на 1/1 (360°) в вис на В/Ж</p>  	<p><b>1.508</b></p>	<p><b>1.608</b></p>

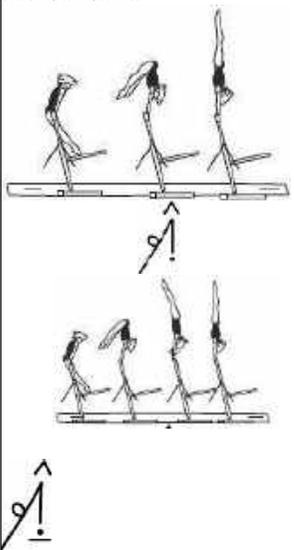
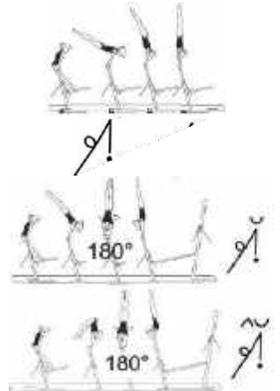
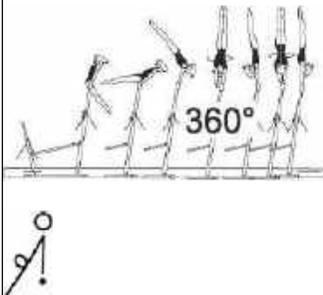
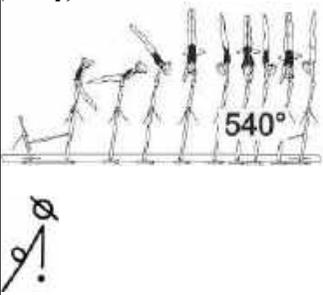
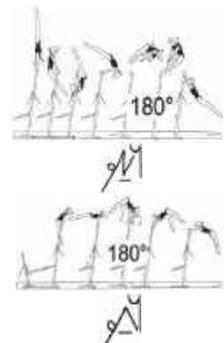
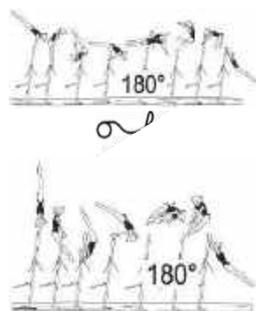
## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 1.000 — НАСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
1.109	1.209	1.309	<p data-bbox="1048 183 1408 319"><b>1.409</b> Рондат перед Н/Ж - сальто назад в груп через Н/Ж в вис на Н/Ж (Енич)</p>  <p data-bbox="1048 510 1131 566">→ <i>he</i></p> <p data-bbox="1048 590 1388 670">Рондат перед Н/Ж, фляк на Н/Ж (через ст на рр) (Гонзалес)</p>  <p data-bbox="1198 845 1288 901"><i>h</i></p>	<p data-bbox="1422 183 1769 295"><b>1.509</b> Рондат перед Н/Ж, фляк с пов на 1/1 (360°) в упор не касаясь или через ст на рр (Гурова)</p>  <p data-bbox="1422 510 1512 582">→ <i>h</i></p>	<p data-bbox="1812 183 2083 295"><b>1.609</b> Рондат перед Н/Ж, твист груп в вис на В/Ж (без касания Н/Ж)</p>  <p data-bbox="1812 486 1904 550">→ <i>h</i></p> <p data-bbox="1812 590 2094 694"><b>1.709</b> Рондат перед Н/Ж - твист согн через Н/Ж в вис на В/Ж (без касания Н/Ж)</p>  <p data-bbox="1881 853 1982 909">→ <i>h</i></p>

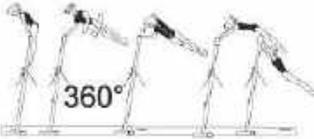
## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 1.000 — НАСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.110</b></p>	<p><b>1.210</b> Наскок прыжком в ст на рр на Н/Ж сгибаясь-разгибаясь, также с пов на 1/2(180°) в стойке</p> 	<p><b>1.310</b> Наскок прыжком в ст на рр на Н/Ж сгибаясь - разгибаясь с пов на 1/1 (360°) в стойке</p>  <p>Наскок в ст на рр на Н/Ж прямым телом</p> 	<p><b>1.410</b> Наскок в ст на рр на Н/Ж прямым телом с пов на 1/1(360°) в стойке (Мааранен)</p> 	<p><b>1.510</b></p>	<p><b>1.610</b></p>
<p><b>1.111</b></p>	<p><b>1.211</b></p>	<p><b>1.311</b></p>	<p><b>1.411</b> Наскок в упор не касаясь – оборот не касаясь в стойку на В/Ж, также с пов на 1/2 (180°) на В/Ж (МакНамара)</p> 	<p><b>1.511</b></p>	<p><b>1.611</b></p>

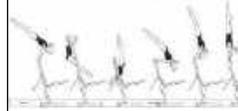
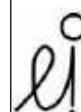
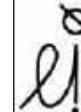
## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 2.000 – ОТМАХИ И ОБОРОТЫ НЕ КАСАЯСЬ

А	В	С	D	E	F/G
<p><b>2.101</b> Отмах в стойку ноги врозь или согн, а также с перескоком и сменой хвата</p> 	<p><b>2.201</b> Отмах в стойку ноги вместе (прямым телом), а также с перескоком в хват снизу или в обратный хват в стойке, а также с пов на 1/2 (180°) в стойке ноги врозь или вместе</p> 	<p><b>2.301</b> Отмах в стойку с пов на 1/1 (360°) в стойке</p> 	<p><b>2.401</b> Отмах в стойку с пов на 1/2 (540°) в стойке (Ридер)</p> 	<p><b>2.501</b></p>	<p><b>2.601</b></p>
<p><b>2.102</b></p>	<p><b>2.202</b> Из упора на В/Ж –перелет через ту же жердь согн, или ноги врозь и с пов на 1/2 (180°) в вис на В/Ж</p> 	<p><b>2.302</b> Оборот назад без рук - перелет с пов на 1/2 (180°) через жердь в вис на той же жерди, также с рота назад не касаясь</p> 	<p><b>2.402</b></p>	<p><b>2.502</b></p>	<p><b>2.602</b></p>

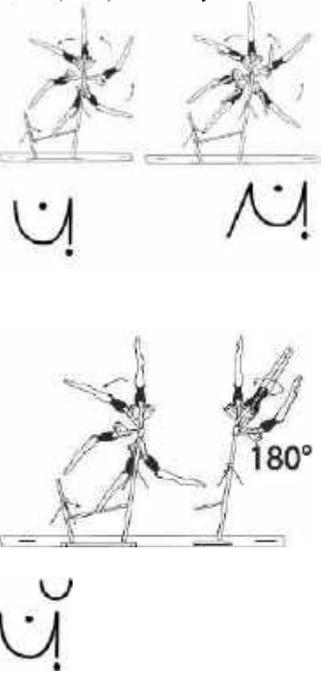
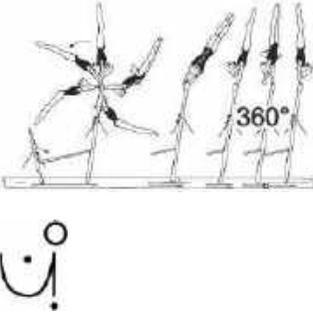
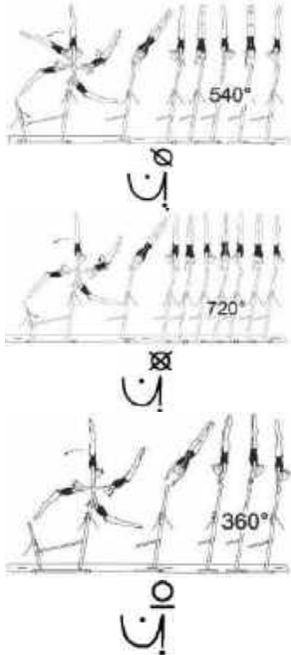
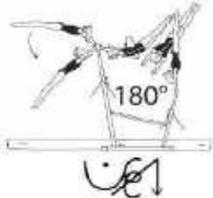
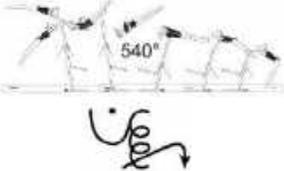
## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 2.000 – ОТМАХИ И ОБОРОТЫ НЕ КАСАЯСЬ

А	В	С	D	Е	F/G
<p>2.103</p>	<p>2.203</p>	<p>2.303 Из упора спереди на В/Ж - мах назад с отпусканием рук и пов на 1/1 (360°) в вис на В/Ж («Каславска»)</p>  	<p>2.403 Из упора спереди на Н/Ж – махом назад сальто вперед в вис на В/Ж («Радохла»)</p>  	<p>2.503 Из упора спереди на В/Ж - махом назад сальто вперед ноги врозь в вис на В/Ж («Каманечи»)</p>  	<p>2.603</p>
<p>2.104 Оборот вперед касаясь (бедракасаются жерди)</p>  	<p>2.204</p>	<p>2.304</p>	<p>2.404 Оборот вперед не касаясь в ст на рр, также с пов на 1/2 (180°)</p>    	<p>2.504 Оборот вперед не касаясь в ст на рр с пов на 1/1 (360°). («Годвин»)</p>	<p>2.604</p>

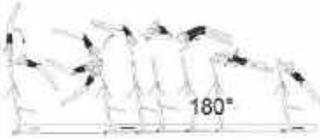
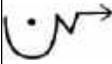
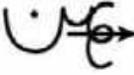
## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 2.000 – ОТМАХИ И ОБОРОТЫ НЕ КАСАЯСЬ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>2.105</b> Оборот назад (бедра касаются жерди)</p>  <p>○</p> <p>Оборот назад без рук – толчок бедрами – полет, в подъем разгибом на Н/Ж</p>  	<p><b>2.205</b></p>	<p><b>2.305</b> Оборот назад не касаясь в ст на рр, а также сперескоком в хват снизу вст на рр или с пов на 1/2 (180°) в стойку</p>    <p>ei</p> <p>ei</p> <p>ei</p> <p>180°</p>	<p><b>2.405</b> Оборот назад не касаясь в стойку с пов на 1/1 (360°)</p>  <p>360°</p> 	<p><b>2.505</b> Оборот назад не касаясь в стойку с пов на 1 1/2 (540°)</p>  <p>540°</p> 	<p><b>2.605</b></p>
<p><b>2.107</b></p>	<p><b>2.207</b></p>	<p><b>2.307</b> Из упора спереди снаружи на Н/Ж – оборот назад не касаясь на Н/Ж – перелет вис на В/Ж, (ноги врозь или вместе) (Яротска)</p>  	<p><b>2.407</b> Из упора спереди снаружи на Н/Ж – оборот назад не касаясь на Н/Ж – перелет вис на В/Ж с пов 1/2 (180°) (ноги врозь или вместе)</p>  <p>180°</p> 	<p><b>2.507</b></p>	<p><b>2.607</b></p>

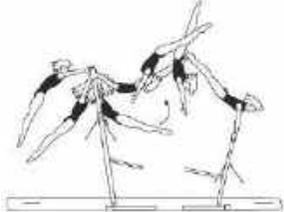
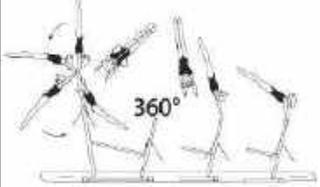
## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 3.000 — БОЛЬШИЕ ОБОРОТЫ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>3.101</b></p>	<p><b>3.201</b>  <i>Большой оборот назад в обычном хвате, также с висом на одной руке (Лгу), также с пов на 1/2(180°) в стойку</i></p> 	<p><b>3.301</b>  <i>Большой оборот назад с пов на 1/1 (360°) в стойку</i></p> 	<p><b>3.401</b>  <i>Большой оборот назад с пов на 1 1/2 - 2/1(540°- 720°) в стойку, также с подскоком и пов на 1/1(360°) в стойку</i></p> 	<p><b>3.501</b></p>	<p><b>3.601</b></p>
<p><b>3.102</b></p>	<p><b>3.202</b></p>	<p><b>3.302</b></p>	<p><b>3.402</b>  <i>Из виса на В/Ж – большой мах вперед с пов на 1/2 (180°) и перелет на Н/Ж в ст на рр</i></p> 	<p><b>3.502</b>  <i>Из виса на В/Ж – большой мах вперед с пов на 1 1/2 (540°) и перелет в вис на Н/Ж («Стронг»)</i></p> 	<p><b>3.602</b></p>

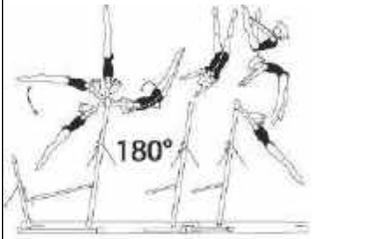
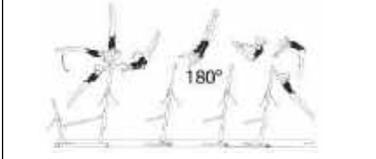
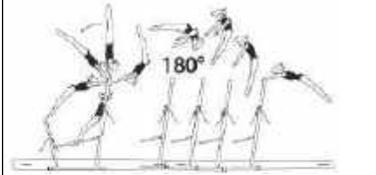
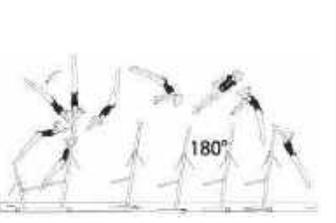
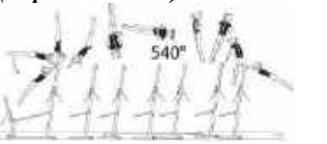
РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 3.000 — БОЛЬШИЕ ОБОРОТЫ

A	B	C	D	E	F/G
3.103	3.203	3.303	<p><b>3.403</b>                      Большим махом вперед –                      контр перелет назад ноги                      врозь (Ткачев)                      («Давыдова»)</p>   <p>Большим махом вперед –                      контр перелет назад ноги                      врозь с пов. 1/2 (180°)                      («Конonenко»)</p>   <p>Большим махом вперед – пов                      на 1/2 (180°), перелет толчком                      руками через ту же жердь                      (соги) («Монкton»)</p>  	<p><b>3.503</b>                      Ткачев согн</p>   <p>Большим махом вперед с пов на                      1/2 и последующим пов на 1/2                      (180°) – контр перелет назад                      ноги врозь                      («Шушунова»)</p>  	3.603

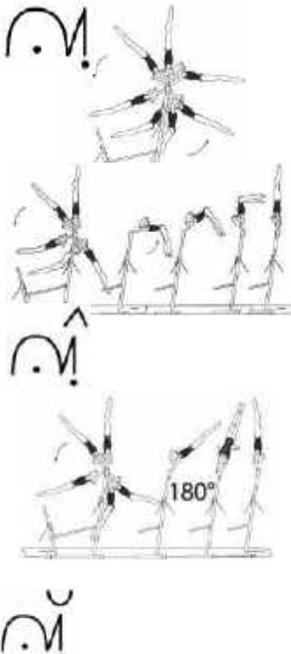
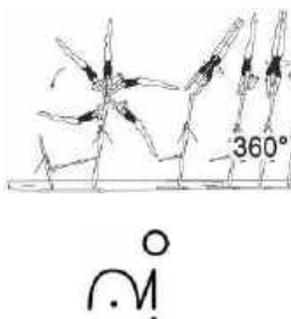
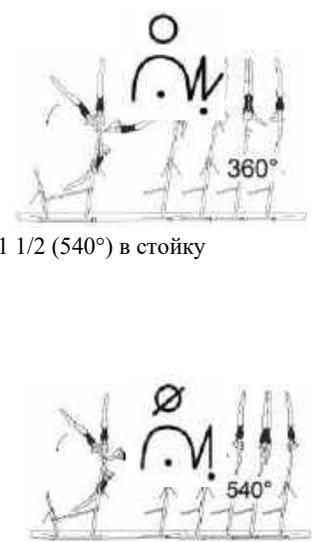
РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 3.000 — БОЛЬШИЕ ОБОРОТЫ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>3.104</b></p>	<p><b>3.204</b></p>	<p><b>3.304</b>  <i>Вис лицом к Н/Ж- махом вперед – кувырок назад (в груп или ноги врозь) с перелетом в упор не касаясь на Н/Ж</i></p>  <p>ѳ.</p>	<p><b>3.404</b>  <i>Вис лицом к Н/Ж- большим махом вперед – сальто назад прогн в упор на Н/Ж («Пак»)</i></p>  <p>ѳ.</p>	<p><b>3.504</b>  <i>Сальто Пак с 1/1 пов (360°) («Барваж»)</i></p>  <p>ѳ.</p>	<p><b>3.604</b>  <i>Спиной к Н/Ж -большим махомвперед- контр сальто вперед ноги врозь в вис в хват снизу на В/Ж</i></p>  <p>ѳ.</p>

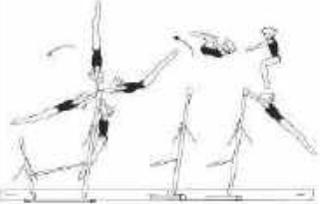
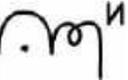
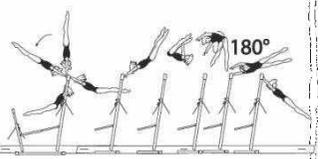
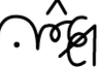
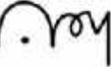
РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 3.000 — БОЛЬШИЕ ОБОРОТЫ

A	B	C	D	E	F/G
3.105	3.205	3.305	<p data-bbox="1104 180 1480 295"><b>3.405</b> Большим махом вперед пов на 1/2 (180°) сальтовперед ноги врозь (Делчев),</p>  <p data-bbox="1104 534 1480 614">180°</p> <p data-bbox="1104 614 1480 662"> («Морено»)»Накамура»)</p>  <p data-bbox="1104 821 1480 901">180°</p> <p data-bbox="1104 901 1480 949"> («Морено»)»Накамура»)</p> <p data-bbox="1104 949 1480 1061">или большим махом вперед – сальто назад согн с пов на 1/2 (180°) («Гингер»)</p>  <p data-bbox="1104 1236 1480 1316">180°</p> <p data-bbox="1104 1316 1480 1377"> («Морено»)»Накамура»)</p>	<p data-bbox="1485 180 1821 295"><b>3.505</b> Большим махом вперед сальто назад с пов на 1/2 (180°) прогн в виз на ВЖ</p>  <p data-bbox="1485 518 1821 598">180°</p>  <p data-bbox="1485 662 1821 1377"> («Морено»)»Накамура»)</p>	<p data-bbox="1825 180 2152 422"><b>3.605</b></p> <p data-bbox="1825 422 2152 566"><b>3.705</b> Большим махом вперед сальто назад прогн с пов на 1 1/2 (540°) в висна В/Ж («Христакиева»)</p>  <p data-bbox="1825 710 2152 1377">540°</p> <p data-bbox="1825 1377 2152 1377"> («Христакиева»)</p>

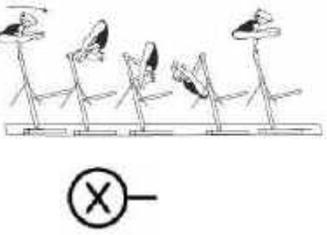
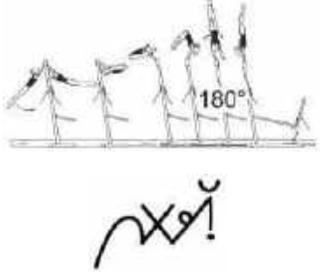
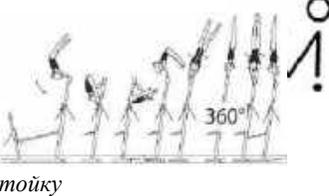
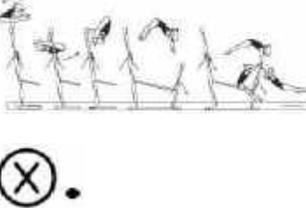
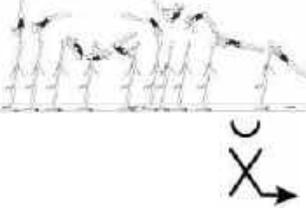
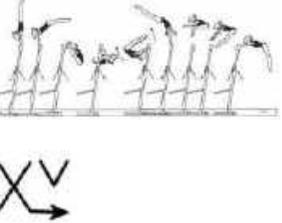
## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 3.000 — БОЛЬШИЕ ОБОРОТЫ

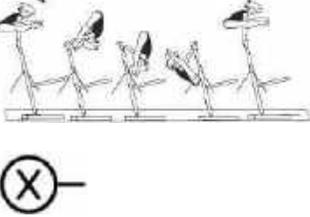
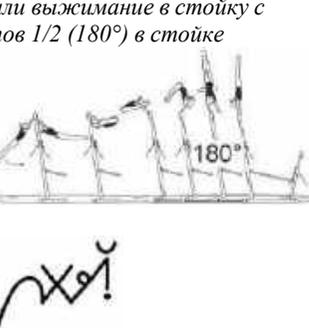
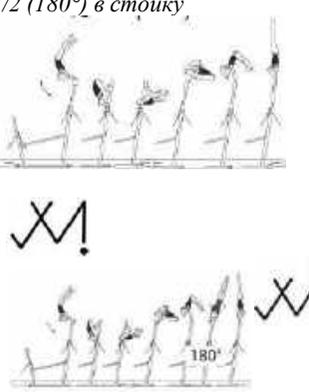
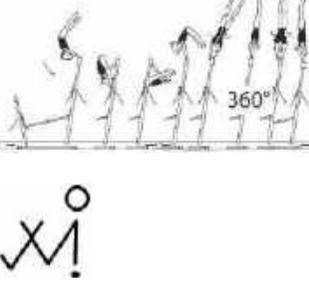
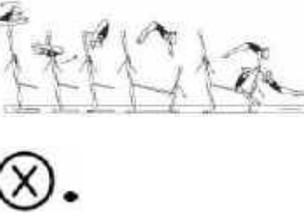
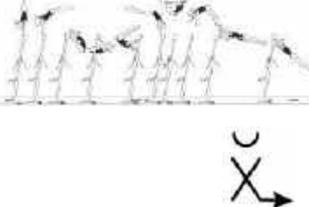
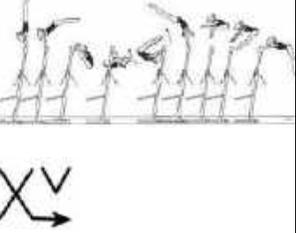
A	B	C	D	E	F/G
3.106	<p data-bbox="443 188 775 347">3.206 Большой оборот вперед в обычном хвате, хвате снизу или в смешанном хвате (сгибаясь и ноги врозь) а также с пов на 1/2 (180°) в стойку</p> 	<p data-bbox="784 188 1115 271">3.306 Большой оборот вперед с пов на 1/1 (360°) в стойку</p> 	3.406	<p data-bbox="1473 188 1814 319">3.506 Большой оборот вперед с началом пов на 1/1 (360°) на одной руке до стойки или большой оборот вперед с пов на</p>  <p data-bbox="1478 558 1680 590">1 1/2 (540°) в стойку</p>	3.606
3.107	3.207	<p data-bbox="784 1080 1115 1181">3.307 На В/Ж большим махом назад-перелет назад ноги врозь в ст на рр на Н/Ж</p> 	<p data-bbox="1133 1080 1464 1212">3.407 На В/Ж большим махом назад-перелет с пов на 1/2 (180°) в вис на Н/Ж («Ежова»)</p> 	3.507	3.607

РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 3.000 — БОЛЬШИЕ ОБОРОТЫ

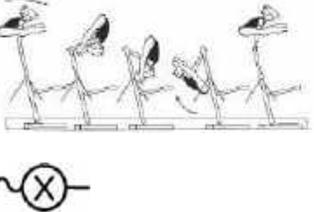
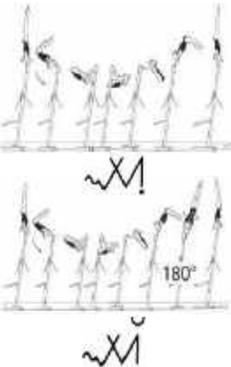
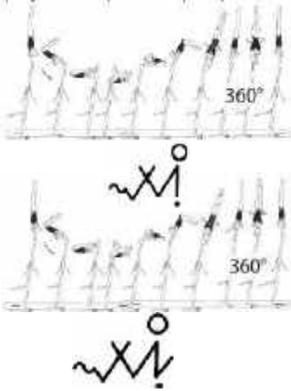
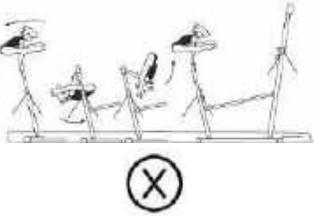
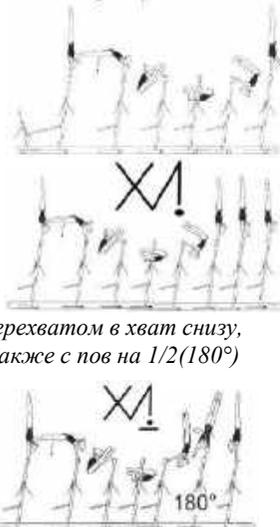
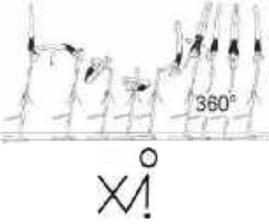
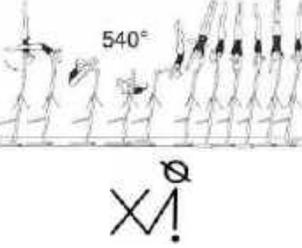
A	B	C	D	E	F/G
<p>3.108</p>	<p>3.208</p>	<p>3.308 На В/Ж большим махом назад сальто вперед в груп вис на В/Ж (сальто «Егер»)</p>  	<p>3.408 Сальто «Егер» прямые ногиврозь в вис на В/Ж</p>   <p>Сальто «Егер» прямые ноги врозь с пов. на 1/2 (180°) в вис на В/Ж («Ли Я»)</p>   <p>Сальто «Егер» согн в висна В/Ж</p>  	<p>3508</p>	<p>3.608 Сальто Егер прогн в вис на В/Ж («Капуччите»)</p>   <p>3.708 На В/Ж большим махом назад сальто вперед в груп над В/Ж в вис в на В/Ж («Мо»)</p>  

## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 3.000 — БОЛЬШИЕ ОБОРОТЫ

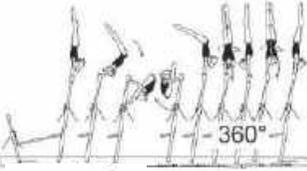
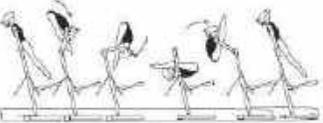
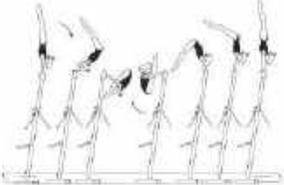
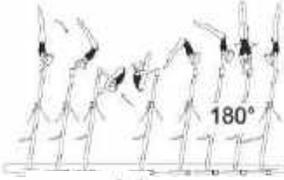
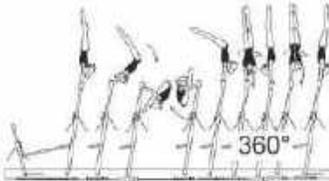
A	B	C	D	E	F/G
<p><b>4.101</b> Оборот вперед не касаясь в упоре углом вне</p> 	<p><b>4.201</b> Подъем разгибом на В/Ж, через положение ноги врозь согн – мах или выжимание в стойку с пов 1/2 (180°) в стойке</p> 	<p><b>4.301</b></p>	<p><b>4.401</b> Штальдер вперед в ст на рр, а также с пов на 1/2 (180°) в стойку</p> 	<p><b>4.501</b> Штальдер вперед с пов на 1/1 (360°) в стойку</p> 	<p><b>4.601</b></p>
<p><b>4.102</b></p>	<p><b>4.202</b></p>	<p><b>4.302</b> Оборот назад не касаясь в упоре углом вне на В/Ж с перелетом в вис на Н/Ж</p> 	<p><b>4.402</b> Оборот назад не касаясь в упоре углом вне на В/Ж с перелетом в ст на рр на Н/Ж</p> 	<p><b>4.502</b> Штальдер назад на В/Ж – контер перелет ноги врозь через В/Ж в вис «(Рична)»</p>  <p>Штальдер назад на В/Ж – контер перелет ноги врозь с пов на 1/2 (180°) через В/Ж в вис «(Дерваел)» «Фентон»</p> 	<p><b>4.602</b> Штальдер назад на В/Ж – контер перелет согн через В/Ж в вис «(Дауни)»</p> 

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>4.101</b> Оборот вперед не касаясь в упоре углом вне</p> 	<p><b>4.201</b> Подъем разгибом на В/Ж, через положение ноги врозь согн – мах или выжимание в стойку с пов 1/2 (180°) в стойке</p> 	<p><b>4.301</b></p>	<p><b>4.401</b> Штальдер вперед в ст на рр, а также с пов на 1/2 (180°) в стойку</p> 	<p><b>4.501</b> Штальдер вперед с пов на 1/1 (360°) в стойку</p> 	<p><b>4.601</b></p>
<p><b>4.102</b></p>	<p><b>4.202</b></p>	<p><b>4.302</b> Оборот назад не касаясь в упоре углом вне на В/Ж с перелетом в вис на Н/Ж</p> 	<p><b>4.402</b> Оборот назад не касаясь в упоре углом вне на В/Ж с перелетом в ст на рр на Н/Ж</p> 	<p><b>4.502</b> Штальдер назад на В/Ж – контер перелет ноги врозь через В/Ж в вис («Рична»)</p>  <p>Штальдер назад на В/Ж – контер перелет ноги врозь спов на 1/2 (180°) через В/Ж в вис («Дерваел»/«Фентон»)</p> 	<p><b>4.602</b> Штальдер назад на В/Ж – контер перелет согн через В/Ж в вис («Дауни»)</p> 

