

Suomentajan huomautuksia merkitty vihreällä

Muutokset 12/17 merkitty punaisella

OSA II LIIKESARJOJEN ARVIOINTI**KAPPALE 6 – Pisteiden määräytyminen****Kappale 6.1 Yleistä**

Liikesarjojen arviointia ja lopullisen pistemäärän määrittämistä koskevat säännöt ovat samat kaikissa kilpailun vaiheissa (*karsintakilpailussa, joukkuefinaalissa, ottelufinaalissa, telinefinaaleissa*) paitsi hypyissä, jossa on eri säännöt koskien sekä karsintakilpailuja että telinefinaaleja (kappale 10).

Kappale 6.2 Lopullisen pistemäärän määräytyminen

- Kunkin telineen lopullinen pistemäärä muodostetaan käyttämällä kahta erillistä pistemäärää, D-pisteitä ja E-pisteitä.
- D-tuomaristo antaa D-pisteet liikesarjan sisällöstä ja E-tuomaristo antaa E-pisteet suorituksesta ja taiteellisuudesta.
- Liikesarjan lopullinen pistemäärä muodostetaan laskemalla yhteen D- ja E-pisteet. Loppupistemäärästä tehdään tarvittaessa neutraalivähennykset (katso 5.4.1).
- Neliottelun pisteet saadaan laskemalla yhteen neljän telineen lopulliset pistemäärät.
- Joukkuekilpailun pisteet lasketaan kyseistä kilpailua koskevien senhetkisten teknisten sääntöjen mukaisesti.
- Karsinta ja osallistuminen joukkuefinaaliin, ottelufinaaliin ja telinefinaaleihin tapahtuu kyseistä kilpailua koskevien senhetkisten teknisten sääntöjen mukaisesti.
- Liikesarjan uusiminen ei ole periaatteessa sallittua.

Lopullisen pistemäärän laskeminen**Esimerkki:****D-pistemäärä + E-pistemäärä* = lopullinen pistemäärä**

D-pistemäärä		
vaikeus (3 C-, 3 D-, 2 E-)		+3,10
kokoonpanovaatimukset		2,00
yhdistelmien arvo		+0,60
	D-pisteet	5,70
E-pistemäärä		
		10,00
suoritus	-0,70	
taiteellisuus	-0,30	
	*E-pisteet	9,00
	- neutraalit vähennykset	
	Lopullinen pistemäärä	14,70

***E-pistemäärä**

Vähennykset suoritusvirheistä ja taiteellisuudesta lasketaan yhteen ja vähennetään 10,00 pisteestä. E-pistemäärä on viiden tuomarin piseistä (vähennyksistä) kolmen keskimmäisen keskiarvo.

Kappale 6.3 Lyhyt sarja

Voimistelija voi saada suorituksesta ja taiteellisuudesta enintään E-pistemäärän 10,00 p.

D-tuomaristo tekee tarvittavat neutraalit vähennykset lyhyen sarjan suorittamisesta loppupisteistä:

- 7 vaikeusosaa tai enemmän - ei vähennystä
- 5-6 vaikeusosaa - 4,0 pistettä
- 3-4 vaikeusosaa - 6,0 pistettä
- 1-2 vaikeusosaa - 8,0 pistettä
- ei yhtään vaikeusosaa - 10,0 pistettä

Esimerkki: Permanto

Voimistelija kaatuu ja loukkaantuu suoritettuaan vain 3 liikettä.



Arvostelu:

D-pisteet

Vaikeusarvo (A + C + A + 0 + 0 + E)
Kokoonpanovaatimukset 2 ja 3

+ 1,00 p.
+ 1,00 p.

D-pisteet

+ 2,00 p.

E-pisteet

Vähennykset yhteensä (kaatuminen,
korkeus, laajuus jne.)

10,00 p.
- 4,10 p.

E-pisteet

= 5,90 p.

Pisteet yhteensä: (D) 2,00 p. + (E) 5,90 p.

= 7,90 p.

