



office@aerobic-gymnastics.ru

№ 22 от 12.02.2023

Пояснения к нововведениям в правила

2022-2024 года.

Уточнения:

1. Удалить пример №5(i) из мужских костюмов.
2. В дисциплинах **смешанные пары, трио, группа-5** спортсменам **запрещено** включать **комбинации из 3 элементов**. В случае включения комбинаций из 3 элементов в СП, ТР, ГР не дается дополнительный бонус и применяется сбавка по сложности 0,5.
3. Приложение 4, группа А, семья 2.
Базовое название *углов ноги вместе и ноги врозь одно*, поэтому использование в соревновательной композиции угла ноги врозь и угла ноги вместе приведет к сбавке по сложности в 0,5.
4. Описание элементов сложности.
В элементах В435, В437, В439 изменено описание:
Вместо термина «поворот» применено «круговое вращение верхней части тела».
5. В элементах С824, С826, С828 изменено описание:
При выполнении опорной либелы ***опора на 1 руку***.
! В случае выполнения элементов безопорной либелы С837, С839 с касанием на одном из вращений - ценность элемента сложности будет 0.
6. Костюмы.
Сбавки за костюм
В. СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ОДЕЖДА: (-0,2 каждый раз по разным критериям).
Мужской костюм.
 1. Мужчины должны носить 2 предмета одежды (короткие или длинные брюки и облегающий топ) или комбинезон в полный рост.
Шорты/штаны/брюки не должны обтягивать тело.



2. Короткие штаны должны закрывать 1/3 длины бедра от тазобедренного сустава.

...

Пример:

Если мужская одежда состоит из 1 предмета и плотно облегает тело: сбавка председателя бригады судей составит -0,2 (один критерий).

Если мужские шорты обтягивают тело излишне и слишком коротки: сбавка председателя бригады судей составит -0,4 (два разных критерия).

Телесный цвет.

Использование материала телесного цвета (с украшением или без него) вокруг области таза не рекомендуется, сбавка за такой костюм не предусмотрена правилами 2022-2024.

Использование магнезии

Категорически не рекомендуется использовать магнезию или любой другой продукт, оставляющий следы на соревновательном полу, сбавка за такое нарушение не предусмотрена правилами 2022-2024.

Глава 5 (Судейство/Оценка) Артистизм: стр. 34

2. Аэробное содержание: 2.2 Качество – Разнообразие

БЛОК САД

Чтобы быть признанным блоком САД, все спортсмены должны выполнять одни и те же базовые шаги с правильной техникой в одно и то же время, находясь рядом друг с другом. Разные движения (ориентация/вращение) и движения рук/ног (асимметрия/симметрия) разрешены, но должны выполняться одни и те же базовые шаги.

Для СП/ТР/ГР; Блок САД должен выполняться близко друг к другу (на минимальной дистанции) как единое целое.

3. Общее содержание: 3.2 Пространство

Распределение различных компонентов упражнения должно быть равномерным и сбалансированным в пространстве.

Это относится не только к последовательностям САД, но и к партнерству, движениям на полу и распределению элементов.



5. Артистическое (художественное исполнение): 5.1 Презентация / Качество движений

Упражнение с падением и/или касанием: Если спортсмен допускает падение/касание в упражнении, артистическое (художественное) исполнение не будет оценено на - отлично, однако оно также не получит сразу же оценку - плохо. Это должно быть оценено, в зависимости от того, насколько падение/касание повлияло или испортило все соревновательное упражнение. В итоге оценка по параметру артистическое (художественное) исполнение может быть очень низкой (возможна оценка - Плохо), если падение было драматичным и повлияло/испортило все впечатление от композиции. Оценка может быть понижена просто на следующий уровень, если было падение, но спортсмен смог восстановиться так, что выполнение упражнения не слишком пострадало.

Часть 5: стр. 56 и 59.

САД в танцевальном стиле.

«ТГ — это групповая хореография восьми спортсменов, использующая аэробные движения в танцевальном стиле. Что касается специфики спортивной аэробики, последовательности САД должны выполняться более свободно».

Намерение включить дисциплину танцевальная гимнастика в нашем виде спорта состояло в том, чтобы дать больше свободы с учетом специфики спортивной аэробики. Это означает, что ОСНОВНАЯ часть программы (за исключением стиля 2) должна создавать образ спортивной аэробики в танцевальном стиле.

2 стиль.

Во втором стиле спортсмены могут выполнять разные движения. Однако все спортсмены должны создавать единый композиционный образ.

Элементы сложности.

Если нога не переходит сразу в положение Венсон; Ошибка исполнения (-0,1 или -0,3).

Если элемент закончен в позиции упор лежа, а затем нога переводится в позицию Венсон - это неправильная техника (-0,5) в Исполнении и, следовательно, 0 в оценке Сложности. Это относится ко всем элементам, оканчивающимся в позиции Венсон.(рисунок письма ФИЖ № 3)



Explosive High-V: «Положение высокого упора согнувшись»

Демонстрация позиции High-V является минимальным требованием для всех элементов Explosive High-V (CoP, стр. 46).

«Положение высокого упора согнувшись: тело поддерживается обеими руками, только ладони касаются пола. Тело согнуто в форме рике (ноги вместе, угол между туловищем и ногами максимум 60°), тазобедренный сустав должен находиться как минимум на уровне плечевого сустава или выше. Идеальное выполнение – ноги параллельно полу».

Геликоптер

Геликоптер, выполненный с касанием руками/кистями ног, наказывается большой ошибкой в исполнении -0,5. Поэтому оценка сложности в таком случае - 0. Стр. 51 Правил соревнований. Касание пола руками во время вращения допустимо и не приведет к сбавке.

Батерфляй

Если тело более чем на 45° выше или ниже горизонтали: Исполнение -0,5 (минимальное требование)

Если не выполняется 1/2 круговое вращение верхней части тела стоя на полу: Исполнение -0,5 (неправильная техника), сложность- 0.

Взрывная рамка: A104, A106, A114, A116, A125, A127, A136, A138.

Обе ноги и руки должны отрываться от пола одновременно. Если обе руки и ноги *не отрываются и/или не приземляются* на пол одновременно после демонстрации фазы полета, последует Большая ошибка: Исполнение -0,5, Сложность 0.

Обязательные элементы для категории 12-14 лет:

Группа В и С: При выполнении элементов с неполным вращением будет применяться сбавка за отсутствие обязательного элемента.

То есть, если обязательный элемент групп В и С (прыжок группировка с поворотом на 360, поворот на 720) не засчитан или его ценность понижена, то применяется сбавка по сложности 0,5.

В. Оснер

В.Б. Оснер