



әуе-спорттық эквилибр бойынша Қазақстан федерациясы - ӘСЭБҚФ

ЕРЕЖЕЛЕР

"ПИЛОНДАҒЫ СПОРТ"

POLE SPORT

Кіріспе және жалпы жарыс ережелері	3
Музыкалық сүйемелдеу	9
Ашылу/жабылу/марапаттау рәсімі	10
Спортшылардың сыртқы түрі	10
Төрешілердің бағалауы: "әртістік және хореография"	12
Айыппұлдар " әртістік және хореография	14
Төрешілердің бағалауы: "айыппұлдар"	15
Төрешілердің бағалауы: "бас төрешінің айыппұлдары"	17
Қайталанған қойылымдар	18
Төрешілердің бағалауы:"Күрделілік"	19
Төрешілердің бағалауы:"техникалық үстемеақылар"	29
Дизайн сипаттамасы	43
Фото және бейне түсіру	44
Қатысушы мен ұйымдастырушының міндеттері	44
Қосымша 1. Глоссарий	47
Қосымша 2. Техникалық үстемеақылар нысанын толтыру ережесі	54

Кіріспе және жалпы жарыс ережелері

Жарысқа әлемнің кез келген елінен келген әйел және ер спортшылар қатыса алады. Осы турнирге қатысуға жазбаша келісім қажет (on-line өтінімін беру кезінде міндетті түрде толтыру қажет).

Жарысқа Қазақстан Республикасының, сондай-ақ жақын және алыс шет елдердің азаматтары қатыса алады.

Жарысқа **медициналық қарсы көрсетілімдері жоқ спортшыларға** рұқсат етіледі:

жарыс сәтіндегі медициналық сақтандыру on-line өтінімі берілген кезде жүктеледі;

Таспаны (тейпті) пайдалануға рұқсат етіледі.

Дәрігерден анықтама ұсынған кезде:

- ортезді қолдану,

- көзілдірікпен өнер көрсету (егер линзаларды кию мүмкін болмаса) рұқсат етіледі.

*** анықтаманың түпнұсқасы жарыс басталғанға дейін бас төрешіге/ұйымдастырушыға беріледі**

ҚР азаматтығы бар, спортшының паспортын алған спортшылар өтінімге "медициналық тексеруден өту туралы мәліметтер/дәрігердің рұқсаты" бетіндегі фотосуретті қоса береді, онда 2024 жылға арналған жарыстарға қатысуға рұқсат туралы белгі болуы тиіс.

Спортшының қойылымы мыналардан тұруы керек: снарядта да (пилон, шынғыршық, Әуе кенептері) және партерде де трюктер мен элементтерді орындау. Орындау кезінде спортшы снарядтағы техникалық элементтердің нақтылығы мен тазалығын, акробатикалық элементтерді меңгеруін, дененің созылуы мен икемділігін, күшін, тепе-теңдікті сақтай білуін көрсетуі керек. Спортшы хореография стилі, даралығы, сыртқы түрі, костюмі, көрерменге әсері, шығармашылығы, эмоциялардың мәнерлілігі (мимика, қимылдар) бойынша бағаланады. **Реквизиттерді пайдалануға тыйым салынады.**

*** барлық санаттар үшін снаряд-партер қатынасы болуы керек:**

70% - снаряд, 30% - партер

*** спортшы жұмысты тең үлестермен көрсетуі керек 50%-50% статикалық және динамикалық тіректер**

Қойылымдар келесі пәндер бойынша өтеді:

Pole Sport- пилондағы спорт

Aerial Hoop – шынғыршықтағы тәртіп

Aerial Silks – тәртіп әуе кенептері.

*** спортшы бір немесе одан да көп пән бойынша ұсынылуы мүмкін**

Қойылымдар келесіге сәйкес бөлінеді:

- * қатысушының жасына байланысты жас топтары,
- * спорттың осы (осы ғана емес) бағытындағы спорттық өтілге және/немесе спорттық жетістіктерге байланысты дайындық деңгейлері,
- * гендерлік тиісілігі,
- * бағдарламаның түрі.

* егер спортшы екі немесе одан да көп пәндер бойынша мәлімделсе, онда мәлімделген деңгейлер бірдей болмауы мүмкін (мысалы, спортшы пилон снарядының Элит деңгейіне, ал әуе шынғыршыққа Жалғастырушы деңгейге мәлімденді)

ЖАС ТОПТАРЫ:

- 6-9 жас СӘБИЛЕР [қыздар/ұлдар]
- 10-14 жас БАЛАЛАР [қыздар/ұлдар]
- 10-17 жас аралығындағы ЖАСӨСПІРІМДЕР [қыздар/ұлдар]
- 15-17 жас аралығындағы ЮНИОРЛАР [қыздар/ұлдар]
- 18-29 жас ЕРЕСЕКТЕР [әйелдер / ерлер]
- 30-39 жас ЕРЕСЕКТЕР [әйелдер / ерлер]
- 40-49 жас ЕРЕСЕКТЕР [әйелдер / ерлер]
- 18-49 жас ЕРЕСЕКТЕР [әйелдер / ерлер]

*спортшы жарыс күндері өзінің жасына сәйкес жас тобын таңдайды

Егер спортшы қандай да бір себептермен чемпионат кезіндегі жасынан жоғары жас тобын таңдаса, онда келесі жарыстарда оны кіші жас тобына ауыстыра алмайды. Ол жоғары жас тобына өткенге дейін сонда қалуы керек.

Мәлімделген және нақты жастағы сәйкессіздік анықталған жағдайда спортшыға және оның жаттықтырушысына мынадай санкциялар қолданылатын болады:

⊘ жас тобының төмендеуі орын алған жарыстардың рейтингі=0

* спортшы өнер көрсете алады, бірақ бұл жарыстардың рейтингі =0 болады.

⊘ жаттықтырушы ӘСЭБҚФ-дан ресми сөгіс алады

ДАЙЫНДЫҚ ДЕҢГЕЙЛЕРІ:

- Бастаушылар [Amateur]
- Жалғастырушылар [Semi-Professional]
- Кәсіпқойлар [Professional]
- Элит [Elite]

Бастаушылар

Снарядты иеленудің негізгі дағдылары бар спортшылар олардың қойылымы үшін техникалық құндылығы төмен элементтерді таңдайды. Спортшы кез-келген жарыста жеңіске жеткен орынға қарамастан, бір маусымда осы дайындық деңгейін таңдауға құқылы. Бірақ жарыс маусымы кезінде (жарыс маусымы 1 қаңтардан 31 желтоқсанға дейін созылады) ірі жарыстарда жүлделі үштікке кемінде бір рет кірген спортшы келесі маусымға "жалғастыру" деңгейіне өтуі керек. Егер мәлімделген жарыс маусымы кезінде ірі жарыстарда жеңімпаздардың үштігіне бір рет те кірмеген болса, спортшы келесі маусымда осы деңгейде қалуға құқылы. "Бастаушы" деңгейдегі спортшы нұсқаушы/жаттықтырушы бола алмайды.

Жалғастырушылар

Соңғы жарыс маусымында (1 қаңтардан 31 желтоқсанға дейін созылады) ірі жарыстарда "Бастаушы" деңгейінде жүлделі орындарға ие болған спортшылар, сондай-ақ "Бастаушы" деңгейін өткізіп жібере отырып, өз деңгейін осы дайындық деңгейінде өнер көрсету үшін жеткілікті деп санайтын спортшылар. Спортшы кез-келген жарыста жеңіске жеткен орынға қарамастан, бір маусымда осы дайындық деңгейін таңдауға құқылы. Жарыс маусымы кезінде (1 қаңтардан 31 желтоқсанға дейін созылады) ірі жарыстарда кем дегенде бір рет бірінші орын алған спортшы келесі маусымға "Кәсіпқойлар" деңгейіне өтуі керек. Спортшы, егер жарияланған жарыс маусымы кезінде ол бір рет те ірі жарыстарда бірінші орынға ие болмаса, бірақ екінші немесе үшінші орынға ие бола алса, келесі маусымда осы деңгейде қалуға құқылы. Бірақ екі жарыс маусымының қорытындысы бойынша, егер спортшы кем дегенде бір рет үздік үштікке енген болса, ол "Кәсіпқойлар" деңгейіне өтуге міндетті.

Кәсіпқойлар

Жарыс маусымы кезінде (1 қаңтардан 31 желтоқсанға дейін созылады) "Жалғастырушылар" деңгейінде ірі жарыстарда кем дегенде бір рет бірінші орын алған спортшылар. Соңғы екі жарыс маусымында (1 қаңтардан 31 желтоқсанға дейін созылады) "Жалғастырушылар" деңгейінде ірі жарыстарда жүлделі орындарға ие болған спортшылар, сондай-ақ алдыңғы деңгейлерді өткізіп жібере отырып, өз деңгейлерін осы дайындық деңгейінде өнер көрсету үшін жеткілікті деп санайтын спортшылар.

Элит

Соңғы екі жарыс маусымында (1 қаңтардан 31 желтоқсанға дейін созылады) ірі жарыстарда "Кәсіпқойлар" деңгейінде жүлделі орындарға ие болған спортшылар, сондай-ақ жоғары санаттағы шеберліктің жоғары деңгейін меңгерген, пилонда, әуе шынғыршықта немесе төсемдерінде спорт бойынша жергілікті немесе республикалық құрамаға қосылуға үміткер спортшылар.

Жеке бағдарлама үшін "дайындық деңгейін" анықтау:

- Бірінші рет өнер көрсететін спортшы осы топтың барлық талаптарын ескере отырып, өнер көрсететін деңгейді өзі анықтайды. Бірақ осы деңгейден төмен ол Қазақстан Республикасының аумағындағы кейінгі жарыстарға бара алмайды.
- 2023 маусымында мәлімделген дайындық деңгейінде кемінде 1-ші орын алған спортшы жоғары деңгейге өтуі керек.

Ерекшелік: егер спортшы бүкіл маусымда небәрі 1 рет 1-ші орын алса және осы дайындық деңгейінде бәсекелестікте 3 немесе одан аз қатысушы болса, бұл жағдайда спортшы өз қалауы бойынша жоғары деңгейге көтеріле алады, бірақ егер ол өзінің дайындық деңгейін жоғары деңгейге сәйкес келмейтін деп санаса, сол күйінде қала алады.

- 2023 маусымында мәлімделген деңгейде 2 немесе 3 орын алған спортшы 2024 маусымында сол деңгейде қалуға құқылы, бірақ, 2025 маусымы үшін ол жоғары деңгейге өтуге міндетті (**Бастаушылар деңгейінен басқа**).
- 2023 маусымында жарияланған деңгейде жүлделі орындарға ие болмаған спортшы (1,2,3 орын) 2024 маусымына сол деңгейде қалуы мүмкін. Егер спортшы жоғары деңгейге көтерілуді қажет деп санаса, ол бұған толықтай құқылы.

Дуэттерге арналған "дайындық деңгейін" анықтау.

- Дуэттің дайындық деңгейі жеке дайындық деңгейімен анықталады.
- Егер дуэттегі спортшылардың дайындық деңгейі әр түрлі болса, онда дуэттің дайындық деңгейі дайындық деңгейі жоғары спортшы бойынша анықталады, және ол жеке бағдарламада осы спортшының дайындық деңгейінен жоғары немесе төмен болмауы керек.
- Егер екі спортшы ешқашан жеке бағдарламаларда өнер көрсетпеген болса, онда олар дуэттің дайындық деңгейін өздері анықтай алады. Егер болашақта бір немесе екі спортшы да жеке бағдарламада өнер көрсетуге ниет білдірсе, онда олардың жеке бағдарламаға дайындық деңгейі осы дуэттің дайындық деңгейімен анықталады.

Назар аударыңыз!

Нұсқаушы/жаттықтырушы белгілі бір пәнді қандай-да бір жолмен оқытқан адам болып саналады, соның ішінде: бетпе-бет оқыту (деңгейге қарамастан), онлайн сабақтар, кез-келген типтегі семинарлар (кез-келген типтегі топтық сабақтарды қоса) немесе DVD / бейне нұсқаулық арқылы. Өтемақы алынғанына немесе алынбағанына қарамастан, бұл әрекет нұсқаушы ретінде біреуді анықтайтын нұсқаулық. Егер нұсқаушы/жаттықтырушы әуесқой санатқа жатса, ол кем дегенде 1 жылға біліксіздендіреді.

Назар аударыңыз!

Жеңімпаздардың үштігі және белгілі бір жас тобы мен деңгейіндегі қалған спортшылар, егер олардың өнер көрсеткені үшін балл тиісті жас тобынан аз болса, бірақ спортшылардың дайындық деңгейінен төмен болса, ауыстырылады.

Мысалы, 6-9 жас аралығындағы №1 спортшы "Кәсіпқойлар" деңгейі, өз бағдарламасы үшін 10.0 балл жинайды және 2 орынға құқылы, ал сол жас тобындағы №2 спортшы 6-9 жасқа, бірақ дайындық деңгейінен төмен "Жалғастырушы" 15.0 балл жинады және 3 орынға үміткер. Тиісінше, № 1 спортшы "Жалғастырушы" дайындық деңгейінен төмен топқа ауыстырылады, өйткені оның "Кәсіпқойлар" деңгейіндегі баллы "Жалғастырушылар" деңгейінен жоғары болуы керек.

Назар аударыңыз!

Мәлімделген жоғары деңгейден кейін төмен деңгейге түсуге тыйым салынады.

Мысалы, спортшы 10-14 жас тобында "Бастаушы" деңгейде ағымдағы жылдың мамыр айында жарыстарда болды, содан кейін 10-14 жас тобында "Жалғастырушылар" деңгейіне өтті, ал сол жылдың тамызында және қыркүйекте ол 10-14 жас тобындағы "Бастаушылар" деңгейіне оралды.

Мұндай әрекет анықталған жағдайда спортшыға және оның жаттықтырушысына мынадай санкциялар қолданылатын болады:

Өрейтингі = 0

Спортшының ағымдағы жылы өткен жарыстардың рейтингі және одан кейінгі барлық жарыстар жойылады =0

Спортшы өнер көрсете алады, бірақ тек жоғары көрсетілген деңгейде, бұл жағдайда "Жалғастырушылар", бірақ жарыс маусымының соңына дейін рейтинг=0 болады

⊘ жаттықтырушы ӘСЭБҚФ-дан ресми сөгіс алады

✓ егер осы жарыс маусымында сол жаттықтырушыда осындай жағдай қайталанса, бірақ басқа спортшымен болса, онда спортшыға санкциялар қолданылады (жоғарыдан қараңыз) ↑

⊘ жаттықтырушы барлық мәлімделген спортшылардан "атлет төлқұжатыларынан" шығарылады

⊘ жаттықтырушыға осы жарыс маусымының соңына дейін жарыс алаңына және қыздыру аймағына кіруге тыйым салынады және ол жарысқа тек көрермен ретінде қатысуға құқылы.

БАҒДАРЛАМАЛАРДЫҢ ТҮРЛЕРІ:

- жеке бағдарлама
- дуэттер

Санат:

Санат-бұл жас тобын және спортшының дайындық деңгейін біріктіретін ұғым.

Жеке бағдарлама үшін:

6-9 жас аралығындағы СЭБИЛЕР / Бастаушылар

6-9 жас аралығындағы СЭБИЛЕР / Жалғастырушылар

6-9 жас аралығындағы СЭБИЛЕР / Кәсіпқойлар

6-9 жас аралығындағы СЭБИЛЕР / Элит

10-14 жас аралығындағы БАЛАЛАР / Бастаушылар

10-14 жас аралығындағы БАЛАЛАР / Жалғастырушылар

10-14 жас аралығындағы БАЛАЛАР / Кәсіпқойлар

10-14 жас аралығындағы БАЛАЛАР / Элит

15-17 жас аралығындағы ЮНИОРЛАР / Бастаушылар

15-17 жас аралығындағы ЮНИОРЛАР / Жалғастырушылар

15-17 жас аралығындағы ЮНИОРЛАР / Кәсіпқойлар

15-17 жас аралығындағы ЮНИОРЛАР / Элит

ЕРЕСЕКТЕР 18-29 жас / Бастаушылар

18-29 жас аралығындағы ЕРЕСЕКТЕР / Жалғастырушылар

18-29 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Кәсіпқойлар

18-29 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Элит

30-39 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Бастаушылар

30-39 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Жалғастырушылар

30-39 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Кәсіпқойлар

30-39 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Элит

40-49 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Бастаушылар

40-49 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Жалғастырушылар

40-49 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Кәсіпқойлар

40-49 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Элит

Дуэттер үшін:

ДУЭТТЕР 1 6-9 жас аралығындағы СӘБИЛЕР / Бастаушылар

ДУЭТТЕР 1 6-9 жас аралығындағы СӘБИЛЕР / Жалғастырушылар

ДУЭТТЕР 1 6-9 жас аралығындағы СӘБИЛЕР / Кәсіпқойлар

ДУЭТТЕР 1 6-9 жас аралығындағы СӘБИЛЕР / Элит

ДУЭТТЕР 2 ЖАСӨСПІРІМДЕР жас / Бастаушылар

ДУЭТТЕР 2 10-17 жас аралығындағы ЖАСӨСПІРІМДЕР / Жалғастырушылар

ДУЭТТЕР 2 ЖАСӨСПІРІМДЕР 10-17 жас / Кәсіпқойлар

ДУЭТТЕР 2 ЖАСӨСПІРІМДЕР 10-17 жас / Элит

ДУЭТТЕР 3 ЕРЕСЕКТЕР 18-49 жас / Бастаушылар

ДУЭТТЕР 3 ЕРЕСЕКТЕР 18-49 жас / Жалғастырушылар

ДУЭТТЕР 3 ЕРЕСЕКТЕР 18-49 Жас / Кәсіпқойлар

ДУЭТТЕР 3 ЕРЕСЕКТЕР 18-49 жас / Элит

Төрешілер алқасы және / немесе ұйымдастырушы құқылы:

- Қатысушыны жарысқа дейін/жарыс кезінде, сондай-ақ жарыс аяқталғаннан кейін, егер олар спортшының дайындық деңгейінің мәлімделген деңгейге сәйкестігін анықтаса, басқа санатқа ауыстыру. Шешім негізделген болады, бірақ шағымдануға жатпайды
- Егер олар денсаулығына немесе қауіпсіздігіне қауіп бар деп ойласа немесе қатысушы ережелерді бұзса, кез келген уақытта орынадуын тоқтатуға;
 - Егер спортшы қандай да бір себептермен жарыс кезіндегі жасынан жоғары жас тобын таңдаса, онда келесі жарыстарда оны кіші жас тобына өзгерте алмайды. Төрешілер алқасы оны бұрынғы, үлкен жас тобына қайтаруға толық құқылы;

- Егер төрешілер алқасы қатысушыны жоғары / төмен санатқа ауыстыру туралы шешім қабылдаса, онда келесі жарыстарға спортшының өз шешімі бойынша осы санатта қалуға немесе өз санатына оралуға құқығы бар. Қалу туралы шешім қабылдағаннан кейін, егер келесі жарыстарда төрешілер алқасы қайтадан спортшыны сол санатқа ауыстыру туралы шешім қабылдаса, ол сол жерде қалуға міндетті екенін білу керек;
- 2 немесе 3 жас кіші топтарына бөлу, егер бір пәнде, бір жас тобында, бір дайындық деңгейінде қатысуға көптеген спортшылар өтінім берсе, оларды 2 немесе 3 жас кіші топтарына бөлуге болады, спортшылардың ең аз саны - әрқайсысында 8 адам.