Lopullinen pistemäärä: (D) 2,00 p. + (E) 5,90 p. – 6,00 p. (lyhyt sarja)

= 1,90 p.

KAPPALE 7 – Säännöt koskien D-pistemäärää

Kappale 7.1 D-pistemäärä (sisältö)

- a) Hypyssä D-pistemäärä on hypyn vaikeusarvo.
- b) Nojapuilla, puomilla ja permannolla lasketaan 8 arvokkainta vaikeusosaa, kokoonpanovaatimukset ja yhdistelmähyvitykset

Kappale 7.2 Vaikeusarvo (DV)

Vaikeusarvo muodostuu Coden liikeosataulukon liikkeistä. Liikeosataulukoita voidaan tarvittaessa täydentää.

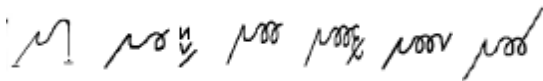
- a) Nojapuilla, puomilla ja permannolla lasketaan enintään 8 arvokkainta vaikeusosaa sisältäen alastulon.
- b) D-tuomaristo hyväksyy aina liikeosan vaikeusarvon paitsi, jos liikeosan teknisiä vaatimuksia ei täytetä.

Vaikeusarvo (DV)




- A = 0,10
- B = 0,20
- C = 0,30
- D = 0,40
- E = 0,50
- F = 0,60
- G = 0,70
- H = 0,80
- I = 0,90

7.2.1 Liikeosien vaikeusarvon hyväksyminen

- a) Liikkeen vaikeusarvo hyväksytään vain jos liike suoritetaan siten, että vartalon asento on liikeosataulukon mukainen
- b) Sarjan aikana sama liike saa vaikeusarvon vain kerran ja kronologisessa järjestyksessä
- c) **Arabialaisliikkeet lasketaan liikkeiksi eteenpäin**



d) Samojen ja eri liikkeiden tunnistaminen

- Eri voimistelulliset liikkeet, jotka ovat samassa laatikossa liikeosataulukossa (saman numeron alla), saavat vaikeusarvon vain kerran sarjan aikana kronologisessa järjestyksessä
- Käännösten enimmäismäärät:
 - passé-piruetit 4/1 (1440°)
(5/1 piruetti lasketaan samaksi liikkeeksi kuin 4/1)
 - kaikki muut piruetit erilaisilla variaatioilla (jalkojen asennoilla) 3/1 (1080°)
 - Spagaatti/haarataitohypyt (esim. , ) 1½ käännöksellä (540°)
 - Vaativimmat hypyt (esim. ) 1/1 käännöksellä (360°)

e) Liikeosat luokitellaan eri liikkeiksi, jos niillä on eri numero

f) Liikeosat luokitellaan samoiksi jos niillä on sama numero ja ne täyttävät seuraavat kriteerit:

Nojapuut:

- suoritetaan hyppyotteenvaihdolla tai ilman
- jättiläiset eteenpäin ja taaksepäin suoritettuna jalat yhdessä tai auki; lantio taitossa tai suorana
- taittopyörähdykset eteenpäin ja taaksepäin suoritettuna jalat auki tai yhdessä

Voimistelulliset liikkeet:

- ponnistetaan yhdeltä tai kahdelta jalalta jalkojen asennon ollessa sama
 - esim. susihyppy yhdeltä jalalta ja susihyppy tasaponnistuksella
- suoritetaan pitkittäisellä tai poikittaisella puomilla (*huom! poikittaisella puomilla tehdyt piruetit eivät saa korkeampaa vaikeusarvoa*)
 - Poikittaisella puomilla suoritettua hypyt lasketaan yhtä vaikeusarvoa arvokkaammiksi (+1 DV) kuin pitkittäisellä puomilla suoritettua.
 - Jos sama liike suoritetaan sekä pitkittäin että poikittain, vaikeusarvo lasketaan vain kerran ja kronologisessa järjestyksessä.
 - Hypyt, jotka ponnistetaan poikittaisasennosta ja tulevat alas pitkittäin, tai päinvastoin, lasketaan liikkeiksi pitkittäisellä puomilla (*90° lisäkäännös ei muuta liikettä eri liikkeeksi*)
- tullaan alas yhdelle tai kahdelle jalalle (puomilla)
- tullaan alas yhdelle tai kahdelle jalalle tai etunojaan (permannolla)