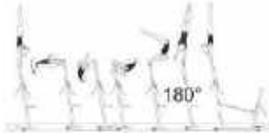
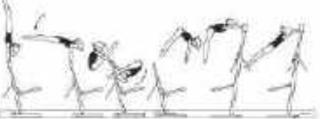
РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 4.000 — «ШТАЛЬДЕРЫ»

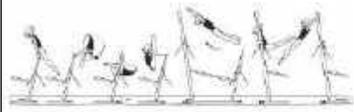
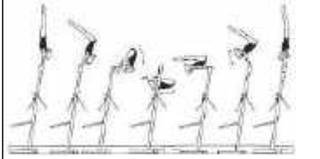
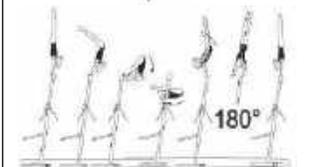
A	B	C	D	E	F/G
<p><b>4.103</b> Оборот вперед не касаясь в упоре углом ноги врозь в обратном хвате</p> 	<p><b>4.203</b></p>	<p><b>4.303</b></p>	<p><b>4.403</b> Штальдер вперед в обратном хвате в ст на рр, а также с пов на 1/2 180° в стойку («Ват»)</p> 	<p><b>4.503</b> Штальдер вперед в обратном хвате с пов на 1/1(360°) в стойку (любая техника)</p> 	<p><b>4.603</b></p>
<p><b>4.104</b> Оборот назад не касаясь в упоре углом вне</p> 	<p><b>4.204</b></p>	<p><b>4.304</b> Штальдер назад в стойку, также с перехватом в хват снизу, также с пов на 1/2(180°)</p> 	<p><b>4.404</b> Штальдер назад с повна 1/1 (360°) в стойке (Фредерик)</p> 	<p><b>4.504</b> Штальдер назад с повна 1 1/2 (540°) в стойке</p> 	<p><b>4.604</b></p>

## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 4.000 — «ШТАЛЬДЕРЫ»

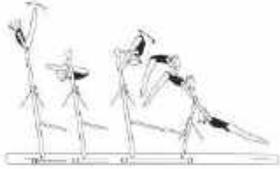
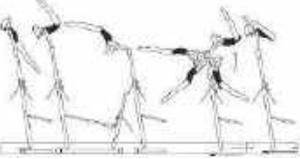
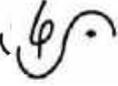
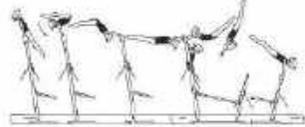
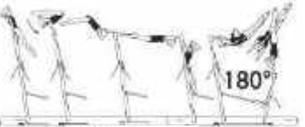
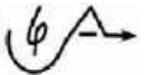
А	В	С	D	Е	F/G
<p><b>4.105</b></p>	<p><b>4.205</b> Штальдер на Н/Ж с контр-перелетом в вис на В/Ж</p>  	<p><b>4.305</b> Лицом к В/Ж на Н/Ж штальдер назад – лет в вис на В/Ж</p>  	<p><b>4.405</b> Спиной к В/Ж на Н/Ж штальдер назад через стойку с последующим перелетом в вис на В/Ж</p>  	<p><b>4.505</b> Спиной к В/Ж на Н/Ж штальдер назад через стойку с последующим перелетом в висна В/Ж с пов на 1/2 (180°)</p>  	<p><b>4.605</b></p>
<p><b>4.106</b> Из упора сзади оборот назад не касаясь в упоре углом в упор сзади</p>  	<p><b>4.206</b></p>	<p><b>4.306</b></p>	<p><b>4.406</b> Оборот вперед не касаясь в упоре углом в стойку, а так жес пов на 1/2 (180°)</p>    	<p><b>4.506</b> Оборот вперед не касаясь в упоре углом в стойку с пов на 1/1 (360°)</p>  	<p><b>4.606</b></p>

РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 5.000 — ОБОРОТЫ согн

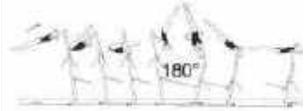
A	B	C	D	E	F/G
<p>4.107 Из упора сзади оборот назад не касаясь в упоре углом в упор сзади</p>  	<p>4.207</p>	<p>4.307</p>	<p>4.407 Оборот назад не касаясь в упоре углом в стойку, также с пов 1/2 (180°) в стойку</p>   	<p>4.507 Оборот назад не касаясь в упоре углом в стойку с пов 1/1 (360°)</p>  	<p>4.607</p>
<p>4.108</p>	<p>4.208 Оборот назад не касаясь в упоре углом на Н/Ж– контр перелет в вис на В/Ж</p>  	<p>4.308 Оборот назад не касаясь в упоре углом на Н/Ж– лет в висна В/Ж («Згоба»)</p>  	<p>4.408</p>	<p>4.508 Оборот назад не касаясь в упоре углом через стойку с последующим перелетом в висна В/Ж с пов на 1/2 (180°) («Комова»)</p>    <p>Оборот назад не касаясь в упоре углом, контр перелет ноги врозь в вис на ВЖ («Галанте»)</p>  	<p>4.608 Оборот назад не касаясь в упоре углом, контр перелет – ноги вместе</p>   <p>4.708 Оборот назад не касаясь в упоре углом, контр перелет проги («Немур»)</p>  

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>5.101</b>                      Упор сзади на Н/Ж или В/Ж - оборот вперед в упоре углом с разведением ног и последующим перехватом в вис на той же жерди</p>  	<p><b>5.201</b></p>	<p><b>5.301</b>                      Из упора сзади снаружи на В/Ж - спад - подъем вперед с разведением ног или оборот вперед в упоре и перелет назад через Н/Ж в вис</p>     <p>Из упора сзади снаружи на Н/Ж оборот в упоре углом с последующим перелетом с разведением ног в вис на В/Ж</p>  	<p><b>5.01</b></p>	<p><b>5.501</b>                      Ст на рр на В/Ж - продев согн - в Адлер в оборот вперед и выбив в ст на рр обратным хватом, также с пов на 1/2 (180°) (разрешается отклонение до 30°) («Лу»)»</p>    <p>180°</p> 	<p><b>5.601</b></p>

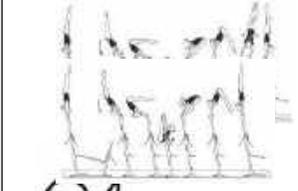
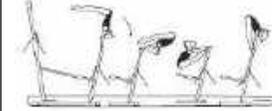
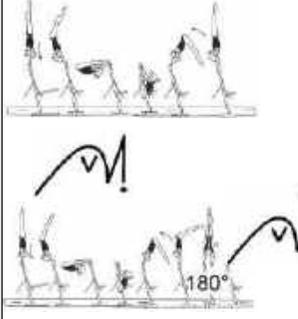
## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 5.000 — ОБОРОТЫ согн

A	B	C	D	E	F/G
5.102	<p>5.202</p> <p>Упор сзади на В/Ж – оборот назад не касаясь в упоре углом с перелетом в вис на Н/Ж</p>  	<p>5.302</p> <p>Из упора сзади на В/Ж (ноги вместе) – большим махом назад оборот назад не касаясь в упор сзади на В/Ж («Штайнеман»)</p>  	<p>5.402</p> <p>Упор сзади на В/Ж (ноги вместе) - большим махом оборот назад не касаясь в вис через упор сзади не касаясь в вис на В/Ж («Миргородская»)</p>   <p>Из стойки оборот назад не касаясь в упоре углом в высокий угол в обратном хвате («Краснянская»)</p>  	<p>5.502</p> <p>Упор сзади на В/Ж (ноги вместе) большим махом оборот назад не касаясь и в висальто назад прямым телом (или согн) между жердями в упор на Н/Ж («Теза»)</p> <p>- большим махом оборот назад не касаясь – перелет с пов на 1/2 (180°) в ст на рр на Н/Ж</p>    	5.602
5.103	5.203	<p>5.303</p> <p>Из упора сзади не касаясь (ноги вместе) на В/Ж – большим махом оборот назад не касаясь с последующим продевом в вис на В/Ж («Ли Ли»)</p>  	<p>5.403</p> <p>Из упора сзади не касаясь (ноги вместе) на В/Ж – большим махом оборот назад с контерперелетом назад ноги врозь в вис на В/Ж</p>  	5.503	5.603

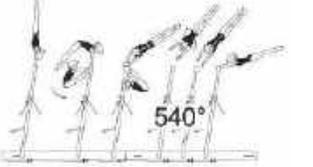
РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 5.000 — ОБОРОТЫ согн

А	В	С	D	E	F/G
<p><b>5.104</b> Мах дугой назад (выкрут), вис на В/Ж («Шлейдем»)</p>  	<p><b>5.204</b></p>	<p><b>5.304</b> Мах дугой назад (выкрут), на В/Ж - («Шлейдем») близко к стойке с перескоком хват сверху на В/Ж</p>   <p>Продев через вис согн на В/Ж, мах дугой назад (выкрут) и перелет с пов на 180° во время полета между жердями в вис на Н/Ж («Альт»)</p>  	<p><b>5.404</b> Мах дугой назад (выкрут) на В/Ж - перелет в ст на рр на Н/Ж («Цухольд-лейдем»), то же самое из вися согн</p>    	<p><b>5.504</b></p>	<p><b>5.604</b></p>

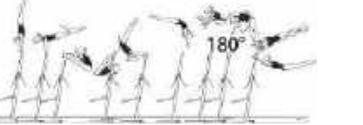
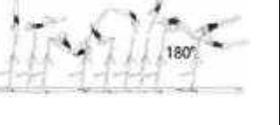
РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 5.000 — ОБОРОТЫ согн

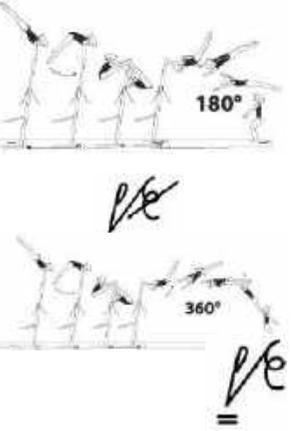
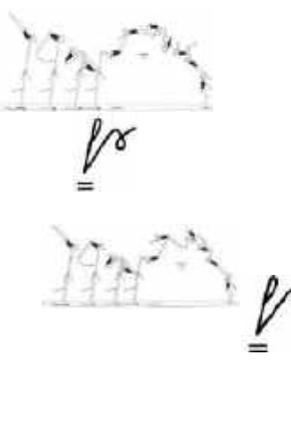
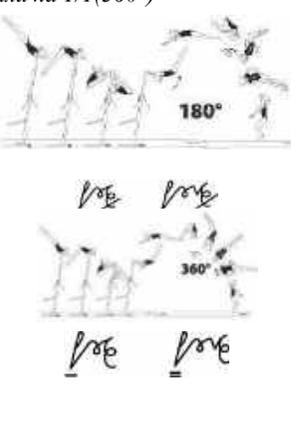
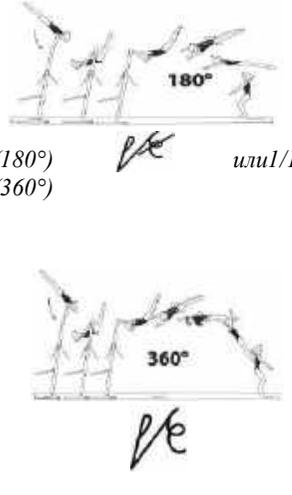
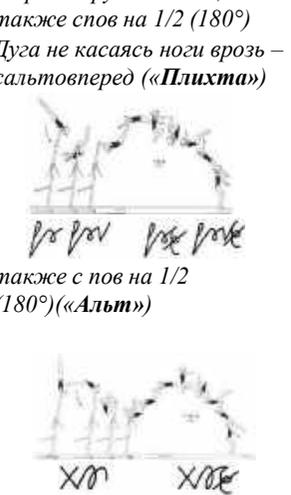
A	B	C	D	E	F/G
<p><b>5.105</b>                      Оборот в упоре стоя вперед (ноги вместе или врозь)</p>  	<p><b>5.205</b></p>	<p><b>5.305</b>                      Оборот вперед в упоре стоя согн (в хвате снизу) в ст на рр, атакже с пов на 1/2 (180°) в стойке</p>  	<p><b>5.405</b>                      Оборот вперед в упоре стоя согн (в хвате снизу) с пов на 1/1 (360°) в стойку («Хэфнагел»)</p>  	<p><b>5.505</b></p>	<p><b>5.605</b></p>
<p><b>5.106</b>                      Оборот в упоре стоя вперед в обратном хвате (ноги вместе или врозь)</p>  	<p><b>5.206</b></p>	<p><b>5.306</b>                      Оборот в упоре стоя вперед в обратном хвате (ноги вместе) также с пов на 1/2 (180°)</p>  	<p><b>5.406</b>                      Оборот в упоре стоя вперед в обратном хвате (ноги вместе) также с пов на 1/1 turn (360°) в стойку</p>  	<p><b>5.506</b></p>	<p><b>5.606</b></p>

РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 5.000 — ОБОРОТЫ согн

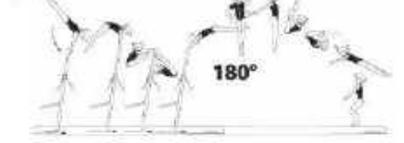
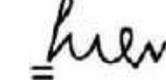
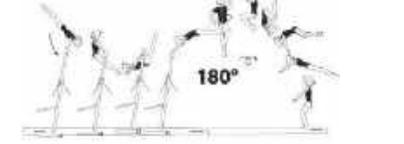
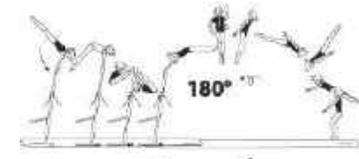
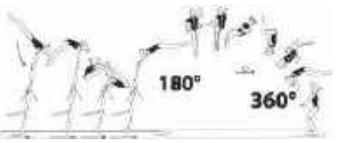
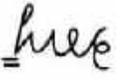
A	B	C	D	E	F/G
<p>5.107</p>	<p>5.207 Дуга на Н/Ж (с опорой ногами) и контр-перелетм в вис на В/Ж</p>  	<p>5.307 На В/Ж или Н/Ж из упора стоя согн дуга с пов на 1 1/2 (540°) с отпусанием рук в вис (Бурда)</p>  	<p>5.407</p>	<p>5.507</p>	<p>5.607 Спиной к НЖ на ВЖ из упора стоя согн – мах и контр-сальто вперед ноги врозь в вис на НЖ (Ким)</p> 
<p>5.108 Оборот назад в упоре стоя согн (ноги врозь или вместе)</p>  	<p>5.208</p>	<p>5.308 Оборот назад в упоре стоя согн в ст на рр, также с перескоком в хват снизу, также с пов на 1/2 (180°)</p>    	<p>5.408 Оборот назад в упоре стоя согн в ст на рр и с пов на 1/1 (360°)</p>  	<p>5.508 Оборот назад в упоре стоя согн в ст на рр и с пов на 1 1/2 (540°) (Лаке)</p>  	<p>5.608</p>

## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 5.000 — ОБОРОТЫ согн

A	B	C	D	E	F/G
5.109	5.209	5.309	<p data-bbox="1099 185 1485 316"><b>5.409</b> Оборот назад в упоре стоя согн в ст на рр на Н/Ж и последующим перелетом в хват за В/Ж («Малони»)</p> 	<p data-bbox="1485 185 1865 316"><b>5.509</b> Оборот назад в упоре стоя согн в ст на рр на Н/Ж и последующим перелетом с пов на 1/2 (180°) («Ван Лювен») или 1/1 (360°) в хват за В/Ж («Сеуз»)</p>  	5.609
5.110	5.210	5.310	<p data-bbox="1099 735 1485 834"><b>5.410</b> Оборот назад в упоре стоя согн-контр перелетноги врозь через В/Ж («Рэй»)</p>  <p data-bbox="1099 994 1485 1137">Оборот назад в упоре стоя согн-контр перелетноги врозь через В/Ж с пов на 1/2 (180°) в вис в обратном хвате («Твидл»)</p> 	<p data-bbox="1485 735 1865 834"><b>5.510</b> Оборот назад в упоре стоя согн-контр перелет ноги вместе через В/Ж («Черч»)</p>  <p data-bbox="1485 994 1865 1177">Оборот назад в упоре стоя согн-контр перелетноги врозь через В/Ж с пов на 1/2 (180°) в вис в обратном хвате («Фентон»)</p> 	<p data-bbox="1865 735 2157 834"><b>5.610</b> Оборот назад в упоре стоя согн - контр перелет проги через В/Ж («Набиева»)</p>  <p data-bbox="1865 994 2157 1169">Оборот назад в упоре стоя согн-контр перелет проги через В/Ж с пов на 1/2 (180°) («Дерваел»)</p> 

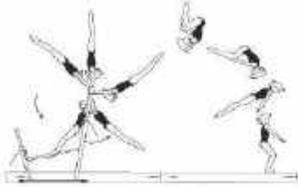
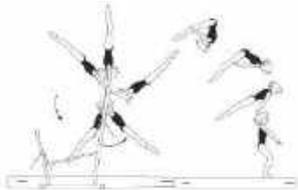
A	B	C	D	E	F/G
<p><b>6.101</b> Из переднего упора на В/Ж – дуга с пов на 1/2 (180°) или 1/1 (360°)</p> 	<p><b>6.201</b> Из переднего упора на В/Ж – дуга сальто вперед в груп или согн</p> 	<p><b>6.301</b> Из переднего упора на В/Ж – дуга сальто вперед в груп или согн с пов на 1/2 (180°) или на 1/1 (360°)</p> 	<p><b>6.401</b> С В/Ж – дуга сальто вперед в груп с пов на 1 1/2 (540°)</p>  <p>В/Ж – дуга, сальто вперед прогн с пов на 1/2 (180°). («Мурс»)</p>	<p><b>6.501</b></p>	<p><b>6.601</b></p>
<p><b>6.102</b> Из переднего упора на В/Ж – дуга не касаясь с пов на 1/2 (180°) или 1/1 (360°)</p> 	<p><b>6.202</b></p>	<p><b>6.302</b> Из переднего упора на В/Ж – дуга не касаясь – сальто вперед в груп или согн, также спов на 1/2 (180°) Дуга не касаясь ноги врозь – сальто вперед («Плихта») также с пов на 1/2 (180°) («Альт»)</p> 	<p><b>6.402</b> Из переднего упора на В/Ж – дуга не касаясь – сальто вперед в груп с пов на 1/1 (360°) Дуга не касаясь согн – сальто вперед прогн с 1/2 пов (180°) («Брюнер») Дуга не касаясь ноги врозь – сальто вперед в груп с пов на 1/1 (360°) («Петя»)</p> 	<p><b>6.502</b> Из переднего упора на В/Ж – дуга не касаясь – сальто вперед в груп с пов на 1 1/2 (540°)</p> 	<p><b>6.602</b></p>

## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 6.000 — СОСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
6.103	6.203	<p data-bbox="763 185 1196 368">6.303 Из упора не касаясь на В/Ж – дуга с пов на 1/2 (180°) - сальто назад в груп или согн с В/Ж – дуга с пов на 1/2 (180°) - сальто назад в груп или согн («Команэчи»)</p>        	<p data-bbox="1207 185 1597 268">6.403 С В/Ж – дуга с пов на 1/2 (180°) - сальто назад <del>групп</del></p>   <p data-bbox="1207 550 1597 678">Из упора стоя не касаясь на В/Ж – дуга с пов на 1/2 (180°) - сальто назад прогн («Окино»)</p>   <p data-bbox="1207 949 1597 1077">С В/Ж – дуга с пов на 1/2 (180°) - сальто назад в груп с1/1 пов (360°) («Краекер»)</p>  	6.503	6.603

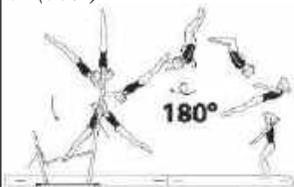
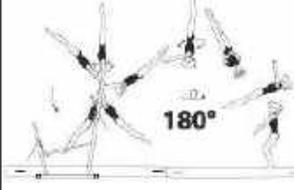
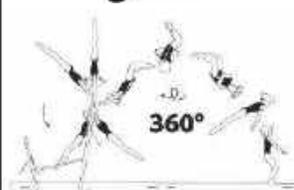
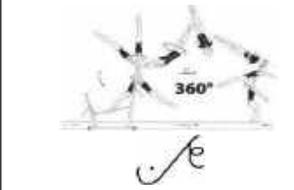
6.104

Большим махом вперед  
сальто назад в груп, согн или  
прогн

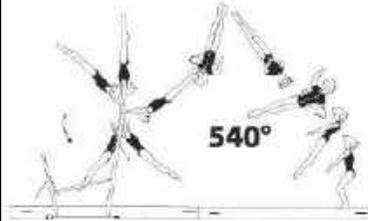
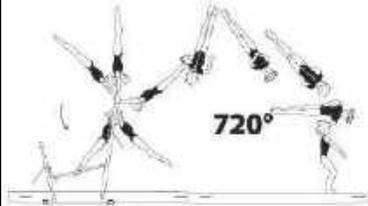

6.204

Большим махом вперед-  
сальто назад в груп, согн или  
прогнс пов на 1/2 (180°) или  
1/1 (360°)

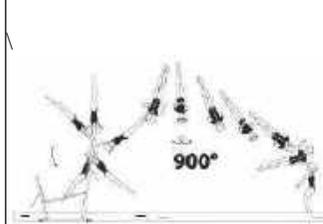
6.304

Большим махом вперед- сальто назад  
прогн с пов на 1 1/2 (540°) или 2/1  
(720°)

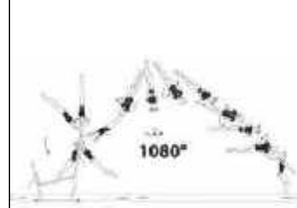
6.404

Большим махом вперед-  
сальто назад прогн спов на  
2 1/2 (900°) («Жи»)



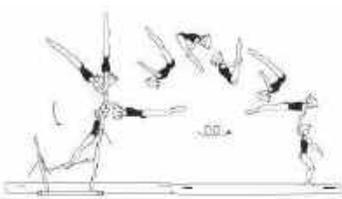
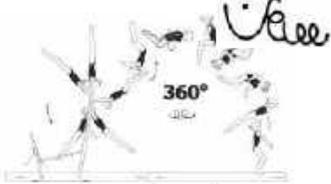
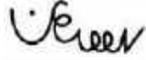
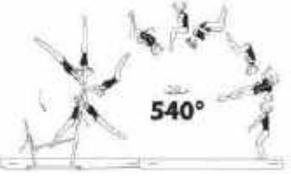
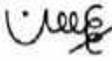
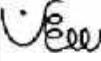
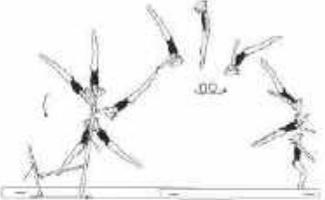
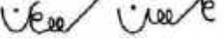
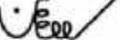
6.504

Большим махом вперед -  
сальто назад прогн спов на  
3/1 (1080°) («Бар»)

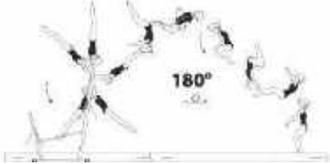
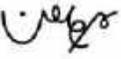
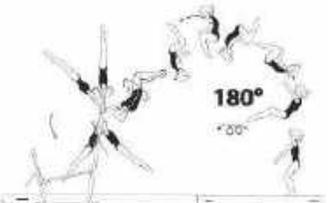
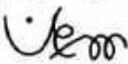
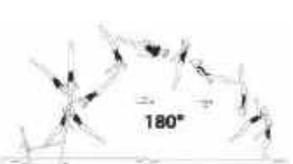
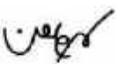
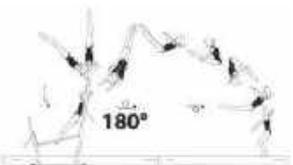
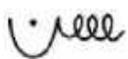


6.604

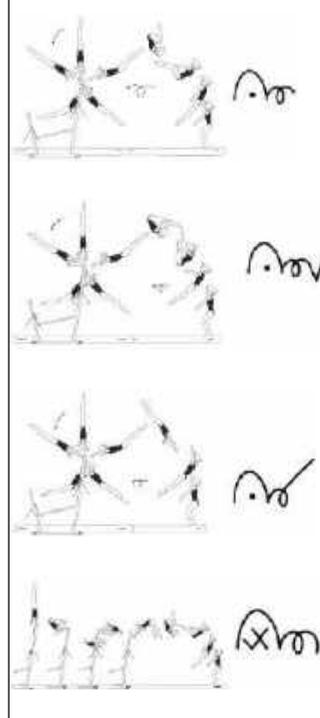
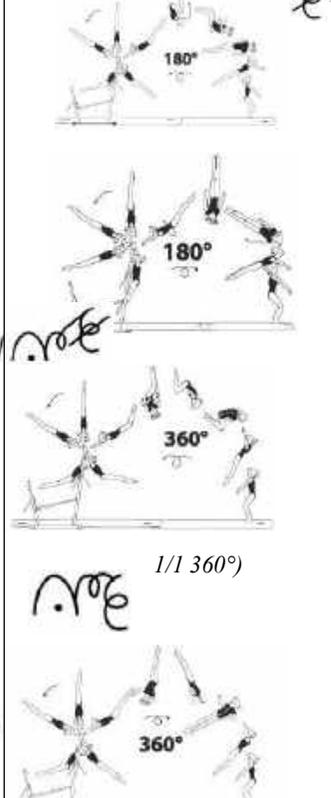
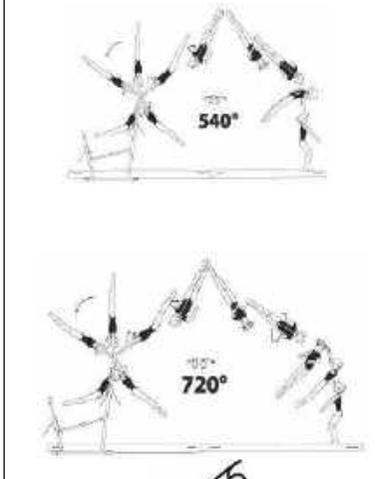
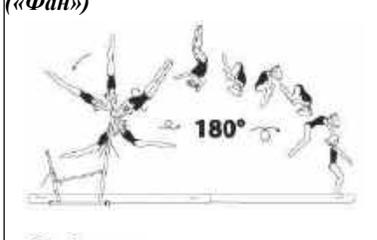
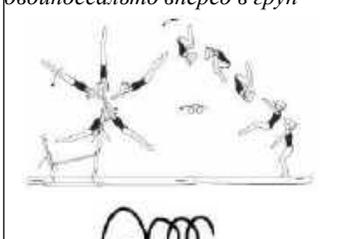
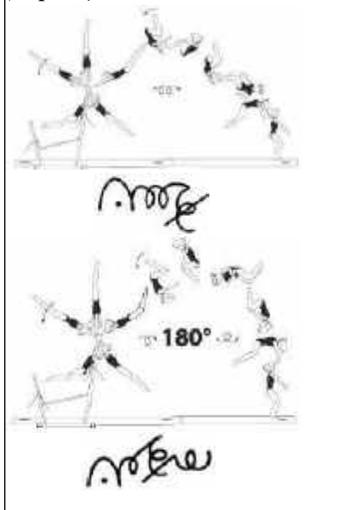
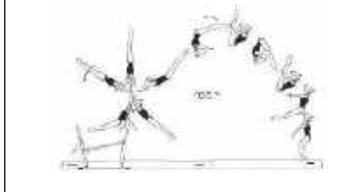
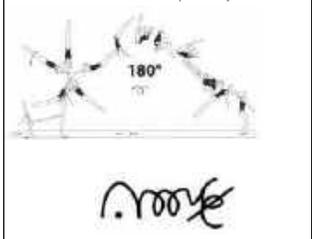
## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 6.000 — СОСКОКИ

6.105	<p>6.205</p> <p>Двойное сальто назад вгрупп</p>  	<p>6.305</p> <p>Большим махом вперед двойное сальто назад согн</p>  	<p>6.405</p> <p>Большим махом вперед двойное сальто назад вгрупп с пов на 1/1 (360°) в первом или во втором сальто («Морио»/«Чусовитина»)</p>  	<p>6.505</p> <p>Большим махом вперед двойное сальто назад вгрупп с пов на 1/2 (540°) («Мустафина»)</p>  	<p>6.605 –</p> <p>Большим махом вперед двойное сальто назад вгрупп с пов на 2/1 (720°) («Фабричнова»)</p>  
6.106	6.206	6.306	<p>6.406</p> <p>Большим махом вперед – двойное сальто назад прогн</p>  	6.506	<p>6.606</p> <p>Большим махом вперед – двойное сальто назад прогн с пов на 1/1 (360°) в первом или втором сальто</p>   <p>6.706</p> <p>Большим махом вперед – двойное сальто назад прогн с пов на 2/1 (720°) («Рай»)</p>  