Назар аударыңыз!

Спортшы айыппұлсыз жоғары / төмен санатқа ауыстырылады.

Музыкалық сүйемелдеу

Музыка жақсы сапалы болуы керек. Жарыс кезінде спортшыда қатысушының тегі мен санатын көрсететін, бағдарламаның музыкалық сүйемелдеуінің қосалқы нұсқасы, USB тасығышта MP3 форматында болуы тиіс.

Музыка сөздермен және басқа дыбыстық эффектілермен бірге жүруі мүмкін. Спортшының қойылымы өзі таңдаған музыканың сипатына сәйкес келуі керек. Музыкалық сүйемелдеуде балағат сөздер мен есірткі, алкоголь, нәсілшілдік пен нацизмді насихаттауға тыйым салынады. Екі немесе одан да көп композицияларды біріктіруге рұқсат етіледі, ал ауысу тегіс және үйлесімді болуы керек.

Музыка ӘСЭБҚФ ережелеріне сәйкес осы жас тобында мәлімделген уақыттан 1 секундқа да қысқа немесе артық болмауы тиіс.

Қойылымның басталуын білдіретін қысқа дыбыстық сигналға рұқсат етіледі, ол жоғарыда жазылған уақытқа кірмейді. Егер осы сигналды енгізу арқылы сіздің музыкаңыз уақыттан 1-2 немесе тіпті 3 секундқа асып кетсе, сіз бұл туралы жарысты ұйымдастырушының электрондық поштасына хабарлауыңыз керек. Ескерту арқылы композиция уақытын сақтамағаныңыз үшін айыппұл салынбайды.

Музыкалық сүйемелдеудің ұзақтығы:

Жас топтары	Дайындық деңгейі	Ұзақтығы
6-9 жастағы сәбилер	Бастаушылар / Жалғастырушылар / Кәсіпқойлар / Элит	3.00-3.30 минут
10-14 жастағы балалар	Бастаушылар / Жалғастырушылар / Кәсіпқойлар / Элит	3.00-3.30 минут
15-17 жас аралығындағы юниорлар	Бастаушылар / Жалғастырушылар / Кәсіпқойлар / Элит	3.30-4.00 минут
Ересектер 18-29 жас	Бастаушылар/Жалғастырушылар/Кәсіпқойлар / Элит	3.30-4.00 минут
Ересектер 30-39 жас	Бастаушылар / Жалғастырушылар / Кәсіпқойлар / Элит	3.30-4.00 минут
Ересектер 40-49 жас	Бастаушылар / Жалғастырушылар / Кәсіпқойлар / Элит	3.30-4.00 минут
Дуэттер 1, 6-9 жастағы сәбилер	Бастаушылар / Жалғастырушылар / Кәсіпқойлар / Элит	3.30-4.00 минут
Дуэттер 2, 10-17 жас аралығындағы жасөспірімдер	Бастаушылар / Жалғастырушылар / Кәсіпқойлар / Элит	3.30-4.00 минут
Дуэттер 3, Ересектер 18-49 жас	Бастаушылар / Жалғастырушылар / Кәсіпқойлар / Элит	3.30-4.00 минут

Ашылу/жабылу/марапаттау рәсімі

Спортшы мен оның жаттықтырушысы федерация костюм немесе көгілдір / көк түсті бір түсті спорттық костюм киюі керек:

- аяқтың бүкіл ұзындығы бойынша көк немесе көк түсті спорттық шалбар;
- арқа мен ішті жабатын футболка;
- көк немесе көк түсті спорттық күрте, міндетті түрде құлыппен бекітіледі.

Аяқтарда спорттық кроссовкалар болуы керек (платформаға тыйым салынады).

Шашты жинау немесе өру керек.

Кулис/сахна артында спорттық костюмдерде жүру қажет.

Спортшылардың сыртқы түрі

- Шашты жинап, жақсы бекіту керек, шаш үлгісінде қозғалмалы бөліктер болмауы керек (құйрықтар, өрімдер), жарылыс қойылымына кедергі болмауы керек. Қысқа шаш қию және шашты жинау мүмкін болмаған жағдайда, ұйымдастырушымен келісе отырып, шашты ішінара босатуға рұқсат етіледі;
- Бетке бүкіл беттің 30%-дан аспайтын суреттер мен ринстондарды қолдануға рұқсат;
- Балалар санаттарындағы макияж (6-14 жас) қалыпты болуы керек және тек табиғи сұлулықты көрсету үшін қолданылуы керек;
- Жалаң аяқ, жартылай-чешкілер түрінде өнер көрсетуге болады.

Қойылымға арналған Костюм:

Қойылымға арналған костюмдердің келесі түрлеріне (бұдан әрі – Костюм) жол беріледі:

- ✓ біріккен купальник
- ✓ біріккен немесе бөлек костюм
- ✓ комбинезон
- Костюм ұқыпты болуы және спортшының интимдік аймақтарын белгілемейі керек;
- Костюм элементтері дененің снарядқа жабысуына кедергі болмауы керек;
- Костюм іш киімді толығымен жабуы керек;
- Купальниктің немесе шорттың ені кем дегенде 10 см барлық жастағы адамдар үшін;
- Кеуде және декольте толығымен жабылуы керек, кез-келген интимдік жерін ашылуы дисквалификацияға әкеледі;
- Бөкселер аймағы толығымен жабылуы керек, бұл аймақтағы костюм бөксе асты әжімнен жоғары көтерілмейі керек (1-қосымшаны қараңыз);
- Іш киімнің, кеуде, шап, бөкселердің орналасу аймақтарын жабатын костюмнің негізгі бөлігі мөлдір емес матадан жасалуы керек. [Мөлдір мата-бұл шын мәнінде мөлдір болып табылатын тордан басқа кез келген мата. Мұндай матаны аталған аймақтарда қолдануға тек төсемді қолданумен рұқсат етіледі.] Дененің қалған бөліктерінде костюм тордан/мөлдір матадан жасалуы мүмкін, ол бүкіл костюм аймағының 30% - дан аспайды;

- Костюмнің қозғалмайтын сәндік әшекейлері, мысалы, гүлдер, помпондар және т.б. минималды мөлшерде қолданылуы керек және жақсы бекітілуі керек;
- Костюмнің жылжымалы сәндік әшекейлері, мысалы, жиектер, руфльдер, құйрықтар және костюмнен бөлінетін кез-келген бөліктер (костюм бетін безендіру үшін қолданылады) ұзындығы 3 см-ден аспайтын бос жиекке ие болуы мүмкін. Бұл тармақ пилон снарядына арналған жамбас аймағындағы сәндік әшекейлерге жатпайды. (Юбка қараңыз).
- **Юбка** - бұл жамбас аймағында орналасқан костюмнің сәндік бөлігі ("дене сипаттамасы" 1-қосымшаны қараңыз). Пилон снаряды үшін юбкаларға, егер олардың ұзындығы бөксе асты әжімнен ("дене сипаттамасы" 1-қосымшаны қараңыз) 3 см-ден аспаса рұқсат етіледі. Юбка костюмге снарядпен кептеліп қалмайтындай және дененің ашық жерлеріне аударылмайтындай етіп бекітілуі керек. Юбка бір бөліктен (қатты) немесе бірнеше бөліктен тұруы мүмкін (ұзындығы/ені әр түрлі немесе бірдей мата кесінділері) және жамбас аймағын толығымен немесе ішінара жабуы мүмкін. Орындау кезінде юбка спортшының дене сызықтарын жасырмауы керек.
- Костюмде ешқандай көрінетін белгілер, биркалар, бренд атаулары болмауы керек.

Тыйым салынған:

- латекс, былғары және снарядқа жабысуды күшейтетін кез келген басқа материалдарды қолдану;
- көзілдірікпен орындау (дәрігерден анықтама ұсынбай);
- костюмдегі тікенектер, шынжырлар, шыңғыршықтар және кез келген металл бөлшектер;
- қойылымға арналған костюмдегі кез келген жарнама;
- аяқ киім, шұлықта орындау;
- мойынға, қолға, аяққа, денеге сырғалар, пирсингтер, шынжырлар/моншақтар/шыңғыршықтар кіретін кез келген зергерлік бұйымдар немесе зергерлік бұйымдар;
- біріккен купальникке арналған қоспа қосылыстарда шыңғыршықтарды, ілмектерді қолдануға;
- костюмнің/купальниктің/комбинезонның дене (тері) түсі
Қойылымға спортшының терісінің табиғи түсіне өте жақын костюмінің түсі. Төрешілер спортшының жалаңаш екендігі туралы әсер қалдырмауы керек. Дене костюмін таңдағанда, қараңғы немесе керісінше ашық реңктерге артықшылық беріңіз. Беж материалдан жасалған кірістірулерге рұқсат етіледі, бірақ олар спортшының денесінің интимдік жерлерін көрнекі түрде ашпаса (көзге көрінбесе).
- **әуе шыңғыршығы және кенептері снарядтар үшін** кез келген ұзындықтағы юбкаға **тыйым салынады**
- **пилон снарядтар үшін** юбка-бума, үлпілдек юбкаларға **тыйым салынады** (юбка орындау кезінде спортшының дене сызықтарын жасырмауы керек)

Төрешілердің бағалауы:

Бас төрешінің айыппұлынан және Көркемдік және Хореографиялық төрешінің айыппұлынан басқа төрешіліктің барлық бөлімдері үшін - "қойылымның соңында тағзым етпеу", төрешілік музыкалық композицияның бірінші нотасынан басталып, музыка тоқтаған кезде аяқталады. Осы аралықтан тыс орындалған кез-келген элементтер немесе хореография бағаланбайды.

Әртістік және хореография

Бұл бөлімде әртістік және көркем презентациясы, хореография, интерпретация және музыкалық композицияны түсінуі бағаланады.

Төреші спортшының қозғалыс арқылы эмоцияны білдіру қабілетін бағалайды. Спортшы сенімді болуы керек және снарядта және снарядтан тыс әр элементте сахналық шеберліктің жоғары деңгейін көрсетуі керек. Костюм, макияж, шаш үлгісі, музыкалық сүйемелдеу бір-біріне сәйкес келуі керек.

Төреші спортшының би комбинациясы мен хореографияны орындау қабілетін бағалайды. Хореография – бұл белгілі бір би стилін білдіретін қозғалыстар. Спортшы снарядпен байланыста болмайтын барлық қойылым Жалпы орындау ұзақтығының 30% - дан аспауы керек (бас төрешінің айыппұлдары бөлімін қараңыз). Бұл бөлімнің төрешісі музыкалық композицияның көркемдігін, сенімділігін, интерпретациясы мен түсінігін бағалайды.

Төреші еденде орындалған акробатикалық элементтерін бағалайды: спортшы бағдарламада көрсетілген қойылымның тек бір акробатикалық элемент үшін ең жоғары құнын алады.

Максималды 16.0 балл жинай алады

Спортшының құрамдас бөліктері (едендегі акробатикалық элементтерден басқасының барлығы) келесі критерийлерге сүйене отырып, 0-ден 2.0 баллға дейінгі диапазонда бағаланады:

0	әлсіз	Іс жүзінде жоқ, бүкіл бағдарламаның 20%-дан азы
0.5	шамалы	Аз мөлшерде, бүкіл бағдарламаның 20-40% аралығында
1.0	жақсы	Жеткілікті мөлшерде, 40% арасында - бүкіл бағдарламаның 60%
1.5	өте жақсы	Үлкен үлес, 60% арасында - бүкіл бағдарламаның 80%
2.0	керемет	Бүкіл бағдарламаның 80%-дан астамы

Өзіне деген сенімділік

Спортшының бүкіл бағдарламаны орындау кезіндегі сенімділігі бағаланады. Спортшы өзінің тәжірибесі мен толқуын жасыра білуі керек, ештеңеге қарамай жүйке мен шатасуды көрсетпеуі керек, бүкіл бағдарламаның элементтері мен компоненттерін сенімді түрде орындауы керек.

Бағдарламаның өтімділігі/реттілігі

Бағдарлама кезінде спортшы тоқтамайтын қойылым бағаланады. Бағдарлама үзіліссіз және кідіріссіз, байланысты болуы керек.

Спортшының органикалық және кездейсоқ өнер көрсету қабілеті бағаланады. Қозғалыстар, трюктар, элементтер арасындағы ауысулар, снарядқа түсулер/соққылар, хореография қойылым бағдарламасы біртұтас болып көрінуі үшін логикалық дәйектілікпен байланысты болуы керек.

Қойылымның тепе теңдігі

Спортшының бағдарлама бойы (снарядта және снарядтан тыс) хореографияны, динамикалық қозғалыстарды, икемділік элементтерін, күш элементтерін, айнаруды қосу және біріктіру қабілеті бағаланады. Спортшы жоғарыда аталған қойылымдырдың біреуіне ғана артықшылық бермеуі керек.

Сахналық презентация және харизма

Спортшының көрсету және ашу қабілеті бағаланады: мінез/көңіл-күй, кейіпкер, тұлға немесе оқиға. Костюм, шаш үлгісі, Музыка және хореографияның үйлесімі, сондай-ақ төрешілер мен көрермендердің назарын орындау барысында ұстап тұру, өз презентацияңызды бірегей және есте қаларлық ету қабілеті бағаланады.

Музыканы түсіндіру (интерпретациясы)

Спортшының музыканы түсіндіру және есту, ырғаққа көшу қабілеті бағаланады. Қозғалыстар мен мимика музыкалық сүйемелдеумен сәйкес келуі керек. Спортшының музыкалық сүйемелдеумен байланысты емес бағдарламаны орындауына жол берілмейді.

Кеңістік

Спортшы хореографияны орындау үшін снарядтың айналасындағы ең үлкен кеңістікті пайдалануы керек. Спортшының алаңның әртүрлі жазықтықтарындағы қозғалысы бағаланады.

Хореографияның өзіндік ерекшелігі

Бүкіл бағдарламаны орындау кезінде снарядта және одан тыс хореографияның өзіндік ерекшелігі бағаланады. Қойылымның өзіндік ерекшелігі және музыкалық сүйемелдеуді таңдау бағаланады.

Снарядты пайдаланбай еденде орындалған акробатикалық элементтер оларды орындаудың күрделілігіне қарай 0-ден 2.0 баллға дейінгі диапазонда бағаланады. Егер еденде бірде-бір акробатикалық элемент орындалмаса, спортшы 0 балл алады. Бағдарламада ұсынылған қойылымдардың ең жоғары құнының бір ғана акробатикалық элементі бағаланады. Дуэттер едендегі акробатикалық элементтердің келесі нұсқаларын орындай алады:

- ✓ синхронды бірдей акробатикалық элементтер еденде: екі спортшы бір уақытта бірдей акробатикалық элементті орындайды;
- ✓ синхронды емес әр түрлі акробатикалық элементтер еденде: екі спортшы да әр түрлі акробатикалық элементтерді орындайды;
- ✓ динамикалық / статикалық акробатикалық қолдаулар;
- ✓ спортшылардың біреуі ғана акробатикалық элементті орындайды.

Бағдарламада көрсетілген бір ғана акробатикалық элемент/ең жоғары құнды қолдау бағаланады.

Акробатикалық қолдаулар - жұптасқан динамикалық немесе статикалық позициялар, онда жоғарыдағы серіктес төменгі жағында кез-келген позицияда болады. Төменгі серіктес кез келген позицияда.

Акробатикалық элементтер - бұл дененің әртүрлі жазықтықтардағы айналуын қолдаумен, тіреусіз және тепе-теңдікті сақтаумен байланысты динамикалық элементтер.