Akrobaattiset liikkeet:

- tulevat alas yhdelle tai kahdelle jalalle

g) Liikeosat luokitellaan erilaisiksi, jos niillä on sama numero ja ne täyttävät alla olevat kriteerit:

Akrobaattiset liikkeet:

- volteissa vartalon asento on erilainen (kerä, taitto tai suora)
- kierteiden määrä on eri: ½, 1/1 (180°, 360°, 540°) jne
- tuki yhdellä tai kahdella kädellä tai liike suoritetaan ilman käsitukea
- akrobaattisissa liikkeissä ponnistus yhdeltä jalalta tai tasajalkaa

Voimistelulliset liikkeet:

- yhden jalan käännökset (*piruetit*) suoritettaessa sisään- tai ulospäin (*en dedans ja en dehors*) lasketaan eri liikkeiksi vain mikäli ne suoritetaan suorana yhdistelmänä. Vaikeusarvo annetaan yhdistelmän molemmille liikkeille (*poislukien passé- ja jalka alle vaakatason -piruetit*)

7.2.2 Liikkeiden hyväksyminen tapahtuu aikajärjestyksessä

- a) Jos liikkeessä on teknisiä virheitä, se:
 - arvioidaan vaikeusosataulukon toiseksi liikeosaksi
 - jätetään hyväksymättä kokonaan tai
 - arvioidaan yhtä vaikeusastetta alemmaksi (-1 DV)
- b) Jos liike arvioidaan teknisten virheiden takia vaikeusosataulukon toiseksi liikkeeksi ja liikeosa suoritetaan myöhemmin sarjassa uudelleen oikealla tekniikalla, kummatkin liikkeet saavat vaikeusarvon.
 - *Esim.* Jalanvaihtohyppy rengasasentoon ilman vaadittua kaarta tulkitaan jalanvaihtohypyksi. Mikäli jalanvaihtohyppy rengasasentoon tehdään myöhemmin oikealla tekniikalla, hyväksytään se kyseiseksi hypyksi, koska molemmat liikkeet ovat vaikeusosataulukossa.
 - *Esim. puomilla:* ✓ jos vapaa jalka ei ole pysynyt vaakatasossa koko piruetin ajan (360°) – arvioidaan piruetti toiseksi liikkeeksi vaikeusosataulukosta ○. Jos liike suoritetaan sarjassa uudestaan oikein, annetaan vaikeusarvo (DV) ✓.
- c) Jos liikeosa arvioidaan teknisten virheiden takia yhtä vaikeusarvoa alemmaksi ja se suoritetaan myöhemmin sarjassa uudelleen, se katsotaan toistoksi eikä liikkeellä ole vaikeusarvoa.
 - *Esim.* Nojapuilla jättiläinen taaksepäin 1½-käännöksellä hyväksytään yhtä vaikeusarvoa alemmaksi (C), koska käsinseisontaa ei saavutettu ennen käännöstä (heilahdus). Jos liike suoritetaan sarjassa uudelleen siten, että käsinseisonta saavutetaan, ei vaikeusarvoa (D-) anneta.

7.2.3 Uusien liikeosien/hyppyjen/yhdistelmien ilmoittaminen kaikissa kilpailuissa

Valmentajia rohkaistaan ehdottamaan uusia hyppyjä ja liikeosia, joita ei ole aiemmin suoritettu ja/tai jotka eivät ole liikeosataulukoissa.