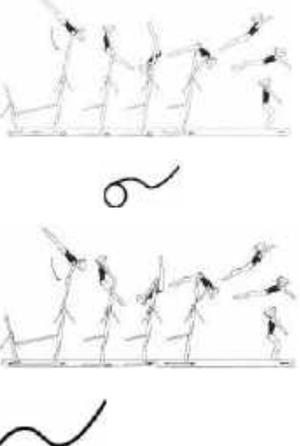
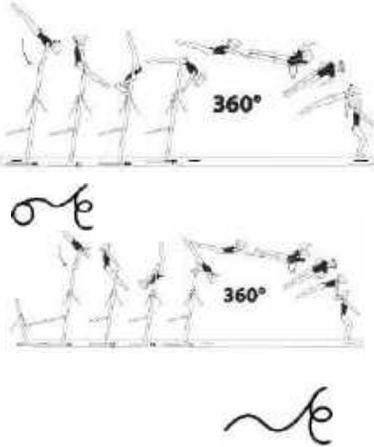
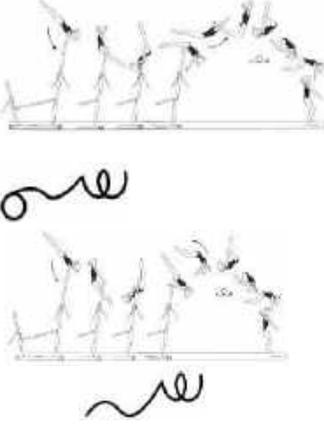
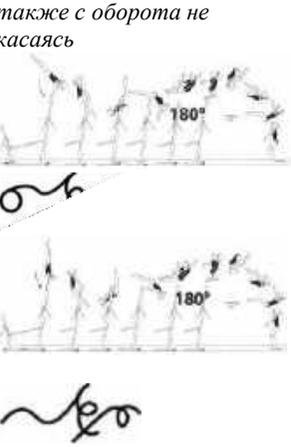
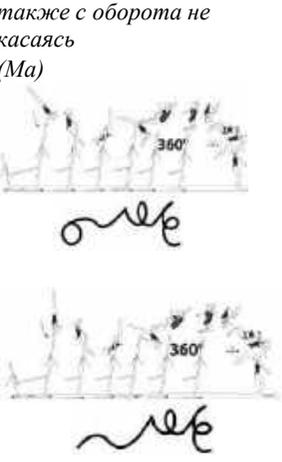
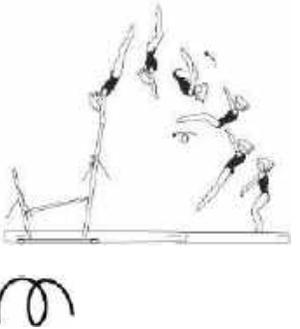
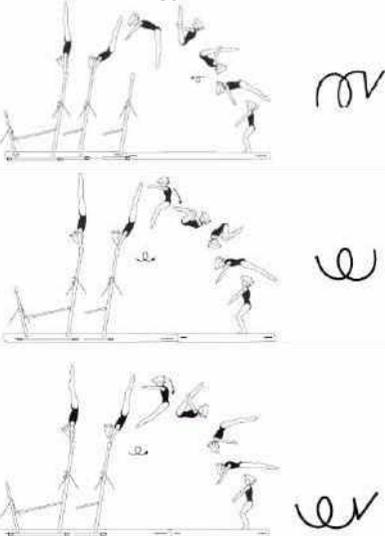
## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 6.000 — СОСКОКИ

6.107	6.207	6.307	<p><b>6.407</b>          Большим махом вперед – сальто назад в груп спов на 1/2 (180°)- в сальто вперед в груп («Фонтэйи»)</p>   <p>Большим махом вперед с пов на 1/2 (180°) – двойное сальто вперед в груп</p>   <p>у</p>	<p><b>6.507</b>          Большим махом вперед – сальто назад прогн спов на 1/2 (180°) – в сальто вперед прогн («Бланко»)</p>   <p>Большим махом вперед с пов на 1/2 (180°) – сальто вперед согн («Гюваннини»/ «Ли Я»)</p>  	<p><b>6.607</b></p> <p><b>6.707</b>          Большим махом вперед – тройное сальто назад в груп («Магана»)</p>  
-------	-------	-------	--	---	--

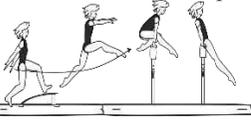
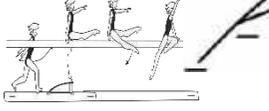
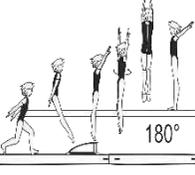
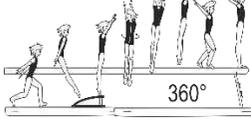
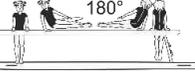
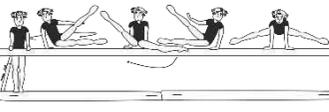
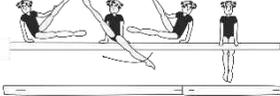
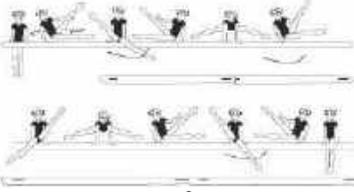
РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 6.000 — СОСКОКИ

<p><b>6.108</b>                  Большим махом назад - сальто вперед в груп, согн или прогн или с оборота вперед не касаясь ноги врозь на В/Ж в сальто вперед в груп.</p> 	<p><b>6.208</b>                  Большим махом назад - сальто вперед в груп или прогн с пов на 1/2 (180°) или прогн с пов на 1/2 (180°) или прогн с пов на 1/1 360°</p> 	<p><b>6.308</b>                  Большим махом назад - сальто вперед прогн с пов на 1 1/2 (540°) или на 2/1 (720°)                  («Печштейн»)</p>  <p>Большим махом назад - пов на 1/2 (180°) и двойное сальто назад в груп («Фан»)</p> 	<p><b>6.408</b>                  Большим махом назад - двойное сальто вперед в груп</p> 	<p><b>6.508</b>                  Большим махом назад - двойное сальто вперед в груп с повна 1/2 (180°) или сальто вперед с пов на 1/2 (180°) и сальто назад в груп («Араи»)</p>  <p>Большим махом назад - двойное сальто вперед согн («Стюарт»)</p> 	<p><b>6.608</b>                  Большим махом назад - двойное сальто вперед согн с пов на 1/2 (180°)</p> 
--	--	--	---	--	---

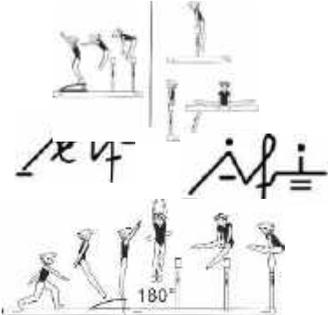
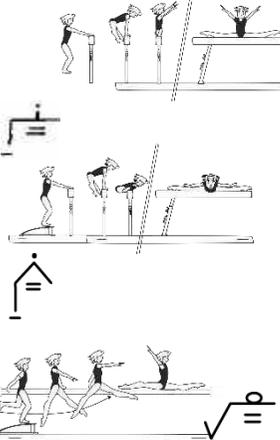
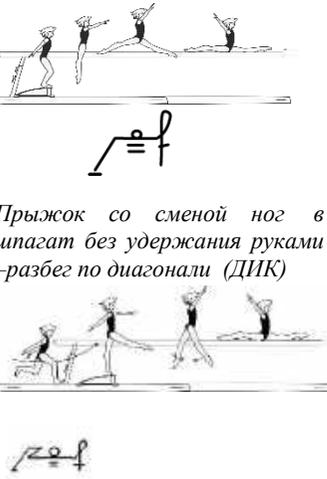
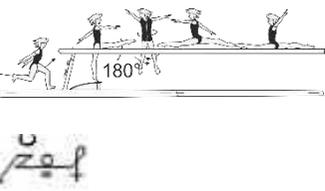
## РАЗНОВЫСОКИЕ БРУСЬЯ 6.000 — СОСКОКИ

<p><b>6.109</b></p>	<p><b>6.209</b> С оборота назад – соскок летом, то же самое не касаясь</p> 	<p><b>6.309</b> С оборота назад – соскок летом (а также с оборота не касаясь) с пов на 1/1 (360°)</p> 	<p><b>6.409</b> С оборота назад – соскок летом - сальто назад в групп также с оборота не касаясь («Мухина»)</p> 	<p><b>6.509</b> С оборота назад – соскок летом с пов на 1/2 (180°) и в сальто вперед в групп, а также с оборота не касаясь</p> 	<p><b>6.609</b> С оборота назад – соскок летом - сальто назад в групп с пов на 1/1 (360°), а также с оборота не касаясь (Ma)</p> 
<p><b>6.110</b></p>	<p><b>6.210</b> С В/Ж- сальто вперед в групп</p> 	<p><b>6.310</b> С В/Ж- сальто вперед согн или сальто назад в групп или согн</p> 	<p><b>6.410</b></p>	<p><b>6.510</b></p>	<p><b>6.610</b></p>

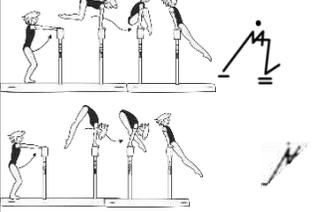
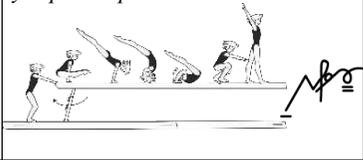
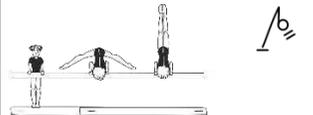
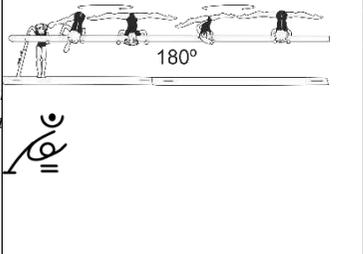
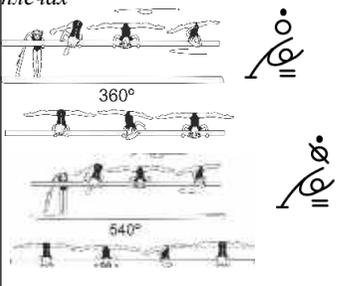
## БРЕВНО 1.000 — НАСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.101 (D)</b> Прыжок – при приземлении показать арабеск (нога мин. на уровне горизонтали)</p>  	<p><b>1.201 (D)</b> Прыжок шагом (шапагат 180°)</p> 	<p><b>1.301 (D)</b></p>	<p><b>1.401 (D)</b> Прыжок со сменой ног в шапагат (мах первой ногой до 45°)</p>  	<p><b>1.501</b></p>	<p><b>1.601</b></p>
(D) = Танцевальный элемент					
<p><b>1.102 (D)</b> Толчком одной, махом другой, наскок не касаясь (ноги переносятся поочередно) в упор сидя сзади – начало разбега 90° по отношению к бревну Прыжок со сменой через бревно в положение сидя на бедре – разбег диагонально к бревну</p>    		<p><b>1.302 (D)</b> Толчком двух ног наскок с пов на 1/2 (180°) в положение стоя</p>  	<p><b>1.402 (D)</b> Толчком двух ног наскок с пов на 1/1 (360°) в фазе полета в положение стоя – разбег с конца бревна или по диагонали</p>  	<p><b>1.502</b></p>	<p><b>1.602</b></p>
<p><b>1.103</b> Стоя лицом к бревну, теремах двумя через сторону упор сидя сзади, также с пов на 1/2 (180°)</p>     <p>Прыжок с опорой рук, пов на 3/4 (270°) в упоре в положение сидя на бедре</p>  	<p><b>1.203</b></p>	<p><b>1.303</b> Два круга ноги врозь</p>   	<p><b>1.403</b> Три скрещения («Хомма»)</p>   <p>Два круга двумя с последующим кругом ноги врозь («Баитова»)</p>   	<p><b>1.503</b></p>	<p><b>1.603</b></p>

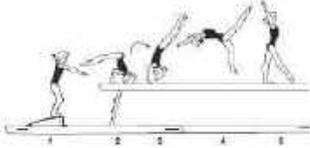
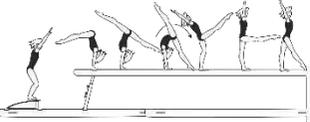
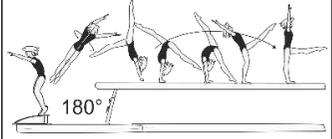
## БРЕВНО 1.000 —НАСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.104</b></p>	<p><b>1.204 (D)</b>  <i>Лицом к середине бревна - прыжок с пов на 1/2 (180°) прыжок назад рондата прыжок ноги врозь в упор назад касаясь или в шпагат - начало разбега 90° по отношению к бревну</i></p> 	<p><b>1.304 (D)</b>  <i>Лицом к середине бревна - с рондата прыжок ноги врозь в упор назад касаясь или в шпагат - начало разбега 90° по отношению к бревну</i></p> 	<p><b>1.404</b></p>	<p><b>1.504</b></p>	<p><b>1.604</b></p>
<p><b>1.105 (D)</b>  Толчком двумя ногами (с опорой на руки) наскок в поперечный шпагат или толчком двух ног или одной ногой наскок в шпагат - разбег по диагонали (разрешается опора одной рукой)</p> 	<p><b>1.205</b></p> 	<p><b>1.305 (D)</b>  Толчком двух ног -наскок не касаясь в шпагат -разбег по диагонали.</p> <p>Прыжок со сменой ног в шпагат без удержания руками -разбег по диагонали (ДИК)</p> 	<p><b>1.405(D)</b>  Прыжок со сменой ног и пов на 180° от бревна в шпагат без удержания руками - разбег поддиагонали (ДИК)</p> 	<p><b>1.505</b></p>	<p><b>1.605</b></p>

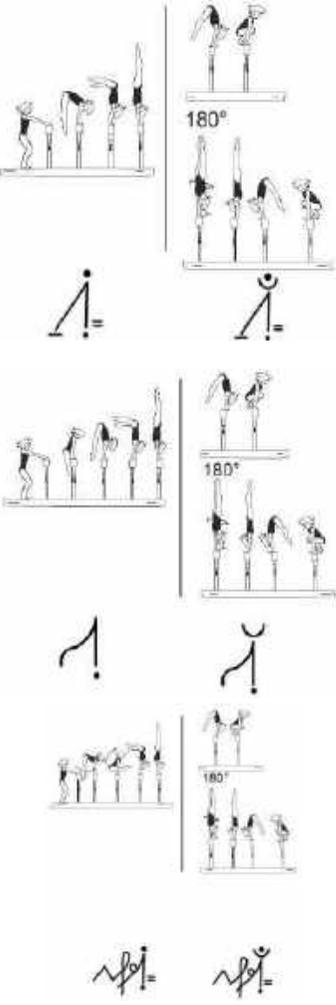
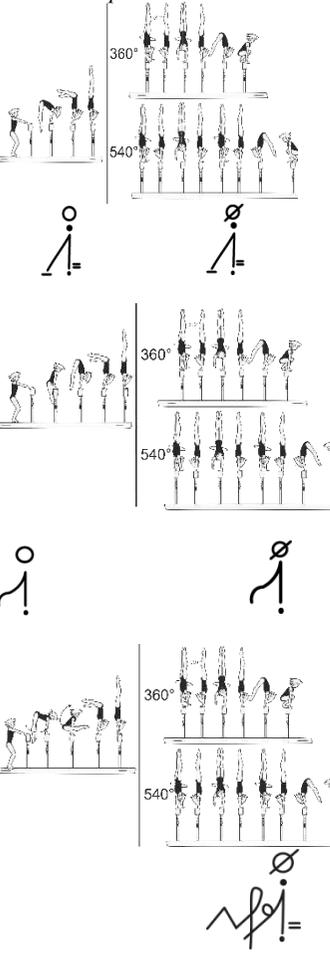
## БРЕВНО 1.000 —НАСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.106</b> Лицом к середине бревна - перемах согнув ноги или согн в упор сидя сзади</p> 	<p><b>1.206</b></p>	<p><b>1.306</b></p>	<p><b>1.406</b></p>	<p><b>1.506</b></p>	<p><b>1.606</b></p>
<p><b>1.107</b></p>	<p><b>1.207</b> С конца или с середины бревна - наскок кувыркоком вперед</p>  <p>Наскок в упор вне на конце бревна – махом назад кувырок вперед</p> 	<p><b>1.307</b></p>	<p><b>1.407</b></p>	<p><b>1.507</b></p>	<p><b>1.607</b></p>
<p><b>1.108</b> Колесо с согнутыми руками через стойку на груди в сед</p>  <p>Стоя лицом к бревну – прыжок стойку на груди, руки согнуты</p> 	<p><b>1.208</b> Прыжок с пов на 1/2 (180°) в стойку на плечах, 1/2(180°) в стойку на груди («Силиваши»)</p> 	<p><b>1.308</b> Прыжок с пов на 1/2 (180°) в стойку на плечах, 1/1(360°) в стойку на плечах</p> 	<p><b>1.408</b></p>	<p><b>1.508</b></p>	<p><b>1.608</b></p>

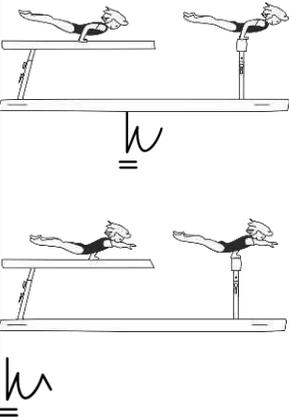
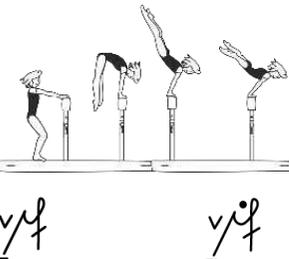
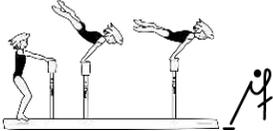
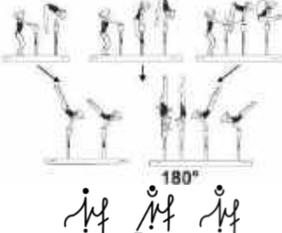
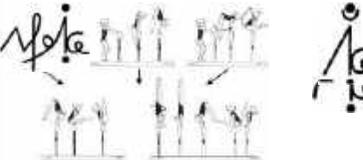
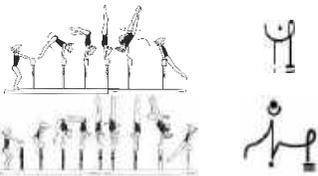
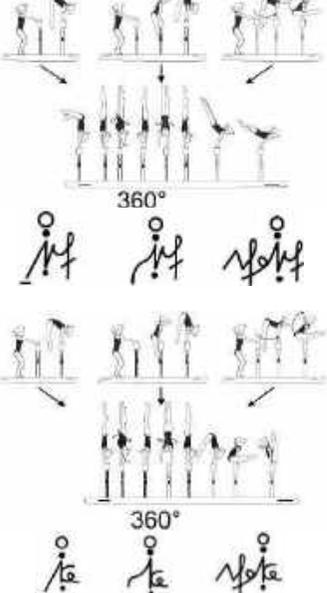
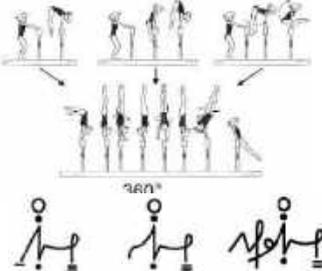
## БРЕВНО 1.000 —НАСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
1.109	1.209	<p data-bbox="801 185 1111 272"><b>1.309</b> С конца бревна – подъем разгибом с головы</p>  <p data-bbox="952 467 1003 520">L</p> <p data-bbox="801 528 1111 616">С конца бревна – наскок в положение согн в стойке – переворот вперед</p>  <p data-bbox="913 751 1003 804">M</p> <p data-bbox="801 820 1144 940">С конца бревна - прыжок согн в ст на pp - переворот вперед с фазой полетас приземлением на однули две ноги</p>  <p data-bbox="824 1110 931 1179">M</p>  <p data-bbox="824 1350 931 1418">M</p>	1.409	1.509	<p data-bbox="1787 185 2074 304"><b>1.609</b> С конца бревна - рондат фляк с пов на 1/2 (180°) и переворот вперед(ДУН)</p>  <p data-bbox="1848 432 1899 456">180°</p> <p data-bbox="1787 544 1861 596">M!</p>

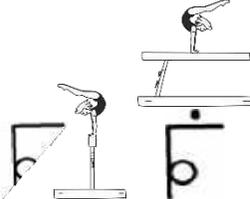
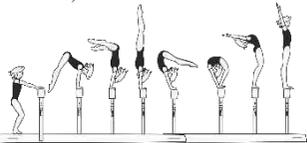
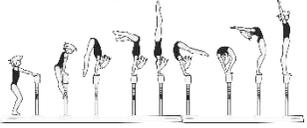
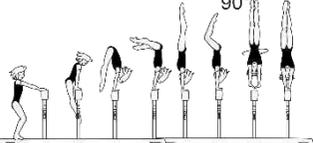
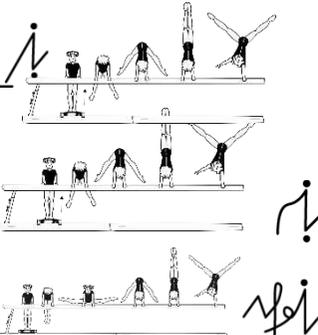
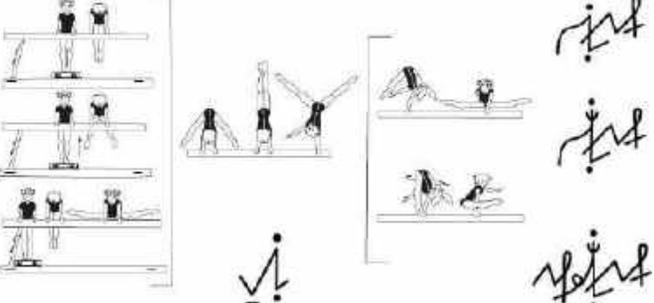
## БРЕВНО 1.000 —НАСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.110</b></p>	<p><b>1.210</b>  <i>Прыжком, силой или махом стойка(2 с), с опусканием в позицию с касанием бревна а, также с пов на 1/2 (180°)в стойке</i></p> 	<p><b>1.310</b>  <i>Прыжком, силой или махом ст на рр с повна 1/1 –1 1/2 (360°- 540°) - с опусканием в позицию с касанием бревна</i></p> 	<p><b>1.410</b></p>	<p><b>1.510</b></p>	<p><b>1.610</b></p>

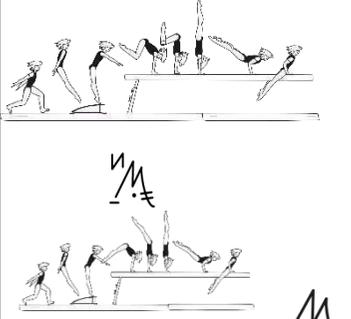
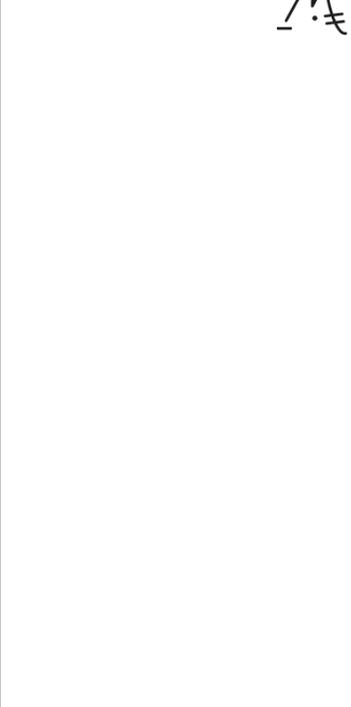
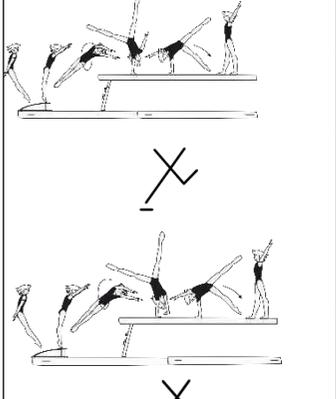
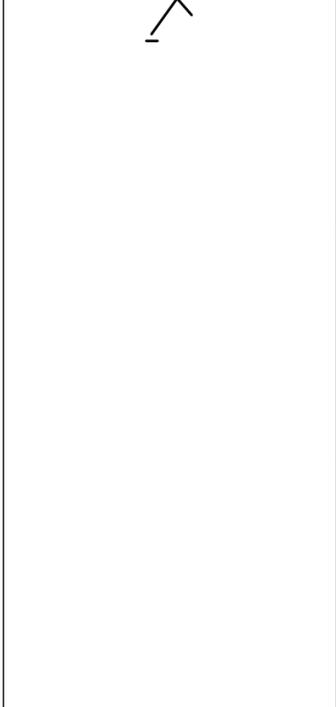
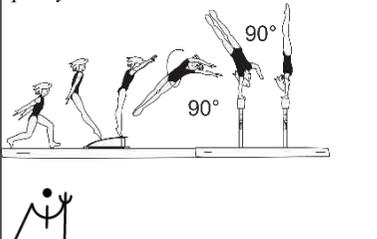
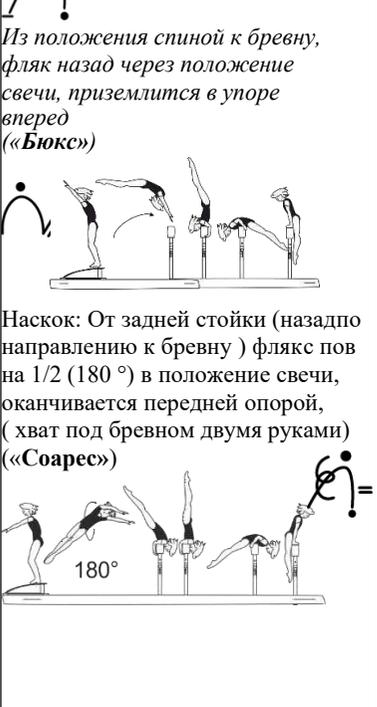
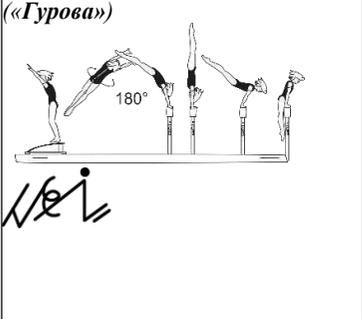
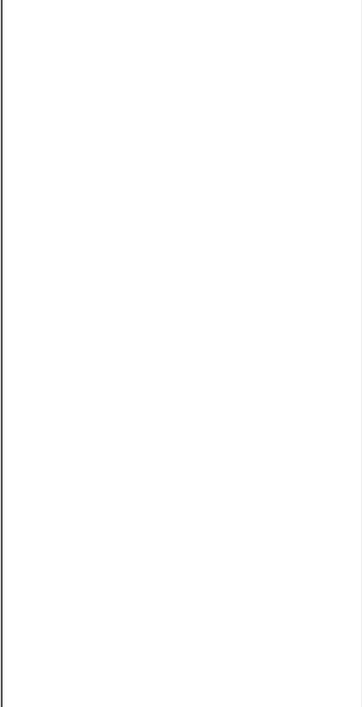
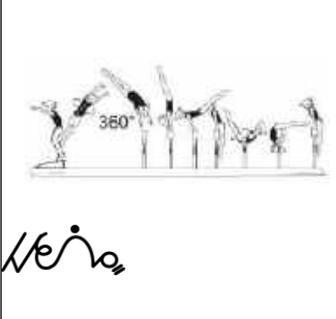
БРЕВНО 1.000 —НАСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.111</b> Гор упор на одной или двух согнутых руках (2 с), ноги вместе или врозь</p> 	<p><b>1.211</b> Прыжок согн в гор упор (мин. 45°)(2 с.) – удержание выше горизонтали, любая окончательная поза</p> 	<p><b>1.311</b> Прыжок прогн в гор упор (2 сек.)(Шуцунова)</p>  <p>Прыжок, мах или спичаг в стойку с опусканием в гор упор (2 сек), также с пов на 1/2 (180°) в стойке</p>  <p>Прыжок, мах или спичаг в стойку с опусканием в высокий угол (2 сек), также с пов на 1/2 (180°) в стойке</p>  <p>Диамидовский пов в положение сидя или с приземлем на одну ногу (Яфанг)</p> 	<p><b>1.411</b> Прыжком, силой или махом в ст на рр пов на 1/1 (360°) в стойке - с опусканием в гор упор, (мин. 45°) или в упор согн (2 с.)</p>  <p>Прыжком, силой или махом в ст на рр пов на 1/1 (360°) в стойке -- Диомидовский продольно</p> 	<p><b>1.511</b></p>	<p><b>1.611</b></p>