* акробатикалық элементтердің бейне мысалдарын Instagram парақшасынан табуға болады @kasef_kaz

Акробатикалық элементтерді бағалау және мысалдар:

	Перевороты:
0.5	Балық арқылы төңкеріс
0.5	Кері балықты айналдыру (іштен иыққа дейін)
0.5	Шынтақ тірегі арқылы көпірге бұрылу
0.5	Көпірден шынтақ тірегіне ауысу
1.0	Көпір арқылы алға немесе артқа айналу
1.0	Бір қолды көпір арқылы айналу (алға және артқа)
1.0	Кеудеге көпір арқылы төңкеріс
1.0	Төңкеріс Кеудеден көпірге
1.5	Ұшу төңкерісі
	Дөңгелектер:
0.5	Шынтақ дөңгелегі

0.5	Екі қолды дөңгелек
1.0	Бір қолдағы дөңгелек
1.5	Ұшу дөңгелегі (қолсыз дөңгелек)
	Күрделі-акробатикалық элементтер:
1.5	Рондад
2.0	Фляк
2.0	Сальто
	Партерде секіру:
0.5	Тізеге отыру позициясынан секіру
0.5	Тік аяққа отыру позициясынан секіру
1.0	Жіпке секіру (еденге параллель бойлық, диагональ бойынша, бір аяғы бүгілген, екі аяғы түзу көлденең қатпарда)
1.0	Шынғыршыққа секіру
	Статикалық-күштік акробатикалық элементтер:
1.0	Қолдарға тұру (тепе-теңдікті сақтай отырып)
1.0	Шпагаттағы қолдарға тұру
1.5	Зигзаг позициясында қолдарға тұру
1.5	Табандары еден үстіндегі позициясынан спичаг тұрысына шығу
1.5	Аяқ бұрышы талтайған позициясынан спичаг тұрысына шығу
2.0	Аяқ бұрышы бірге позициясынан спичаг тұрысына шығу

"Әртістік және Хореография" айыппұлдары

Біржолғы:

Костюмге күш салмау

Жаттығу костюмдерінде немесе күнделікті киімде өнер көрсететін спортшыларға беріледі. Айыппұл 1.0 балл

Сөз соңында тағзым етпеу

Өз қойылымның соңында (музыка аяқталғаннан кейін) спортшы көрермендер мен төрешілерге тағзым етуі керек. Бас ию классикалық немесе авторлық болуы мүмкін (спортшының сахналық презентациясына арналған). Айыппұл 2.0 балл

Бірқатар:

Қойылымның қисынсыз басталуы/аяқталуы

- ✓ спортшы музыкалық композиция басталғаннан кейін бағдарламаны бастаған жоқ;
- ✓ спортшы музыка тоқтағанына қарамастан қозғалуды жалғастыруда (өзінің соңғы позициясын тіркемеген);
- ✓ спортшы бағдарламаны аяқтады, ал музыка жалғастыруда.

Әр жағдай үшін айыппұл 1.0 балл

Костюмдегі ақаулар

Егер қойылым кезінде костюмнің/зергерлік бұйымдардың кез-келген бөлігі жарылған/құлап қалған/жыртылған болса, спортшыға беріледі. Костюмді тарту немесе түзету үшін. Сондай-ақ, егер костюм кеуде, бөкселер аймақтарын ішінара ашса (әр жаңа жағдай үшін)

**дененің интимдік бөліктерін толық немесе 50% немесе одан жоғары ашқаны үшін – Дисквалификация (Бас Төрешінің айыппұлдарын қараңыз)*

Әр жағдай үшін айыппұл 1.0 балл

Спортшының сәйкес келмейтін келбеті: костюмдегі, шаш үлгісіндегі, макияждағы бұзушылықтар ("спортшылардың келбеті" бөлімін қараңыз)

Әр жағдай үшін айыппұл 1.0 балл

Қолды еденге сүрту / снаряд/костюм / дене / шашты түзету

Спортшының қолын/аяғын еденге/снарядқа/костюмге/денеге сүрткені үшін беріледі; шашты бетінен немесе мойнынан сырғыту, шашты түзету.

Әр жағдай үшін айыппұл 1.0 балл

Дыбыстарды шығару/сигнал беру

Ол спортшыға бағдарламаны орындау кезінде музыкамен ән айтқаны, сөйлескені, айқайлағаны, күңкілдегені үшін беріледі. Егер төреші спортшыға сахна артынан, аудиториядан (мысалы: ұстаңыз, тартыңыз, жүгіріңіз, тағзым етіңіз) жаттықтырушының, өкілдің немесе оның командасының қатысушыларының сигналды көрсе немесе кеңестерін естісе.

Әр жағдай үшін айыппұл 1.0 балл

Әдепсіз сипаттағы қозғалыстар / жанжалдарды қоздыру / қару

Ол жыныстық коннотацияға ие қозғалыстарды көрсететін спортшыларға тағайындалады. Бұған мыналар жатады: соққылар, эротикалық көлбеуі бар дене толқындары.

Сондай-ақ, нәсілралық қақтығыстарды, сахнадағы қаруды, зорлық-зомбылыққа немесе әскери әрекетке шақыратын музыкалық шығармаларды таңдауға жол берілмейді. Ән сөздерінде әдепсіз сөздерге тыйым салынады.

** жекпе жек өнеріне еліктеуге рұқсат етілген*

Әр жағдай үшін айыппұл 1.0 балл

Айыппұлдық төмендетулер

Төреші спортшының снарядта да, сыртында да бағдарламаны орындауының тазалығын бағалайды. Спортшы музыкалық композицияның бірінші дыбысының басынан бастап оның соңғы секундына дейін бүкіл бағдарламаны қанағаттанарлықсыз орындағаны үшін айыппұлдық төмендетулерді алады. Музыка аяқталғаннан кейін сахнада болып жатқанның бәрін төреші бағаламайды.

Бірқатар төмендетулер:

Сызықтар / аяқтар/тізелер / қолдар

Спортшы бағдарламаны толық орындау кезінде (нөмірдің көркемдік компонентін қоспағанда) аяқтарын/тізелерін созуы керек. Аяқтың саусақтары аяғымен тартылуы керек, тізелер жартылай бүгілмеуі керек (нөмірдің көркемдік бөлігін және/немесе хореографияны орындау кезінде аяқтарда, тізелерде, қолдарда бақыланатын жиырылуға, арқаны дөңгелектеуге жол беріледі). Қолдар безендірілген күйде болуы керек. Иық және / немесе арқа еңкеймеуі керек. Дұрыс қалып снарядта да, одан тыс жерде де сақталуы керек. Барлық қозғалыстар бақылануы керек.

Әр жағдай үшін айыппұл 0.1 балл

Элементтің нашар презентациясы / лас орындау

Нашар презентация – бұл элементті толық көре алмайтын презентация/бекіту кезінде төрешілерге қатысты сәтсіз позиция немесе нашар бұрыш. Бұл айыппұл спортшы нөмірінің хореографиялық компонентін снарядтан тыс орындалуына жатпайды.

Лас орындау – спортшы элементке/элементтен бірінші рет кірмеген/шыққан немесе кіру/шығу анық емес, қолдар мен аяқтардың көптеген өзгерістері болды немесе элементтің ішіне/сыртына күрт бақыланбайтын кіру/шығу орын алды.

Әр жағдай үшін айыппұл 0.5 балл

Снарядта сырғанау / тепе-теңдікті жоғалту

Снарядта бақыланбайтын сырғанау; оның тепе-теңдігін немесе денесінің немесе оның бір бөлігінің снарядта немесе одан тыс орналасуын бақылаудың байқаусызда және уақытша жоғалуы, мұнда спортшы өз жағдайын тез түзете алады.

Әр жағдай үшін айыппұл 1.0 балл

Құлау

Тепе-теңдікті жоғалтумен бірге жүретін еденге күрт бақыланбайтын қону.

Мысалы: басына қону; бөкселер; тізе; дененің үш немесе одан да көп нүктелеріне қону.

Әр жағдай үшін айыппұл 3.0 балл

Снарядты шайқау (маятник эффектісі)

Әуе шынғыршығы снаряд үшін, Әуе кенептері:

Снарядты бүйірлеріне әдейі тербету (маятникке ұқсас) және/немесе төсеніштен тыс шығатын шеңбер бойымен снарядта қасақана қозғалу.

Әр жағдай үшін айыппұл 2.0 балл

Дуэттер үшін: синхронды емес / айнасыз орындау

Спортшылар бағдарламасының құрамдас бөліктерін синхронды емес орындау:

снарядта және одан тыс бағдарламаның орындалуына, синхронды элементтерге кіруге/шығуға, синхронды техникалық үстемелерді орындауға, хореографияның синхронды бөлігін орындауға жатады

Айнасыз орындау:

спортшылардың бір-біріне қатысты орналасуын және олардың снарядтың орталық осіне қатысты орналасуын/ауытқуын, бірдей элементтерді орындау кезінде білдіреді (1-қосымшаны қараңыз)

Әр жағдай үшін айыппұл 0.5 балл

Бірқата төмендетулер:

Динамикалық және статикалық тіректер бірдей қолданылмаған

Спортшы жұмысты тең үлестермен көрсетуі керек 50%-50% статикалық және динамикалық пилондар
Айыппұл 3.0 балл

Толық биіктікті пайдаланбау (15 жасқа дейінгі жас топтарынан басқа)

Пилон снаряды үшін: бүкіл бағдарлама үшін 2 рет. Көтерілу еденнен пилонды бекітудің жоғарғы шыңына дейін кем дегенде 10 см-ге дейін толық болуы керек. Бағдарламаны жоғарғы нүктеден бастауға рұқсат етіледі. Өрмелеу арасында спортшы еденге толығымен түсіп, тірекке қайта көтерілуі керек.

Әуе кенептері снаряд үшін: еденнен кенеп биіктігінің кем дегенде 2/3 бөлігіне дейін

Айыппұл 3.0 балл

720 градус айнарудың болмауы:

Әуе шынғыршығы снаряды үшін: жеке бағдарламада бір бекітілген элементті ұстамау/720 градусқа айналу кезінде бір айна бекітілген элементтің дуэттері үшін.

Айыппұл 3.0 балл

Бас төрешінің айыппұлдары. Дисквалификация.

Спортшы немесе оның жаттықтырушысы бас төрешіден айыппұл/дисквалификация ала алады.

Егер спортшының мінез-құлқы "әуе-спорттық эквилибр бойынша Қазақстан федерациясы" бекіткен Әдеп кодына, сондай-ақ Қазақстан Республикасы Мәдениет және спорт министрлігі бекіткен Әдеп кодына сәйкес келмесе, төреші оған айыппұл/дисквалификацияны қолдана алады.

Егер жаттықтырушының мінез-құлқы "әуе-спорттық эквилибр бойынша Қазақстан федерациясы" бекіткен Әдеп кодына, сондай-ақ Қазақстан Республикасы Мәдениет және спорт министрлігі бекіткен Әдеп кодына сәйкес келмесе, төреші спорт командасына айыппұл/дисквалификацияны қолдана алады.

Спортшы немесе оның жаттықтырушысы бас төрешіден айыппұл/дисквалификация ала алады. Екі Этика коды ҚДПВСЭ Федерациясының ресми сайтында жарияланған www.k-asef.org. жарысқа қатысу кезінде спортшы, жаттықтырушы және оның командалары этиканың екі кодын да сақтауға міндетті.

Бұзушылық түрі	Айыппұл / Дисквалификация
Өтінім беру мерзімін, техникалық үстемеақылар нысандарын бұзу. Музыканы ұсыну ережелерге сәйкес емес.	- 3.0 әр жағдай үшін
Қойылымның басында/кезінде / соңында спортшы сахнадан шығып кетсе.	- 3.0
Өтінім беру кезінде жалған немесе дәл емес ақпарат беру (бұзушылықтың дәрежесі мен жиілігіне байланысты)	- 3.0 әр жағдай үшін немесе дисквалификация
Қайта Бекітілген Элемент. Егер спортшы бір элементті екі немесе одан да көп рет орындаса. Техникалық үстемеақыларды орындауда пайдаланылатын элементтер/қозғалыстар арасындағы жиындар/кірулер/шығулар /ауысулар, егер олар қысқа бекітуді және (немесе) қайталауды қамтыса, Қайта бекітілген элемент ретінде бағаланбайды.	- 2.0 әр жағдай үшін
Барлық жас топтары мен дайындық деңгейлері үшін бапкерді сахнада спортшыны сақтандыру үшін ұстауға тыйым салынады.	- 5.0
Бүкіл қойылым уақытының 30% - дан астамын снарядпен байланыста болмау	- 3.0
Қойылым кезінде сахнадан шығу; сахналық фермаға/құрылымға, жарыс алаңының артқы жағын жабатын баннерге тию. <u>Пилон снаряды үшін:</u> құрылымды ұстайтын кабельдерге, сондай-ақ құрылымның жоғарғы негізіне тіректерді бекіту орнына тиюге тыйым салынады <u>Әуе шынғыршығы және әуе кенептері снарядтары үшін:</u> бұрылысқа тікелей бекітілген бұрылыс пен карабиндерге, бұрылысты сахналық фермамен/құрылыммен байланыстыратын кабельге тиюге тыйым салынады.	- 3.0 әр жағдай үшін
Спортшы немесе оның жаттықтырушысы/өкілі, оның командасының қатысушылары төрешілер үстеліне немесе төрешілер бөлмесіне жақындайды, барлық жарыстар кезінде кез келген уақытта төрешілердің шолуын жабады.	- 3.0 әр жағдай үшін

Спортшы федерациялық костюм немесе көк/көкшіл түсті спорттық костюм киген жоқ (спорттық күрте түймеленген), аяқтарында спорттық кроссовкалар (платформасыз) ашылу/марапаттау/жабылу салтанатында. <i>*осы айыппұл бойынша қорытынды балл марапаттау кезінде/ кейін өзгереді</i>	- 5.0 әр жағдай үшін
Спортшының шығуы туралы хабарландырудан кейін сахнаға шықпау.	дисквалификация
Жарыс кезінде басқа команданың қатысушысына жеке немесе көпшілік алдында әдепсіз қимылдар/қорлау, жеккөрінішті сөздер айту.	дисквалификация
Тыйым салынған ілінісу құралдарын пайдалану. Құрамында магний карбонаты/гидроксиді бар снарядтың адгезиясын арттыру үшін құрғақ және сұйық құралдарды қолдануға рұқсат етіледі. Құралдарды тек денеге қолдануға рұқсат етіледі. Ілінісу құралдарын снарядқа қолдануға тыйым салынады. <u>Пайдалануға тыйым салынады:</u> ✓ балауыз кіретін адгезияға арналған өнім, ✓ снарядтан кеттіру қиын құралдар. Бұл құралдарын пайдалану дисквалификацияға қауіп төндіреді. Мұқият болыңыз және құрамын оқыңыз. Сондай-ақ, сіздің командаңыздағы спортшының алдында снарядты сұрту кезінде снарядта қандай да бір құрал қалғанына назар аударыңыз. Егер сіз снарядта қалған құралды көрген болсаңыз, жарысты ұйымдастырушыға, сондай-ақ бас төрешіге дереу хабарлаңыз. Бұл сізді дисквалификациядан қорғайды. Сіздің алдыңызда өнер көрсеткен спортшыға айыппұл салынады.	дисквалификация
Қойылымға дейін/кезінде/кейін дененің интимдік бөліктерінің толық немесе 50% және одан жоғары жалаңаштану	дисквалификация
Дүниежүзілік допингке қарсы агенттік WADA тыйым салған субстанцияларды, препараттарды және әдістерді қолдану https://www.wada-ama.org/en/prohibited-list	дисквалификация

Қайталанған қойылымдар

Бас төреші егер спортшының өнер көрсетуі кезінде оның өміріне қауіп төніп тұрғанын байқаса, бағдарламаны тоқтатуға құқылы. Спортшы бас төрешімен қалай жасайтынын алдын - ала келісе отырып, өз өнерін спортшылардың келісілген ретінен кейін қойылым басынан немесе тоқтаған жерден жалғастыра алады.

Егер спортшы өнер көрсету кезінде жарақат алса және бағдарламаны жалғастыра алмаса, онда ол 0-ге тең қорытынды баллмен жарыстан шығарылады.

Егер музыканың үзілісі немесе тоқтауы орын алса немесе жарақат алу немесе киімнің немесе жабдықтың күтпеген зақымдануы салдарынан қатысушының қауіпсіздігіне қауіп төндіретін жағдайлар туындаса, қатысушы сигнал бойынша тоқтауы керек. Бұл жағдайда қатысушы бағдарламаны тоқтатудың себептерін түсіндіру үшін бас төрешіге жүгінеді. Төрешілер алқасының

келісімімен қатысушыға тоқтау тудырған мән-жайларды жою үшін жиырма минутқа дейін уақыт беріледі, содан кейін қойылым басынан бастап қайта басталуы тиіс.

Егер қатысушы (команда) қойылымды аяқтай алмаса, онда ол бағаланбайды. Бұл қатысушыға бағдарламаны жалғастыруға мүмкіндік берілген жағдайда, бірақ ол оны қайтадан аяқтай алмаған кезге де қатысты.