- Uudet liikkeet pitää ilmoittaa viimeistään kilpailuohjelmassa (Work Plan) ilmoitettuna päivänä ja ajankohtana.
- Arviointipyyntöön pitää liittää piirros liiketekniikasta ja pakollinen video muistitikulla.
- Kaikki kilpailijoille ilmoitetut liikkeiden arvot ovat alustavia kunnes FIG:n tekninen komitea on ne hyväksynyt.
- Olympialaisten karsintakilpailuissa suoritettavien uusien liikkeiden alustavat arvot edellyttävät teknisen komitean puheenjohtajan vahvistamista kyseistä kilpailua varten.
- Kilpailussa annettu arvio tiedotetaan mahdollisimman pian kirjallisesti kyseiselle liitolle ja tuomareille tuomarikoulutuksessa tai -neuvottelussa ennen kyseistä kilpailua.
- Päätökset ovat voimassa ainoastaan kyseisessä kilpailussa.
- Uudet liikkeet julkaistaan ensimmäisen kerran Coden päivityksessä/uutiskirjeessä (Newsletter) vasta, kun voimistelija on suorittanut ne onnistuneesti ja sitten lähetetty ja tekniseen komiteaan ja vahvistettu siellä.

Voidakseen tulla nimetyksi voimistelijan mukaan liikkeen pitää:

- Olla suoritettu ensimmäisen kerran kansainvälisesti virallisessa FIG:n ryhmän 1, 2 tai 3 kilpailussa (FIG:n teknisen delegaatin läsnäolo ei ole välttämätöntä) tai FIG:n ryhmän 4 kilpailussa, jossa on läsnä FIG:n tekninen delegaatti.
- Olla arvoltaan vähintään C-osa.
- Vaikeusarvo ja liikkeen nimi vahvistetaan vasta teknisen komitean analysoitua suorituksen.
- Jos useampi kuin yksi voimistelija suorittaa uuden liikkeen samassa kilpailussa, nimetään liike kaikkien voimistelijoiden mukaan.
- Voimistelijan liitolla on velvollisuus lähettää ehdotetusta uudesta liikkeestä video FIG teknisen komitean puheenjohtajalle mahdollisimman pian kilpailun jälkeen. Lisäksi kilpailun teknisen delegaatin pitää toimittaa virallinen video, alkuperäinen video ja valmentajan toimittama piirros (jos käytettävissä) sekä kaikki tiedot kilpailussa tehdystä alustavasta arviosta FIG teknisen komitean puheenjohtajalle mahdollisimman pian.

Kappale 7.3 Kokoonpanovaatimukset (CR) 2,00 p

Kokoonpanovaatimukset kuvataan kutakin telinettä koskevassa kappaleessa. Niistä on mahdollista saada yhteensä enintään 2,00 p.

- a) Vain taulukoituja liikkeitä voi käyttää täyttämään kokoonpanovaatimuksia.
- b) Yksi liike voi täyttää useamman kuin yhden kokoonpanovaatimuksen; sama liike ei kuitenkaan voi toistettuna täyttää toista kokoonpanovaatimusta.

Kappale 7.4 Yhdistelmähyvitykset (CV)

Yhdistelmähyvityksiä voi saada ainutlaatuisista ja erittäin vaikeista liikeosien yhdistelmistä nojapuilla, puomilla ja permannolla.

- a) Liikkeiden, joita käytetään yhdistelmähyvityksiin, **ei välttämättä tarvitse** kuulua vaikeusarvoon laskettavien 8 liikkeen joukkoon. Yhdistelmähyvityksiin voi käyttää ainoastaan taulukoituja liikkeitä.
- b) Yhdistelmän arvo nojapuilla, puomilla ja permannolla voi olla:
+0,10
+0,20
+0,30 (mahdollisesti tulevaisuudessa)
- c) Kaavat yhdistelmien arvosta esitetään osassa 3 kutakin telinettä koskevissa kappaleissa 11, 12 ja 13.
- d) Liikkeitä, jotka hyväksytään vaikeusarvoltaan alhaisempina (-1 DV), voidaan käyttää yhdistelmähyvityksiin.
- e) Yhdistelmä pitää suorittaa ilman putoamista, jotta se hyväksytään.

7.4.1 Suorat ja epäsuorat yhdistelmät

Kaikkien yhdistelmien täytyy olla **suoria**;
ainoastaan permannon akrobaattiset yhdistelmät voivat olla **epäsuoria**.