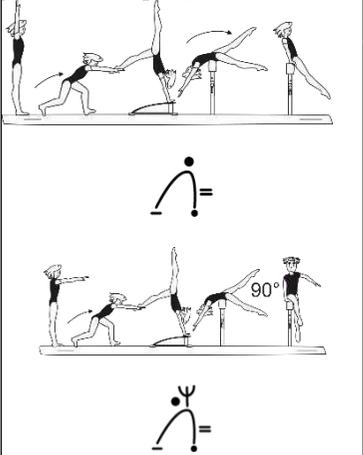
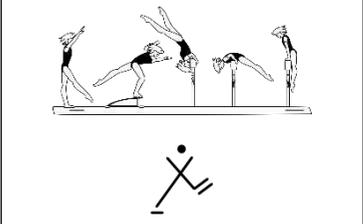
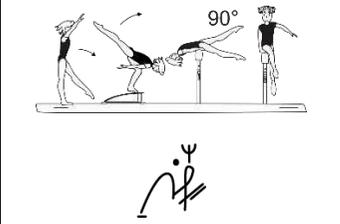
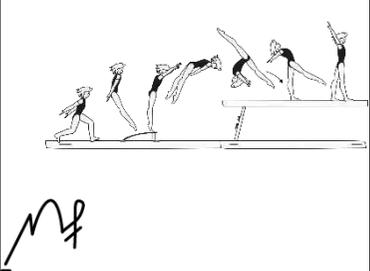
## БРЕВНО 1.000 — НАСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
1.112	1.212	<p><b>1.312</b> Ст. на рр с большим прогибом тела назад (2 сек) А также согн - одна нога вертикально, а другая согнута (2 с)</p>  <p>Стойка прогн с различными вариантами положения ног на уровне горизонтали – опускание в любую позу (2 с)</p> 	<p><b>1.412</b> Стойка силой или прыжком продольно – медленный переворот вперед на две ноги (Филипп)</p>   	1.512	1.612
1.113	<p><b>1.213</b> Силой ст на рр продольно со сгибанием и разгибанием ног - перескок пов на 1/4 (90°) в ст на рр поперечно – опуститься в любое окончательное положение</p>  	<p><b>1.313</b> Прыжком, силой или махом ст на рр - перенос центра тяжести на одну руку - (2 сек) с опусканием в любое окончательное положение</p> 	<p><b>1.413</b> Прыжком или силой стойка на одной руке с опусканием в любое конечное положение (Ранкин) Прыжком, силой или махом - ст на рр- перенос центра тяжести на одну руку (2 сек) с опусканием в упор углом вне на одной руке, также с пов на 1/4 (90°)</p> 		

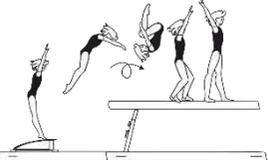
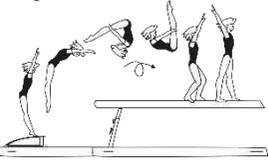
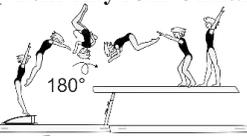
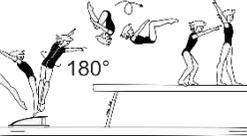
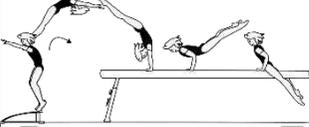
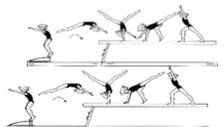
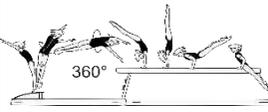
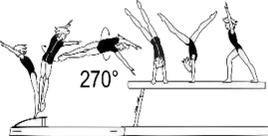
## БРЕВНО 1.000 —НАСКОКИ

А	В	С	D	Е	F/G
<p><b>1.114</b> Прыжок в ст на ррс согнутыми или прямыми ногами – опуститься в любое окончательное положение</p>  	<p><b>1.214</b> Колесо на одной или двух руках</p>  	<p><b>1.314</b> Прыжок прогн с пов на 1/4 (90°) в проходящую стойку на одной руке с последующей опорой на другую -пов на 1/4 (90°) в стойку продольно, опуститься в любую позицию-разбег 1/4 (90°) к бревну</p>   <p>Из положения спиной к бревну, фляк назад через положение свечи, приземлится в упоре вперед («Бюкс»)</p>  <p>Наскок: От задней стойки (назадпо направлению к бревну ) флякс пов на 1/2 (180 °) в положение свечи, оканчивается передней опорой, ( хват под бревном двумя руками) («Соарес»)</p> 	<p><b>1.414</b> Рондат -фляк с пов на 1/2 (180°) с приходом близко к стойке - опуститься в любое окончательное положение («Гурова»)</p>  	<p><b>1.514</b> Лицом к бревну -рондат - фляк с пов на 1/1 (360°) в оборот назад («Замолодчикова»)</p>  	<p><b>1.614</b></p>

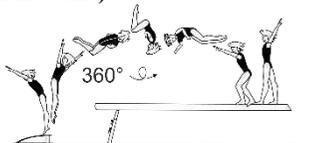
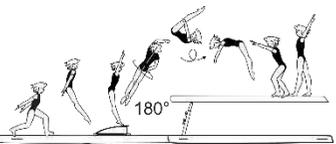
## БРЕВНО 1.000 —НАСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
1.115	<p data-bbox="497 183 860 343"><b>1.215</b> Переворот вперед с опорой руками на мостике в упор сидя сзади или - с пов на 1/4 (90°) в сед на бедре – разбег(90°)к бревну</p>  <p data-bbox="497 837 860 901">Тоже самое колесо - разбег(90°)к бревну</p> 	<p data-bbox="860 183 1200 295"><b>1.315</b> Маховое сальто в упор сзади или с пов на 1/4 (90°) в сед на бедре</p>  	1.415	1.515	<p data-bbox="1749 183 2119 295"><b>1.615</b> С конца бревна - толчком двумя ногами сальто вперед прогн с приходом на одну ногу</p> 

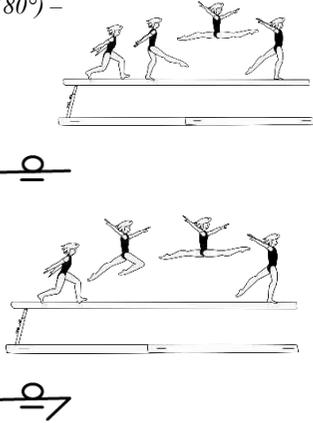
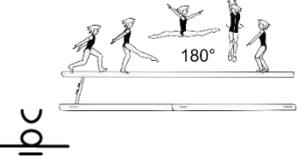
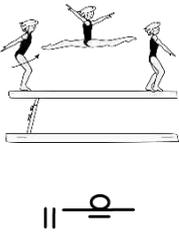
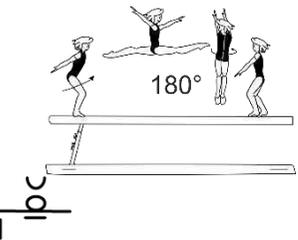
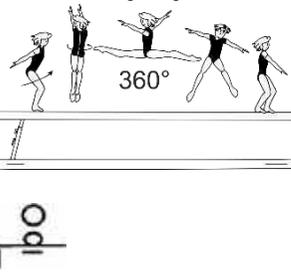
## БРЕВНО 1.000 —НАСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
1.116	1.216	1.316	<p>1.416 С конца бревна - толчком двумя ногами сальто вперед в групп</p>  	<p>1.516 С конца бревна - толчком двумя ногами сальто вперед согн</p>  	<p>1.616 С конца бревна - толчком двумя ногами сальто вперед в групп с пов на 1/2 (180°) («Вонг Хиу Юнг Энжел»)</p>  <p>180°</p>  <p>1.716 С конца бревна рондат – прыжок назад с пов на 1/2 (180°) сальто вперед в групп (твист) («Эркег»)</p>  <p>180°</p> 
1.117	1.217	<p>1.317 С конца бревна рондат фляк вупор сидя верхом</p>  	<p>1.417 С конца бревна рондат фляк наодной или двух руках в стойку.</p>   <p>С конца бревна рондат фляк с пов на 1/1 (360°) в упорсидя верхом на бревне (Тсавдариду)</p>  <p>360°</p> 	<p>1.517 С конца бревна рондат фляк с пов на 3/4(270°) в положение стоя</p>  <p>270°</p> 	1.617

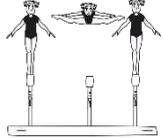
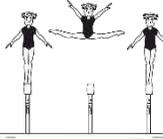
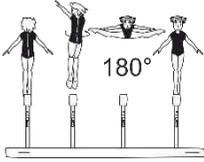
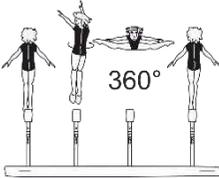
## БРЕВНО 2.000 — ПРЫЖКИ С ОДНОЙ И ДВУХ НОГ И ПОДСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
1.118	1.218	1.318	1.418	<p><b>1.518</b> С конца бревна -рондат сальто назад в групп, согнули прогн с приземлением на одноногу продольно или поперечно</p>  <p>KE</p>  <p>KEV</p>  <p>KEU</p>	<p><b>1.618</b> С конца бревна -рондат сальто назад в групп пов на 1/1 (360°) («ГАРИСОН»)</p>  <p>KE<sup>n</sup></p> <p>С конца бревна -рондат сальто назад прогн</p>  <p>KE<sup>n</sup>  </p> <p><b>1.718</b> С конца бревна -рондат сальто назад прогн с пов на 1/1 (360°)</p>
1.119	1.219	1.319	1.419	1.519	<p><b>1.619</b> С конца бревна - прыжок вперед с пов на 1/2(180°) – сальто назад согн</p>  <p>KEV</p>

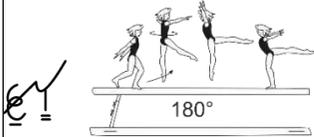
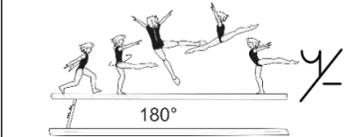
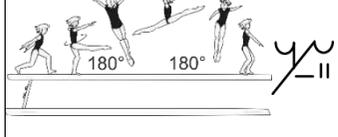
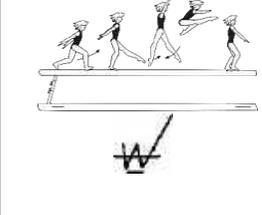
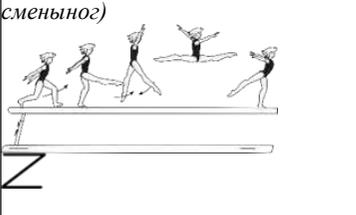
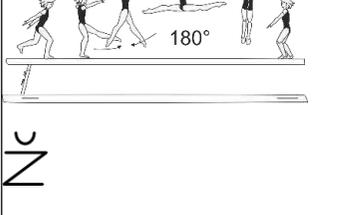
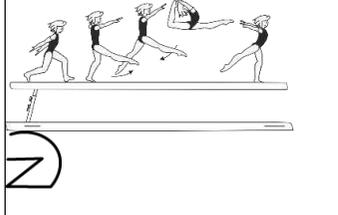
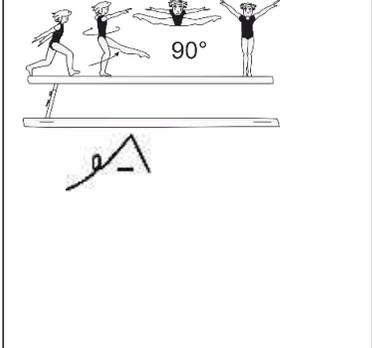
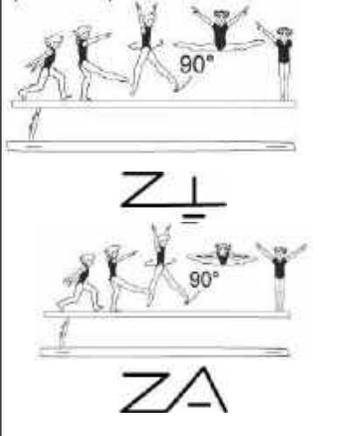
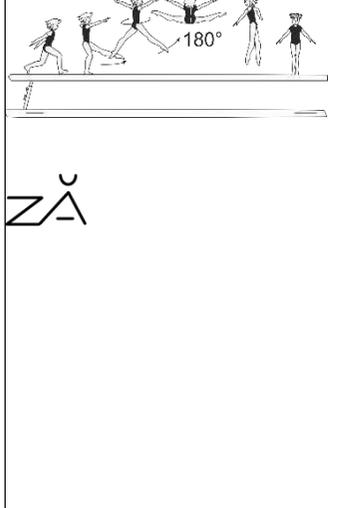
## БРЕВНО 2.000 — ПРЫЖКИ С ОДНОЙ И ДВУХ НОГ И ПОДСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>2.101</b> Прыжок шагом в шпагат (разведение ног 180°) –</p> 	<p><b>2.201</b></p>	<p><b>2.301</b> Прыжок шагом в шпагат с пов на 1/2 (180°).</p> 	<p><b>2.401</b></p>	<p><b>2.501</b></p>	<p><b>2.601</b></p>
<p><b>2.102</b></p>	<p><b>2.202</b> Толчком двух ног прыжок в шпагат с двух ног (разведение ног 180°) – положение на бревне поперечно</p> 	<p><b>2.302</b> Толчком двух ног прыжок в шпагат с пов на 1/2 (180°) положение поперек бревна</p> 	<p><b>2.402</b> Толчком двух ног прыжок в шпагат с пов на 1/1 (360°) - положение поперек бревна</p> 	<p><b>2.502</b></p>	<p><b>2.602</b></p>  <p>Прыжки из положения вдоль заканчиваемые в положение поперечно и наоборот считаются элементами, выполненными поперечно (дополнительные 90° не меняют элемент)</p>

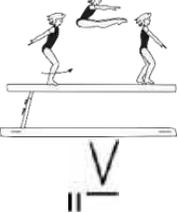
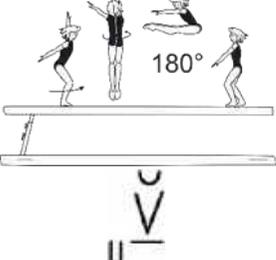
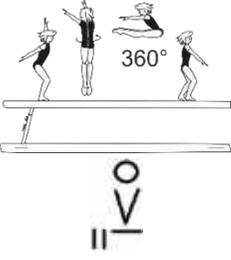
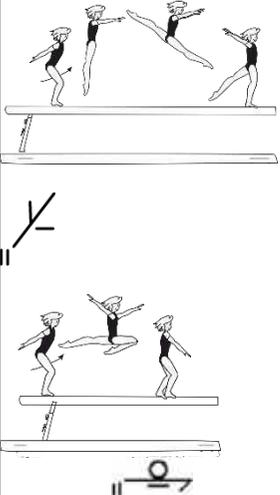
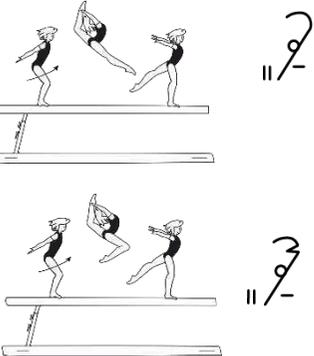
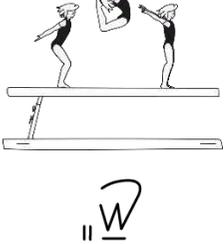
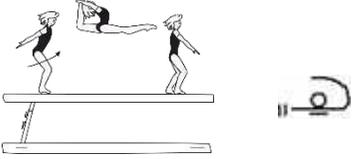
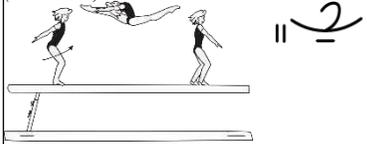
## БРЕВНО 2.000 — ПРЫЖКИ С ОДНОЙ И ДВУХ НОГ И ПОДСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
2.103	<p data-bbox="495 180 869 316"><b>2.203 (*)</b> Прыжок ноги врозь согн (обе ноги выше горизонтали), или поперечный шпагат – поперек бревна</p>   	<p data-bbox="869 180 1229 268"><b>2.303</b> Прыжок ноги врозь согн спов на 1/2 (180°) поперек бревна</p>  	<p data-bbox="1229 180 1624 268"><b>2.403</b> Прыжок ноги врозь согн спов на 1/1 (360°) поперк бревна</p>  	2.503	2.603
				Элементы с * в одной колонке получают ДВ один раз в	
				Прыжки из положения вдоль заканчиваемые в положение поперечно инаоборот считаются элементами, выполненными поперечно (дополнительные 90° не меняют элемент)	

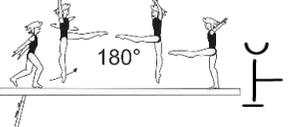
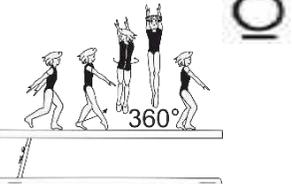
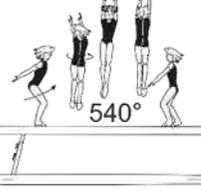
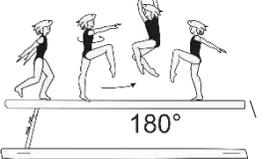
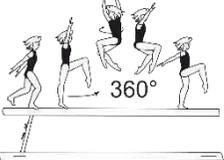
## БРЕВНО 2.000 — ПРЫЖКИ С ОДНОЙ И ДВУХ НОГ И ПОДСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>2.104</b></p>	<p><b>2.204</b> Подскок с пов на 1/2 (180°) и приземлением в равновесие (нога выше горизонтали)</p> 	<p><b>2.305</b></p>	<p><b>2.405</b> Прыжок со сменой прямых ног в шпагат и пов на 1/2 (180°) – перекидной</p> 	<p><b>2.504</b> Перекидной с пов на 1/2 (180°)</p> 	<p><b>2.604</b></p>
<p><b>2.105</b> Прыжок со сменой ног в пистолетик (угол бедер 45°),</p> 	<p><b>2.205</b></p>	<p><b>2.305</b> Прыжок со сменой ног в шпагат (мах первой ноги мин. 45°, разведение ног 180° после смены ног)</p> 	<p><b>2.405</b> Прыжок со сменой ног в шпагат спов на 1/2 (180°)</p> 	<p><b>2.505</b> Прыжок со сменой ног в кольцо</p> 	<p><b>2.605</b></p>
<p><b>2.106</b></p>	<p><b>2.206</b> Прыжок шагом с пов на 1/4 (90°) в положение ноги врозь согн (обе ноги выше горизонтали) с приземлением на одну или две ноги</p> 	<p><b>2.306</b> Прыжок шагом со сменой ног и пов на 1/4 (90°) в поперчный шпагат (180°) или положение ноги врозь согн («ДЖОНСОН»)</p> 	<p><b>2.406</b></p>	<p><b>2.506</b> Джонсон с пов на 1/2 (180°)</p> 	<p><b>2.606</b></p>

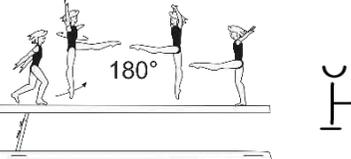
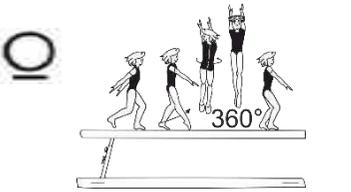
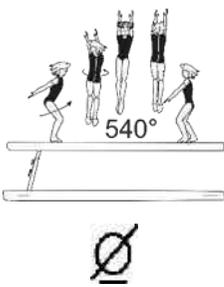
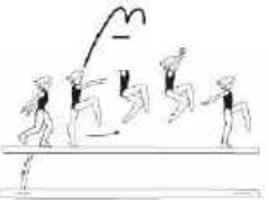
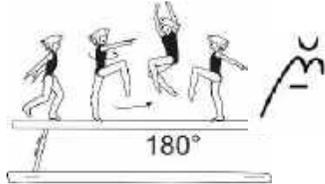
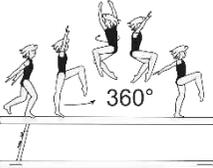
## БРЕВНО 2.000 — ПРЫЖКИ С ОДНОЙ И ДВУХ НОГ И ПОДСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>2.107</b> Поперек бревна прыжок согн (угол &lt;math&gt;&lt;90^\circ&lt;/math&gt;)</p> 	<p><b>2.207</b> Поперек бревна– прыжок согн с пов на 1/2(180°)</p> 	<p><b>2.307</b></p>	<p><b>2.407</b> Поперек бревна – прыжок согн с пов на 1/1(360°)</p> 	<p><b>2.507</b></p>	<p><b>2.607</b></p>
<p>Прыжки из положения вдоль заканчиваемые в положение поперечно и наоборот считаются элементами, выполненными поперечно (дополнительные 90° не меняют элемент)</p>					
<p><b>2.108 (*)</b> Сисон (разведение ног 180°) –отталкивание с двух ног, приземление на одну ногу</p> 	<p><b>2.208(*)</b> Прыжок в кольцо, задняя нога на уровне головы, спина прогнута, голова откинута (разведение ног 180°), также со сгибанием передней ноги</p> 	<p><b>2.308</b> Прыжок с прогибом в верхней части спины, голова откинута, стопы почти касаются головы</p> 	<p><b>2.408(*)</b> Прыжок в шпагат в кольцо(шпагат180°)</p>  <p>Прыжок шагом в кольцо (шпагат 180°)</p>  <p>Поперек бревна – толчком двух ног прыжок в пере-шпагат, спина прогнута и голова откинута (ЯНГ БО)</p> 	<p><b>2.508</b></p>	<p><b>2.608</b></p>
<p>Элементы с * в одной колонке получают ДВ один раз в</p>					

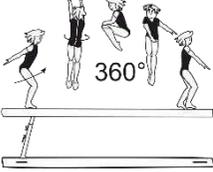
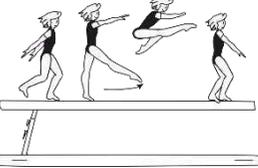
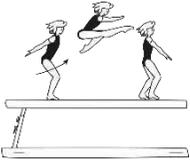
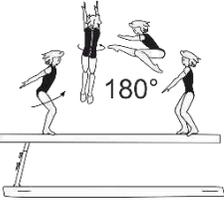
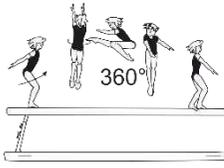
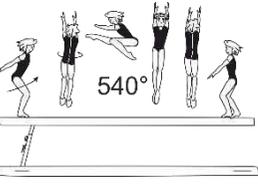
## БРЕВНО 2.000 — ПРЫЖКИ С ОДНОЙ И ДВУХ НОГ И ПОДСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>2.109</b></p>	<p><b>2.209 (*)</b>  <i>Подскок с пов на 1/2 - 180° свободная нога на уровне горизонтали</i></p>  <p><b>180°</b></p> <p><i>Прыжок прогн с повна 1/1 (360°) поперек бревна</i></p>  <p><b>360°</b></p>	<p><b>2.309</b></p>	<p><b>2.409</b>  <i>Прыжок прогн с повна 1 1/2 (540°) поперек бревна</i></p>  <p><b>540°</b></p>	<p><b>2.509</b></p>	<p><b>2.609</b></p>
<p>Элементы с * в одной колонке получают ДВ один раз в хронологическом порядке</p>					
<p><b>2.110(*)</b>  <i>Прыжок со сменой согнутых ног с пов на 1/2 (180°) (поочередно колени выше горизонтали)</i></p>  <p><b>180°</b></p> <p><i>Прыжок - смена ног – ножницы (ноги выше горизонтали)</i></p> 	<p><b>2.210</b>  <i>Прыжок со сменой согнутых ног спов на 180°</i></p>  <p><b>180°</b></p>	<p><b>2.310</b>  <i>Прыжок со сменой согнутых ног с пов на 1/1 (360°)</i></p>  <p><b>360°</b></p>	<p><b>2.410</b></p>	<p><b>2.510</b></p>	<p><b>2.610</b></p>

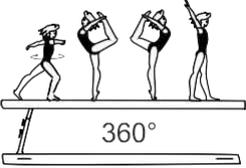
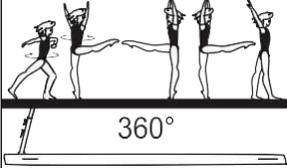
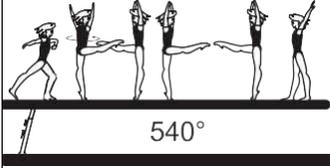
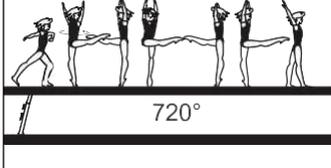
БРЕВНО 2.000 — ПРЫЖКИ С ОДНОЙ И ДВУХ НОГ И ПОДСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p>2.109</p>	<p>2.209 (*) Подскок с пов на 1/2 - 180° свободная нога на уровне горизонтали</p>  <p>180°</p> <p>Прыжок проги с пов на 1/1 (360°) поперек бревна</p>  <p>360°</p>	<p>2.309</p>	<p>2.409 Прыжок проги с пов на with 1 1/2 (540°) поперек бревна</p>  <p>540°</p>	<p>2.509</p>	<p>2.609</p>
<p>Элементы с * в одной колонке получают ДВ один раз в хронологическом порядке</p>					
<p>2.110(*) Прыжок со сменой согнутых ног с пов на 1/2 (180°) (поочередно колени выше горизонтали)</p>  <p>Прыжок - смена ног – ножницы (ноги выше горизонтали)</p> 	<p>2.210 Прыжок со сменой согнутых ног спов на 180°</p>  <p>180°</p>	<p>2.310 Прыжок со сменой согнутых ног спов на 1/1 (360°)</p>  <p>360°</p>	<p>2.410</p>	<p>2.510</p>	<p>2.610</p>

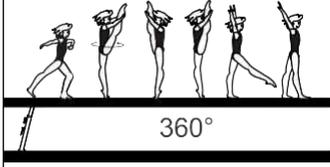
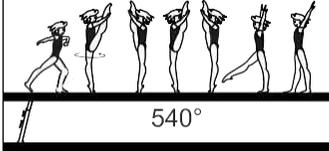
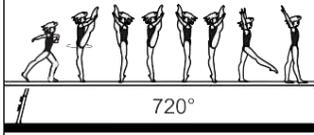
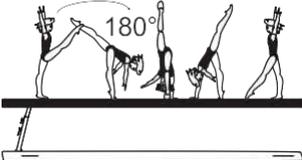
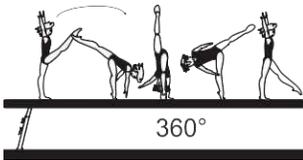
## БРЕВНО 3.000 — ПОВ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>2.110</b></p>	<p><b>2.211</b>  <i>Прыжок или подскок согнув ноги спов на 1/2 (180°) поперек бревна (тазобед. угол и угол в коленях 45°)</i></p>	<p><b>2.311</b>  <i>Прыжок или подскок согнув ноги с пов на 1/1 (360°) поперек бревна</i></p>  <p style="text-align: center;">360°</p> 	<p><b>2.411</b>  <i>Прыжок или подскок согнув ноги с пов на 1 1/2 (540°) поперек бревна</i></p>	<p><b>2.511</b></p> <p>Прыжки из положения вдоль заканчиваемые в положение поперечно и наоборот считаются элементами, выполненными поперечно (дополнительные 90° не меняют элемент)</p>	<p><b>2.611</b></p>
<p><b>2.112 (*)</b>  <i>Пистолетик с одной или двух ног поперек бревна (тазобед. угол 45°, колени вместе)</i></p>    	<p><b>2.212</b>  <i>Пистолетик с одной или двух ног с пов на 1/2 (180°) поперек бревна</i></p>  <p style="text-align: center;">180°</p> 	<p><b>2.312</b></p>	<p><b>2.412</b>  <i>Пистолетик с одной или двух ног спов на 1/1 (360°) поперек бревна</i></p>  <p style="text-align: center;">360°</p> 	<p><b>2.512</b>  <i>Пистолетик с одной или двух ног с пов на 1 1/2 (540°) поперек бревна</i></p>  <p style="text-align: center;">540°</p> 	<p><b>2.612</b></p>

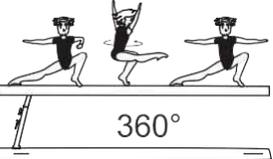
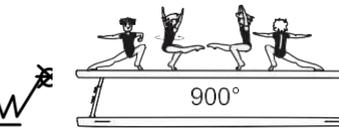
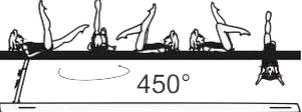
## БРЕВНО 3.000 — ПОВ

A	B	C	D	E	F/G
3.103	3.203	3.303	<p data-bbox="1240 185 1599 288"><b>3.403</b> Пов на 1/1 (360°) с удержанием свободной ноги сзади двумя руками (<i>Презиоса</i>)</p>  	3.503	3.603
3.104	3.204	<p data-bbox="824 643 1211 770"><b>3.304</b> Пов на 1/1 (360°) с пяткой свободной ноги на уровне гориз. во время всего пов (опорная нога может быть прямой или согнутой)</p>  	<p data-bbox="1240 643 1581 802"><b>3.404</b> Пов на 1 1/2 (540°) с пяткой свободной ноги на уровне гориз. во время всего пов (опорная нога может быть прямой или согнутой)</p>  	<p data-bbox="1635 643 1995 802"><b>3.504</b> Пов на 2/1 (720°) с пяткой свободной ноги на уровне гориз. во время всего пова (опорная нога может быть прямой или согнутой) (<i>«Вверх»</i>)</p>  	3.604

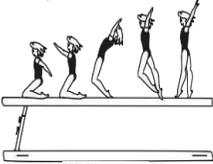
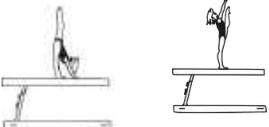
## БРЕВНО 3.000 — ПОВ