Күрделілік (пилон снаряды)

Спортшылар айналу, күш және икемділік элементтерін көрсетуі керек

Дуэттер үшін спортшылар күш, икемділік жеке бағдарламаның элементтерін және серіктесті ұстап тұру элементтерін қолдана алады. Егер спортшылар орындау үшін жеке бағдарламаның элементтерін таңдаса, онда оларды спортшылар бір уақытта және синхронды түрде орындауы керек, спортшылар айна жағдайында болуы керек (1-қосымшаны қараңыз). Бұл мыналарды қамтиды:

- спортшылардың снарядта/еденде бастапқы позицияда және соңғы позицияда синхронды орналасуы,
- элементтің өзін айна түрінде орындау,
- синхронды кірулер, шығулар және өтулер (екі және жеке бағдарлама элементтерінің комбинациясы жағдайында).

Ең көп дегенде 6.0 балл жинай алуға болады+ бір реттік үстемеақы ең көп дегенде 4.0 балл.

Пилоннан күштік шығу [PDL] Pole dead lifts

Күштік шығу - бұл пилонда ұстаудың белгілі бір түрлерінен көтерілу (төмендегі мысалдарды қараңыз), мұнда пилонды итеруге көмекші тірек ретінде қолдануға болмайды және үдеу немесе тербелмелі инерциялық қозғалыстар жасау үшін аяқтарды қолдануға болмайды. Күштік шығу толығымен төңкерілген күйде аяқталуы керек.

Күштік шығу статикалық және динамикалық тіректерде жасалуы мүмкін.

Пилоннан күштік шығуларды орындау критерийлері:

Күш шығарар алдында спортшы өзін жамбас пен аяқтар ауада пилоннан қашықтықта, аяқтар еденге тигізбейтін, аяқтары жабық және пилонға параллель (максималды ауытқуы 20 градус) күйде бекітуі керек. Орындау кезінде аяқтарды жеделдету немесе тербелу/итеру қозғалыстарын жасау үшін қолдануға болмайды - спортшы денесін жамбас пен аяқтар иық пен бас деңгейінен жоғары болатын төңкерілген күйге күшпен көтереді.

Күштік шығудың күрделілігінің 3 деңгейі бар:

1. бүгілген ашық аяқтармен
2. түзу ашық аяқтармен
3. түзу және жабық аяқтармен

Таңдалған күрделілік деңгейіне және орындау нұсқасына байланысты пилоннан Күштік шығу 0-2.0 балл аралығында бағаланады.

Егер бағдарламада күштік шығуы болмаса, спортшы 0 балл алады.

* спортшы өз бағдарламасында тек бір күштік шығуын орындай алады

** дуэттер бірдей PDL опциясын таңдап, оны синхронды түрде орындауы керек

Күштік шығудың коды	баға	Орындау опциясы	Бастапқы позиция
PDL1	0.5 1.0 1.5	бүгілген аяқтармен түзу аяқтармен түзу және жабық аяқтармен	 шолдер маунт ұстауы
PDL2	0.5 1.0 1.5	бүгілген аяқтармен түзу аяқтармен түзу және жабық аяқтармен	 твистед ұстауы
PDL3	0.5 1.0 1.5	бүгілген аяқтармен түзу аяқтармен түзу және жабық аяқтармен	 білекке басумен твистед ұстауы
PDL4	0.5 1.0 1.5	бүгілген аяқтармен түзу аяқтармен түзу және жабық аяқтармен	 игуана ұстауы

PDL5	0.5 1.0 1.5	бүгілген аяқтармен түзу аяқтармен түзу және жабық аяқтармен	 бицепспен ұстауы
PDL6	0.5 1.0 1.5	бүгілген аяқтармен түзу аяқтармен түзу және жабық аяқтармен	 Шынтақпен ұстау, бос қолы пилонға тимейді
PDL7	1.0 1.5 2.0	бүгілген аяқтармен түзу аяқтармен түзу және жабық аяқтармен	 білекке басумен твистед ұстауы
PDL8	1.0 1.5 2.0	бүгілген аяқтармен түзу аяқтармен түзу және жабық аяқтармен	 каппен ұстау

Күш

Күшке орындалатын элементтердің күрделілігі мен санына байланысты спортшы қиындық деңгейі үшін 0 – 2.0 балл ала алады. Денені толық бекітетін элементті ұстап тұру кем дегенде 2 секунд болуы керек. Элементке кіру және шығу элементті ұстап қалу болып саналмайды.

Элементтер қиындық деңгейіне қарай бөлінеді:

элементтің күрделілік деңгейі	элементтің құны
Элементтің күрделілігінің төмен деңгейі	0
Элементтің орташа күрделілік деңгейі	0.5
Элементтің орташа күрделілік деңгейінен жоғары	1.0
Элементтің күрделілігінің жоғары деңгейі	1.5
Элементтің күрделілігінің экстремалды деңгейі	2.0

Орындалған элементтердің санына байланысты спортшы 0-ден 2.0 баллға дейінгі күрделілік [күш] үшін қорытынды балл алады:

БАЛЛ	ОРЫНДАУ КРИТЕРИЙЛЕРІ		
0	қиындық элементтері жоқ	немесе	Күрделілігі төмен 2 элемент
0.5	Күрделілігі төмен 3 элемент	немесе	2 орташа қиындық элементтері
1.0	Орташа күрделіліктің 3 элементі	немесе	Күрделіліктің орташа деңгейінен жоғары 2 элемент
1.5	Күрделіліктің орташа деңгейінен жоғары 3 элемент	немесе	Күрделілігі жоғары 2 элемент
2.0	жоғары деңгейдегі 3-тен астам элементтер	немесе	2 қиындық деңгейінің экстремалды элементтері

Мысалы: спортшы төмен деңгейдегі 3 элементті орындады (құны 0). Күрделілігі үшін қорытынды балл бұл жағдайда 0.5 баллды құрайды.

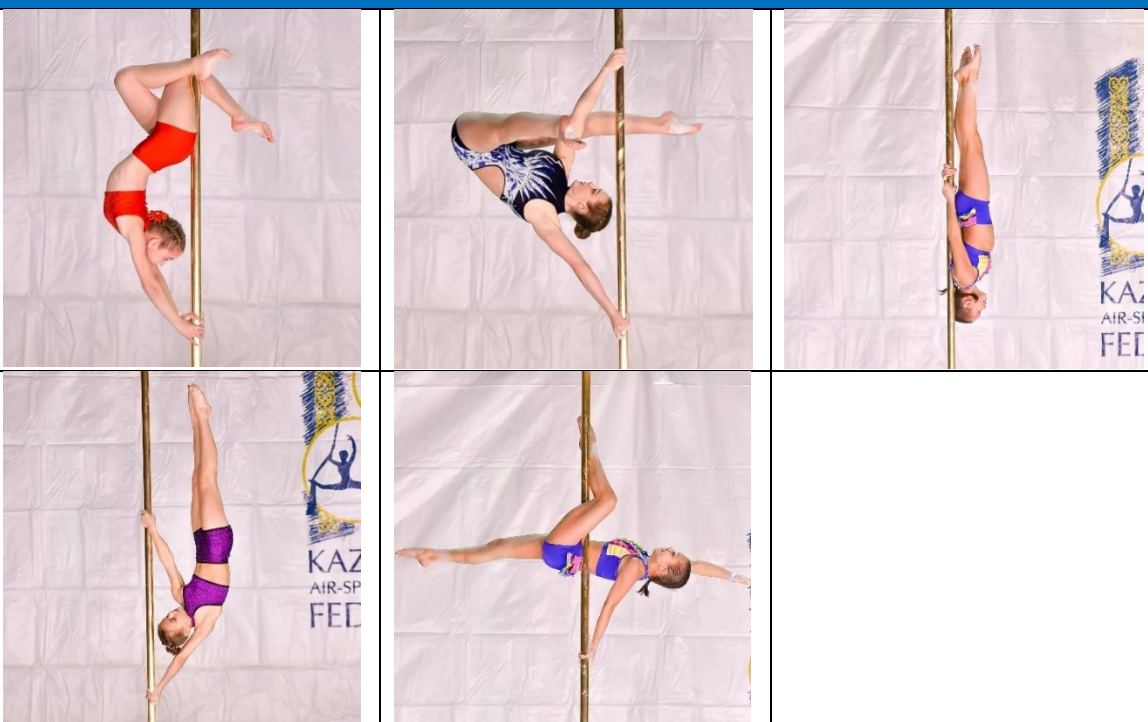
Мысалы: спортшы жоғары деңгейдегі 2 элементті орындады (құны 1.5). Күрделілігі үшін қорытынды балл бұл жағдайда 1.5 баллды құрайды.

*** экстремалды күш деңгейіндегі элементтерде спортшы шеберліктің жоғары деңгейін көрсетуі керек және элементті ұстаған кезде дененің/торстың еденге қатысты параллель орналасу талабын сақтауы керек, максималды рұқсат етілген ауытқуы 20 градус**

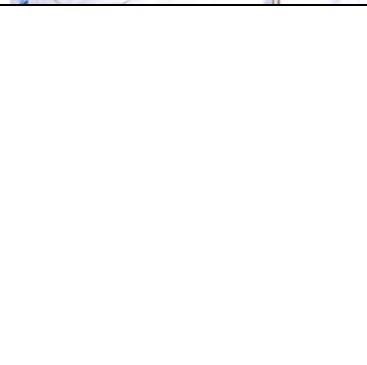
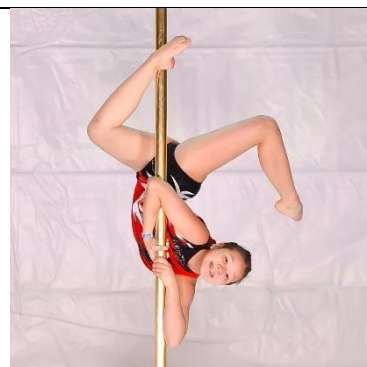
ТӨМЕН күш деңгейі			
-------------------	---	--	---



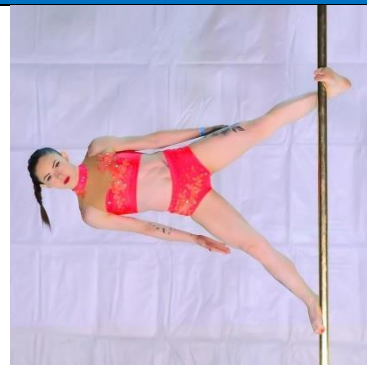
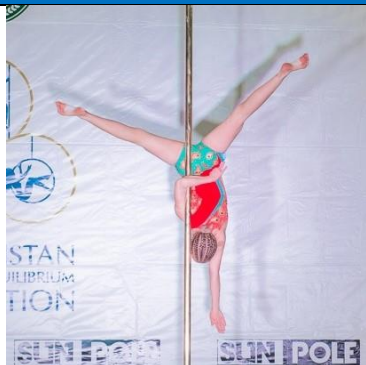
**ОРТАША
күш
деңгей**

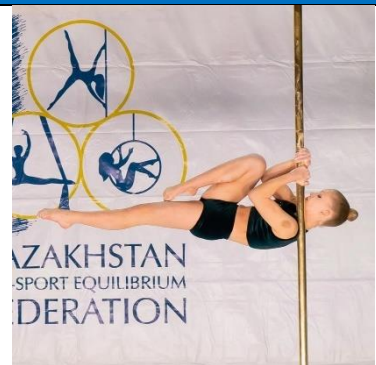
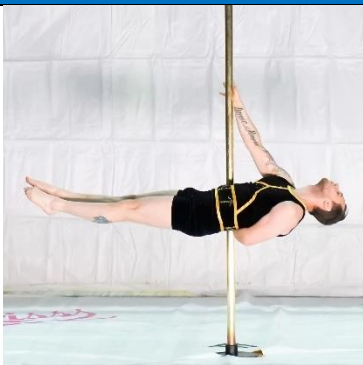
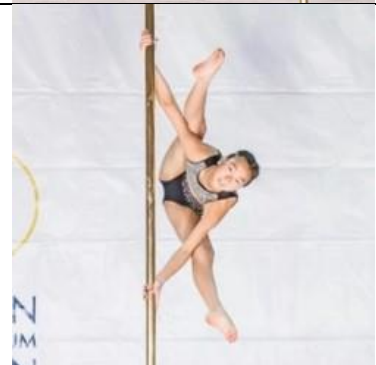


**ОРТАША
ДАН
ЖОҒАРЫ
күш
деңгейі**



**Күштің
ЖОҒАРЫ
деңгейі**



			
ЭКСТРЕМ АЛДЫ күш деңгейі			
			
			

Икемділік

Икемділік үшін орындалатын элементтердің күрделілігі мен санына байланысты спортшы қиындық деңгейі үшін 0 – 2.0 балл ала алады. Денені толық бекітетін элементті ұстап тұру кем дегенде 2 секунд болуы керек. Элементке кіру және шығу элементті ұстап қалу болып саналмайды. Арқаның, иықтың икемділігі, шпагаттың ашылу бұрышы бағаланады.

Элементтер қиындық деңгейіне қарай бөлінеді, мұнда критерийлердің бірі-шпагаттың ашылу бұрышы (1-қосымшаны қараңыз):

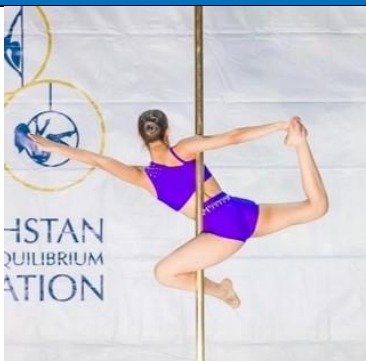
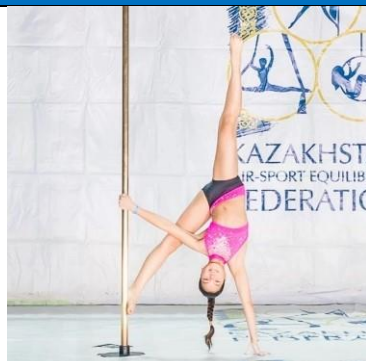
элементтің күрделілік деңгейі	элементтің құны
Элементтің күрделілігінің төмен деңгейі (шпагаттың ашылуы 160 градустан төмен)	0
Элементтің орташа күрделілік деңгейі (шпагаттың ашылуы 160 градус және одан жоғары)	0.5
Элементтің орташа күрделілік деңгейінен жоғары (шпагаттың ашылуы 180 градус және одан жоғары)	1.0
Элементтің күрделілігінің жоғары деңгейі (шпагаттың ашылуы 180 градус және одан жоғары)	1.5
Элементтің күрделілігінің экстремалды деңгейі (шпагаттың ашылуы 180 градустан жоғары)	2.0

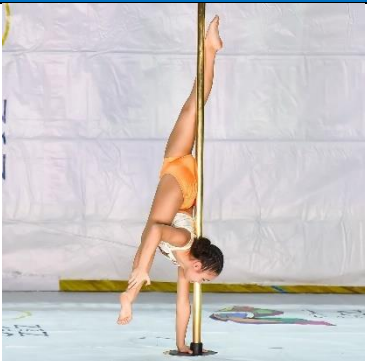
Орындалған элементтердің санына байланысты спортшы күрделілігі [икемділігі] үшін 0-ден 2.0 баллға дейін қорытынды балл алады:

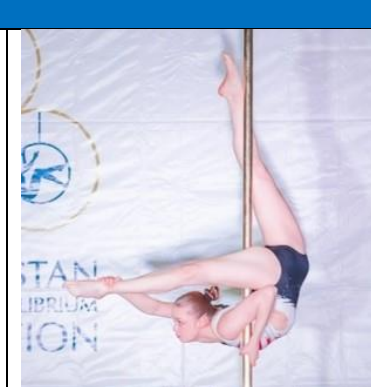
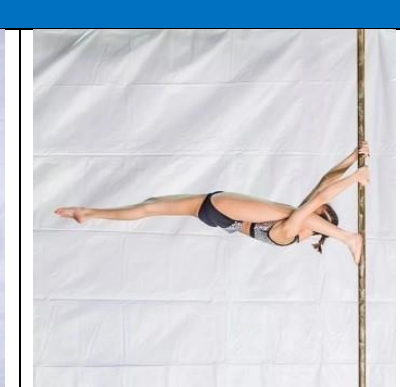
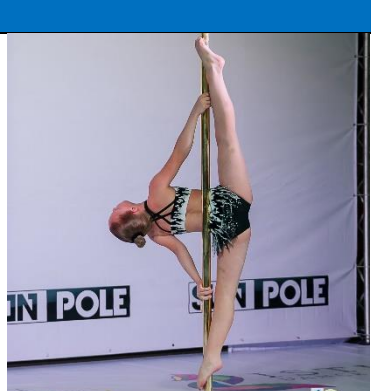
БАЛЛ	ОРЫНДАУ КРИТЕРИЙЛЕРІ		
0	қиындық элементтері жоқ	немесе	Күрделілігі төмен 2 элемент
0.5	Күрделілігі төмен 3 элемент	немесе	2 орташа қиындық элементтері
1.0	Орташа күрделіліктің 3 элементі	немесе	Күрделіліктің орташа деңгейінен жоғары 2 элемент
1.5	Күрделіліктің орташа деңгейінен жоғары 3 элемент	немесе	Күрделілігі жоғары 2 элемент
2.0	жоғары деңгейдегі 3-тен астам элементтер	немесе	2 қиындық деңгейінің экстремалды элементтері

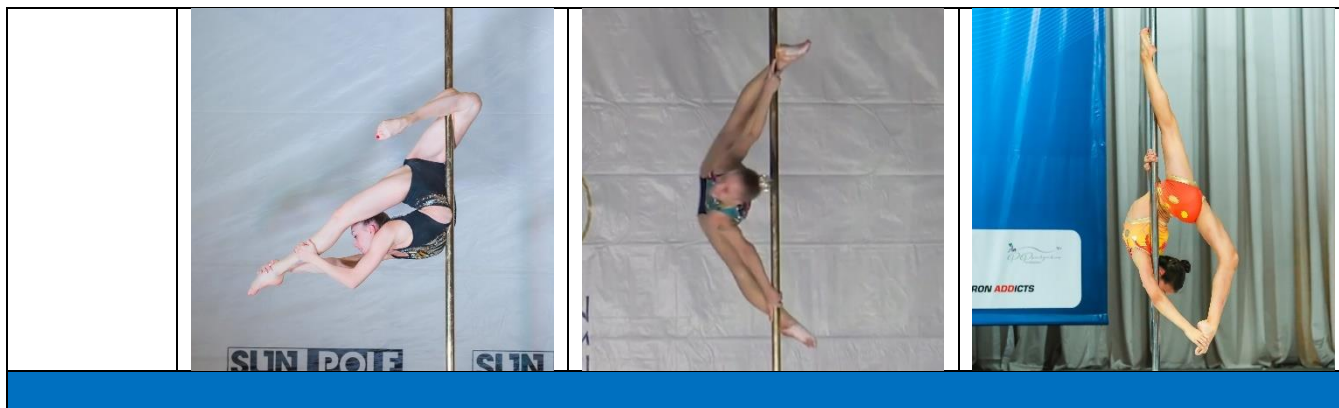
Мысалы: спортшы төмен деңгейдегі 3 элементті орындады (құны 0). Күрделілігі үшін қорытынды балл бұл жағдайда 0.5 баллды құрайды.