Suorissa yhdistelmissä liikkeet suoritetaan ilman

- pysähdystä liikeosien välissä
- ylimääräistä askelta liikeosien välissä
- jalan kosketusta puomiin liikeosien välissä
- tasapainon menetystä liikeosien välissä
- selvää jalkojen/lantion ojennusta ensimmäisen liikkeen jälkeen ennen ponnistusta toiseen liikkeeseen
- ylimääräistä käsien heilautusta

Epäsuorissa yhdistelmissä (*ainoastaan akrobaattisissa sarjoissa permannolla*) suoritetaan volttien välissä niihin suoraan yhdistettyjä lentovaiheisia akrobaattisia liikkeitä, joissa on käsituki (*liikkeitä ryhmästä 3, esim. arabialainen, flik-flak jne. vauhdinotto liikkeinä*).

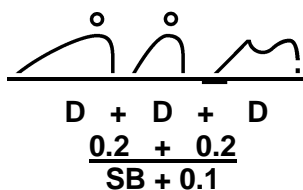
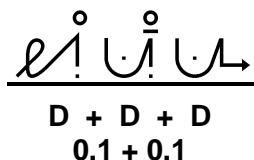
Suoran tai epäsuoran (permannolla) yhdistelmän **hyväksyminen** tulee tehdä voimistelijan edun mukaisesti.

Vaikeusosien keskinäinen järjestys yhdistelmässä on vapaavalintainen puomilla, permannolla sekä nojapuilla (*ellei yhdistelmäkaaviossa ole muuta mainittu*).

7.4.2 Liikeosien toistaminen yhdistelmissä (CV ja SB)

- Liikeosia toistamalla eri yhdistelmässä ei voi saada uudelleen yhdistelmähyvitystä.
 - Liikeosien ja yhdistelmien hyväksyminen tapahtuu aikajärjestyksessä.
- Saman nojapuuliikkeen ja akrobaattisen liikkeen puomilla ja permannolla saa suorittaa kaksi kertaa (2x) **samassa** yhdistelmässä. Voimistelullisia liikkeitä ei voi toistaa.
Esimerkkejä:
 - nojapuilla – Tkatchev 2x tai Stalder 1/1-käännöksellä 2x
 - puomilla – flik-flak 1/1-kierteellä 2x
 - permannolla – epäsuora tai suora yhdistelmä jossa on tempovoltti taaksepäin 2x ja kaksoisvoltti taittaen taaksepäin.
- 3 tai useamman liikkeen suorassa yhdistelmässä, liikesarjan toista liikettä voidaan käyttää -ensimmäisen kerran yhdistelmän viimeisenä liikkeenä ja -toisen kerran uuden yhdistelmän ensimmäisenä liikkeenä

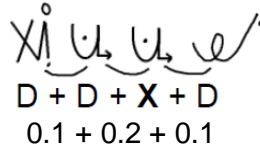
Esimerkkejä:




- d) 3 tai useamman liikkeen yhdistelmässä, toistetun lentovaiheisen liikkeen nojapuilla ja voltin puomilla ja permannolla, täytyy olla suorassa yhdistelmässä. Yhdistelmähyvyitys annetaan kaikista yhdistelmistä

Esimerkkejä:

Nojapuut

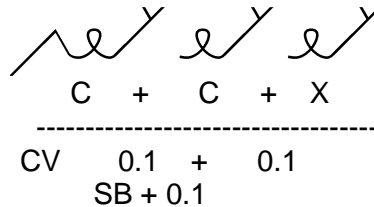


Yhdistelmähyvyitys yhteensä +0.40

Lentovaiheista Tkatchevia  voi käyttää:

- ensimmäisen kerran yhdistelmän toisena liikkeenä
- toisen kerran kahden samanlaisen lentovaiheisen liikkeen yhdistelmässä
- kolmannen kerran uuden yhdistelmän ensimmäisenä liikkeenä