A	B	C	D	E	F/G
3.105	3.205	<p>3.305</p> <p>Пов на 1/1 (360°) с удержанием ноги в шпагате на 180° на протяжении всего пов</p>  <p>360°</p> 	<p>3.405</p> <p>Пов на 1 1/2 (540°) с удержанием ноги в шпагате на 180° на протяжении всего пов (Галанте)</p>  <p>540°</p> 	<p>3.505</p> <p>Пов на 2/1 (720°) с удержанием ноги в шпагате на 180° на протяжении всего пов (Сугихара)</p>  <p>720°</p> 	3.605
3.106	<p>3.206</p> <p>Пов на 1/2 (180°) (Иллюзион) с опусканием и подниманием туловища через вертикальный шпагат не касаясь маховой ногой бревна (разрешается проходящее касание бревна одной рукой)</p>  	3.30	<p>3.406</p> <p>Пов на 1/1 (360°) (Иллюзион) с опусканием и подниманием туловища через вертикальный шпагат не касаясь маховой ногой бревна (разрешается проходящее касание бревна одной рукой)</p>  <p>360°</p> 		

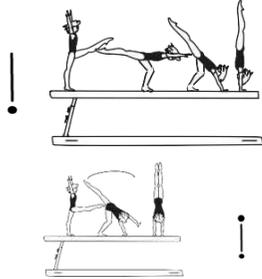
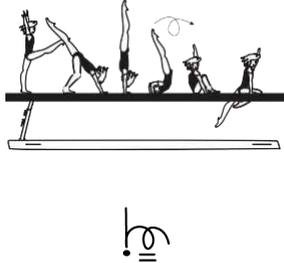
## БРЕВНО 4.000 — УДЕРЖАНИЯ И АКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ БЕЗ ПОЛЕТА

A	B	C	D	E	F/G
<p>3.107</p> <p>Элементы с * в одной колонке получают ДВ один раз в хронологическом порядке</p>	<p>3.207</p> <p><i>Пов на 1/1 (360°) в приседе на одной ноге – маховая нога прямая на протяжении всего пов</i></p>  <p>360°</p> 	<p>3.307</p> <p><i>Пов на 1 1/2 (540°) в приседе на одной ноге – маховая нога прямая на протяжении всего пов</i></p>  <p>540°</p> 	<p>3.407(*)</p> <p><i>Пов на 2/1 (720°) и на 2 1/2 (900°) в приседе на одной ноге – маховая нога прямая на протяжении всего пов («Хамхрей»)</i></p>  <p>720°</p>   <p>900°</p> 	<p>3.506</p> <p><i>Пов на 3/1 (1080°) в приседе на одной ноге – маховая нога прямая на протяжении всего пов («Митчелл»)</i></p>  <p>1080°</p> 	<p>3.606</p>
<p>3.108</p>	<p>3.208(*)</p> <p><i>Пов на 1/1 и 1 1/2 (360° и 540°) в положении лежа на животе – разрешается поочередная постановка рук</i></p>  <p>360°</p>   <p>540°</p> 	<p>3.308</p>	<p>3.408</p> <p><i>Пов на 1/4 (450°) лежа на спине (угол в тазобедренном суставе закрытый) («ЛИ ЛИ»)</i></p>  <p>450°</p> 	<p>3.508</p>	<p>3.608</p>

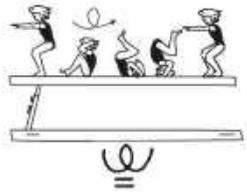
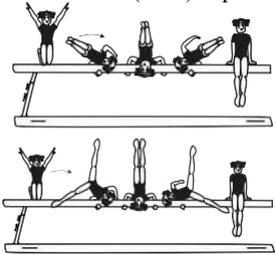
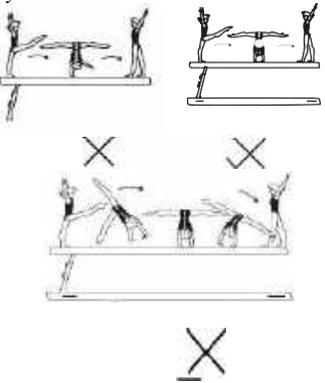
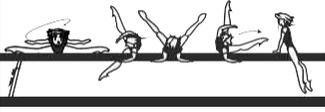
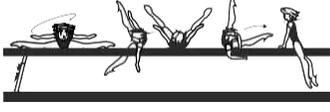
БРЕВНО 4.000 — УДЕРЖАНИЯ И АКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ БЕЗ ПОЛЕТА

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>4.101 (D)</b> Сидя на пятках волна вперед через полупальцы</p>  	<p><b>4.201</b></p>	<p><b>4.301</b></p>	<p><b>4.401</b></p>	<p><b>4.501</b></p>	<p><b>4.601</b></p>
<p>(D) Танц. элемент</p>					
<p><b>4.102 (D) (*)</b> Вертикальный шпагат с опорой руками перед опорной ногой (разведение ног <math>180^\circ</math>) (2 с.) или удержание ноги выше головы (2 с)</p>   <p>Удержание ноги, свободная нога прямая или согнутая (шпагат <math>&lt; 180^\circ</math>) (2 сек.)</p>  	<p><b>4.202</b> Удержание высокого угла (2 с)</p>  	<p><b>4.302</b></p>	<p><b>4.402</b></p>	<p><b>4.502</b></p>	<p><b>4.602</b></p>
<p>Элементы с * в одной колонкеполучают ДВ один раз в</p>					

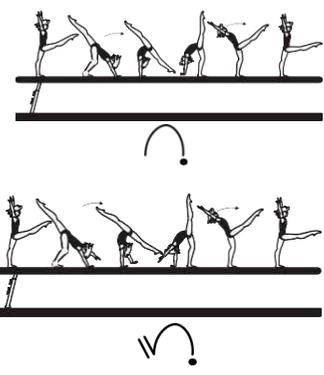
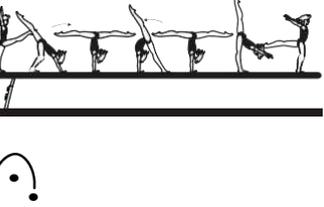
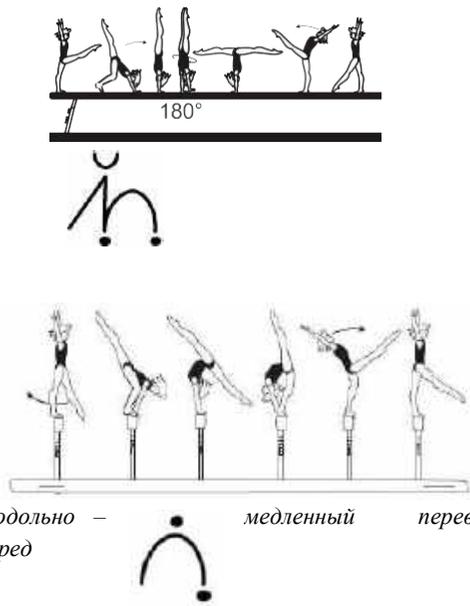
БРЕВНО 4.000 — УДЕРЖАНИЯ И АКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ БЕЗ ПОЛЕТА

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>4.103</b>  <i>Мах в стойку поперек или продольно (2 с.), опуститься в положение касаясь бревна</i></p> 	<p><b>4.203</b>  <i>Мах в стойку – кувырок вперед с или без опоры руками в положение седа или встать на ноги</i></p> 	<p><b>4.303</b></p>	<p><b>4.403</b></p>	<p><b>4.503</b></p>	<p><b>4.603</b></p>
<p><b>4.104</b></p>	<p><b>4.204</b>  <i>Кувырок вперед без опоры руками в положение сидя на бревне или в присед</i></p>  <p>Кувырок вперед через плечо с опорой рук в положение сидя на бревне или в присед</p> 	<p><b>4.304</b>  <i>Кувырок вперед через плечо без опоры рук в положение сидя на бревне или в присед</i></p> 	<p><b>4.404</b></p>	<p><b>4.504</b></p>	<p><b>4.604</b></p>

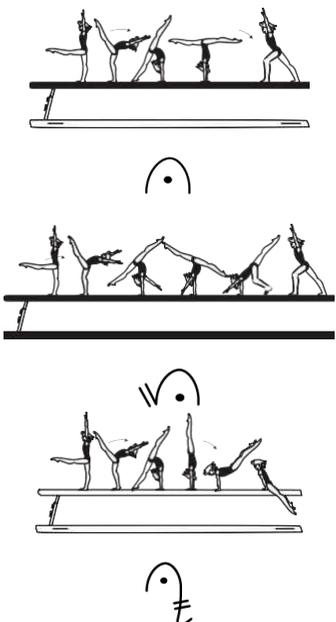
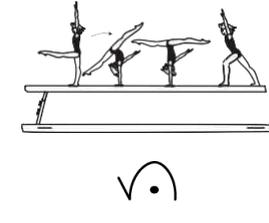
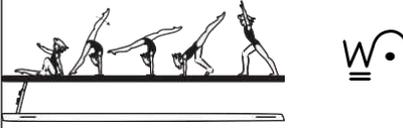
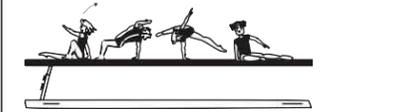
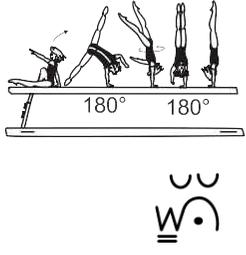
БРЕВНО 4.000 — УДЕРЖАНИЯ И АКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ БЕЗ ПОЛЕТА

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>4.105</b> Кувырок назад с опорой на руки сверху на бревно – приземление на одну или обе ноги</p> 	<p><b>4.20</b></p>	<p><b>4.305</b> Кувырок назад в ст на рр - опуститься в положение касаясь бревна</p>  	<p><b>4.405</b></p>	<p><b>4.505</b></p>	<p><b>4.605</b></p>
<p><b>4.106</b></p>	<p><b>4.206</b> Кувырок боком в груп или кувырок боком прогн через стойку на шее, также с 1/2 пов (180°) через плечо</p>  	<p><b>4.306</b> Кувырок боком прогн</p>  	<p><b>4.406</b></p>	<p><b>4.506</b></p>	<p><b>4.606</b></p>
<p><b>4.107</b> Колесо, также через одну руку или полетом до или после опоры руками.</p>  	<p><b>4.207</b> Кувырок боком согн с опорой наруки - конечное положение любое</p>  	<p><b>4.307</b> Из продольного или поперечного шпагата - кувырок боком прямым телом с разведением ног, конечное положение любое</p>  	<p><b>4.407</b></p>	<p><b>4.507</b></p>	<p><b>4.607</b></p>

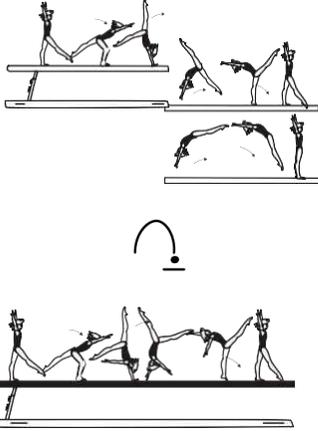
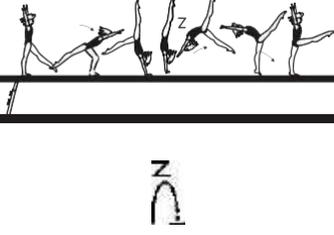
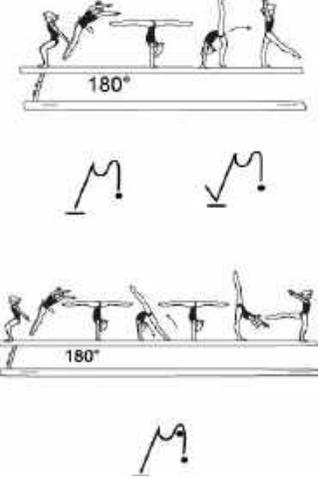
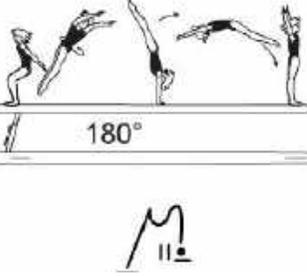
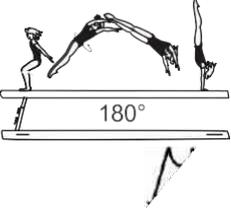
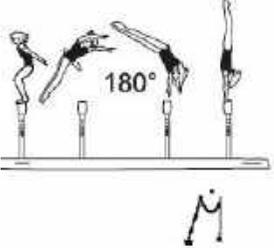
БРЕВНО 4.000 — УДЕРЖАНИЯ И АКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ БЕЗ ПОЛЕТА

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>4.108</b>  <i>Медленный переворот вперед, также с поочередной опорой руками</i></p>  <p><i>Медленный переворот вперед, назад (Тик так)</i></p> 	<p><b>4.208</b>  <i>Медленный переворот вперед через одну руку</i></p> 	<p><b>4.308</b>  <i>Мах в стойку с 1/2 пов (180°) в переворот вперед</i></p>  <p>Продольно — медленный переворот вперед</p>	<p><b>4.408</b></p>	<p><b>4.508</b></p>	<p><b>4.608</b></p>

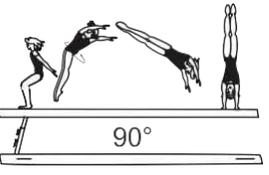
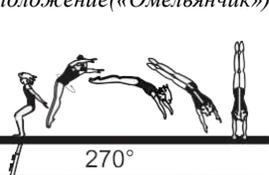
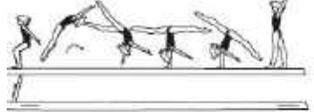
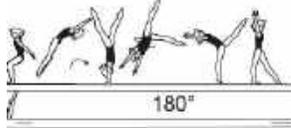
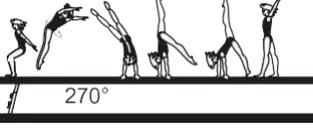
## БРЕВНО 4.000 — УДЕРЖАНИЯ И АКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ БЕЗ ПОЛЕТА

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>4.109</b> Переворот назад, также с поочередной опорой рук или с опусканием в положение сидя на бревне</p> 	<p><b>4.209</b> Переворот назад через одну руку</p> 	<p><b>4.309</b> Переворот назад с 1/2 пов (180°) – переворот вперед Продольно – переворот назад Переворот назад, продеть ногу в шпагат</p> 	<p><b>4.409</b></p>	<p><b>4.509</b></p>	<p><b>4.610</b></p>
<p><b>4.110</b></p>	<p><b>4.210</b> Медленный переворот назад из упора сидя сзади (Вальдез)</p>  <p>Вальдез с опорой на одну руку в горизонтальной плоскости (Гарисон)</p> 	<p><b>4.310</b> Вальдез с пов на 1/1 (360°), в конце положение касаясь бревна</p> 	<p><b>4.410</b></p>	<p><b>4.510</b></p>	<p><b>4.610</b></p>

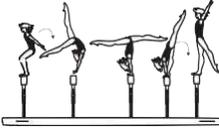
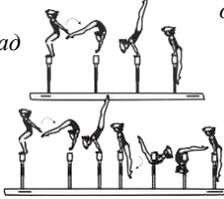
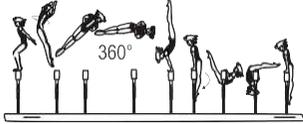
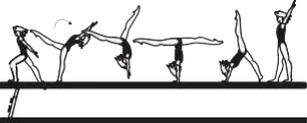
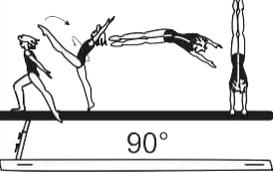
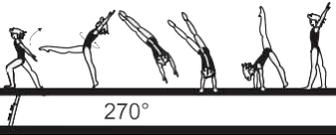
## БРЕВНО 5.000 — АКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ПОЛЕТОМ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>5.101</b></p>	<p><b>5.201</b> Темповой переворот вперед, приземление на одну или две ноги (тот же элемент), также с опорой на одну руку,</p> 	<p><b>5.301</b> Темповой переворот вперед со сменой ног в фазе полета</p> 	<p><b>5.401</b> Прыжок назад (фляк) с пов на 1/2 (180°) в медленный переворот вперед, также с опорой на одну руку, также тик-так («ОНОДИ»)</p> 	<p><b>5.501</b> Прыжок назад (фляк) с пов на 1/2 (180°) в темповой переворот вперед с приземлением на две ноги («ВОРЛЕЙ»)</p> 	<p><b>5.601</b></p>
<p><b>5.102</b></p>	<p><b>5.202</b> Фляк с приземлением на две ноги</p> 	<p><b>5.302</b> Прыжок назад (фляк) с пов 1/2 (180°) в стойку (2 с) – опуститься в любое положение</p> 	<p><b>5.402</b> Прыжок назад (фляк) из положения вдоль с пов 1/2 (180°) в стойку (2 с) – опуститься в любое положение («Колесникова»)</p> 	<p><b>5.502</b></p>	<p><b>5.602</b></p>

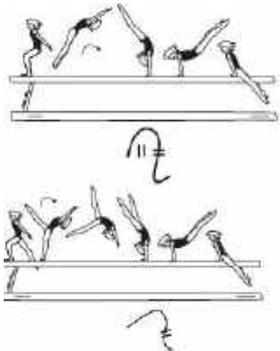
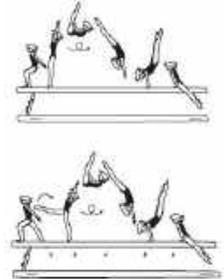
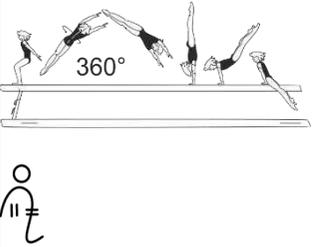
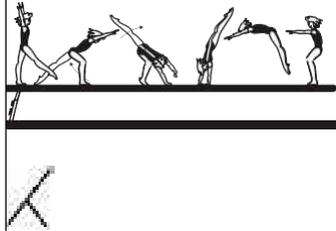
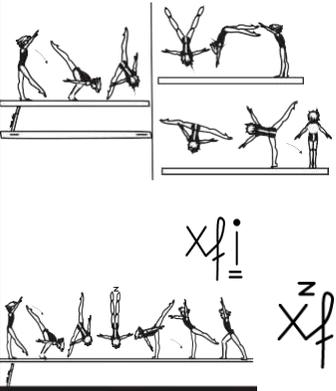
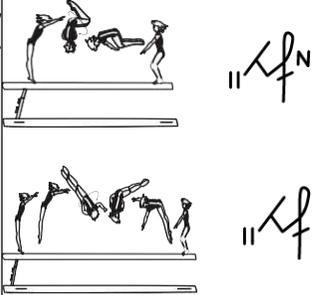
БРЕВНО 5.000 — АКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ПОЛЕТОМ

A	B	C	D	E	F/G
5.103	5.203	<p>5.303 Фляк с пов на 1/4 (90°) в стойку (2 сек.) – опуститься в любое положение</p>  <p>90°</p> 	<p>5.403 Фляк с пов на 3/4(270°) в стойку поперек бревна (2 с) – опуститься в любое положение («Омельяничик»)</p>  <p>270°</p> 	5.503	5.603
5.104	<p>5.204 Фляк с приземлением на одну ногу, также с опорой на одну руку</p>    	<p>5.304 Фляк с пов на 1/2 (180°) после опоры рук</p>  <p>180°</p> 	<p>5.404 Фляк с пов на 3/4(270°) до опоры рук («Кочеткова»)</p>  <p>270°</p> 	5.504	5.604

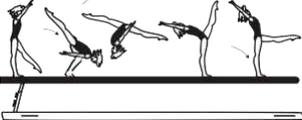
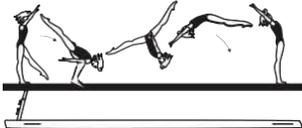
## БРЕВНО 5.000 — АКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ПОЛЕТОМ

A	B	C	D	E	F/G
<p>5.105</p>	<p>5.205</p>	<p>5.305</p>	<p>5.405</p> <p>Продольно – фляк с приземлением на одну ногу («Тусек»)</p>  <p>Продольно – фляк в упор или в оборот назад</p> 	<p>5.505</p> <p>Продольно – фляк с пов 1 (360°) в оборот назад («Теза»)</p>  <p>360°</p>	<p>5.606</p>
<p>5.106</p>	<p>5.206</p> <p>Ауэрбах фляк, также с опорой на одну руку</p> 	<p>5.306</p> <p>Ауэрбах фляк с пов на 1/4 (90°) в стойку (2с) – опуститься в любое положение («Кити»)</p>  <p>90°</p>	<p>5.406</p> <p>Ауэрбах фляк с пов на 3/4 (270°) до касания рук («Хоркина»)</p>  <p>270°</p>	<p>5.506</p>	<p>5.606</p>

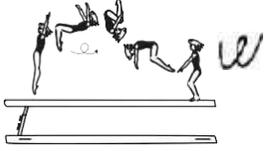
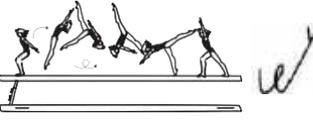
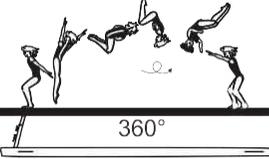
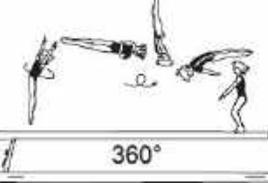
## БРЕВНО 5.000 — АКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ПОЛЕТОМ

A	B	C	D	E	F/G
5.107	5.207 Фляк или ауэрбах фляк с высоким полетом в упор сидя верхом 	5.307 Фляк или ауэрбах фляк сгибая-разгибая тазобедренный сустав в фазе полета в упор сидя верхом («Рюда») 	5.407 Фляк с пов на 1/1 (360°) в упор сидя верхом («Рульфо») 	5.507	5.607
5.108	5.208 Рондат 	5.308	5.408 Маховое сальто с пов приземление поперек бревна или продольно с приземлением на одну или на две ноги, также с сменой ног 	5.508 Толчком двух ног – рондат без опоры руками (в груп или согн)  Маховое сальто с пов продольно («Колуси») 	5.609

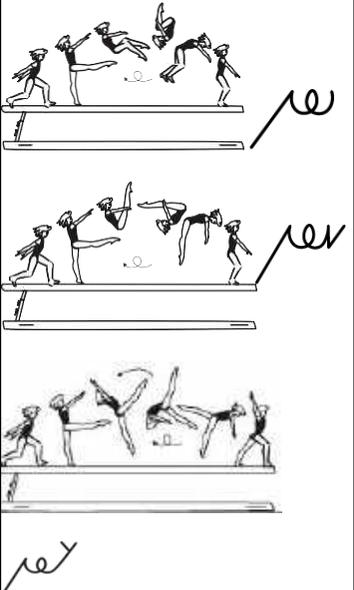
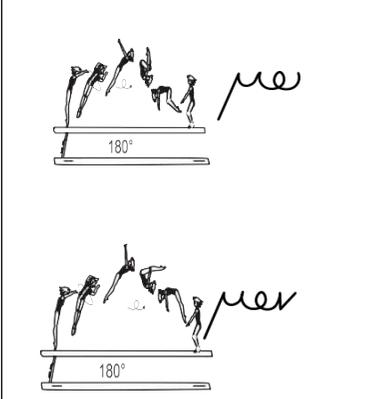
БРЕВНО 5.000 — АКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ПОЛЕТОМ

A	B	C	D	E	F/G
5.109	5.209	5.309	<p>5.409 Маховое сальто вперед, приземление на одну или две ноги</p>    	5.509	5.609
5.110	5.210	<p>5.310 Сальто вперед в груп с одной ноги, приземление на одну или две ноги («Люкина»)</p>  	<p>5.410 Сальто вперед в груп</p>  	<p>5.510 Сальто вперед согн</p>  	5.610

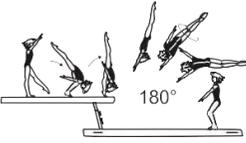
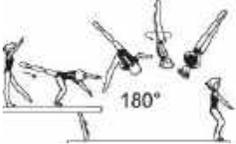
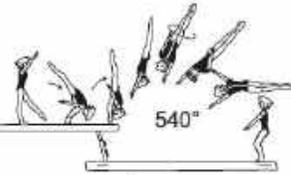
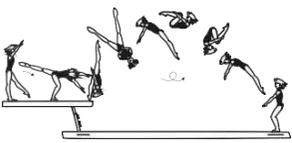
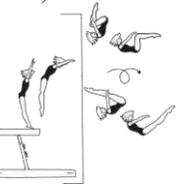
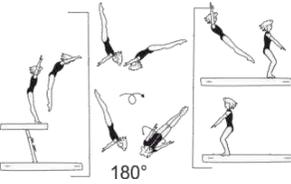
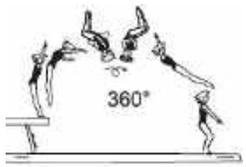
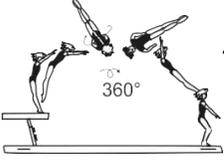
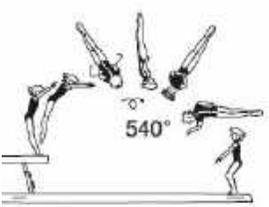
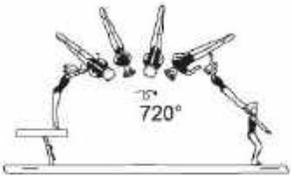
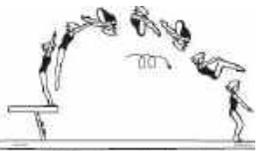
## БРЕВНО 5.000 — АКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ПОЛЕТОМ

A	B	C	D	E	F/G
5.111	5.211	5.311	<p>5.411 Сальто боком в груп с однойноги, приземление боком</p>  	<p>5.511 Сальто боком в груп с пов на 1/2 (180°) – отталкивание с одной ноги, приземление боком («Шеффер»)</p>  	<p>5.611 Твист в груп (отталкивание назад с пов на 1/2 [180°, сальто вперед)</p>  
		<p>5.312 Сальто назад в груп, согн или прогн (на одну ногу)</p>   	<p>5.412</p>  	<p>5.512 Сальто назад прогн ноги вместе</p>  	<p>5.612 Сальто назад в груп с пов на 1/1 (360°) («Шишова»)</p>  <p>5.712 Сальто назад прогн с пов на 1/1 (360°) («Шишова»)</p>  

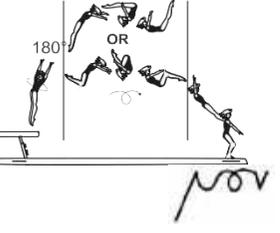
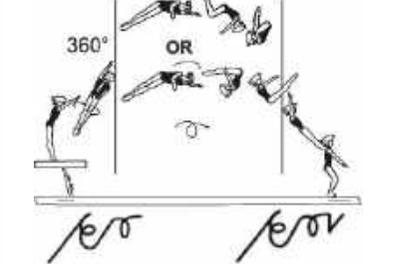
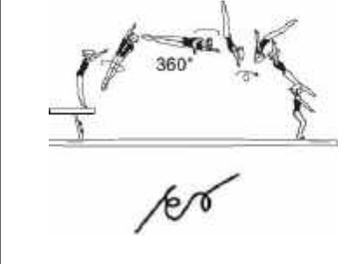
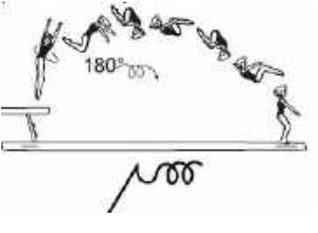
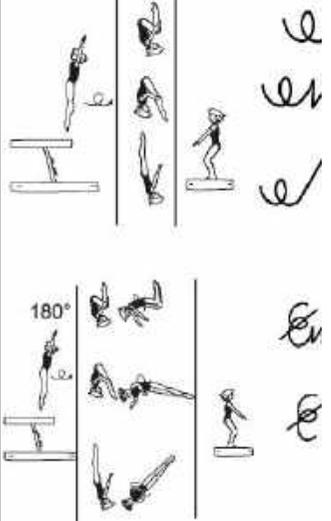
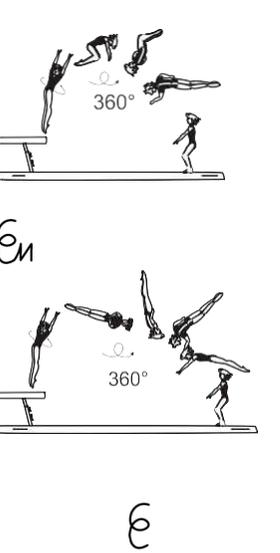
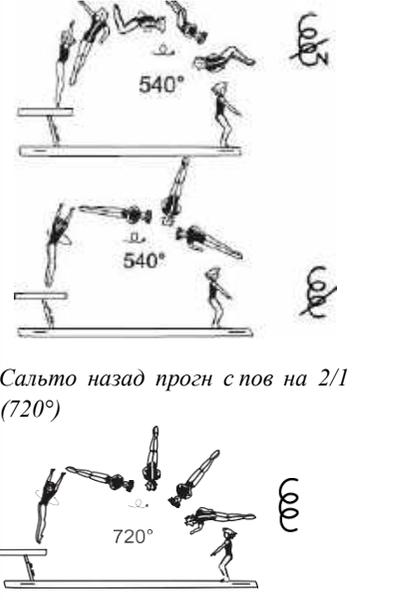
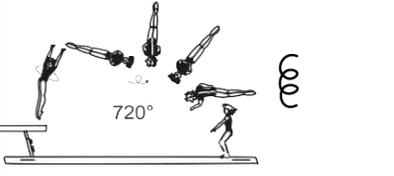
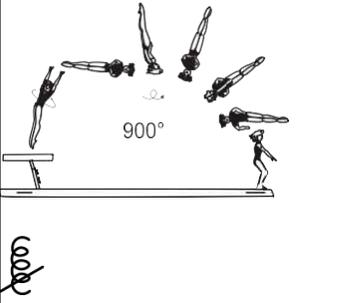
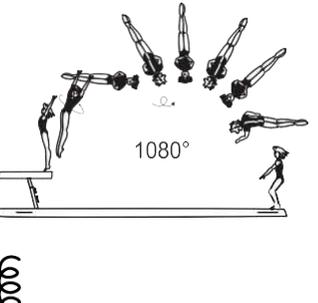
## БРЕВНО 5.000 — АКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ПОЛЕТОМ