Мысалы: спортшы жоғары деңгейдегі 2 элементті орындады (құны 1.5). Күрделілігі үшін қорытынды балл бұл жағдайда 1.5 баллды құрайды.

Икемділіктің ТӨМЕН деңгейі (Шпагаттың ашылуы 160 градустан аз)			
			

			
ОРТАША деңгей икемділік (160 градус және одан жоғары шпагатты ашу)			
			
			
ОРТАША ДАН ЖОҒАРЫ икемділік деңгейі (Шпагаттың ашылуы 180 градус және одан жоғары)			

жоғары)			
ЖОҒАРЫ икемділік деңгейі (Шпагатты ң ашылуы 180 градус және одан жоғары)			
			
			
ЭКСТРЕМА лды икемділік деңгейі (Шпагатты ң ашылуы 180 градустан жоғары)			



Спортшы төрешіден біржолғы үстемеақы ала алады 0-2. 0 балл:

0 - әлсіз

0.5 – шамалы

1.0 – жақсы

1.5 - өте жақсы

2.0 - керемет

- **Снарядты иелену деңгейі.** Дұрыс орындау техникасы, элементтің орындалу тазалығы (кіру/шығу/ұстау), орындалу сенімділігі негізінде бағаланады.
- **Өтулердің, жиындардың, кірулердің өзіндік ерекшелігі.** Барлық өткелдердің, жиындардың, снарядтардың өзіндік ерекшелігі, шығармашылығы, әртүрлілігі, сондай-ақ бүкіл орындау барысында снаряд-еден және еден-снаряд бағаланады.

Техникалық үстемеақылар (пилон снаряды)

Спортшы өзінің бағдарламасы кезінде таңдалған қиындық деңгейіне байланысты техникалық үстемеақыларды орындағаны үшін қосымша балл жинай алады.

Барлық спортшылар **Техникалық үстемеақылардың нысандар** (2-қосымшаны қараңыз) бланкісін толтыруы керек, оларды орындау тәртібінде барлық бонустық элементтер көрсетілген. Спортшылар бағдарламада қолданылатын үстемеақыларға қарамастан толтырылған Нысанды ұсынады. Яғни, егер спортшы бірде-бір техникалық үстемеақыны орындамаса, кез-келген жағдайда кестені кодтары бос қалдырып, техникалық үстемеақылар нысанын толтыру қажет). Бұл жағдайда спортшы "техникалық үстемеақылар" ХАТТАМАСЫ үшін 0 (нөл) балл алады.

Егер спортшы/спортшылар бір түрдегі техникалық үстемеақылардың рұқсат етілген санынан асып кеткен жағдайда, баға бірінші мәлімделген техникалық үстемеақыдан бастап рұқсат етілген диапазондағы соңғысына дейін есептелетін болады. Мысалы, пилонға/нан 6 секіру максималды бағаланады, бірақ спортшы техникалық үстемеақы түрінде пилонға/нан 8 секіру туралы мәлімдеді. Мұндай жағдайда бағдарламада орындалған пилонға/нан алғашқы 6 секіру ғана бағаланады.

Назар аударыңыз!

Техникалық үстемеақының бірдей орындалуын қайталау ең көбі 2 (екі) рет есептеледі. Бұл дегеніміз, егер спортшы [RG] пилонға бірдей қол ұстасуды бірнеше рет орындаса, онда балллар пилондағы алғашқы екі бірдей қол ұстасуға ғана беріледі.

Жеке бағдарлама:

Егер қайталанатын үстемеақылар саны үшін рұқсат етілген шектен аспаса, техникалық үстемеақыны әрбір орындаған кезде Балл беріледі.

Ең көп дегенде 38.2 40.2 балл жинай алуға болады + бір реттік үстемеақы ең көп дегенде 4.0 балл.

Ю [пилонға/нан секіру] Jump on/Jump out

Пилонға секіру. Бастапқы позиция - еденде пилонмен байланыссыз; және соңғы - пилонда.

Пилондан секіру. Бастапқы позиция пилондаа; және соңғы - еденде пилонмен байланыссыз. Қону табанға жасалуы керек

- орындау кезінде спортшы еденмен де, пилонмен де байланыста болмаған кезде көрінетін ұшу фазасының болуы міндетті.

пилонға/нан 1 секіру құны-0.2 балл.

Ең көбі пилонға/нан 6 секіру есептеледі.

RG [пилондағы қол ұстасулар] Re-grip

Бастапқы позиция: - пилондағы екі қол, басы төмен қарай бағытталған.

Қозғалыс белгілі бір уақыт аралығында жоғарғы немесе төменгі қолды босатудан басталады, оның барысында спортшы тек бір қолымен пилонмен байланыста болады, жоғарғы немесе төменгі қол пилонда ұстауды өзгертеді:

- ұстау кез келген бола алады
- дененің пилонмен жанасуына жол берілмейді
- еденмен байланысқа жол берілмейді

1 ұстасу құны - 0.2 балл

Ең көп дегенде 5 ұстасу есептеледі.

D [пилонда үзілу] Drop

Бастапқы және соңғы позиция пилонда.

- түсу тез және бақыланатын түрде орындалады
- басынан аяғына дейін спортшы пилонда кемінде 1 метрге түсуі керек
- орындау кезінде алақанның пилонмен жанасуына жол берілмейді

* егер спортшы тоқтап, содан кейін төмен қарай жүре берсе, онда қашықтық қосылмайды 1 үзілудің құны - 0.2 балл

Ең көбі 5 үзілу есептеледі

AC [пилондағы акробатикалық аулаулар] Acrobatic Catch

Бастапқы және соңғы позиция пилонда. Қозғалыс кез келген бағытта орындауға болады.

Орындау кезінде спортшы:

- қысқа уақыт ішінде дененің барлық бөліктерімен пилоннан үзіледі
- еденмен байланысқа жол берілмейді

* спортшы пилонмен байланыста болмаған кезде орындау сәтін көріну керек

1 акробатикалық аулау - 0.5 балл

Ең көбі 6 акробатикалық аулау есептеледі.

HF [пилонда ½ фонжи] Half Fonji

Фонжи ½ (жартысы) – спортшының әуедегі жылдам және бақыланатын қозғалысы, позициясы 180 градусқа өзгеріп (торсық толық бұрылысымен) шолдер маунт позициясынан манка брасына немесе манка брасынан шолдер маунтқа ауысады.

Бастапқы және соңғы позиция пилонда. Бастапқы және соңғы позицияда торсықтың пилонмен жанасуына рұқсат етіледі.

- орындау кезінде дененің пилонмен жанасуына жол берілмейді

* Фонжи комбинациясы тез, оңай және кедергісіз жасалуы керек.

Фонжидің 1 жартысының құны - 0.5 балл

Фонжидің ең көп дегенде 4 жартысы есептеледі

CW [пилонның қасында дөңгелек / сальто] Cart-wheel

Сальто - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Дөңгелек - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы аралық қол тірегі бар дененің 360 градусқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Бастапқы және соңғы позиция еденде. Қону табан үстіне жасалуы керек. Төңкерісте 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Орындау кезінде:

- тек қолдар пилонға тиеді
- бір немесе екі қолдың өзгеруіне жол беріледі, қолды ұстау кез келген болуы мүмкін
- дененің пилонмен жанасуына жол берілмейді

Пилонға жақын 1 сальто/дөңгелектің құны - 0.5 балл

Пилонның жанында 2 сальто/дөңгелек ең көп есептеледі.

PF [сальто/пилонда дөңгелек] Pole Flip

Сальто - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Дөңгелек - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы аралық қол тірегі бар дененің 360 градусқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Бастапқы және соңғы позиция пилонда. Бастапқы және соңғы позицияда дененің пилонмен жанасуына рұқсат етіледі. Төңкерісте 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Орындау кезінде:

- спортшы тек қол пилонымен байланыста
- бір немесе екі қолдың өзгеруіне жол беріледі, кез-келген қол ұстауы мүмкін
- дененің пилонмен жанасуына жол берілмейді

Пилондағы 1 сальто/дөңгелектің құны-1.0 балл

Пилондағы ең көп дегенде 2 сальто/дөңгелек есептеледі

PFF [пилонға/нан сальто/дөңгелек] Pole-Floor Flip

Сальто - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Дөңгелек - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы аралық қол тірегі бар дененің 360 градусқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Пилоннан еденге Сальто/дөңгелек: бастапқы позиция - пилонда (дененің пилонмен жанасуына рұқсат етіледі) және аяқталуы еденде. Аяққа қону. Төңкерісте 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Еденнен пилонға Сальто/дөңгелек: бастапқы позиция - еденде және соңғы пилонда (дененің пилонмен жанасуына рұқсат етіледі). Айналымда 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Орындау барысында:

- спортшы тек қол пилонымен байланыста
- бір немесе екі қолдың өзгеруіне жол беріледі, кез-келген қол ұстауы мүмкін
- дененің пилонмен жанасуына жол берілмейді

Пилонға 1 сальто құны - 1.0 балл

Пилонға/нан ең көп 2 сальто есептеледі

DF1 [пилоннан күрделі сальто] Difficult Flip

Сальто-жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Дененің снарядпен жанасуына рұқсат етіледі:

- бастапқы позицияда
- төңкерісте топтастыру сәтіне дейін орындау кезеңінде (1-қосымшаны қараңыз)

Дененің снарядпен жанасуына тыйым салынады:

- топтастырудағы айналым кезеңінде

Пилоннан 1 сальто құны-2.0 балл

Ең көбі пилоннан 1 сальто есептеледі

DF2 [пилонда күрделі сальто] Difficult Flip

Сальто - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Бастапқы және соңғы позиция пилонда. Айналымда 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Дененің снарядпен жанасуына рұқсат етіледі:

- бастапқы қалыпта
- төңкерісте топтастыру сәтіне дейін орындау кезеңінде (1-қосымшаны қараңыз)
- соңғы позицияда

Дененің снарядпен жанасуына тыйым салынады:

- топтастырудағы төңкеріс кезеңінде

Пилондағы 1 сальтоның құны - 2.0 балл

Пилонда ең көп 1 сальто есептеледі

DC [пилондағы динамикалық комбинация] Dynamic Combination

Динамикалық комбинация - дененің кем дегенде бір бөлігі пилоннан шығып кететін жоғары жылдамдықпен орындалатын тіректегі екі дәйекті динамикалық қозғалысты біріктіру (1-қосымшаны қараңыз).

* аяқ пен қолды сермеу динамикалық қозғалыс болып саналмайды

** қозғалыстар көзбен түсінікті және таза болуы керек

Қимылдарды орындау кезінде спортшы:

- пилонмен жоғары немесе төмен қозғалуы мүмкін
- кіру/түсу / ауысу кезінде еденге тиіп кетуі мүмкін

Динамикалық комбинацияны орындау үшін спортшы мыналарды қолдана алады:

- екі ерікті динамикалық қозғалыс (1-қосымшаны қараңыз)
- техникалық үстемеақылардың бірі және ерікті динамикалық қозғалыс. Мысалы: "пилонда акробатикалық аулау" + ерікті динамикалық қозғалыс және т. б.
- екі техникалық үстемеақы. Мысалы: "пилондағы акробатикалық аулау" + "пилондағы үзілу" және т. б.

*** Назар аударыңыз! Динамикалық комбинация үшін пилонда бір ғана ұстау [RG], тек бір Фонжи ½ [HF] және пилонда бір ғана үзілу [D] қолданылуы мүмкін.**

- пилондағы екі немесе одан да көп Тосқауылдардың тіркесімі динамикалық комбинация ретінде есептелмейді

- екі немесе одан да көп комбинация Фонжи ½ қатарынан динамикалық комбинация ретінде есептелмейді

- полюстегі қатарынан екі немесе одан да көп Үзілудің тіркесімі динамикалық комбинация ретінде есептелмейді

Динамикалық комбинация құны - 0.5 балл

Ең көбі 6 динамикалық комбинация есептеледі

ST * 1 / ST*2 /ST * 3 [статикалық пилонға бекітілген күйде айналу 360/360*2/360*3 градус]

St * 1 360 градус статикалық пилонда айналу

360 градус айналым айналу кезінде дененің кез келген бөлігінің қозғалысынсыз немесе тербеліссіз элементті толық бекітуден басталады.

Бір айналымның құны - 0.5 балл

Ең көбі 3 айналым есептеледі

ST*2 360*2 градус статикалық полюсте айналуды біріктіру

Спортшы айналу үшін екі элементті біріктіре алады, олардың әрқайсысы 360 градус болуы керек, айналу кезінде дененің кез келген бөлігінің қозғалысынсыз немесе тербеліссіз элементті толық бекітеді.

- біріншіден екінші элементке өту тікелей, тоқтаусыз және еденге тигізбестен болуы керек

- екінші элементте бірінші орындалған элементке қатысты дененің жағдайы өзгеруі керек

Қос айналу құны - 1.5 балл

Ең көбі 3 қос айналу есептеледі

ST*3 360*3 градус статикалық пилонда айналуды біріктіру

Спортшы айналу үшін үш элементті біріктіре алады, олардың әрқайсысы 360 градус болуы керек, айналу кезінде дененің кез келген бөлігінің қозғалысынсыз немесе тербеліссіз элементті толық бекітеді.

- біріншіден екінші және үшінші элементке өту тікелей, тоқтаусыз және еденге тигізбестен болуы керек

- екінші элементте бірінші орындалған элементке қатысты дененің орны өзгеруі керек, үшінші элементте екінші орындалған элементке қатысты дененің орны өзгеруі керек

Үш айналу құны - 2.5 балл

Ең көбі 2 үш айналым есептеледі

SP*2 / SP*3 [динамикалық пилонда бекітілген күйде айналдыру 720*2 / 720*3]

SP*2 720 градус динамикалық пилонда айналуды біріктіру * 2

Спортшы қатарынан екі элементті көрсетуі керек, олардың әрқайсысы 720 градус айналымда орындалады. Айналуды санау орындау кезінде дененің кез келген бөлігінің қозғалысынсыз немесе тербеліссіз элементті толық бекітуден басталады.

Бастапқы позиция - еденде / пилонда.

- біріншіден екінші элементке өту тікелей, тоқтаусыз және еденге тигізбестен болуы керек

- екінші элементте бірінші орындалған элементке қатысты дененің жағдайы өзгеруі керек

Айналу құны 720*2 - 1.0 балл

Ең көбі 4 айналым есептеледі 720 * 2

SP*3 720 градус динамикалық полюсте айналуды біріктіру * 3

Спортшы динамикалық пилонда айналу үшін қатарынан үш элементті біріктіре алады, олардың әрқайсысы 720 градусқа айналады, айналу кезінде дененің кез келген бөлігінің қозғалысынсыз немесе тербеліссіз элементті толық бекітеді.

Бастапқы позиция - еденде / пилонда.

- элементтер арасындағы ауысу тікелей, тоқтаусыз және еденге тигізбестен болуы керек
- екінші элементте бірінші орындалған элементке қатысты дененің орны өзгеруі керек, үшінші элементте екінші орындалған элементке қатысты дененің орны өзгеруі керек

Айналу құны 720*3 - 1.5 балл

Ең көбі 2 айналым есептеледі 720 * 3

Спортшы төрешіден біржолғы үстемеақы 0-2.0 балл ала алады:

0-төмен

0.5-шамалы

1.0-жақсы

1.5 - өте жақсы

2.0-тамаша

- Өзіндік ерекшелігі
- Күрделілік

Дуэттер:

Егер қайталанатын үстемеақылар саны үшін рұқсат етілген шектен аспаса, техникалық үстемеақыны әрбір орындаған кезде балл беріледі.

Атауында "синхронды" анықтамасы бар дуэттерге арналған барлық техникалық үстемеақыларды спортшылар бір уақытта және синхронды түрде орындауы керек.