Puomi



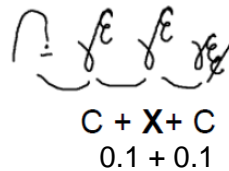
Yhdistelmähyvyitys yhteensä + 0.20

Sarjahyvyitys yhteensä + 0.10

Piiskavolttia  voi käyttää:

- ensimmäisen kerran yhdistelmän toisena liikkeenä
- toisen kerran uuden yhdistelmän ensimmäisenä liikkeenä
- kolmannen kerran kahden samanlaisen voltin yhdistelmässä

Permanto



Yhdistelmähyvyitys yhteensä +0.20

Kierrevoltia eteenpäin  voi käyttää:

- ensimmäisen kerran kahden samanlaisen voltin yhdistelmässä
- toisen kerran uuden yhdistelmän ensimmäisenä liikkeenä

KAPPALE 8 – Säännöt koskien E-pistemäärää

Kappale 8.1 E-pistemäärän kuvaus (*suoritus*)

Suorituksen täydellisyydellä ja esiintymisen taiteellisuudella voimistelija voi saavuttaa pistemäärän **10,00**.

E-pistemäärä sisältää vähennykset virheistä

- suorituksessa
- esittämisen taiteellisuudessa ja koreografiassa

Kappale 8.2 E-tuomariston arviointi

E-tuomarit arvostelevat suorituksen ja määrittävät vähennykset itsenäisesti.

Jokainen suoritus arvioidaan verraten sitä odotettuun täydelliseen suoritukseen. Kaikista poikkeamista täydellisestä suorituksesta tehdään virhevähennys.

E-pisteet muodostuvat, kun suorituksen ja taiteellisuuden virhevähennykset lasketaan yhteen ja vähennetään saatu tulos 10,00 pisteestä.

Kappale 8.3 Yleinen virhevähennystaulukko

Virheet		Pieni	Keskisuuri	Suuri	Erittäin suuri
		0,1	0,30	0,50	1,00 tai enemmän
E- & R-tuomarien vähennykset					
Suoritusvirheet					
Kädet tai polvet koukussa	joka kerta	X	X	X	
Jalat tai polvet erillään	joka kerta	X	X hartioiden leveys tai enemmän		
Jalat ristikkäin kierteisissä liikkeissä	joka kerta	X			
Liikkeiden riittämätön korkeus (ulkoinen liikelaajuus)	joka kerta	X	X		
Riittämätön - kerä- tai taittoasennon täsmällisyys yksöisvolteissa	joka kerta	X Lantio/polvikulma 90°	X Lantio/polvikulma >90°		
Vartalon suora asento ei säily (<i>taitto liian aikaisin</i>)	joka kerta	X	X		
Epäröinti suoritettaessa liikkeitä	joka kerta	X			
Yritys suorittamatta liikeosaa ("tyhjä juoksu")	joka kerta		X		
Poikkeaminen suorasta linjasta	joka kerta	X			
Huono vartalon ja/tai jalkojen asento liikeosissa (ei-voimistelullisissa)	joka kerta	X			
- Vartalon asento	joka kerta	X			
- Jalkaterät eivät ole ojennetut/hallitsemattomat	joka kerta	X			
- Riittämätön spagaattiasento voimistelullisissa/akrobaattisissa (ilman lentovaihetta) liikkeissä	joka kerta	X	X		
Voimistelullisten liikkeiden tekniset vaatimukset jäävät saavuttamatta (<i>kappaleen 9 virhevähennystaulukon mukaan</i>)	joka kerta	X	X	X	
Liikkeen tarkkuus	joka kerta	X			
Alastulo liian lähelle telinettä (<i>no, pu</i>)			X		
Alastulovirheet (kaikki liikkeet mukaan lukien alastulot)		Ilman kaatumista alastulovirheiden yhteisvähennys ei saa olla enempää kuin 0,80			
Jalat erillään alastulossa	joka kerta	X			
Ylimääräiset käsien heilahdukset		X			
Puutteellinen tasapaino	joka kerta	X	X		
Ylimääräiset askeleet, pieni hypähdys	joka kerta	X			
Hyvin suuri askel tai hyppy (<i>ohjeistus – yli 1m</i>)	joka kerta		X		
Virheellinen vartalon asento	joka kerta	X	X		
Syvä kyykky	joka kerta			X	
1 tai 2 käden tuki matosta tai telineestä	joka kerta				-1.00
Kaatuminen matolle polvilleen tai istualleen	joka kerta				-1.00
Kaatuminen telineelle tai telinettä vasten	joka kerta				-1.00
Liikkeen alastulo ei tapahdu jalat edellä	joka kerta				-1.00