A	B	C	D	E	F/G
5.113	5.213	<p data-bbox="757 185 1111 296"><b>5.313</b> <i>Ауэрбах сальто назад в груп, согн или прогн (на одну ногу)</i></p> 	5.413	5.513	<p data-bbox="1744 185 2116 296"><b>5.613</b> <i>Прыжок вперед с пов на 1/2 (180°) сальто назад в груп или согн («Продунова»)</i></p> 

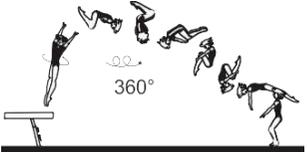
## БРЕВНО 6.000 — СОСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>6.101</b> Маховое сальто вперед с пов на 1/2(180°)</p>  <p>180°</p> 	<p><b>6.201</b> Маховое сальто вперед с пов 1/1 (360°)</p>  <p>360°</p>  <p>Соскок:маховое боком с пов 1/2 (180°)</p>  <p>180°</p> 	<p><b>6.301</b> Маховое сальто вперед с пов на 1 1/2 (540°)</p>  <p>540°</p> 	<p><b>6.401</b></p>	<p><b>6.501</b> Маховое с пов всальто назад (Ким)</p>  	<p><b>6.601</b></p>
<p><b>6.102</b> Толчком двух ног сальто вперед в груп или согн, а также с пов на 1/2 (180°)</p>  <p>180°</p>     <p>180°</p>   	<p><b>6.202</b> Толчком двух ног сальто вперед прогн, также спов на 1/2 (180°)</p>  <p>180°</p>  <p>Сальто в груп спов на 1/1(360°)</p>  <p>360°</p> 	<p><b>6.302</b> Толчком двух ног – сальто вперед прогн с пов на 1/1-1 1/2 (360°-540)</p>  <p>360°</p>   <p>540°</p> 	<p><b>6.402</b> Толчком двух ног сальто вперед прогн с пов на 2/1 (720°) («Орауео»)</p>  <p>720°</p> 	<p><b>6.502</b></p>	<p><b>6.602</b> Двойное сальто вперед в груп</p>  

## БРЕВНО 6.000 — СОСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>6.103</b></p>	<p><b>6.203</b> Твист в груп или согн (прыжок назад с пов на 1/2 (180°) сальто вперед)</p> 	<p><b>6.303</b> Толчком двух ног прыжок вперед с пов на 1/1 (360°) и сальто вперед в груп или прогн</p>  <p><i>согн</i></p>	<p><b>6.403</b> Толчком двух ног прыжок вперед с пов на 1/1 (360°) и сальто вперед прогн</p> 	<p><b>6.503</b></p>	<p><b>6.603</b> <b>6.703</b> Двойной твист в груп («ПАТЕРСОН»)</p> 
<p><b>6.104</b> Сальто назад в груп, согн или прогн, также с пов на 1/2 (180°)</p> 	<p><b>6.204</b> Сальто назад в груп или прогн с пов на 1/1 (360°)</p> 	<p><b>6.304</b> Сальто назад в груп или прогн с пов на 1 1/2 (540°) («ДОМИНГУЕС»)</p>  <p>Сальто назад прогн с пов на 2/1 (720°)</p> 	<p><b>6.404</b> Сальто назад прогн с пов на 2 1/2 (900°)</p> 	<p><b>6.504</b></p>	<p><b>6.604</b> Сальто назад прогн с пов на 3/1 (1080°)</p> 

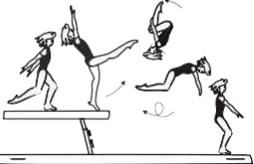
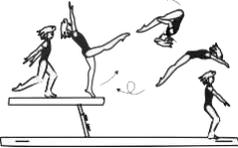
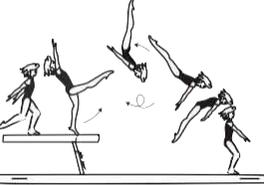
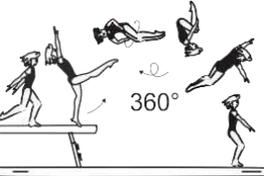
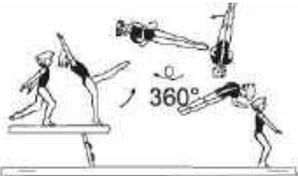
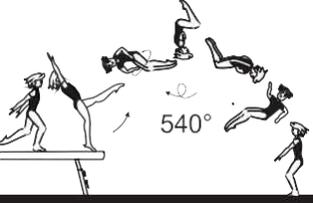
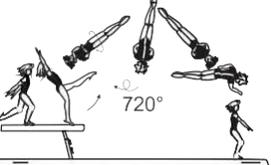
## БРЕВНО 6.000 — СОСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
6.105	6.205	6.305	<p data-bbox="1144 185 1473 264">6.405 Двойное сальто назад в груп</p>  <p data-bbox="1144 504 1211 544">lll</p>	<p data-bbox="1491 185 1798 264">6.505 Двойное сальто назад согн</p>  <p data-bbox="1626 472 1715 512">lll</p>	<p data-bbox="1805 185 2112 344">6.605 6.705 Двойное сальто назад в груп или согн с пов на 1/1(360°)</p>  <p data-bbox="1939 600 2029 639">Ell</p>  <p data-bbox="1939 847 2029 887">Eell</p> <p data-bbox="1805 903 2112 983">6.805 Двойное сальто назад в груп с пов на 2/1(720°)(Байлз)</p>  <p data-bbox="2007 1166 2096 1206">Eoll</p>

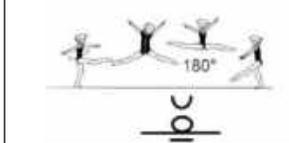
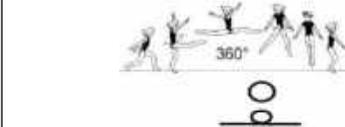
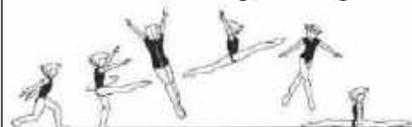
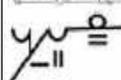
БРЕВНО 6.000 — СОСКОКИ

<p><b>6.106</b>  <i>Ауэрбах сальто назад в груп, согн или прогн, также с пов на 1/2 (180°) боком к бревну (в груп или прогн)</i></p>	<p><b>6.206</b>  <i>Ауэрбах сальто назад в груп или прогн с пов на 1/1 (360°) боком к бревну</i></p>	<p><b>6.306</b>  <i>Ауэрбах сальто назад в груп и прогн с пов на 1 1/2 (540°) или 2/1 (720°) боком к бревну («Бомерова»)</i></p>	<p><b>6.406</b>  <i>Ауэрбах сальто назад прогн с пов на 2 1/2 (900°) боком к бревну («Хоркина»)</i></p>	<p><b>6.506</b></p>	<p><b>6.606</b>  <i>Ауэрбах сальто назад прогн с пов на 1080° боком к бревну</i></p>
--	--	--	---	---------------------	--

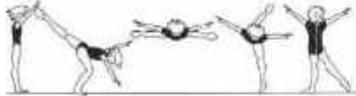
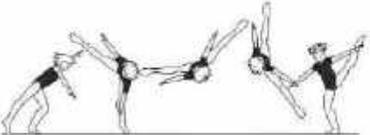
## БРЕВНО 6.000 — СОСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p>6.107</p>	<p>6.207 Ауэрбах сальто назад в груп или согн сконца бревна</p>    	<p>6.307 Ауэрбах сальто назад прогн ноги вместе сконца бревна</p>   <p>Ауэрбах сальто назад в груп с пов на 1/1 (360°) с конца бревна («КИМ»)</p>  	<p>6.407 Ауэрбах сальто назад прогн с пов на 1/1(360°) с конца бревна («Штайнгрубер»)</p>   <p>Ауэрбах сальто назад в груп с пов на 1 1/2 (540°) с конца бревна («Оластовтир»)</p>  	<p>6.507 Ауэрбах сальто назад прогн с пов на 2/1 (720°) с конца бревна («Юрковска-Ковальска»)</p>  	<p>.607</p>

## ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 1.000 — ПРЫЖКИ С ОДНОЙ И ДВУХ НОГ И ПОДСКОКИ

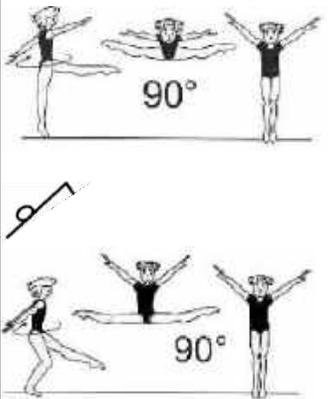
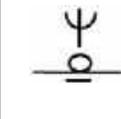
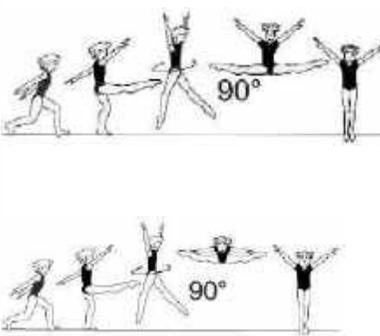
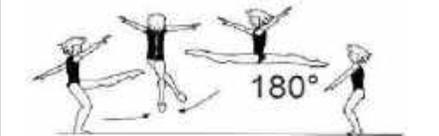
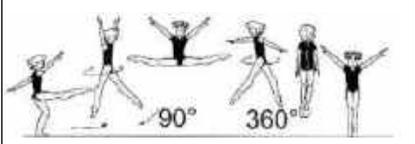
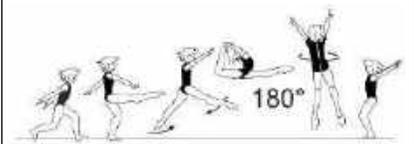
A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.101</b> Прыжок шагом в шпагат (180°) или шагом в шпагат со сгибанием маховой ноги</p> 	<p><b>1.201</b> Прыжок шагом в шпагат спов на 1/2 (180°)</p> 	<p><b>1.301</b> Прыжок шагом в шпагат с пов на 1/1 (360°)</p> 		<p><b>1.501</b></p>	<p><b>1.601</b></p>
<p><b>1.102</b></p>	<p><b>1.202 (*)</b> Прыжок тур жете (шпагат 180°), также в кольцо</p>  <p>180°</p>   <p>180°</p> 	<p><b>1.302</b> Прыжок туржете (шпагат 180°), спов на 1/2 (180°), приземление на одну или на две ноги или в шпагат («Продунова»)</p>     <p>Прыжок туржете с пов на 3/4 (270°) в поперечный шпагат с дополнительным пов на 90° с приземлением на одну или две ноги (Киллаг)</p>  <p>270°</p> 	<p><b>1.402</b> Прыжок туржете (шпагат 180°), с пов на 1/2 (360°), с приземлением на одну или две ноги («Гогеан»)</p>  <p>360°</p> <p>(«Гогеан»)</p> 	<p><b>1.50</b></p>	<p><b>1.602</b></p>
<p>Элементы с * в одной колонке получают ДВ</p>					

ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 1.000 — ПРЫЖКИ С ОДНОЙ И ДВУХ НОГ И ПОДСКОКИ

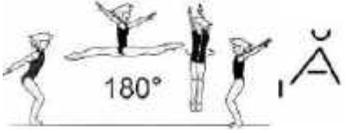
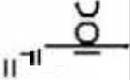
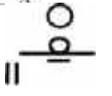
<p><b>1.103</b>  <i>Прыжок, сгибая ноги с последующим разведением в шпагат (180°) во время полета</i></p>  	<p><b>1.203(*)</b>  <i>Прыжок «баттерфляй» вперед - тело параллельно полу, небольшой прогиб в спине, ноги разведены и стопы выше уровня таза во время полета</i></p>   <p><i>Прыжок «баттерфляй» назад тело параллельно полу, небольшой прогиб в спине, ноги разведены и стопы выше уровня таза во время полета</i></p>  	<p><b>1.303</b></p>	<p><b>1.403</b></p>	<p><b>1.503</b></p>	<p><b>1.603</b></p>
---	---	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------

Элементы с \* в одной колонке получают ДВ один раз в

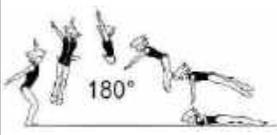
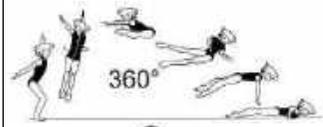
## ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 1.000 — ПРЫЖКИ С ОДНОЙ И ДВУХ НОГ И ПОДСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.104(*)</b> Прыжок шагом с пов на <math>1/4</math> (<math>90^\circ</math>) в положение ноги врозь согн (обе ноги выше горизонтали) или в поперечный шпагат</p>  <p>90°</p> <p>90°</p> 	<p><b>1.204</b> Прыжок шагом со сменой ног и пов на <math>1/4</math> (<math>90^\circ</math>) в поперечный шпагат или ноги врозь согн (обе ноги выше горизонтали) («Джонсон»)</p>  <p>90°</p> <p>90°</p> 	<p><b>1.304(*)</b> Прыжок шагом со сменой ног в шпагат с пов на <math>1/2</math> (<math>180^\circ</math>) в фазе полета («Фролова»)</p>  <p>180°</p>  <p>«Джонсон» с пов на <math>1/2</math> (<math>180^\circ</math>)</p>  <p>180°</p> 	<p><b>1.404(*)</b> Прыжок шагом со сменой ног в шпагат с пов на <math>1/1</math> (<math>360^\circ</math>) в фазе полета</p>  <p>360°</p> <p>Джонсон с пов на <math>1/1</math> (<math>360^\circ</math>) («Булимар»)</p>  <p>90° 360°</p> 	<p><b>1.504</b></p>	<p><b>1.604</b></p>
<p>Элементы с * в одной колонке получают ДВ</p>					
<p><b>1.105</b> Прыжок со сменой ног в pistolетик (угол бедер <math>45^\circ</math>),</p>  	<p><b>1.205</b> Прыжок шагом со сменой ног (первый мах до <math>45^\circ</math>) в шпагат (разведение ног <math>180^\circ</math> после смены ног)</p>  	<p><b>1.305</b> Прыжок со сменой ног в кольцо (<math>180^\circ</math> шпагат)</p>  	<p><b>1.405</b> Прыжок со сменой ног в кольцо с пов на <math>1/2</math> (<math>180^\circ</math>) («Санкова»2)</p>  <p>180°</p> 	<p><b>1.505</b></p>	<p><b>1.605</b></p>

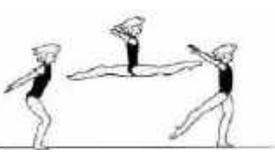
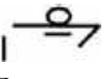
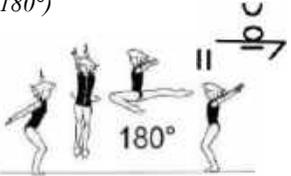
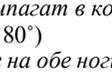
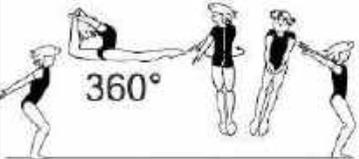
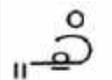
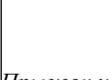
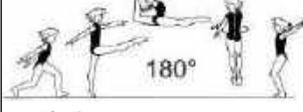
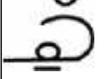
ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 1.000 — ПРЫЖКИ С ОДНОЙ И ДВУХ НОГ И ПОДСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.106</b> Прыжок согн (тазобед. угол &lt;math&gt;&lt;90^\circ&lt;/math&gt;)</p>  	<p><b>1.206</b> Прыжок с прогибом в верхней части спины, голова откинута, стопы почти касаются головы</p>  	<p><b>1.306(*)</b> Прыжок согн (тазобед. угол &lt;math&gt;&lt;90^\circ&lt;/math&gt;) с пов на 1/1 (360°), также с приземлением в упор лежа («Моериц»)</p>    	<p><b>1.406(*)</b></p>	<p><b>1.506</b></p>	<p><b>1.606</b></p>
<p>Элементы с * в одной колонке получают ДВодин раз в</p>					
<p><b>1.107 (*)</b> Прыжок ноги врозь согн (обе ноги выше горизонтали), или в поперчный шпагат</p>    	<p><b>1.207 (*)</b> Прыжок ноги врозь согн спов на 1/2 (180°)</p>     <p>Прыжок в шпагат с пов на 1/2 (180°)</p>	<p><b>1.307 (*)</b> Прыжок ноги врозь согн спов на 1/1 (360°) («Пона»)</p>     <p>Прыжок в шпагат с повна 1/1 (360°)</p>  	<p><b>1.407 (*)</b> Прыжок ноги врозь согн с пов на 1 1/2 (540°)</p>     <p>Прыжок в шпагат с пов на 1 1/2 (540°)</p>  	<p><b>1.507</b></p>	

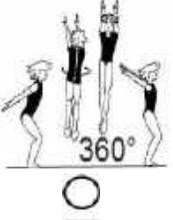
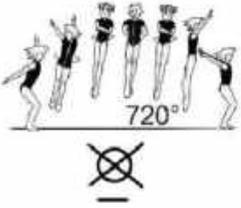
ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 1.000 — ПРЫЖКИ С ОДНОЙ И ДВУХ НОГ И ПОДСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.108(*)</b>  <i>Прыжок ноги врозь согн (обе ноги выше горизонтали) или прыжок в поперечный шпагат в упор лежа, также с пов на 1/2 (180°)</i></p>   <p><b>1.108</b></p>   <p><i>Подскок с пов на 1/1 (360°) в положение ноги врозь — приземление в упор лежа</i></p>  	<p><b>1.208(*)</b>  <i>Прыжок ноги врозь согн (обе ноги выше горизонтали) в упор лежа (Шушунова), с пов на 1/1 (360°)</i></p>   <p><i>Толчком одной ногой прыжок спов на 1 1/2 (540°) в горизонтальном положении в упор лежа</i></p>  	<p><b>1.308</b></p>	<p><b>1.408</b></p>	<p><b>1.508</b></p>	<p><b>1.608</b></p>

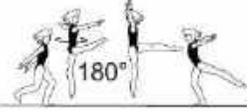
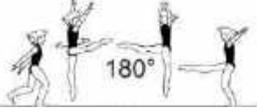
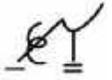
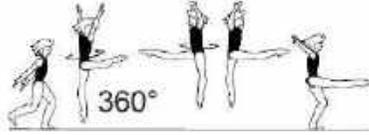
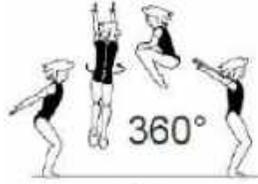
## ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 1.000 — ПРЫЖКИ С ОДНОЙ И ДВУХ НОГ И ПОДСКОКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.109(*)</b> Прыжок в шпагат (180°)</p>   <p>Прыжок олень</p>   <p>Прыжок олень с пов на 1/2 (180°)</p>  <p>Сисон (разведениеног180°)с приземлением на одну ногу</p> 	<p><b>1.209(*)</b> Прыжок в кольцо (задняя нога на уровне головы, спина прогнута, разведение ног 180°, голова откинута назад) приземление на одну ногу</p>   <p>Прыжок в кольцо, передняя нога согнута (задняя нога на уровне головы, голова откинута назад)</p>   <p>Прыжок в шпагат в кольцо (180°) приземление на обе ноги</p>   <p>Прыжок в шпагат в кольцо (180°) с пов на 1/2 (180°) приземление на обе ноги</p> 	<p><b>1.309</b> Прыжок шагом в кольцо (разведение ног 180°)</p>   <p>Прыжок с 2х ног в шпагат на 1/1(360°) в кольцо («Юрковска-Ковальска»)</p>  	<p><b>1.409 (*)</b> Прыжок тур жете (шпагат 180°), в кольцо с поротом на 1/2 180° («Феррари»)</p>   <p>Прыжок шагом в кольцо с пов на 1/2 (180°)</p>  	<p><b>1.509</b></p> <div data-bbox="1624 375 2094 550" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>Элементы с * в одной колонке получают ДВ одинраз в хронологическом порядке (* Elements in the same box)</p> </div>	<p><b>1.609</b></p>

## ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 1.000 — ПРЫЖКИ С ОДНОЙ И ДВУХ НОГ И ПОДСКОКИ

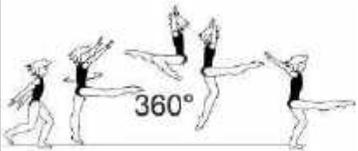
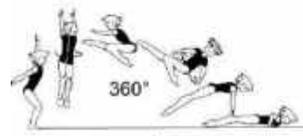
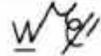
A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.110</b> Прыжок прогн с пов на 1/1 (360°), отталкивание с одной или двух ног</p> 	<p><b>1.210</b></p>	<p><b>1.310</b> Прыжок прогн с пов на 2/1 (720°), отталкивание с одной или двух ног</p> 	<p><b>1.410</b></p>	<p><b>1.510</b></p>	<p><b>1.610</b></p>
<p><b>1.111</b> Прыжок со сменой согнутых ног впереди (колени по очереди выше горизонтали)</p>  <p>Ножницы</p>  	<p><b>1.211</b> Прыжок со сменой согнутых ног впереди с пов на 1/1 (360°)</p>  <p>130</p>	<p><b>1.311</b> Прыжок со сменой согнутых ног впереди с пов на 2/1 (720°)</p>  <p>130</p>	<p><b>1.411</b></p>	<p><b>1.511</b></p>	<p><b>1.611</b> 1</p>

ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 1.000 — ПРЫЖКИ С ОДНОЙ И ДВУХ НОГ И ПОДСКОКИ

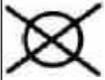
А	В	С	D	E	F/G
<p><b>1.112(*)</b>  <i>Прыжок фуэте в равновесие (свободная нога выше горизонтали)</i></p>  <p><i>Прыжок с пов на 1/2 (180°) - свободная нога выше горизонтали</i></p>  	<p><b>1.212</b>  <i>Толчком одной ноги прыжок с пов на 1/1 (360°), свободная нога выше горизонтали во время всего элемента</i></p>  	<p><b>1.312</b></p>	<p><b>1.412</b></p>	<p><b>1.512</b></p>	<p><b>1.612</b></p>
<p><b>1.113</b></p>	<p><b>1.213</b>  <i>Толчком одной или двумя ногами прыжок в груп с пов на 1/1 (360°)</i></p>  	<p><b>1.313(*)</b>  <i>Толчком одной или двумя ногами прыжок в груп спов на 2/1 (720°), также в упор лежа</i></p>    	<p><b>1.413</b></p>	<p><b>1.513</b></p>	<p><b>1.613</b></p>

Элементы с \* в одной колонке получают ДВ одинраз в хронологическом порядке

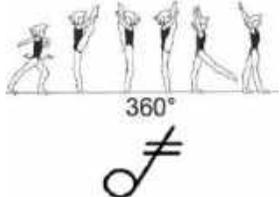
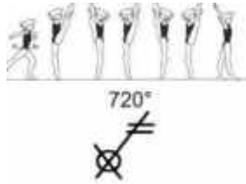
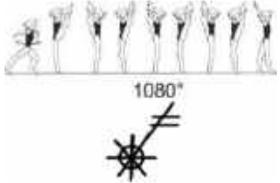
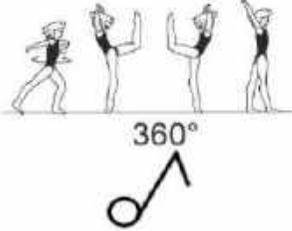
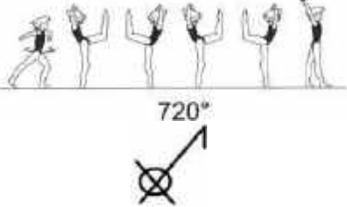
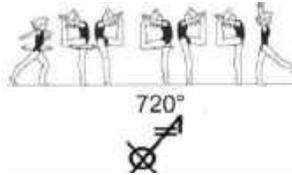
## ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 1.000 — ПРЫЖКИ С ОДНОЙ И ДВУХ НОГ И ПОДСКОКИ

А	В	С	D	E	F/G
<p><b>1.114</b> Прыжок с одной или двух ног — одна нога согнута, другая прямая выше горизонтали, колени вместе (пистолетик)</p>  	<p><b>1.214</b> Пистолетик с одной или двух ног спов на 1/1 (360°)</p>      <p><i>Пистолетик с одной или двух ног с пов на 1/1 (360°) в упор лежа</i></p>	<p><b>1.314</b></p> <div data-bbox="1012 331 1415 491" style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>Элементы с * в одной колонке получают ДВ одинар в хронологическом порядке</p> </div>	<p><b>1.414</b></p>	<p><b>1.514</b> Пистолетик с одной или двух ног с пов на 2/1 (720°)</p>   	<p><b>1.64</b></p>

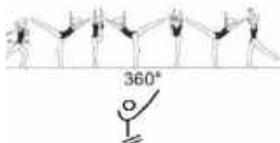
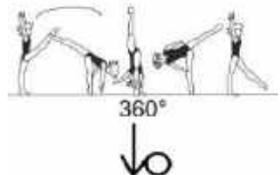
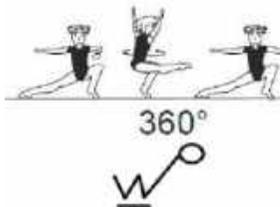
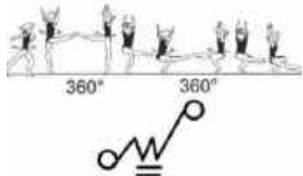
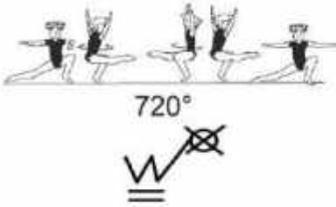
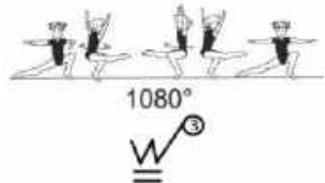
## ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 2.000 — ПОВОРОТЫ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>2.101</b> Пов на 1/1 (360°) на одной ноге (маховая нога – в любом положении) ниже горизонтали</p>  <p>360°</p> 	<p><b>2.201</b> Пов на 2/1 (720°) на одной ноге (маховая нога – в любом положении) ниже горизонтали</p>  <p>720°</p> 	<p><b>2.301</b> Пов на 3/1 (1080°) на одной ноге (маховая нога – в любом положении) ниже горизонтали</p>  <p>1080°</p> 	<p><b>2.401</b></p>	<p><b>2.501</b> Пов на 4/1 (1440°) на одной ноге (маховая нога – в любом положении) ниже горизонтали («Гомез»)</p>  <p>1440°</p> 	<p><b>2.601</b></p>
<p><b>2.102</b></p>	<p><b>2.202 (*)</b> Пов на 1/1 (360°) –пяткамаховой ноги на уровне горизонтали от начала и до конца пов (обе ноги могут быть прямыми или согнутыми)</p>  <p>360°</p> 	<p><b>2.302</b></p>	<p><b>2.402 (*)</b> Пов на 2/1 (720°) –пяткамаховой ноги на уровне горизонтали от начала и до конца пов (обе ноги могут быть прямыми или согнутыми)</p>  <p>720°</p> 	<p><b>2.502</b></p>	<p><b>2.602</b></p>

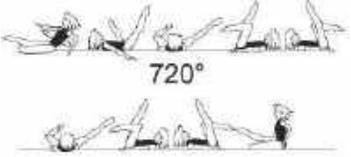
## ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 2.000 — ПОВОРОТЫ

A	B	C	D	E	F/G
2.103	<p>2.203 Пов на 1/1 (360°) с удержанием ноги рукой (захватом) в шпагате 180° на протяжении всего пов</p> 	2.303	<p>2.403 Пов на 2/1 (720°) с удержанием ноги рукой (захватом) в шпагате 180° на протяжении всего пов («Меммел»)</p> 	<p>2.503 Пов на 3/1 (1080°) с удержанием ноги рукой (захватом) в шпагате 180° на протяжении всего пов («Мустафина»)</p> 	2.603
2.104	<p>2.204 Пов на 1/1 (360°) в аттюре (колени маховой ноги на уровне горизонтали на протяжении всего пов)</p> 	2.304	<p>2.404(*) Пов на 2/1 (720°) в аттюре (колени маховой ноги на уровне горизонтали на протяжении всего пов) («Семенова»)</p>  <p>Пов на 2/1 (720°) в аттюре с захватом ноги двумя руками на протяжении всего пов («Берар»)</p> 	<p>2.504</p> <div data-bbox="1626 655 2116 770" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>Элементы с * в одной колонке получают ДВ одинраз в хронологическом</p> </div>	2.604

