



4. Luokka (kilpa)

Yleistä

4. kilpaluokan kilpailusäännöt noudattavat FIG Junior Code of Points sääntöjä alla esitetyin poikkeuksin.

Liikesarjat

- Liikesarjoissa lasketaan 8 vaikeimman liikkeen arvo. Alle 6 liikkeen sarjoissa sovelletaan FIG-sääntöjä.
- Liikeryhmävaatimukset, FIG erikoisvaatimukset (special repetition) eivätkä heilahdus käsinseisontaan (renkaat) ole voimassa.
- Perusliikeosan voi saada vain kerran, jonka jälkeen toistot arvostellaan FIG Junior Code of Points mukaisesti.
(esim. heilahduksista eri telineillä on mahdollista saada perusliikeosa, mutta toistot tulkitaan E-tuomarivähennyksinä)

Liikeosien vaikeusarvot

P = 0,1 (perusliike, kts. erillinen luettelo)

A = 0,3

B = 0,5

C tai korkeampi = 0,8



4. luokka (kilpa)

Telinekohtaiset vaatimukset

Permanto

Poikkeuksellisia P-osia (perusosa)

Kuperkeikka eteenpäin (myös käsinseisonnasta)
Kuperkeikka taaksepäin (myös käsinseisontaan)
Käsinseisontakäännös
Jännehyppy kääntyen 360°
Haara- ja taittopunnerrusponnistus käsinseisontaan
Päälläseisonta 2 sek
Kärrynpyörä
Hidas lasku käsinseisonnasta haaraseisontaan

Muut poikkeukselliset osat

Vastakäännös käsinseisonnassa (A)
Punnerrus käsinseisontaan suurin jaloin (ilman 2 sek pysähdystä, A)
Puolivoltti vuorojalka ja tasajalkaponnistuksella sekä puolivoltti vuorojalka-alastulolla ovat eri A-osia.
Kuperkeikka taaksepäin käsinseisontaan 1/2 käännöksellä (B)
2 myllyä (B)

Hevonen

- Ylimääräisten korokkeiden käyttö on sallittu.

Poikkeuksellisia P-osia (perusosa)

1/2 myllyä maasta ponnistaen
1/2 myllyä
Molempien jalkojen vienti eteen (oikea oikealta, vasen vasemmalta)
Molempien jalkojen vienti taakse (oikea oikealta, vasen vasemmalta)
Haarakiertiö päästä kaarille
1/2 myllyä alastulona

Muut poikkeukselliset osat

Mylly ja helikopteri ovat eri A-osia.
Kaarimylly (tai helikopteri) ja mylly (tai helikopteri), jossa toinen käsi kaarella ja toinen päässä, ovat eri A-osia.
Pihti vasemmalle ja pihti oikealle ovat eri A-osia.



4. luokka (kilpa)

Renkaat

Poikkeuksellisia P-osia (perusosa)

Turmariipunta (2 sek)
Koukkukäsiriipunta (2 sek), josta nosto taitto- tai turmariipuntaan
Nurinriipunta
Etuheilahdus yli vaakatason
Takaheilahdus yli vaakatason
Pyörähdys eteenpäin nojasta taittoriipuntaan
Pyörähdys taaksepäin nojasta taittoriipuntaan
Voltti taaksepäin kerien alastulona
Voltti eteenpäin kerien alastulona

Muut poikkeukselliset osat

Voimanosto (A)
Punnerrus käsinseisontaan 2 sek (vaijereiden hyväksikäyttö sallittu, A)
Lapakääntö eteenpäin suorin vartaloin (hartiat renkaiden tasolla, B)
Lapakääntö taaksepäin suorin vartaloin (hartiat renkaiden tasolla, B)
Jättiläisen lasku käsinseisonnasta (B)
Nosto suorin vartaloin riipunnasta turmariipuntaan (A)

Hyppy

Voimistelija saa valita hypyn korkeuden väliltä 125-135 cm, ylimääräisten ponnistuslautojen käyttö on sallittu. Hyppyssä on sallittu suorittaa kaksi hyppyä eri hyppyryhmistä (ei pakollista), joista lopullisiin tuloksiin lasketaan paremman hypyn kokonaispisteet.



4. luokka (kilpa)

Nojapuut

- Nojapuiden aisojen korkeussäätö on sallittu.
- Ylimääräisten korokkeiden käyttö on sallittu.

Poikkeuksellisia P-osia (perusosa)

Kaikki heilahdukset eteenpäin ja taaksepäin yli vaakatason (riipunta, olkariipunta)

Nojaheilahdus eteenpäin yli vaakatason

Nojaheilahdus taaksepäin 45° yli vaakatason

Syväkippi tai etuheilahdusjännitys haaraistuntaan

Puikkaus haaraistuntaan

Takaheilahdusjännitys nojaan

Etuheilahdus yli vaakatason ja hyppy alas 1/2 käännöksellä

Takaheilahdus vähintään 45° yli vaakatason, josta työntö sivulle alastulona

Muut poikkeukselliset osat

Moy olkariipuntaan (A)

Moy haaraistuntaan (B)

Jättiläinen nojaan tai kulmanojaan (A)

Alavoltti nojaan (B)

Alavoltti yli 45° olkariipuntaan (A)

Jäniskäännös 0-44° vaakatason yläpuolelle (A)

Rekki

Poikkeuksellisia P-osia (perusosa)

Etuheilahdus yli vaakatason

Takaheilahdus yli vaakatason

Etuheilahdus 1/2 käännöksellä yli vaakatason

Takaheilahdusjännitys nojaan

Heittokieppi nojaan

Selinheilahdus nojasta vähintään 45° yli vaakatason

Kaarivauhti nojasta

Muut poikkeukselliset osat

Takaheilahdusjännitys vähintään 45° yli vaakatason (A)

Etuheilahdus 1/2 käännöksellä käsinseisontaan (A)