Бұл мыналарды қамтиды:

- спортшылардың снарядта/еденде бастапқы позицияда және соңғы позицияда синхронды орналасуы,
- техникалық үстемеақының өзін синхронды орындау,
- синхронды кірулер, шығулар және өтпелер (екі және одан да көп техникалық үстемеақылар үйлескен жағдайда).

Техникалық үстемеақыларды спортшылар бір пилонда да, әртүрлі пилондарда да орындай алады.

Ең көп дегенде 53.2 балл жинай алуға болады (сонымен қатар бір реттік үстемеақы (ең көп дегенде 6.0 балл)

Ю [пилонға/пилоннан синхрондалған секірулер] Jump on/Jump out

Пилонға секіру. Бастапқы позиция-пилонмен байланыссыз еденде және соңғы - пилонда.

Пилоннан секіру. Бастапқы позиция пилонда және соңғы - пилонмен байланыссыз еденде. Қону табан үстіне жасалуы керек.

- орындау кезінде спортшылар еденмен де, пилонмен де байланыста болмаған кезде ұшудың көрінетін фазасының болуы міндетті.

Пилонға / нан бір 1 секіру құны - 0.2 балл.

Ең көбі пилонға/нан 6 секіру есептеледі.

RG [пилондағы синхронды қол ұстасулары] Re-grip

Бастапқы позиция: пилондағы екі қол, бас төменге қарай бағытталған.

Қозғалыс белгілі бір уақыт аралығында жоғарғы немесе төменгі қолды босатудан басталады, оның барысында спортшы тек бір қолымен пилонмен байланыста болады, жоғарғы немесе төменгі қол пилонда ұстауды өзгертеді:

- ұстау кез келген болуы мүмкін
- орындау кезінде дененің пилонмен жанасуына жол берілмейді
- еденмен байланысқа жол берілмейді

1 ұстау құны - 0.2 балл

Ең көп дегенде 5 ұстасу есептеледі.

D [пилондағы синхронды үзулер] Drop

Бастапқы және соңғы позиция пилонда.

- түсу тез және бақыланатын түрде жасалынады
- басынан аяғына дейін спортшы пилонда кемінде 1 метрге түсуі керек
- орындау кезінде алақанның пилонмен жанасуына жол берілмейді

* егер спортшы тоқтап, содан кейін төмен қарай жүре берсе, онда қашықтық қосылмайды.

1 үзудің құны - 0.2 балл

Ең көп дегенде 5 үзілу есептеледі.

AC [пилондағы синхронды акробатикалық аулаулар] Acrobatic Catch

Бастапқы және соңғы позиция пилонда. Қозғалыс кез келген бағытта орындауға болады.

Орындау кезінде спортшылар:

- қысқа уақыт ішінде дененің барлық бөліктерімен пилоннан үзіледі
- еденмен байланысқа жол берілмейді

* спортшылар пилонмен байланыста болмаған кезде орындау сәті көрінуі керек

1 акробатикалық аулау - 0.5 балл

Ең көбі 6 акробатикалық аулау есептеледі.

HF [пилонада синхронды ½ фонжи] Half Fonji

Фонжи ½ (жартысы) – спортшының әуедегі жылдам және бақыланатын қозғалысы, позициясы 180 градусқа өзгеріп (торсық толық бұрылысымен) шолдер маунт позициясынан манка брасына немесе манка брасынан шолдер маунтқа ауысады.

Бастапқы және соңғы позиция пилонда. Бастапқы және соңғы позицияда торсықтың пилонмен жанасуына рұқсат етіледі.

- орындау кезінде дененің пилонмен жанасуына жол берілмейді

* Фонжи комбинациясы тез, оңай және кедергісіз жасалуы керек.

Фонжидің 1 жартысының құны - 0.5 балл

Фонжидің ең көп дегенде 4 жартысы есептеледі

CW [пилонның қасында синхронды дөңгелек / сальто] Cart-wheel

Сальто - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Дөңгелек - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы аралық қол тірегі бар дененің 360 градусқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Бастапқы және соңғы позиция еденде. Қону табан үстіне жасалуы керек. Төңкерісте 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Орындау кезінде:

- тек қолдар пилонға тиеді
- бір немесе екі қолдың өзгеруіне жол беріледі, қолды ұстау кез келген болуы мүмкін
- дененің пилонмен жанасуына жол берілмейді

Пилонға жақын 1 сальто/дөңгелектің құны - 0.5 балл

Пилонның жанында 2 сальто/дөңгелек ең көп есептеледі.

PF [сальто/пилонда дөңгелек] Pole Flip

Сальто - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Дөңгелек - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы аралық қол тірегі бар дененің 360 градусқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Бастапқы және соңғы позиция пилонда. Бастапқы және соңғы позицияда дененің пилонмен жанасуына рұқсат етіледі. Айналымды 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Орындау кезінде:

- спортшы тек қол пилонмен байланыста
- бір немесе екі қолдың өзгеруіне жол беріледі, кез-келген қол ұстауы мүмкін
- дененің пилонмен жанасуына жол берілмейді

Пилондағы 1 сальто/дөңгелектің құны - 1.0 балл

Пилондағы ең көп дегенде 2 сальто/дөңгелек есептеледі

PFF1 [пи́лонға/нан сальто/дөңгелек] Pole-Floor Flip, тек бір спортшы сальтоны орындайды

Сальто - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Дөңгелек - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы аралық қол тірегі бар дененің 360 градусқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Пилоннан еденге Сальто/дөңгелек: бастапқы позиция - пилонда (дененің пилонмен жанасуына рұқсат етіледі) және аяқталуы еденде. Аяққа қону. Төңкерісте 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Еденнен пилонға Сальто/дөңгелек: бастапқы позиция - еденде және соңғы пилонда (дененің пилонмен жанасуына рұқсат етіледі). Төңкерісте 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Орындау барысында:

- спортшылар тек қол пилонмен байланыста
- бір немесе екі қолдың өзгеруіне жол беріледі, кез-келген қол ұстауы мүмкін
- дененің пилонмен жанасуына жол берілмейді

Пилонға/нан 1 сальто құны - 1.0 балл

Пилонға/нан ең көп 2 сальто есептеледі

PFF2 [пи́лонға/нан синхронды сальто/дөңгелек] Pole-Floor Flip, сальтоны екі спортшы орындайды

Сальто - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Дөңгелек - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы аралық қол тірегі бар дененің 360 градусқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Пилоннан еденге Сальто/дөңгелек: бастапқы позиция - пилонда (дененің пилонмен жанасуына рұқсат етіледі) және аяқталуы еденде. Аяққа қону. Төңкерісте 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Еденнен пилонға Сальто/дөңгелек: бастапқы позиция - еденде және соңғы пилонда (дененің пилонмен жанасуына рұқсат етіледі). Төңкерісте 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Орындау барысында:

- спортшылар тек қол пилонмен байланыста
- бір немесе екі қолдың өзгеруіне жол беріледі, кез-келген қол ұстауы мүмкін
- дененің пилонмен жанасуына жол берілмейді

Пилонға/нан 1 сальто құны - 2.0 балл

Пилонға/нан ең көп 1 сальто есептеледі

DF1-1 [пи́лоннан күрделі сальто] Difficult Flip, сальтоны тек бір спортшы орындайды

Сальто-жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Бастапқы позиция - пилонда және аяқталуы еденде. Табанға қону. Айналымда 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Дененің снарядпен жанасуына рұқсат етіледі:

- бастапқы позицияда
- айналымда топтастыру сәтіне дейін орындау кезеңінде (1-қосымшаны қараңыз)

Дененің снарядпен жанасуына тыйым салынады:

- топтастырудағы төңкеріс кезеңінде

Пилонда 1 сальтоның құны - 2.0 балл

Ең көбі пилонда 1 сальто есептеледі

DF1-2 [пилоннан синхронды күрделі сальто] Difficult Flip, сальтоны екі спортшы орындайды

Сальто-жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Бастапқы позиция - пилонда және аяқталуы еденде. Табанға қону. Айналымда 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Дененің снарядпен жанасуына рұқсат етіледі:

- бастапқы позицияда
- айналымда топтастыру сәтіне дейін орындау кезеңінде (1-қосымшаны қараңыз)

Дененің снарядпен жанасуына тыйым салынады:

- топтастырудағы төңкеріс кезеңінде

Пилонда 1 сальтоның құны - 4.0 балл

Ең көбі пилонда 1 сальто есептеледі

DF2-1 [пилонда күрделі сальто] Difficult Flip, сальтоны тек бір спортшы орындайды

Сальто - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Бастапқы және соңғы позиция пилонда. Айналымда 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Дененің снарядпен жанасуына рұқсат етіледі:

- бастапқы қалыпта
- төңкерісте топтастыру сәтіне дейін орындау кезеңінде (1-қосымшаны қараңыз)
- соңғы позицияда

Дененің снарядпен жанасуына тыйым салынады:

- топтастырудағы төңкеріс кезеңінде

Пилондағы 1 сальтоның құны - 2.0 балл

Пилонда ең көп 1 сальто есептеледі

DF2-2 [пилонда синхронды күрделі сальто] Difficult Flip, сальтоны екі спортшы орындайды

Сальто - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Бастапқы және соңғы позиция пилонда. Төңкерісте 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Дененің снарядпен жанасуына рұқсат етіледі:

- бастапқы қалыпта
- төңкерісте топтастыру сәтіне дейін орындау кезеңінде (1-қосымшаны қараңыз)
- соңғы позицияда

Дененің снарядпен жанасуына тыйым салынады:

- топтастырудағы айналым кезеңінде

Пилондағы 1 сальтоның құны - 4.0 балл

Пилондағы ең көп 1 сальто есептеледі

ДС [пилондағы синхронды динамикалық комбинация] Dynamic Combination

Динамикалық комбинация - дененің кем дегенде бір бөлігі пилоннан шығып кететін жоғары жылдамдықпен орындалатын тіректегі екі дәйекті динамикалық қозғалысты біріктіру (1-қосымшаны қараңыз).

* аяқ пен қолды сермеу динамикалық қозғалыс болып саналмайды

** қозғалыстар көзбен түсінікті және таза болуы керек

Қимылдарды орындау кезінде спортшылар:

- пилонмен жоғары немесе төмен қозғалуы мүмкін
- кіру/түсу / ауысу кезінде еденге тиіп кетуі мүмкін

Динамикалық комбинацияны орындау үшін спортшылар мыналарды қолдана алады:

- екі ерікті динамикалық қозғалыс (1-қосымшаны қараңыз)
- техникалық үстемеақылардың бірі және ерікті динамикалық қозғалыс. Мысалы: "пилонда акробатикалық аулау" + ерікті динамикалық қозғалыс және т. б.
- екі техникалық үстемеақы. Мысалы: "пилондағы акробатикалық аулау" + "пилондағы үзілу" және т. б.

*** Назар аударыңыз! Динамикалық комбинация үшін пилонда бір ғана ұстау [RG], тек бір Фонжи ½ [HF] және пилонда бір ғана үзілу [D] қолданылуы мүмкін.**

- пилондағы екі немесе одан да көп Тосқауылдардың тіркесімі динамикалық комбинация ретінде есептелмейді

- екі немесе одан да көп комбинация Фонжи ½ қатарынан динамикалық комбинация ретінде есептелмейді

- полюстегі қатарынан екі немесе одан да көп Үзілудің тіркесімі динамикалық комбинация ретінде есептелмейді

Динамикалық комбинация құны - 0.5 балл

Ең көбі 6 динамикалық комбинация есептеледі

ST * 1 / ST*2 /ST * 3 [статикалық пилонға бекітілген күйде синхронды айналу 360/360*2/360*3 градус]

St * 1 360 градус статикалық пилонда синхронды айналу

360 градус айналым айналу кезінде дененің кез келген бөлігінің қозғалысынсыз немесе тербелісінсіз элементті толық бекітуден басталады.

Бір айналымның құны - 0.5 балл

Ең көбі 3 айналым есептеледі

ST*2 360*2 градус статикалық полюсте синхронды айналуды біріктіру

Спортшылар айналу үшін екі элементті біріктіре алады, олардың әрқайсысы 360 градус болуы керек, айналу кезінде дененің кез келген бөлігінің қозғалысынсыз немесе тербелісінсіз элементті толық бекітеді.

- біріншіден екінші элементке өту тікелей, тоқтаусыз және еденге тигізбестен болуы керек
- екінші элементте бірінші орындалған элементке қатысты дененің жағдайы өзгеруі керек

Қос айналу құны - 1.5 балл

Ең көбі 3 қос айналу есептеледі

ST*3 360*3 градус статикалық пилонда синхронды айналуды біріктіру

Спортшылар айналу үшін үш элементті біріктіре алады, олардың әрқайсысы 360 градус болуы керек, айналу кезінде дененің кез келген бөлігінің қозғалысынсыз немесе тербелісінсіз элементті толық бекітеді.

- біріншіден екінші және үшінші элементке өту тікелей, тоқтаусыз және еденге тигізбестен синхронды болуы керек
- екінші элементте бірінші орындалған элементке қатысты дененің орны өзгеруі керек, үшінші элементте екінші орындалған элементке қатысты дененің орны өзгеруі керек

Үш айналу құны - 2.5 балл

Ең көбі 2 үш айналым есептеледі

SP*2 / SP*3 [динамикалық пилонда бекітілген күйде синхронды айналдыру 720*2 / 720*3]

SP*2 720 градус динамикалық пилонда синхронды айналуды біріктіру * 2

Спортшылар қатарынан екі элементті көрсетуі керек, олардың әрқайсысы 720 градус айналымда орындалады. Айналуды санау орындау кезінде дененің кез келген бөлігінің қозғалысынсыз немесе тербелісінсіз элементті толық бекітуден басталады.

Бастапқы позиция - еденде / пилонда.

- біріншіден екінші элементке өту тікелей, тоқтаусыз және еденге тигізбестен синхронды болуы керек
- екінші элементте бірінші орындалған элементке қатысты дененің жағдайы өзгеруі керек

Айналу құны 720*2 - 1.0 балл

Ең көбі 4 айналым есептеледі 720 * 2

SP*3 720 градус динамикалық полюсте синхронды айналуды біріктіру * 3

Спортшылар динамикалық пилонда айналу үшін қатарынан үш элементті біріктіре алады, олардың әрқайсысы 720 градусқа айналады, айналу кезінде дененің кез келген бөлігінің қозғалысынсыз немесе тербеліссіз элементті толық бекітеді.

Бастапқы позиция - еденде / пилонда.

- элементтер арасындағы ауысу тікелей, тоқтаусыз және еденге тигізбестен синхронды болуы керек
- екінші элементте бірінші орындалған элементке қатысты дененің орны өзгеруі керек, үшінші элементте екінші орындалған элементке қатысты дененің орны өзгеруі керек

Айналу құны 720*3 - 1.5 балл

Ең көбі 2 айналым есептеледі 720 * 3

FCT [еденде пилоннан серіктес ұстау /еденнен пилонға серіктесті лақтыру] Floor Catch-Throw

еденде пилоннан серіктес ұстау

Бастапқы позиция: пилонда бір спортшы, еденде екінші спортшы. Пилонда орналасқан спортшы еденде тұрған серіктестің қолына секіреді. Орындау кезінде секіретін спортшы пилонмен де, серіктеспен де байланыста болмаған кезде көрінетін ұшу фазасының болуы міндетті.

еденнен пилонға серіктесті лақтыру

Бастапқы позиция: екі спортшы да еденде. Спортшылардың бірі екіншісін пилонға позицияға лақтырады. Орындау кезінде лақтырылған спортшы пилонмен де, серіктеспен де байланыста болмаған кезде көрінетін ұшу фазасының болуы міндетті.

Серіктесті ұстау/лақтыру құны - 2.0 балл

Ең көбі 2 серіктесті ұстау/лақтыру есептеледі.

ҚОСЫМША ҮСТЕМЕАҚЫЛАР-ТЕК ДУЭТТЕРГЕ АРНАЛҒАН:

Бағдарламаны орындау барысында екі спортшы да серіктесті ұстай алатынын көрсетеді. Бұл үстемеақыны алу үшін снарядта орындалған қолдаудың арақатынасы максималды рұқсат етілген ауытқумен 50/50% болуы керек +/-1 қолдау. Бұл бір реттік үстемеақы спортшылар ұстайтын/ұсталынатын барлық элементтер негізінде анықталады.

Дуэттерге арналған қосымша үстемеақының құны - 2.0 балл (бір рет).

Спортшы төрешіден біржолғы үстемеақы 0-2.0 балл ала алады:

0-төмен

0.5-шамалы

1.0-жақсы

1.5 - өте жақсы

2.0-тамаша

- Өзіндік ерекшелігі
- Күрделілік

Құрылыс сипаттамасы

Жарыс алаңы

Көлемі 6*9 метр (+/- 1 метр) алаң. Еден жабыны - баннер матасы немесе татами. Алаңда сахналық құрылым – ферма орнатылады. Снарядтар тікелей фермаға бекітіледі.

Пилон снарядында спортшылардың өнер көрсетуі кезінде төсеніштерді пайдалануға рұқсат етіледі:

- 6-9 жас аралығындағы топ, барлық дайындық деңгейлері
- 10-14 жас аралығындағы топ, дайындық деңгейі - бастаушы.

Снарядтар үшін шынғыршық пен Әуе кенептері төсенішті пайдалану міндетті болып табылады.

Пилон

Сахнада тот баспайтын болаттан жасалған екі пилон (статикалық және динамикалық) орнатылады. Пилонның қалыңдығы - диаметрі 40-45 мм, биіктігі - 4 метр. Пилондар арасындағы қашықтық - 2.95-3.10 метр. Егер аудиторияға қарасаған кезде, онда оң жақта статикалық пилон, сол жақта динамикалық болады.