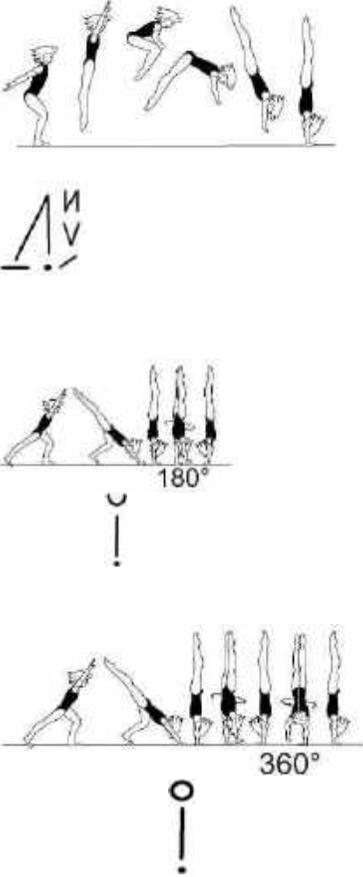
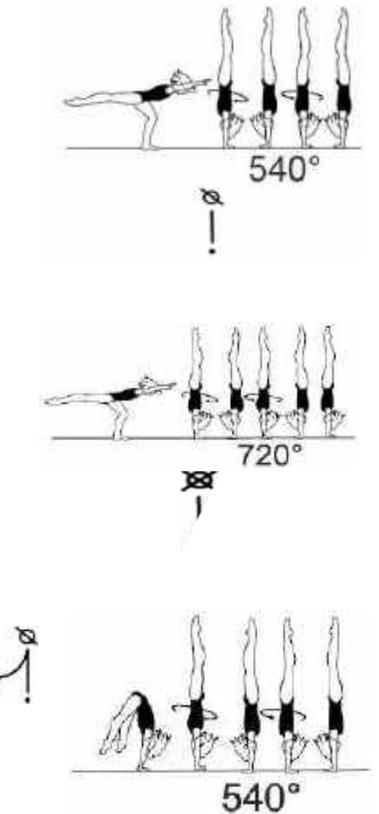
## ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 2.000 — ПОВОРОТЫ

A	B	C	D	E	F/G
2.105	<p><b>2.205</b> Пов на 1/1 (360°) в равновесии вперед (свободная нога выше горизонтали на протяжении всего пов)</p> 	2.305	2.405	2.505	2.605
2.106	<p><b>2.206</b> Пов на 1/1 (360°) с наклоном и выпрямлением туловища не касаясь пола рукой («иллюзион»)</p> 	2.306			
2.107	<p><b>2.207</b> Пов на 1/1 (360°) в приседе на одной ноге - маховая нога прямая во время всего пов</p> 	<p><b>2.307</b> 2/1 (720°) пов – свободная нога на уровне горизонта переходит в пов в приседе на одной ноге («Нгуен»)</p> 	<p><b>2.407</b> Пов на 2/1 (720°) в приседе на одной ноге - маховая нога прямая во время всего пов (начало пов. без отталкивания руками от пола)</p> 	<p><b>2.507</b> Пов на 3/1 (1080°) в приседе на одной ноге - маховая нога прямая во время всего пов (начало пов без отталкивания руками от пола) («Митчелл»)</p> 	2.606

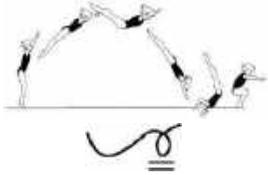
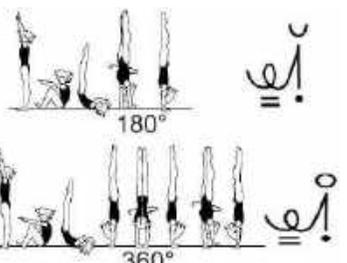
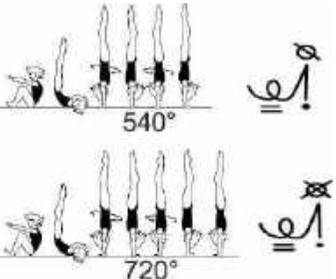
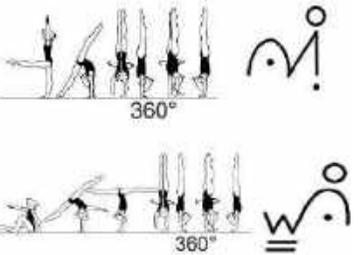
## ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 2.000 — ПОВОРОТЫ

A	B	C	D	E	F/G
2.108	<p data-bbox="465 185 880 264"><b>2.208</b> <i>Пов на 2/1 (720°) и больше в положении лежа на спине согн</i></p>  <p data-bbox="510 517 584 619">  </p>	2.307	2.408	2.508	2.607

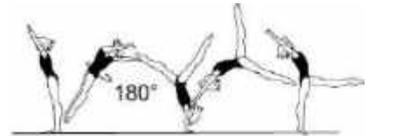
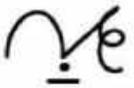
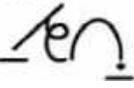
ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 3.000 — ЭЛЕМЕНТЫ С ОПОРОЙ НА РУКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>3.101</b>  <i>Прыжком, махом или силой стойка (возвращение в исходное положение – любое) на руках, а также с повна 1/2 - 1/1 (180°- 360°) в стойке</i></p> 	<p><b>3.201</b>  <i>Прыжком, махом или силой стойка (возвращение в исходное положение – любое) с пов на 1 1/2 - 2/1 (540°-720°) в стойке</i></p> 	<p><b>3.301</b></p>	<p><b>3.401</b></p>	<p><b>3.501</b></p>	<p><b>3.601</b></p>

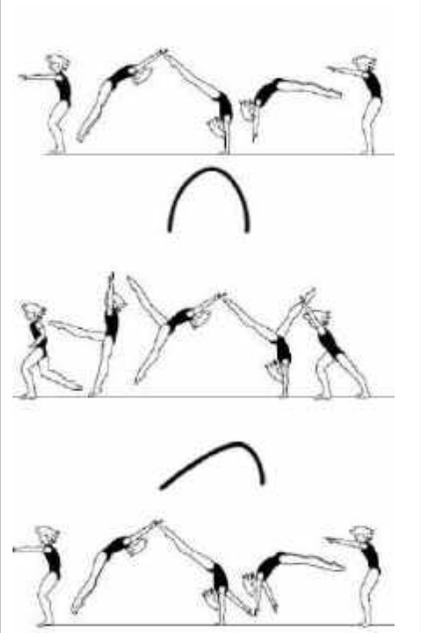
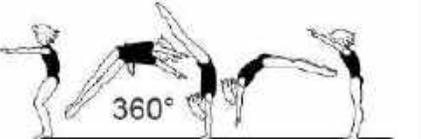
## ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 3.000 — ЭЛЕМЕНТЫ С ОПОРОЙ НА РУКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>3.102</b>  <i>Полет - кувырок</i></p> 	<p><b>3.202</b></p>	<p><b>3.302</b></p>	<p><b>3.402</b></p>	<p><b>3.502</b></p>	<p><b>3.602</b></p>
<p><b>3.103</b>  <i>Кувырок назад в ст на рр спов на 1/2 -1/1 (180°- 360°) в стойке</i></p> 	<p><b>3.203</b>  <i>Кувырок назад в ст на рр спов на 1 1/2 - 2/1(540-720°) в стойке</i></p> 	<p><b>3.303</b></p>	<p><b>3.403</b></p>	<p><b>3.503</b></p>	<p><b>3.603</b></p>
<p><b>3.104</b>  <i>Медленный переворот назад, а также из упора сидя с пов на 1/1 (360°) в стойке (можно вернуться в начальное положение)</i></p> 	<p><b>3.204</b></p>	<p><b>3.304</b></p>	<p><b>3.404</b></p>	<p><b>3.504</b></p>	<p><b>3.604</b></p>

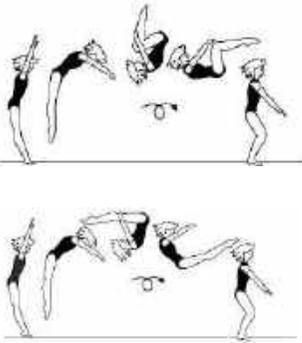
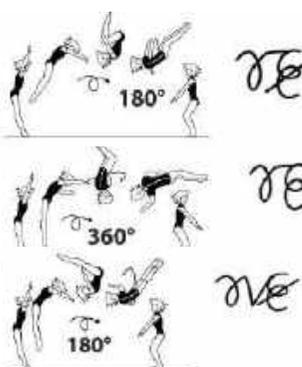
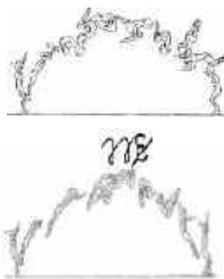
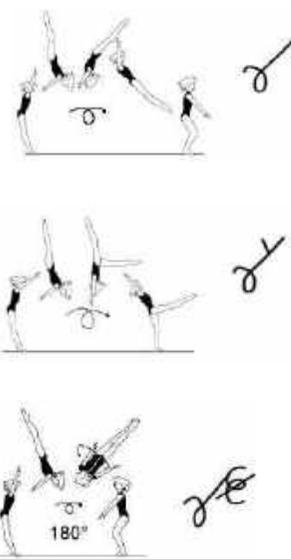
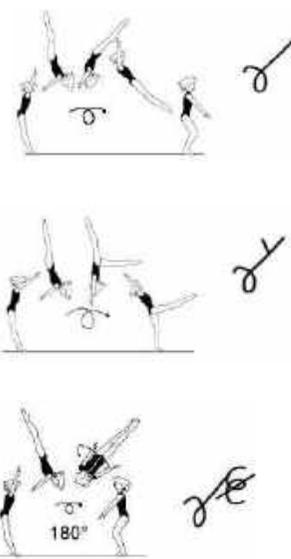
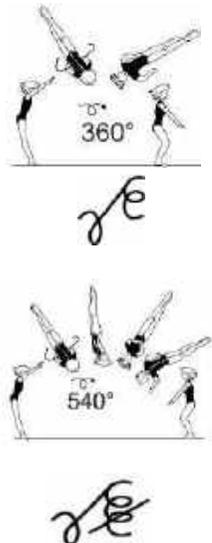
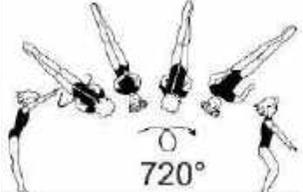
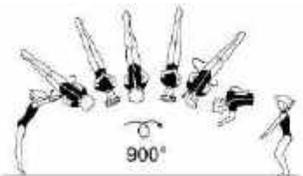
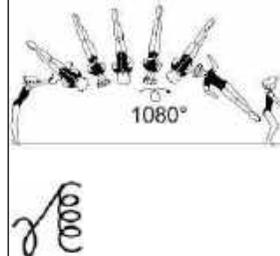
ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 3.000 — ЭЛЕМЕНТЫ С ОПОРОЙ НА РУКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>3.105</b>  <i>Темповой переворот вперед с одной ноги или темповой переворот вперед с двух ног с или без фазы полета до касания рук, приземление любое</i></p>   <p><i>Прыжок назад с пов на 1/2 (180°) темповой переворот вперед — приземление любое</i></p> 		<p><b>3.305</b>  <i>Темповой переворот вперед с пов на 1/1 (360°) после или до опоры руками («Мостепанова»)</i></p>  <p>360°</p>   <p>360°</p> 	<p><b>3.405</b></p>	<p><b>3.505</b></p>	<p><b>3.605</b></p>
<p><b>3.106</b>  <i>Рондат</i></p>  	<p><b>3.206</b></p>	<p><b>3.306</b></p>	<p><b>3.406</b></p>	<p><b>3.506</b></p>	<p><b>3.606</b></p>

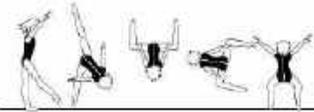
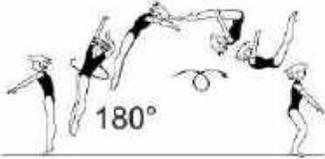
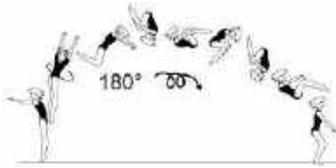
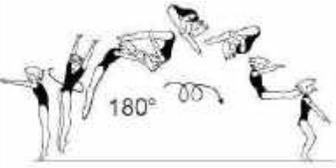
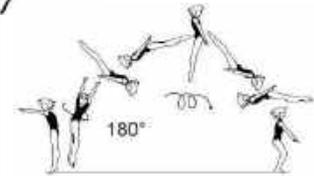
## ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 3.000 — ЭЛЕМЕНТЫ С ОПОРОЙ НА РУКИ

A	B	C	D	E	F/G
<p data-bbox="159 185 580 256"><b>3.107</b> Все варианты фляков и ауэрбах фляков, также с опорой на одну руку</p>  <p data-bbox="159 970 580 1042">С прыжка назад пов на 1/4 (90°) сальто боком с приземлением в упор лежа («Тцвдариду»)</p>  	<p data-bbox="584 185 1005 233"><b>3.207</b> Фляк с пов на 1/1 (360°) до опоры руками</p>  	<p data-bbox="1010 185 1431 209"><b>3.307</b></p>	<p data-bbox="1435 185 1700 209"><b>3.407</b></p>	<p data-bbox="1704 185 1951 209"><b>3.507</b></p>	<p data-bbox="1955 185 2119 209"><b>3.607</b></p>

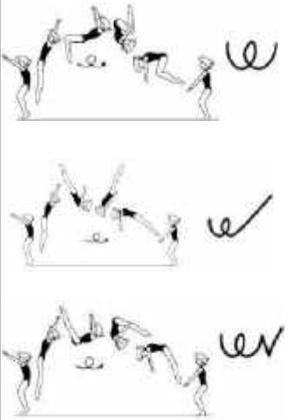
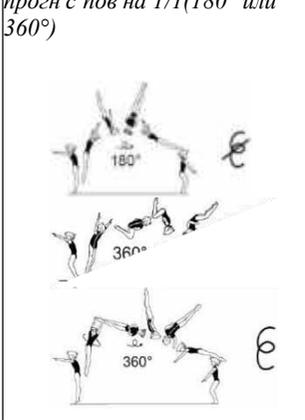
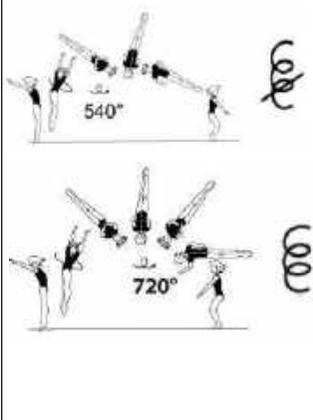
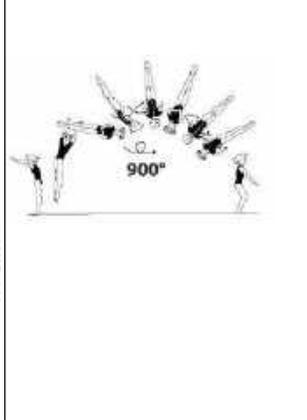
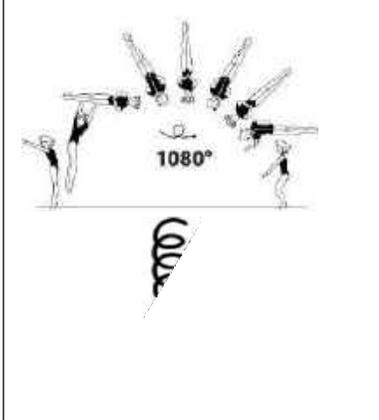
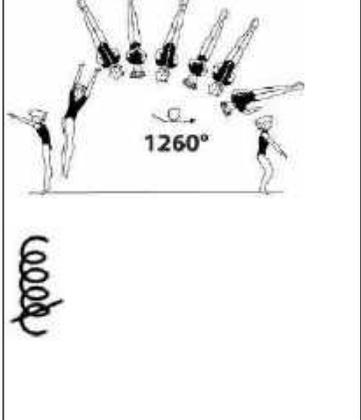
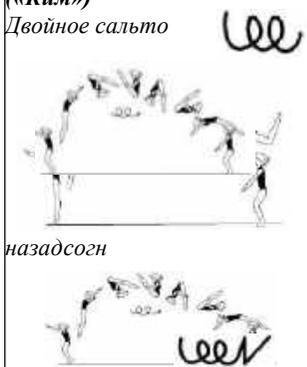
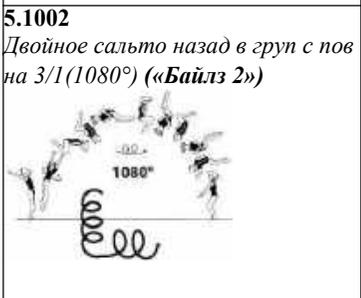
ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 4.000-САЛЬТО ВПЕРЕД и БОКОМ

A	B	C	D	E	F/G/H
<p><b>4.101</b> Сальто вперед в групп или согн</p> 	<p><b>4.201</b> Сальто вперед в групп спов на 1/2 - 1/1 (180° - 360°), а также согн с пов на 1/2 (180°)</p> 	<p><b>4.301</b></p>	<p><b>4.401</b></p>	<p><b>4.501</b> Двойное сальто вперед</p> 	<p><b>4.601</b> Двойное сальто вперед с пов на 1/2 (180°) или двойное сальто вперед согн</p> 
<p><b>4.102</b></p> 	<p><b>4.202</b> Сальто вперед прогн, также с пов на 1/2 (180°)</p> 	<p><b>4.302</b> Сальто вперед прогн спов на 1/1 или 1 1/2 (360° или 540°)</p> 	<p><b>4.402</b> Сальто вперед прогн спов на 2/1 (720°) («Тарасевич»)</p> 	<p><b>4.502</b> Сальто вперед прогн спов на 2 1/2 (900°) («Коджакар»)</p> 	<p><b>4.602</b> Сальто вперед прогн с пов на 3/1 (1080°) («Малдонадо»)</p> 

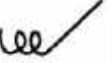
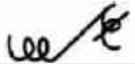
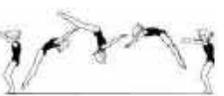
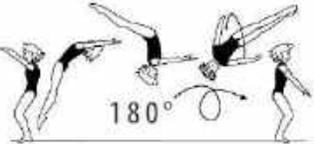
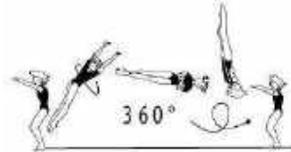
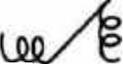
ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 4.000-САЛЬТО ВПЕРЕД и БОКОМ

A	B	C	D	E	F/G/H
<p><b>4.103</b> Маховое сальто вперед</p>  <p style="text-align: center;">ф</p>	<p><b>4.203</b></p>	<p><b>4.303</b></p>	<p><b>4.403</b></p>	<p><b>4.503</b></p>	<p><b>4.603</b></p>
<p><b>4.104</b> Маховое сальто боком или рондат без опоры на руки</p>   <p style="text-align: center;">xf ф</p>		<p><b>4.304</b></p>	<p><b>4.404</b></p>	<p><b>4.504</b></p>	<p><b>4.604</b></p>
<p><b>4.105</b> Толчком одной или двумя ногами – сальто боком вперед (или арабское) в групп, согн</p>  <p style="text-align: center;">ф</p>	<p><b>4.205</b> Прыжок назад с пов на 1/2 [180°], сальто вперед в групп или согн (Твист) – приземление любое</p>  <p style="text-align: center;">180°</p>  <p style="text-align: center;">180°</p> <p style="text-align: center;">ф</p>	<p><b>4.305</b></p>	<p><b>4.405</b></p>	<p><b>4.505</b> Двойной твист в групп («Андреасен»)/ («Джентс»)</p>  <p style="text-align: center;">180° 00</p>	<p><b>4.605</b> Двойной твист согн («Дос Сантос»)</p>  <p style="text-align: center;">180° 00</p> <p><b>4.805</b> Двойной твист проги («Дос Сантос»)</p>  <p style="text-align: center;">180° 00</p>

## ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 5.000 САЛЬТО НАЗАД

A	B	C	D	E	F/G/H/I
<p><b>5.101</b> Сальто назад в груп, согн, прогн</p> 	<p><b>5.201</b> Сальто назад прогн с пов на 1/2 или сальто в груп или прогн с пов на 1/1(180° или 360°)</p> 	<p><b>5.301</b> Сальто назад прогн с пов на 1/2 или 2/1 (540°или 720°)</p> 	<p><b>5.401</b> Сальто назад прогн спов на 2 1/2 (900°)</p> 	<p><b>5.501</b> Сальто назад прогн спов на 3/1 (1080°)</p> 	<p><b>5.601</b> Сальто назад прогн с пов на 3 1/2 (1260°)</p> 
<p><b>5.102</b></p>	<p><b>5.202</b></p>	<p><b>5.302</b></p>	<p><b>5.402</b> Двойное сальто назад в груп («Ким») Двойное сальто</p>  <p>назадсогн</p>	<p><b>5.502</b> Двойное сальто назад в груп или согн спов на 1/1 (360°) («Михина»)(«Оливьера»)</p> 	<p><b>5.602/5.702</b> <b>5.802</b> Двойное сальто назад в груп с пов на 2/1(720°) («Силивас»)</p>  <p><b>5.1002</b> Двойное сальто назад в груп с пов на 3/1(1080°) («Байлз 2»)</p> 

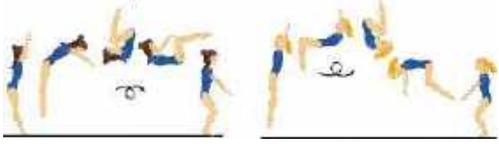
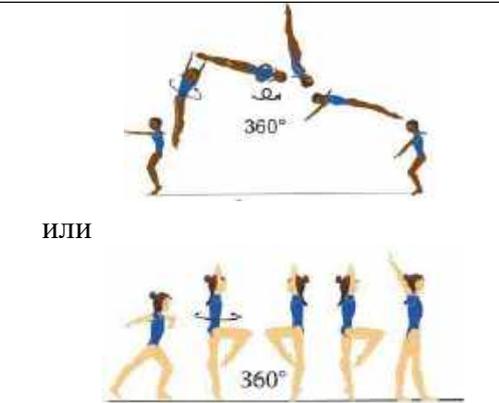
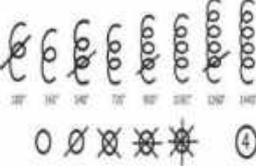
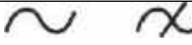
ВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 5.000 САЛЬТО НАЗАД

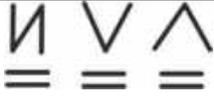
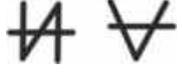
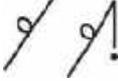
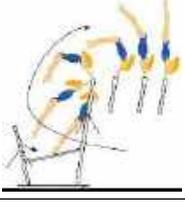
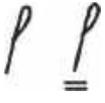
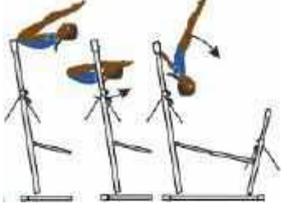
A	B	C	D	E	F/G/H/I
<p>5.103</p>	<p>5.202</p>	<p>5.303</p>	<p>5.403</p>	<p>5.503</p>	<p>5.603 Двойное сальто прогн</p>   <p>5.703 Двойное сальто прогн спов на 1/2 (180) («Байлз»)</p>  
<p>5.104 Темповое сальто назад</p>  	<p>5.204 Темповое сальто назад спов на 1/2 (180°)</p>  	<p>5.304 Темповое сальто назад спов на 1/1 (360°)</p>  			<p>5.803 Двойное сальто прогн спов на 1/1 (360)</p>   <p>(«Чусовитина») / «Тужикова»)</p> <p>5.903 Двойное сальто прогн спов на 2/1 (720) («Мурс»)</p>  

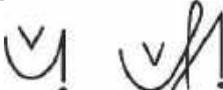
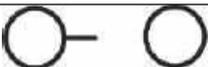
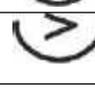
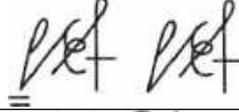
Приложение № 6  
к правилам вида спорта  
«спортивная гимнастика»

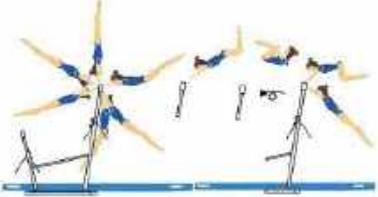
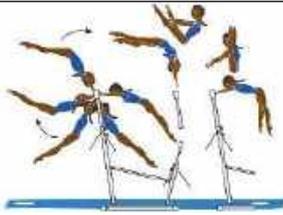
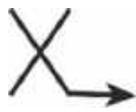
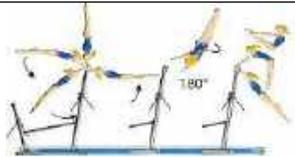
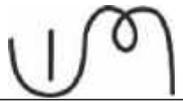
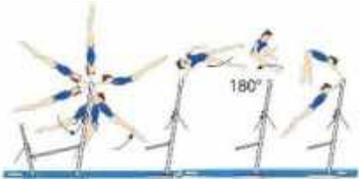
Символы обозначения элементов, выполняемых спортсменами женского пола

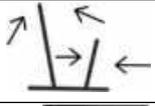
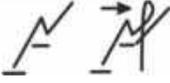
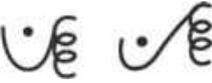
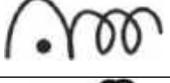
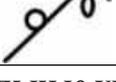
Изображение	Символы	Значение символа
	⌋	Вис
	≡	Поверхность
	⌋ ≡    ⌋ ≡	Стоять лицом вперед, назад
	⌋ ≡	В упоре на бедрах
	⌋	Без упора/касания бедрами
	⌋	Высокий угол
	!	Стойка
	—	Прыжок или подскок, фаза полета
	И V Λ	В групп, согн, ноги врозь,
	⌋ ⌋	Спиной, боком, лицом

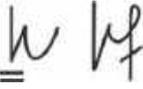
		прогн, с приземлением на одну ногу
		Вращение – сальто вперед, назад
 <p>или</p> 		Вращение – винты и пов
		Вращение боком
<b>Разновысокие брусья</b>		
Перемена хвата		
		С небольшой фазой полета
		С большой фазой полета (с Н/Ж на В/Ж)
		С подскоком (в основном в хват снизу)
		Хват снизу (пользуйтесь только когда нужно)
		Обратный хват, смешанный обратный хват
		та же жердь
		С В/Ж через Н/Ж
		В стойку на Н/Ж

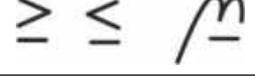
		Поставить ноги в груп, согн, ноги врозь
		Продеть ноги в груп, согн
		Отмах, отмах в стойку
		Отмах в стойку
		С подскоком в хват снизу в стойке
		Из хвата снизу – подскок/перехват в обратный хват (в стойке)
		Мах назад в упор, стойку
		Мах близко к жерди
		Мах близко к жерди с/без опоры ногами
		Мах близко к жерди назад
		Оборот назад не касаясь, так же в стойку
		Большой оборот назад, так же в стойку
		Большой оборот вперед, так же в стойку и в нормальном хвате
		Большой оборот вперед, в обратном хвате, так же в стойку

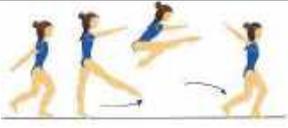
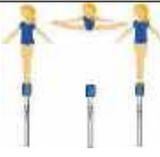
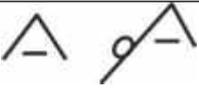
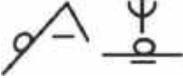
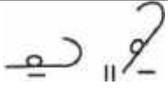
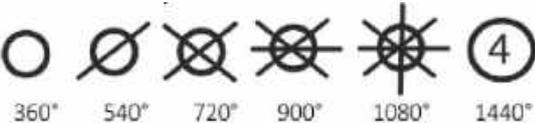
		Штальдер назад, так же в стойку
		Штальдер вперед, так же в стойку и в обратном хвате
		Оборот вперед согн с упором или без упора ногами в стойку
		Оборот назад согн с упором или без упора ногами в стойку
		Оборот вперед в упоре согн – выбить и закончить почти в стойке
		Касаясь бедрами, вперед, назад.
		Оборот касаясь с перелетом
		Перелет с оборота не касаясь
		Подъем разгибом на Н/Ж
		Подъем разгибом в упор сзади.
		Оборот вперед в упоре.
		Оборот назад в упоре
		Подъем двумя в упор сзади на Н/Ж
		Мах близко к жерди с пов на 1/2 (180°) в упор на той же жерди с/без опоры ногами
		Мах с пов на 1/2 (180°) и перелет в стойку на Н/Ж

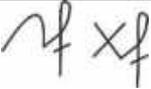
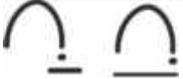
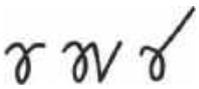
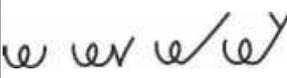
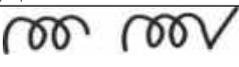
		Большой оборот назад в стойку с пов на 1/1 (360°)
		Большой оборот назад в стойку с пов на 1 1/2. (540°)
<b>Сальто</b>		
		«Команечи»
		«Егер»
<b>Контр перелет ноги врозь</b>		
		«Ткачев»
		«Рична»
<b>Полет и пов</b>		
		«Делчев»
		Сальто и смешанный хват
		«Хоркина»
<b>Полет с Н/Ж в вис на В/Ж</b>		
		Контр движение вперед

		«Шапошникова»
		«Штальдер» назад через стойку в пов на 1/2 (180°) и полетом на В/Ж
		Мах близко к жерди на Н/Ж и контр перелет вперед в вис на В/Ж
<b>Наскок - примеры</b>		
		Направление движения - стрелки
		Отталкивание
		Полет к жерди
		Ноги врозь через Н/Ж с или без толчка руками в вис на В/Ж
		Разножка
		Прыжок в стойку на Н.Ж
		Наскок ноги вместе с толчком руками в вис на В/Ж
<b>Соскоки</b>		
		Мах близко к жерди в сальто вперед в груп с пов на 1/2 (180°)
		Сальто назад в груп или прогн с пов на 2/1 (720°)
		Двойное сальто назад согн
		Двойное сальто вперед в груп с оборота вперед
		Отмах почти в стойку на В/Ж сальто вперед в груп
<b>Бревно и вольные упражнения</b>		
<b>Символы на снаряде</b>		
		Точка (.) – исполнение элемента боком
		Стойка продольно