Шынғыршық және Әуе кенептері

Снарядты бекіту нүктесіне дейінгі биіктік - 4.0-ден 4.5 метрге дейін.

Шынғыршықтың параметрлері:

Диаметрі (сыртқы жиегі бойынша) - 70 см, 75 см, 80 см, 85 см, 90 см, 95 см, 100 см.

Құбырдың диаметрі 25-30 мм.

Снарядтың беті ұнтақ бояумен жабылған.

Шынғыршықта 2 бекіту нүктесі бар.

Бекіту нүктелері арасындағы қашықтық - 45-60 см.

Шынғыршықты бекіту жүйесі:

Ұзындығы 60 см болатын екі итарқадан (диаметрі 70, 75, 80, 85 см шынғыршықтар үшін) және CE қауіпсіздік сертификатынан кемінде 23 kN тұрады.

Ұзындығы 80 см (диаметрі 90, 95, 100 см шынғыршықтар үшін) және CE қауіпсіздік сертификаты кемінде 23 kN болатын екі итарқадан тұрады.

CE қауіпсіздік сертификаты кемінде 25 kN бар карабиндерден

Кем дегенде 35 kN қауіпсіздік сертификатымен итарқадағы жоғарғы карабиндерді қосатын такелаждық пластина.

Кемінде 35 kN қауіпсіздік сертификаты бар бұрылыс.

Кем дегенде 23 kN қауіпсіздік сертификаты бар құрылымды сахналық фермамен байланыстыратын ілмектер

*** Тыйым салынған:** құрылыс кронштейндері мен карабиндерді, аспалы лебедкаларды пайдалану

Әуе кенептерінің параметрлері:

Кенептердің жұмыс биіктігі - 4 метр. Мата - габардин.

6-14 жас топтары үшін: ілулі нүктеден кенептердің ұзындығы - 5.5 метр, кенептің ені - 100 см.

15-49 жас топтары үшін: ілулі нүктеден кенептердің ұзындығы - 5.5 метр, кенептің ені - 150 см.

*** Тек ұйымдастырушының кенептерін пайдалануға рұқсат етіледі.**

Әуе кенептерін бекіту жүйесі:

Қауіпсіздік сертификаты кемінде 35 kN болатын сегіздіктер (якорь).

СЕ қауіпсіздік сертификаты кемінде 25 kN бар карабиндер

Кемінде 35 kN қауіпсіздік сертификаты бар бұрылыс.

Итарқа-құрылымды кем дегенде 23 kN қауіпсіздік сертификаты бар сахналық фермамен байланыстыратын суспензия.

*** Тыйым салынған: құрылыс кронштейндері мен карабиндерді, аспалы лебедкаларды пайдалану**

Фото және Бейне түсіру

Егер ол іс-шараға арнайы шақырылған фото және видео операторларға кедергі жасамаса және төрешілерге кедергі жасамаса, жарыс кезінде фото және бейнетүсірілім жасауға барлығына рұқсат етіледі;

Әлеуметтік желілерде (мысалы, Вконтакте, Instagram, Facebook және т. б.) бейнелерді орналастыруға рұқсат етіледі, егер сіз біздің жарыстарымыздың атын, сондай-ақ Instagram парақшасын @kasef_kaz және #kasef хэштегін көрсетсеңіз, бізге жағымды болады

Іс-шара барысында барлық қатысушылар бейне/фотосессиялар мен жарнамалық акциялар үшін қол жетімді болуы керек;

Барлық фотосуреттер, негативтер мен бейнелер ұйымдастырушылардың меншігінде қалады;

Қатысушының жарысқа дейін/одан кейін түсірілген фотосуреттер, негативтер мен бейнелер үшін өтемақы/сыйақы сұрауға құқығы жоқ;

Қатысушы өзінің фотосуреттері мен бейнелерін жеке пайдалану үшін ала алады, бірақ оларды коммерциялық мақсатта пайдалануға құқығы жоқ.

Қатысушы барлық негативтерді, фотосуреттер мен бейнелерді ұйымдастырушылар жарнама мақсатында және коммерциялық мақсатта, теледидарда, әуе-спорттық эквилибрмен байланысты баспа және интернет-басылымдарда пайдалана алатынына сөзсіз келіседі.

Қатысушы мен Ұйымдастырушының міндеттері

Қатысушы міндетті:

- Снарядтың түрі бойынша осы ережелерді білу. Ережелерді білу үшін жауапкершілік тек спортшы мен оның жаттықтырушысына жүктеледі.
- Аты жөні жарияланғаннан кейін уақтылы келу;
- Снарядта немесе алаңда бастапқы позицияны алу;
- Музыкалық композицияның бірінші нотасынан бастап, соңғысымен аяқтаңыз. Соңғы қалып қозғалмауы керек;
- Сөз сөйлеу аяқталғаннан кейін тағзым етіңіз;
- Ұйымдастырушылардың талаптарын орындау;

- Сіздің заттарыңыз, ақшаңыз және басқа құндылықтарыңыз үшін жауап беріңіз және оларды қараусыз қалдырмаңыз;
- Ұйымдастырушылармен адал болу;
- Есірткі, алкоголь немесе допингтің әсерінде болмау;
- Ұйымдастырушылардың немесе бас төрешінің талабы бойынша жарысқа қатысушының жеке басын куәландыратын құжаттарды ұсыну;
- Ата-аналардың жазбаша рұқсатын арнайы бланкіде толтыру және қол қою және оны қатысуға өтініммен бірге жіберу (18 жасқа толмаған спортшылар үшін);
- Төтенше жағдайлар кезінде ұйымдастырушылардан жауапкершілікті алып тастау туралы арнайы бланк толтырып, қол қою және оны қатысуға өтініммен бірге жіберу (18 жастан асқан спортшылар үшін);
- Осы іс-шараны ұйымдастырушыларды құрметтеу: ұйымдастырушыларды, жарысқа қатысушыларды кез келген қорлау, алаңдағы спорттық емес мінез-құлық. Бұл жағдайда бас төреші спортшыны ӘСЭБҚФ Федерациясының ресми сайтында жарияланған екі этика кодексіне сәйкес жеке іске енгізе отырып және санкциялар қолдана отырып, ӘСЭБҚФ өткізетін жарыстардан шеттете алады www.k-asef.org;
- Марапаттау рәсімі басталғанға дейін 5-10 минут бұрын сахнаның жанында (ұйымдастырушы белгілеген) белгілі бір аймақта болу;
- Спорт пәнінің түрін көрсете отырып ("қосымша шарттар" бөлімінде) "Спорт" санатындағы сақтандыру полисін барлық жарыс күндеріне қолдану мерзімімен – пилондағы спорт және/немесе шынғыршық және/немесе әуе төсемдері ұсынуға және оны қатысуға өтініммен бірге жіберуге құқылы;

Қатысушының құқығы бар:

- Ұйымдастырушыларға алдын ала ескерту жасай отырып, денсаулық жағдайы бойынша орындаудан бас тарту (бұл ретте қатысқаны үшін жарна қайтарылмайды);
- Босату-анықтамасын алу / алып тастау. Оқудан/жұмыстан босату туралы анықтаманы спортшының тұрғылықты жері бойынша жергілікті аккредиттелген Федерация береді. Ол үшін арнайы бланк толтырып оны қатысуға өтініммен бірге жіберу қажет;
- Спортшы немесе оның жаттықтырушысы жарыс аяқталғаннан кейін 10 жұмыс күні ішінде ӘСЭБҚФ-да өтініш жаза отырып, төрешілерден балл қоюды сұратуға құқылы;
- Бірнеше санаттарға және бірнеше снарядтарға қатысу;
- Жарыстың басқа қатысушыларын тарта отырып, өз бетінше өнер көрсетер алдында снарядтарды сұрту (майсыздандыру). Ол үшін қатысушы сахнаға шықпас бұрын снарядты сұртетін спортшының/лардың ат қатысуға өтінімінде көрсету қажет.

Рұқсат етілген:

- ✓ ұйымдастырушы ұсынған қаражатты пайдалану;
- ✓ басқа команданың қатысушыларына снарядты тек олардың мақұлдауымен сұрту.

ҰЙЫМДАСТЫРУШЫЛАРДЫҢ МІНДЕТТЕРІ:

- Ұйымдастырушылар жарыстарды өткізу үшін сахналық құрылымды (ферманы) орнатуға, кәсіби жабдықты: шынғыршықты, Әуе төсемі мен тіректерді пайдалануға міндеттенеді.

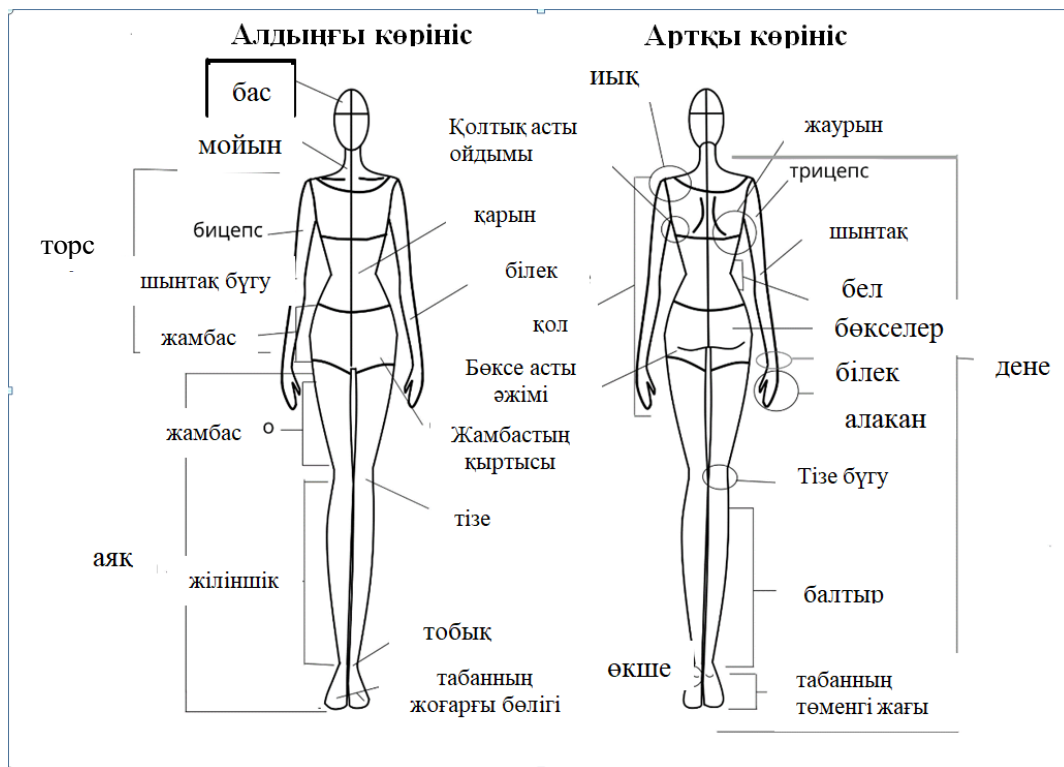
Ұйымдастырушылар мен Бас төреші құрылымды бекіту қауіпсіздігінің егжей тегжейлі инспекциясын жүргізуге міндетті;

- Спортшылардың денсаулығы басымдық болып табылады, дегенмен ұйымдастырушылар жарыс кезінде қатысушылардың алған жарақаттары мен зақымдары үшін жауап бермейді. Қатысушылар барлық тәуекелдерді өз мойнына алады. Ол үшін жарыстың әрбір қатысушысы сақтандыру полисін ресімдеуге міндетті. Іс-шарада дәрігер кезекшілік етеді;
- Бұл үшін қатаң бөлінген уақытта снарядтарды сынап көру үшін сахнаны қамтамасыз ету;
- Бас төрешінің көріну аймағында жеке үстелге орналастырылатын снарядтарды майсыздандыруға арналған құралдарды/ майлықтарды ұсыну;
- Аталмыш жарыстардың нәтижелерін әрбір жеке пән бойынша "ӘСЭБҚФ спортшысының рейтингісіне" енгізу.

ҚОСЫМША 1

Глоссарий

Дененің сипаттамасы (пайдаланылған анықтамалар анатомиялық атласпен сәйкес келмеуі мүмкін)



Динамикалық қозғалыс – дене центрден тепкіш күштің және/немесе басқарылатын үдеудің әсерінен болатын жылдам қозғалыс, бұл спортшының жарты жолда тоқтай алмайтынын білдіреді. Спортшы жылдамдық пен бақылаудың жоғары деңгейін көрсетуі керек.

Бұл жағдайда дененің кем дегенде бір бөлігі снарядтан үзуі керек.

****аяқ пен қолмен тербелу динамикалық қозғалыстар болып саналмайды**

Ерікті динамикалық қозғалыс – "динамикалық қозғалыс" анықтамасына енетін және ешқандай техникалық үстемеге жатпайтын қозғалыс. **Техникалық үстемеақы нысанында** ол 0 (нөл) деп белгіленеді

Сальто (снарядта/снарядтың жанында/жанында) – күш импульсі мен инерцияның әсерінен дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы, бұл жерде жамбас пен жамбас бастың үстінен өтеді.

Дөңгелек (снарядта/жанында) – дененің күш импульсі мен инерцияның әсерінен қолдардағы аралық тірегі бар 360 градусқа бүйіріне толық айналуы, жамбас басынан жоғары өтеді.

Күш импульсі - бұл жылдам, бақыланатын қозғалыс арқылы денеге берілетін үдеу.

Инерция – күш импульсінің нәтижесінде пайда болатын тұрақты жылдамдық.

Сальтоға топтастыру (күрделі сальто үшін) - бұл тізе бүгілген және кеудеге бейім, қолдар бүгілген және алақан тізеге бағытталған дене қалпы.

Мысал ретінде пилон снарядын қолданып, «320-360 градусқа бұрылу» анықтамасы.

*снарядтарда әуе шыңғыршығы мен пневматикалық парақтар бар, сальтоға айналдыру дәл осылай орындалуы керек