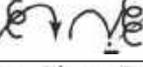
		Сидя продольно
		Спичаг продольно
<b>Наскок с/без опоры руками</b>		
		Прыжок без опоры руками в положение ноги врозь
		Прыжок в положение ноги врозь с опорой руками
<b>Удержания</b>		
		Стойка на голове, коленях
		Удержание в горизонтальном положении
		Стоя на полупальцах (всегда соединяется с другим символом)
		Волны
		Удержание ноги впереди, сзади на полупальцах
		Волна вперед в ласточку на полупальце
		Волна боком в удержание ноги впереди на полупальцах
		Шаги вперед, назад
		Шпагат продольный и поперечный
		Отталкивание или приземление на 2 ноги (пользуйтесь только когда нужно)
		Фляк на 2 ноги
		Элементы с фазой полета
		Маховое.
		Элементы с опорой на 1 руку

		Переворот вперед на 1 руке
		Длинная линия – элементы ауэрбах
		Ауэрбах в груп
		Фляк ауэрбах
<b>Прыжки и подскоки</b>		
		Прыжок шагом, олень
		Прыжок со сменой ног вперед, назад, с согнутыми ногами
		Прыжок в груп с пов на 1/2 (180°) – отгалкивание с 2х ног
		Пистолетик с 1й ноги
		Пистолетик с 2х ног
		Тур жете
		Прыжок с одной ноги с пов на 1/1. (360°) – прямая нога на уровне горизонтали
		Прыжок со сменой ног
		Прыжок с пов на 1 1/2. (540°)
		Прыжок согн
		Прыжок ноги врозь
<b>Прыжки и подскоки</b>		
		Прыжок шагом, олень
		Прыжок со сменой ног вперед, назад, с согнутыми ногами
		Прыжок в груп с пов на 1/2 (180°) – отгалкивание с 2х ног

		Пистолетик с 1й ноги
		Пистолетик с 2х ног
		Тур жете
		Прыжок с одной ноги с пов на 1/1. (360°) – прямая нога на уровне горизонтали
		Прыжок со сменой ног
		Прыжок с пов на 1 1/2 (540°)
		Прыжок согн
		Прыжок ноги врозь
		Прыжок с пов на 1/4 в поперечный шпагат или полож. ноги врозь
		Шушунова
		Прыжок в кольцо с 1й или 2х ног
		Пов на одной ноге
		Иллюзион 1/1 360°)
		Пов на 1 1/2 (540°) с удержанием ноги впереди
		Пов на 2/1 (720°) в приседе на 1 ноге
		Пов на 1/1, 1 1/2 (360°, 540) с ногами выше горизонтали, так же с пов на 1/1 (360°) с удержанием но

		Пов на 1/1. (360°) с удержанием ног сзади (бедро выше горизонтали)
		Пов на 2/1. (720°) на спине
<b>Перевороты</b>		
		Без полета вперед, назад, боком (колесо)
		С полетом боком
		С опорой на 1й руке вперед, назад, боком
		Маховое, маховое с пов
		Рондат, рондат без опоры руками
		Бедуинский прыжок вперед, назад
		Прыжок назад с пов на 1/2 (180°) - темповой переворот вперед
<b>Темповые перевороты</b>		
		Темповой переворот вперед на одну или две ноги
		Фляк, фляк с опорой на одну руку
		Фляк ауэрбах
<b>Сальто</b>		
		Вперед – в груп, согн, прогн
		Назад – в груп, согн, прогн, на одну ногу
		Боком – в груп, согн, прогн. Отгалкивание назад
		Темповое сальто
<b>Двойное сальто</b>		
		Вперед – в груп, согн

		Назад – в групп, согн
<b>Кувырки</b>		
		Вперед, полет в кувырок
		Назад.
		Боком
<b>Стойки</b>		
		¼ (90°), 1/2 (180°), 1/1 (360°) пов в стойке
		Прыжок с пов на 1/1. (360°) в стойку
<b>Кувырки</b>		
		Кувырок назад в стойку с пов на 2/1 (720°).
		Прыжок с пов на 1/1. (360°) – кувырок вперед
<b>Темповые перевороты</b>		
		С поочередной постановкой рук
		Темповой переворот вперед с пов на 1/1 (360°) - после опоры руками - до опоры руками
		Фляк с пов на 1/1 (360°)
<b>Сальто</b>		
		Вперед в групп с пов на 1/2 (180°), согн с пов на 1/1 (360°), прогн с пов на 1 1/2 (540°)
		Назад прогн с пов.
<b>Сальто с пов</b>		
		Твист в групп
		Двойной твист в групп
		Сукахара в групп, согн
<b>ОПОРНЫЙ ПРЫЖОК</b>		

<b>Первая фаза полета</b>		
		Вперед - наскок лицом к столу
		Наскок с пов на 1/4 - 1/2 (90°-180°) в 1й фазе (Цукахара)
		Рондат на мостик — фляк на стол
<b>Вторая фаза полета</b>		
		Переворот вперед
		Сальто вперед, назад
<b>Перевороты — группа 1</b>		
<b>Переворот с пов на</b>		
		1/1 (360°) в первой фазе – переворот вперед
		1/1 (360°) во 2й фазе
		1/1 (360°) в 1й фазе и 1/1. (360°) во 2й фазе
		1/2 (180°) в 1й фазе и 1 1/2 (540°) во 2й фазе
		Ямасита с пов на 1/2. (180°)
<b>Сальто вперед - группа 2</b>		
		Переворот вперед – сальто вперед в груп с пов на 1/2 (180°)
		Переворот вперед с пов на 1/1 (360°) в 1й фазе – сальто вперед согн
		Переворот вперед в 1й фазе, пов на 1/2 (180°) и сальто назад согн

Приложение № 7  
к правилам вида спорта  
«спортивная гимнастика»

7.1 Форма предварительной заявки

**Предварительная заявка**

\_\_\_\_\_ наименование спортивного соревнования

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. \_\_\_\_\_  
сроки проведения место проведения

№	Фамилия Имя спортсмена	Дата рождения спортсмена	Спортивный разряд имеет	Программа выступает	Округ/ Субъект РФ/ город	Спортивная организация /полное наименование/	Примечание

Руководитель региональной спортивной федерации \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_

## 7.2. Форма окончательной заявки

## Заявка

№	Фамилия Имя спортсмена	Дата рождения спортсмена	Спортивный разряд имеет	Программа выступает	Округ/ Субъект РФ/ город	Спортивная организация /полное наименование/	Тренеры специалисты /ФИО полностью/	Медицинский допуск/страховка

Руководитель органа исполнительной власти субъекта Российской Федерации в области физической культуры и спорта или  
руководитель организации

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_

МП

Руководитель региональной спортивной федерации \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_

МП

ДОПУЩЕНО \_\_\_\_\_ спортсменов

Руководитель медицинской организации \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_

М.П.

Приложение № 8  
к правилам вида спорта  
«спортивная гимнастика»

**Условия подведения итогов в случае равенства результатов,  
показанных спортсменами на официальных спортивных соревнованиях.**

Если в положении о спортивных соревнованиях (регламенте) не прописаны условия подведения итогов в случае равенства результатов, показанных спортсменами на официальных спортивных соревнованиях, то применяются следующие правила:

1. В случае равенства результатов, вне зависимости от занятого спортсменом места, в квалификации для выхода в финал в спортивной дисциплине «многоборье», преимущество отдается спортсмену:

а) с наибольшей суммой окончательных оценок на снарядах (то есть. у спортсменов мужского пола складываются 5, 4, 3, 2, 1 высшие окончательные оценки, у спортсменов женского пола складываются 3, 2, 1 высшие окончательные оценки);

б) с наибольшей суммой оценок E на всех снарядах;

в) с наибольшей суммой оценок D на всех снарядах.

Если равенство сохраняется, спортсмены делят место.

2. В случае равенства результатов, вне зависимости от занятого спортсменом места в квалификации для выхода в финал в отдельной спортивной дисциплине, кроме опорного прыжка, преимущество отдается:

2.1 спортсмену, выступавшему по программе МС или КМС в соответствующей спортивной дисциплине:

а) с наивысшей оценкой E;

б) с наивысшей оценкой D.

Если равенство сохраняется, спортсмены делят место.

2.2 спортсмену, выступавшему по программе первого или второго спортивного разряда в соответствующей спортивной дисциплине:

а) с наивысшей оценкой, полученной за произвольную программу;

б) с наивысшей оценкой E, полученной за произвольную программу;

Если равенство сохраняется, спортсмены делят место.

3. В случае равенства результатов, вне зависимости от занятого спортсменом места в квалификации для выхода в финал в спортивной дисциплине «опорный прыжок», преимущество отдается:

3.1 спортсмену, выступавшему по программе МС или КМС:

а) с наивысшей оценкой из двух прыжков до выведения средней величины для окончательной оценки;

б) с наивысшей оценкой E, за один из двух прыжков;

в) с наивысшей оценкой D за один из двух прыжков.

Если равенство сохраняется, спортсмены делят место.

3.2 спортсмену, выступавшему по программе первого или второго спортивного разряда:

а) с наивысшей средней оценкой, полученной за произвольную программу на опорном прыжке;

б) с наивысшей оценкой из двух прыжков в произвольной программе;

в) с наивысшей оценкой E за один из двух прыжков в произвольной программе.

Если равенство сохраняется, спортсмены делят место.

4. В случае равенства результатов в квалификации для выхода в финал в спортивной дисциплине «командные соревнования» преимущество отдается команде с наибольшей суммой оценок, идущих в командный зачет (то есть: сумма 5, 4, 3, 2, 1 высших оценок команды на снарядах у спортсменов мужского пола и сумма 3, 2, 1 высших оценок команды на снарядах у спортсменов женского пола).

Если равенство сохраняется, команды делят место.

5. В случае равенства результатов, вне зависимости от занятого спортсменом места в спортивной дисциплине «многоборье», преимущество отдается:

5.1 спортсмену, выступавшему по программе МС или КМС, в случае подведения итогов в спортивной дисциплине «многоборье в финале и набравшему:

а) наибольшую сумму 5, 4, 3, 2, 1 высших окончательных оценок на снарядах у спортсменов мужского пола и 3, 2, 1 высших окончательных оценок у спортсменов женского пола;

б) наибольшую сумму оценок E на всех видах в финале многоборья;

в) наибольшую сумму оценок D на всех видах в финале многоборья.

Если равенство сохраняется, спортсмены делят место.

5.2 спортсмену, выступавшему по программе МС или КМС, в случае подведения итогов в спортивной дисциплине «многоборье по сумме двух дней спортивных соревнований и набравшему:

а) наибольшую сумму 5, 4, 3, 2, 1 окончательных оценок, полученных за два дня выступления на гимнастических видах спортсменов мужского пола и 3, 2, 1 окончательных оценок, полученных за два дня выступления на гимнастических видах спортсменов женского пола;

б) наибольшую сумму оценок E, полученных по итогам выступления спортсменов во второй день в спортивной дисциплине «многоборье»;

в) наибольшую сумму оценок D, полученных, по итогам выступления спортсменов во второй день в спортивной дисциплине «многоборье»;

5.3. спортсмену, выступавшему по программе первого или второго спортивного разряда и набравшему:

а) наибольшую сумму 5, 4, 3, 2, 1 высших окончательных оценок, полученных за обязательную и произвольную программы на снарядах у спортсменов мужского пола и 3, 2, 1 высших окончательных оценок, полученных за обязательную и произвольную программы у спортсменов женского пола.;

б) наибольшую сумму оценок E, полученных за произвольную программу;

в) наибольшую сумму оценок D, полученных за произвольную программу.

Если равенство сохраняется, спортсмены делят место.

6. В случае равенства результатов, вне зависимости от занятого спортсменом места в финалах в отдельных спортивных дисциплинах, кроме опорного прыжка, преимущество отдается:

а) спортсмену с наивысшей оценкой E;

б) спортсмену с наивысшей оценкой D

Приложение № 9  
к правилам вида спорта  
«спортивная гимнастика»

### Образцы согласия на обработку персональных данных

9.1. Образец согласия на обработку персональных данных на спортсменов младше 14 лет.

В Общероссийскую общественную  
организацию спортивной гимнастики,  
прыжков на батуте, художественной  
гимнастики, спортивной акробатики,  
спортивной аэробики «Федерация  
гимнастики России»

От кого: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Заявление родителя (законного представителя) о размещении сведений о ребенке в  
государственном информационном ресурсе и согласие на обработку персональных данных  
ребёнка до 14 лет.

Я, \_\_\_\_\_,  
(фамилия, имя, отчество)

проживающий(ая) по адресу: \_\_\_\_\_

паспорт серия \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_ выдан «\_\_» \_\_\_\_\_ г.

\_\_\_\_\_

(наименование органа, выдавшего паспорт)

действующий(ая) в качестве законного представителя \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(Ф.И.О. несовершеннолетнего ребенка)

\_\_\_\_\_

(серия и номер свидетельства о рождении или паспорта ребенка, дата выдачи паспорта и выдавший орган)

даю согласие Общероссийской общественной организации спортивной гимнастики, прыжков на батуте, художественной гимнастики, спортивной акробатики, спортивной аэробики (далее – ФГР) на размещение сведений о ребенке в информационном ресурсе ФГР, обработку информации, составляющей *мои персональные данные (фамилию, имя, отчество), персональные данные моего ребенка (данные свидетельства о рождении (паспорта), медицинской карты, адрес проживания, прочие сведения)* в целях организации участия моего ребенка в спортивном мероприятии, ведения статистики с применением различных способов обработки.

Настоящее согласие предоставляется на осуществление любых действий в отношении *моих персональных данных, персональных данных моего ребенка*, которые необходимы или

желаемы для достижения указанных выше целей, включая (без ограничения) сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение (в том числе передачу третьим лицам – обеспечивающим и участвующим в проведении спортивных мероприятий), обезличивание, блокирование, а также осуществление любых иных действий с персональными данными, предусмотренных Федеральным законом РФ от 27.07.2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных».

ФГР гарантирует, что обработка персональных данных осуществляется в соответствии с действующим законодательством РФ.

Я проинформирован(а), что персональные данные обрабатываются неавтоматизированным и автоматизированным способами обработки.

Данное согласие действует до достижения целей обработки персональных данных или в течение срока хранения информации.

Я подтверждаю, что, давая согласие на обработку персональных данных, я действую своей волей и в интересах своего ребенка.

Дата \_\_\_\_\_

Подпись \_\_\_\_\_

9.2. Образец согласия на обработку персональных данных спортсменов старше 14 лет

В Общероссийскую общественную организацию спортивной гимнастики, прыжков на батуте, художественной гимнастики, спортивной акробатики, спортивной аэробики «Федерация гимнастики России»

От кого: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Согласие  
на обработку персональных данных (14 лет и старше)

Я, \_\_\_\_\_,  
(фамилия, имя, отчество)

проживающий(ая) по адресу: \_\_\_\_\_

паспорт серия \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_ выдан "\_\_\_" \_\_\_\_\_ г.

даю согласие на обработку информации, составляющей мои персональные данные (данные паспорта, адреса проживания, реквизитов документа, прочие сведения) в целях внесения в информационный ресурс, организации участия в спортивном мероприятии, ведения статистики с применением различных способов обработки.

Настоящее согласие предоставляется на осуществление любых действий в отношении моих персональных данных, которые необходимы или желаемы для достижения указанных выше целей, включая (без ограничения) сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение (в том числе передачу третьим лицам – в соответствии с действующим законодательством), обезличивание, блокирование, а также осуществление любых иных действий с персональными данными, предусмотренных Федеральным законом РФ от 27.07.2006 N 152-ФЗ "О персональных данных".

ФГР гарантирует, что обработка персональных данных осуществляется в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

Данное согласие действует до достижения целей обработки персональных данных или в течение срока хранения информации.

Данное согласие может быть отозвано в любой момент по моему письменному заявлению.

Я подтверждаю, что, давая такое согласие, я действую по собственной воле и в своих интересах.

"\_\_\_" \_\_\_\_\_ 202\_ г. \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

**Приложение № 10**  
**к правилам вида спорта**  
**«спортивная гимнастика»**  
**Антидопинговые декларации участников официальных спортивных мероприятий**

**ДЕКЛАРАЦИЯ**  
**спортсмена - участника официальных спортивных мероприятий (до 14 лет)**

Я, \_\_\_\_\_  
 нижеподписавшийся(ая) \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 паспорт \_\_\_\_\_ (фамилия, имя, отчество родителя (опекуна)) \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_ выдан  
 \_\_\_\_\_ серия \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_ « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ г., код подразделения \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_ зарегистрированный(ая) по адресу: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_ являясь законным представителем \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_ (фамилия, имя, отчество несовершеннолетнего спортсмена, дата рождения)  
 \_\_\_\_\_ свидетельство о рождении\* серия \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_, выдано \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_ страховой номер индивидуального лицевого счёта (СНИЛС) \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_ адресу:  
 \_\_\_\_\_ зарегистрированного(ой) \_\_\_\_\_

принимая во внимание, что Общероссийская общественная организация спортивной гимнастики, прыжков на батуте, художественной гимнастики, спортивной акробатики, спортивной аэробики «Федерация гимнастики России» (ФГР), как и любая из ее членских организаций, или участвующих в них, направляют свои усилия на борьбу с применением допинга в спорте и в соответствии с п.3.6 Общероссийских антидопинговых правил (Правила) декларирую, что в период подготовки к соревновательной деятельности несовершеннолетний спортсмен:

1. Не использовал в своей спортивной подготовке средства и методы, перечисленные в действующем Перечне субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте.
2. Не применял медикаменты, медицинские процедуры, биологически активные добавки к пище (БАД), специализированные препараты спортивного питания без назначения или рекомендации врача.
3. Не распространял запрещенные субстанции и (или) методы, БАД, специализированные препараты спортивного питания.
4. Ознакомлен с процедурой прохождения допинг-контроля и обязуется соблюдать правила процедуры допинг-контроля.
5. Знает, что в соответствии с Правилами не допускается применение запрещенных субстанций и (или) методов по медицинским показаниям, если не имеется разрешения на терапевтическое использование конкретной субстанции.
6. Знает, что за нарушение Правил к нему могут быть применены санкции, вплоть до дисквалификации. Кроме того, ему известно, что за использование и незаконный оборот допинговых средств в законодательстве Российской Федерации предусмотрены административная и уголовная ответственность.
7. Подтверждает, что, принимая участие в соревнованиях под юрисдикцией ФГР согласен и обязуется неукоснительно соблюдать и выполнять требования Устава ФГР, Кодекса этики ФГР, иных положений локально - нормативных документов ФГР и нормативно - правовых актов РАА «РУСАДА», Министерства спорта Российской Федерации, Олимпийского комитета России, ФГБУ «ЦСП», ФМБА России и иных организаций осуществляющих правовое регулирование в области антидопинга.
8. Подтверждает, что согласен на то, что любые споры между ним и ФГР, возникающие в связи с его участием в соревнованиях, организацию и проведение которых осуществляет ФГР, либо имеющие к ним отношение, подлежат рассмотрению исключительно в Спортивном

Арбитражном Суде при Автономной некоммерческой организации «Спортивная Арбитражная Палата», в соответствии с его Регламентом или предусмотренным Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» в третейском суде, рассматривающем споры в профессиональном спорте и спорте высших достижений, в соответствии с правилами такого третейского суда.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(подпись родителя (опекуна)) (ФИО родителя (опекуна))

\* заполняется до получения несовершеннолетним спортсменом паспорта.

## ДЕКЛАРАЦИЯ

## спортсмена – участника официальных спортивных мероприятий (14-18 лет)

Я, нижеподписавшийся(ая), \_\_\_\_\_

(фамилия, имя, отчество несовершеннолетнего спортсмена, дата рождения)

паспорт серия \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_ выдан \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_\_ » / \_\_\_\_\_ г., код подразделения \_\_\_\_\_

зарегистрированный(ая) по адресу: \_\_\_\_\_

принимая во внимание, что Общероссийская общественная организация спортивной гимнастики, прыжков на батуте, художественной гимнастики, спортивной акробатики, спортивной аэробики «Федерация гимнастики России» (ФГР), как и любая из ее членских организаций, или участвующих в них, направляют свои усилия на борьбу с применением допинга в спорте и в соответствии с п.3.6 Общероссийских антидопинговых правил (Правила) декларирую, что в период подготовки к соревновательной деятельности:

1. Не использовал в своей спортивной подготовке средства и методы, перечисленные в действующем Перечне субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте.

2. Не применял медикаменты, медицинские процедуры, биологически активные добавки к пище (БАД), специализированные препараты спортивного питания без назначения или рекомендации врача.

3. Не распространял запрещенные субстанции и (или) методы, БАД, специализированные препараты спортивного питания.

4. Ознакомлен с процедурой прохождения допинг-контроля и обязуюсь соблюдать правила процедуры допинг-контроля.

5. Знаю, что в соответствии с Правилами не допускается применение запрещенных субстанций и (или) методов по медицинским показаниям, если не имеется разрешения на терапевтическое использование конкретной субстанции.

6. Мне известно, что за нарушение Правил ко мне могут быть применены санкции, вплоть до дисквалификации. Кроме того, мне известно, что за использование и незаконный оборот допинговых средств в законодательстве Российской Федерации предусмотрены административная и уголовная ответственность.

7. Подтверждаю, что, принимая участие в соревнованиях под юрисдикцией ФГР согласен и обязуется неукоснительно соблюдать и выполнять требования Устава ФГР, Кодекса этики ФГР, иных положений локально - нормативных документов ФГР и нормативно - правовых актов РАА «РУСАДА», Министерства спорта Российской Федерации, Олимпийского комитета России, ФГБУ «ЦСП», ФМБА России и иных организаций осуществляющих правовое регулирование в области антидопинга.

8. Подтверждаю, что согласен на то, что любые споры между мной и ФГР, возникающие в связи с моим участием в соревнованиях, организацию и проведение которых осуществляет ФГР, либо имеющие к ним отношение, подлежат рассмотрению исключительно в Спортивном Арбитражном Суде при Автономной некоммерческой организации «Спортивная Арбитражная Палата», в соответствии с его Регламентом или предусмотренным Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» в третейском суде, рассматривающем споры в профессиональном спорте и спорте высших достижений, в соответствии с правилами такого третейского суда.

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г. \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(Подпись несовершеннолетнего спортсмена) (ФИО несовершеннолетнего спортсмена)

Я, нижеподписавшийся(ая), \_\_\_\_\_

(фамилия, имя, отчество родителя (опекуна))

паспорт серия \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_ выдан \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_\_ » / \_\_\_\_\_ г., код подразделения \_\_\_\_\_

зарегистрированный(ая) по адресу: \_\_\_\_\_

являясь законным представителем \_\_\_\_\_

(фамилия, имя, отчество несовершеннолетнего спортсмена, дата рождения)

даю согласие на подписание настоящей Декларации спортсмена-участника официальных спортивных мероприятий (14-18 лет) \*

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г. \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(подпись родителя (опекуна)) (ФИО родителя (опекуна))

\* заполняется родителем (опекуном) несовершеннолетнего спортсмена в возрасте от 14 до 18 лет.

**ДЕКЛАРАЦИЯ**  
**спортсмена – участника официальных спортивных мероприятий (совершеннолетнего)**

Я, нижеподписавшийся(ая), \_\_\_\_\_  
 (фамилия, имя, отчество совершеннолетнего спортсмена, дата рождения)  
 паспорт серия \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_ выдан \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_ « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ г., код подразделения \_\_\_\_\_  
 зарегистрированный(ая) по адресу: \_\_\_\_\_

принимая во внимание, что Общероссийская общественная организация спортивной гимнастики, прыжков на батуте, художественной гимнастики, спортивной акробатики, спортивной аэробики «Федерация гимнастики России» (ФГР), как и любая из ее членских организаций, или участвующих в них, направляют свои усилия на борьбу с применением допинга в спорте и в соответствии с п.3.6 Общероссийских антидопинговых правил (Правила) декларирую, что в период подготовки к соревновательной деятельности:

1. Не использовал в своей спортивной подготовке средства и методы, перечисленные в действующем Перечне субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте.

2. Не применял медикаменты, медицинские процедуры, биологически активные добавки к пище (БАД), специализированные препараты спортивного питания без назначения или рекомендации врача.

3. Не распространял запрещенные субстанции и (или) методы, БАД, специализированные препараты спортивного питания.

4. Ознакомлен с процедурой прохождения допинг-контроля и обязуюсь соблюдать правила процедуры допинг-контроля.

5. Знаю, что в соответствии с Правилами не допускается применение запрещенных субстанций и (или) методов по медицинским показаниям, если не имеется разрешения на терапевтическое использование конкретной субстанции.

6. Мне известно, что за нарушение Правил ко мне могут быть применены санкции, вплоть до дисквалификации. Кроме того, мне известно, что за использование и незаконный оборот допинговых средств в законодательстве Российской Федерации предусмотрены административная и уголовная ответственность.

7. Подтверждаю, что, принимая участие в соревнованиях под юрисдикцией ФГР согласен и обязуюсь неукоснительно соблюдать и выполнять требования Устава ФГР, Кодекса этики ФГР, иных положений локально - нормативных документов ФГР и нормативно - правовых актов РАА «РУСАДА», Министерства спорта Российской Федерации, Олимпийского комитета России, ФГБУ «ЦСП», ФМБА России и иных организаций осуществляющих правовое регулирование в области антидопинга.

8. Подтверждаю, что согласен на то, что любые споры между мной и ФГР, возникающие в связи с моим участием в соревнованиях, организацию и проведение которых осуществляет ФГР, либо имеющие к ним отношение, подлежат рассмотрению исключительно в Спортивном Арбитражном Суде при Автономной некоммерческой организации «Спортивная Арбитражная Палата», в соответствии с его Регламентом или предусмотренным Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» в третейском суде, рассматривающем споры в профессиональном спорте и спорте высших достижений, в соответствии с правилами такого третейского суда.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
 (Подпись совершеннолетнего спортсмена) (ФИО совершеннолетнего спортсмена)

**ДЕКЛАРАЦИЯ****тренера/специалиста, участвующего в официальных спортивных мероприятиях**

Я, нижеподписавшийся(ая), \_\_\_\_\_  
 (фамилия, имя, отчество тренера/специалиста)  
 паспорт серия \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_ выдан \_\_\_\_\_

зарегистрированный(ая) по адресу: \_\_\_\_\_ « \_\_\_\_\_ » / \_\_\_\_\_ г., код подразделения \_\_\_\_\_

принимая во внимание, что Общероссийская общественная организация спортивной гимнастики, прыжков на батуте, художественной гимнастики, спортивной акробатики, спортивной аэробики «Федерация гимнастики России» (ФГР), как и любая из ее членских организаций, или участвующих в них, направляют свои усилия на борьбу с применением допинга в спорте и в соответствии с п.3.6 Общероссийских антидопинговых правил (Правила) декларирую, что в период подготовки к соревновательной деятельности членов спортивных сборных команд Российской Федерации по \_\_\_\_\_

(вид спорта)

/субъекта Российской Федерации ( \_\_\_\_\_ ), а также спортсменов – кандидатов в члены спортивных сборных команд Российской Федерации по \_\_\_\_\_

(вид спорта)

/субъекта Российской Федерации ( \_\_\_\_\_ ):

1. Не склонял к использованию средств и методов, перечисленные в действующем Перечне субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте.

2. В ходе подготовки к мероприятию регулярно проводил со спортсменами разъяснительную работу о недопустимости применения допинга в спорте.

3. Подтверждаю, что ознакомлен с процедурой прохождения допинг-контроля и обязуюсь содействовать прохождению процедуры допинг-контроля спортсменами, которые будут отобраны для тестирования.

4. Мне известно, что в соответствии с Правилами не допускается применение запрещенных субстанций и (или) методов по медицинским показаниям, если не имеется разрешения на терапевтическое использование конкретной субстанции.

5. Мне известно, что за нарушение Правил ко мне могут быть применены санкции, вплоть до дисквалификации. Кроме того, я знаю, что за использование и незаконный оборот допинговых средств в законодательстве Российской Федерации предусмотрены административная и уголовная ответственность.

6. Я подтверждаю, что, принимая участие в соревнованиях под юрисдикцией ФГР согласен и обязуюсь неукоснительно соблюдать и выполнять требования Устава ФГР, Кодекса этики ФГР, иных положений локально - нормативных документов ФГР и нормативно - правовых актов РАА «РУСАДА», Министерства спорта Российской Федерации, Олимпийского комитета России, ФГБУ «ЦСП», ФМБА России и иных организаций осуществляющих правовое регулирование в области антидопинга.

7. Я, согласен на то, что любые споры между мною и ФГР, возникающие в связи с моим участием в соревнованиях, организацию и проведение которых осуществляет ФГР, либо имеющие к ним отношение, подлежат рассмотрению исключительно в Спортивном Арбитражном Суде при Автономной некоммерческой организации «Спортивная Арбитражная Палата», в соответствии с его Регламентом или предусмотренным Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» в третейском суде, рассматривающем споры в профессиональном спорте и спорте высших достижений, в соответствии с правилами такого третейского суда.

« \_\_\_\_\_ » 20 \_\_\_\_\_ г. \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
 (Подпись тренера/специалиста) (ФПО тренера/специалиста)