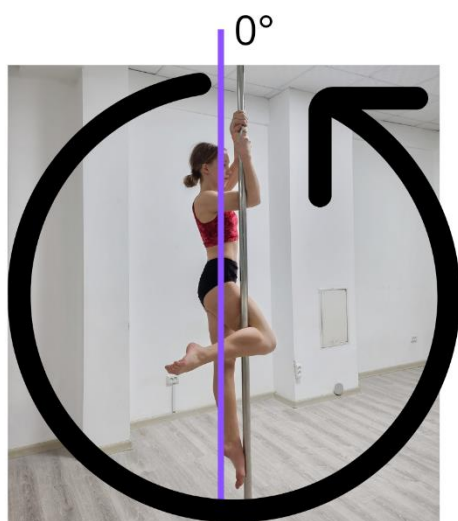
360 градусқа айналдыру мысалдары



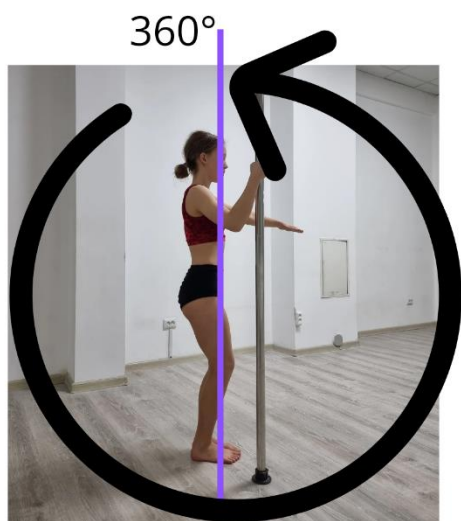
бастапқы позиция



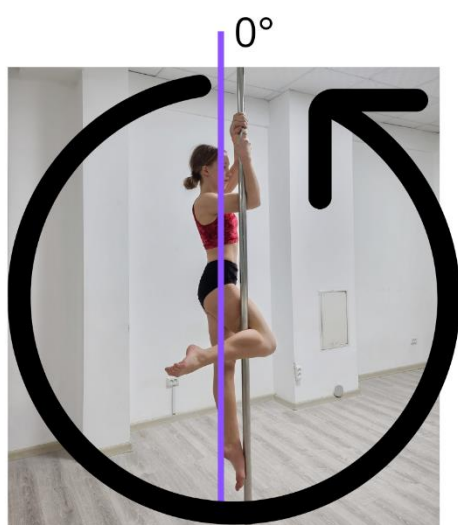
соңғы позиция



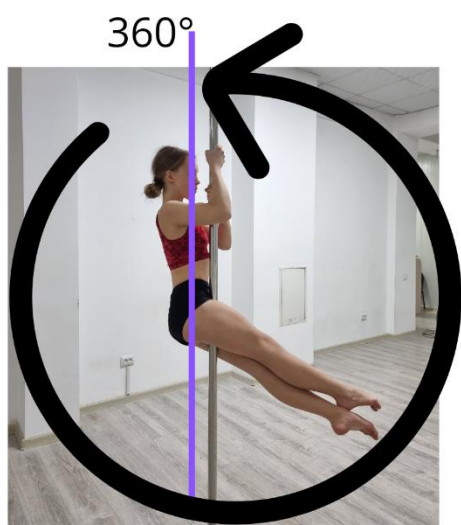
бастапқы позиция



соңғы позиция



бастапқы позиция



соңғы позиция

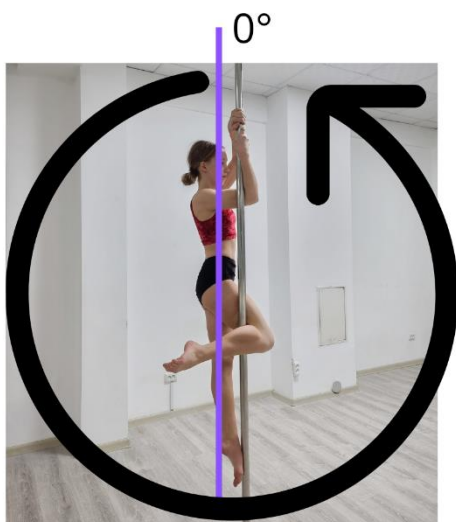
320-350 градусқа айналдыру мысалдары



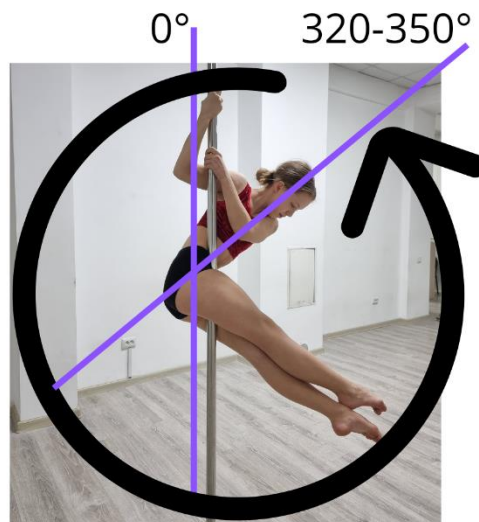
бастапқы позиция



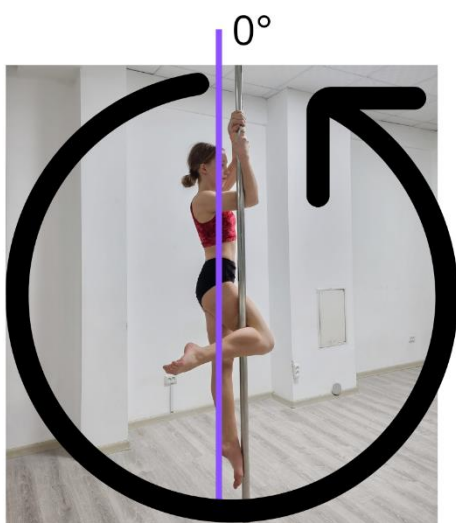
соңғы позиция



бастапқы позиция



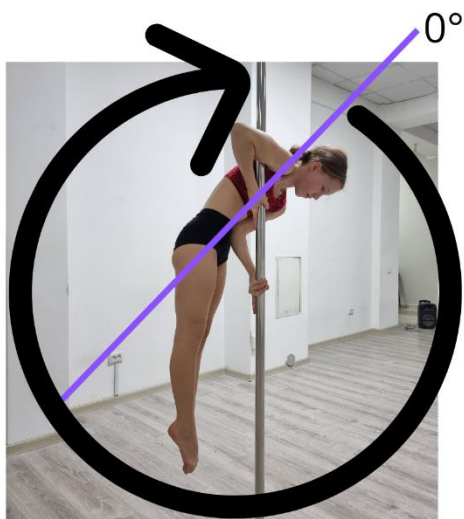
соңғы позиция



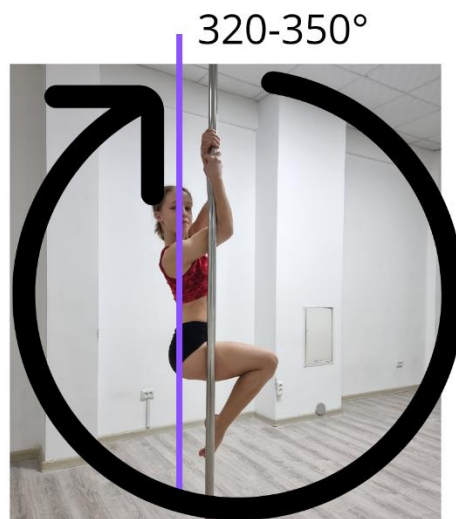
бастапқы позиция



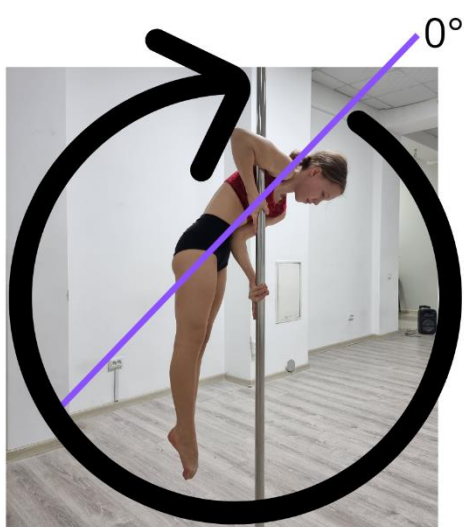
соңғы позиция



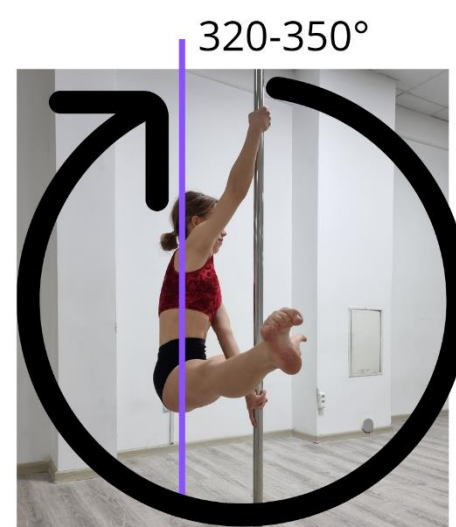
бастапқы позиция



соңғы позиция



бастапқы позиция



соңғы позиция

Дуэттердегі синхрондылық – спортшылардың снарядта және оның сыртында, оның айналасында, сахнада синхронды (айна) әрекеттесуін айтады; элементтерді, трюктерді, комбинацияларды және хореографияны орындау. Екі спортшы бағдарламаның бір бөлігін орындаған кезде синхрондылық болуы мүмкін.

Дуэттерде айна орындау - бірдей элементтерді орындау кезінде спортшылар бір-бірінің позицияларын дәл қайталайды (дене бөліктерінің орналасуы, шпагаттардың ашылуы, қолдардың, аяқтардың созылу бұрышы және т.б.); снарядпен және/немесе серіктеспен бірдей жанасу нүктелері және олардың дененің ұзартылған бөліктері бір-біріне параллель және/немесе максималды рұқсат етілген ауытқуы бар снарядтың орталық осіне қатысты бірдей иілу бұрышына ие 20 градус

элементтердің айна орындалуының мысалдары:





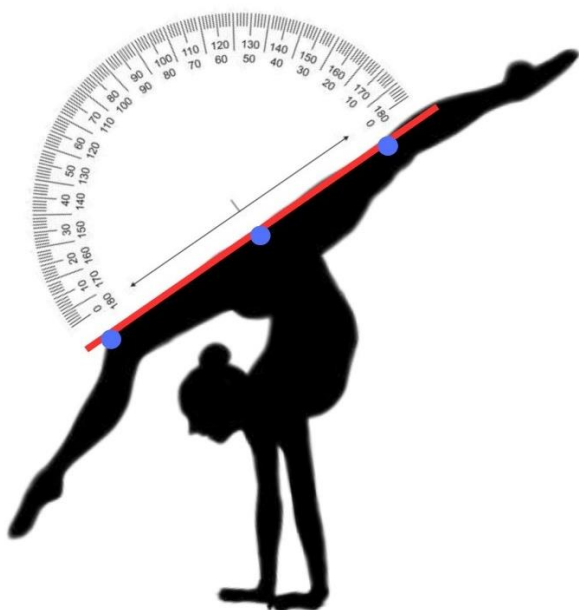
Дененің/дене бөлігінің диагональдық жағдайы – бүкіл дененің/дене бөлігінің ортасы арқылы қиял сызығын жүргізілетін позиция және бұл сызық снарядтың орталық тік оське 45° бұрышта болуы керек.

Корпустың/дене бөлігінің параллель орналасуы – бұл бүкіл дененің / дененің ортасынан қиял сызығын салуға болатын позиция және бұл сызық элементтің орындалу талаптарына байланысты снарядтың немесе еденнің орталық тік осіне 90° бұрышта болуы керек.

Ауытқудың 20 градусы - элементті орындау критерийлері параллельден немесе диагональдан 20° ауытқуға мүмкіндік бергенде, Параллель позиция, Дененің/дене бөлігінің диагональды орналасуы тұжырымдамасына қолданылады.

Снарядпен жанасу нүктелері - элементтің/қозғалыстың басында, аяғында және орындалу кезінде снарядпен жанасатын дене бөліктері.

Шпагат ашылуы (мысалы, 180 градус) – шпагат бұрышы бір тізеден екінші тізеге дейін шап арқылы өтетін түзу сызық бойымен өлшенеді.

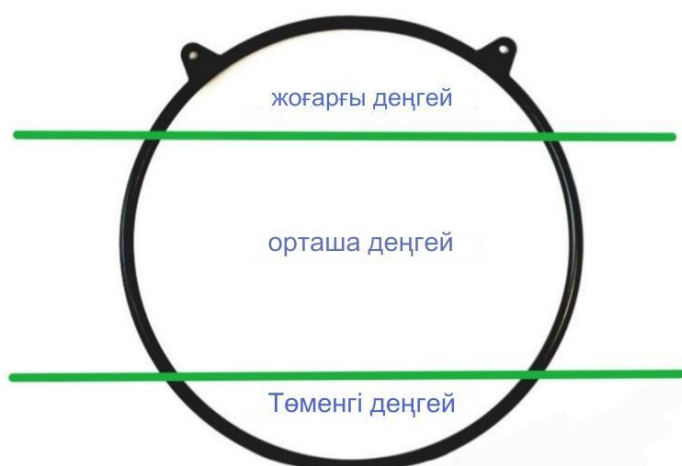


Әуе шыңғыршықтың деңгейлері –

Шынғыршықтың жоғарғы деңгейі: негізгі жанасу нүктелері (соның арқасында спортшы құрылғыдағы элементті ұстайды/теңдестіреді) шыңғыршықтың жоғарғы доғасында орналасуы керек.

Шынғыршықтың ортаңғы деңгейі: спортшы шыңғыршықтың ішінде болуы керек.

Шынғыршықтың төменгі деңгейі: спортшы шыңғыршықтың төменгі доғасынан ұстап, шыңғыршықтың астында болуы керек.



Акробатикалық көтергіштер - жоғарғы серіктес төменгі жағында кез келген позицияда болатын жұпталған динамикалық немесе статикалық позициялар. Төменгі серіктес кез келген позицияда.

Акробатикалық элементтер – тірекпен, тірексіз және тепе-теңдікті сақтай отырып, әртүрлі жазықтықта дененің айналуын орындаумен байланысты динамикалық элементтер.

Элементтер арасындағы тікелей ауысу – ең қысқа мерзімде және ауысу кезінде қозғалыстардың ең аз санымен жүзеге асырылады. Спортшы үзіліссіз тұрақты қозғалыста болуы керек және ауысу кезінде аралық позицияларды бекітпеуі керек.

2 ҚОСЫМША

Техникалық үстемеақылар нысанын толтыру ережесі.

Нысаны қаріп қара түсті пайдалана отырып, Microsoft Wordта басылуы керек. Тек ӘСЭБҚФ ресми нысаны техникалық үстеме үшін ұсынуға рұқсат етілген. Толтырылған нысан жарыс басталғанға дейін **10 күннен кешіктірілмей** беріледі.

Нысан файлдың атауы

Тегі аты-жөні пәні_Жас тобы_Деңгей_Техникалық үстемеақылар

Спортшының тегі мен аты: Василькова Елена

Ел/Қала / Облыс: Қазақстан, Астана қаласы

Студия атауы: студия

Жаттықтырушының тегі мен аты: Иванова Мария

Жас тобы: 6-9 жас, 10-14 жас, 15-17 жас, 10-17 жас (дуэттер үшін), 18-29 жас, 30-39 жас, 40-49 жас, 18-50 жас (дуэттер үшін)

Дайындық деңгейі: бастаушы, жалғастырушы, кәсіпқой, элит

Техникалық үстемеақы коды: ережелерге сәйкес бас латын әріптерімен толтырылады (JO, RG, D, AC, R, CW, HFF, DF, DC, SP*2, SP*3, FCT, HC)

Кодтар бағдарламада қалай орындалатыны бойынша жолдар бойынша дәйекті түрде енгізіледі.

Егер техникалық үстемеақылар бірінен соң бірі елеулі үзіліссіз орындалатын болса, оларды "+" белгісі арқылы бір жолға жазу қажет. Мысалы: AC+AC+JO

Техникалық үстемеақылар нысанында ДИНАМИНАЛЫҚ КОМБИНАЦИЯЛАРДЫ толтыру ережесі

Динамикалық комбинациялар ерікті динамикалық қозғалыстарды қолдануға мүмкіндік беретіндіктен, оларды белгілеу үшін ережелерге қосымша Код енгізіледі:

0 (нөл) – ерікті динамикалық қозғалыс

Барлық динамикалық комбинациялар (бірінен соң бірі жүретін екі динамикалық қозғалыс) жақшаға салынуы керек ()DC:

(0+0)DC бұл екі "ерікті динамикалық қозғалыстың" тіркесімі, олар жиынтықта "динамикалық комбинация" техникалық үстемеақысын құрайды

(0+AC)DC бұл "ерікті динамикалық қозғалыс" пен "акробатикалық балық аулаудың" дәйекті тіркесімі, олар "динамикалық комбинация" техникалық үстемесін біріктіреді

(AC+0)DC бұл "акробатикалық балық аулау" мен "ерікті динамикалық қозғалыстың" дәйекті тіркесімі, олар "динамикалық комбинация" техникалық үстемесін құрайды

(RG+D)DC бұл "динамикалық комбинация" техникалық үстемеақысын құрайтын "ұстап алу" мен "үзудің" дәйекті тіркесімі

Техникалық үстемеақылар ӘСЭБҚФ жеке бағдарламасы

Пәні: пилондағы спорт

Спортшы толтырады

Спортшының АЖ	Василькова Елена
Ел/Қала/Облысы	Қазақстан, Астана қаласы
Студияның атауы	студия
Жаттықтырушының АЖ	Иванова Мария
Жас тобы	10-14 жаста
Дайындау деңгейі	кәсіпқой

№	Техникалық үстемеақының коды	Төрешінің пікірлері
1.	RG+RG+(RG+D)DC	
2.	JO	
3.	AC+AC+D	
4.	ST*2	
5.	(JO+0)DC	
6.	HF+HF+HF+(HF+0)DC	
7.	(0+RG)DC	
8.	PF	
9.	SP*3	
10.	JO	
11.	SP*2	
12.	D	
13.	CW	
14.		
15.		
16.		
17.		
18.		
19.		
20.		
21.		
22.		

Төрешімен толтырылады

Код құны [саны]	JO 0.2 [6]	RG 0.2 [5]	D 0.2 [5]	AC 0.5 [6]	HF 0.5 [4]	CW 0.5 [2]	PF 1.0 [2]	PFF 1.0 [2]	DF1 2.0 [1]	DF2 2.0 [1]	DC 0.5 [6]	ST*1 0.5 [3]	ST*2 1.5 [3]	ST*3 2.5 [2]	SP*2 1.0 [4]	SP*3 1.5 [2]
Кодтың нәтижесі																

Төрешінің қосымшасы	Балл 0-2.0
Өзіндік ерекшелігі	
Күрделі	

Жалпы:	
Төрешінің АЖ	

Техникалық үстемеақылар ӘСЭБҚФ дүеттері

Пәні: пилондағы спорт

спортшы толтырады

Спортшының АЖ1	Василькова Елена
Спортшының АЖ2	Цветкова София
Ел/Қала/Облысы	город Астана
Студияның атауы	студия
Жаттықтырушының АЖ	Иванова Мария
Жас тобы	10-17 лет
Дайындық деңгейі	жалғастурышы

№	Техникалық үстемеақының коды	Төресінің пікірлері
1.	JO	
2.	(0+0)DC	
3.	FCT	
4.	SP*2	
5.	CW+JO	
6.	HF+HF+JO	
7.	(AC+D)DC	
8.	DF1-1	
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		

Төресімен толтырылады

код құны [саны]	JO 0.2 [6]	RG 0.2 [5]	D 0.2 [5]	AC 0.5 [6]	HF 0.5 [4]	CW 0.5 [2]	PF 1.0 [2]	DC 0.5 [6]	ST*1 0.5 [3]	ST*2 1.5 [3]	ST*3 2.5 [2]	SP*2 1.0 [4]	SP*3 1.5 [2]	FCT 2.0 [2]
Код нәтижесі														

код құны [саны]	PFF1 1.0 [1]	DF1-1 2.0 [1]	DF2-1 2.0 [1]	PFF2 2.0 [1]	DF1-2 4.0 [1]	DF2-2 4.0 [1]
	Бір спортшы орындайды			Екі спортшы орындайды		
Кодтар бойынша жалпы						

Төресінің үстемеақысы	Балл 0-2.0	
Өзіндік ерекшелігі		
Күрделі		
Серіктесті ұстауы 50/50	(нужное обвести)	0 2.0

Жалпы:	
Төресінің АЖ	