Virheet		Pieni	Keskisuuri	Suuri	Erittäin suuri
		0,10	0,30	0,50	1,00 tai enemmän
D-paneelin vähennykset (D¹-D²)					
Putoaminen yhdistelmästä	NO, PU, PE				Ei CV, ei SB (PU)
Liikkeen alastulo ei tapahdu jalat edellä tai vaadittuun asentoon	joka kerta				Ei DV, CV, CR, ei SB (PU)
Ponnistus (kokonaan) aluerajan ulkopuolelta	PE				Ei DV, CV, CR
Puuttuva esittäytyminen D-tuomareille ennen ja/tai jälkeen suorituksen	Voim/teline		X		Loppupisteistä
Avustaminen	NO, PU, PE joka kerta				-1.00 loppupisteistä Ei DV, CV, CR, ei SB (PU)
Avustajan luvaton läsnäolo	Voim/teline			X	Loppupisteistä
D-paneelin (D¹-D², ilmoitus ylituomaristolle) tai ylituomariston vähennykset					
Sääntöjen vastaiset telineet:					
Hyppylaudun suojapehmusteen väärä käyttö arabialais-alkuisissa hypyissä (<i>katso 10.4.3</i>)	Voim/teline				Mitätön hyppy = 0
Vaadittua lisämattoa ei käytetä	Voim/teline			X	Loppupisteistä
Ponnistuslaudun sijoittaminen luvattomalle alustalle	Voim/teline			X	
Luvattomien lisämattojen käyttö	Voim/teline			X	
Lisäalastulomaton siirtäminen sarjan aikana tai puomin väärään päähän	Voim/teline			X	
Ylituomariston vähennykset loppupisteistä D-paneelin ilmoitus ylituomaristolle					
Telineen säätöjen muuttaminen luvatta	Voim/teline			X	Loppupisteistä
Ponnistuslaudun jousien lisääminen, siirtäminen tai poistaminen	Voim/teline			X	
Virheellinen magnesiumin käyttö tai telineiden vahingoittaminen	Voim/teline			X	

Virheet	Pieni	Keskisuuri	Suuri	Erittäin suuri
	0,10	0,30	0,50	1,00 tai enemmän
Ylituomariston puheenjohtaja vähentää loppupisteistä D-paneelin ilmoitus ylituomaristolle				
Voimistelijan käytös:				
Väärälaiset tai epäesteettiset pehmusteet	Voim/teline		X	
Puuttuva kansallistunnus ja/tai sen väärä sijainti	Voim/teline		X	<i>Karsinnassa, nelioittelufinaalissa ja joukkuefinaaleissa vähennetään kerran kilpailun aikana sillä telineellä, jolla huomataan ensimmäisen kerran. Telinefinaalissa vähennetään telineen pisteistä.</i>
Puuttuva kilpailunumero	Voim/teline		X	
Vääränlainen asu – voimistelupuku, korut, sidosten väri	Voim/teline		X	
Virheellinen mainostaminen	Joukkue Voim/teline		X	Loppupisteistä ko. telineellä Vastuullisen tahon pyynnöstä
Epäurheilijamainen käytös	Voim/teline		X	Loppupisteistä
Podiumille jääminen ilman lupaa	Voim/teline		X	Loppupisteistä
Podiumille nousu uudelleen suorituksen jälkeen	Voim/teline		X	Loppupisteistä
Arvosteleville tuomareille puhuminen kilpailun aikana	Voim/teline		X	Loppupisteistä
Joukkueen voimistelijoiden kilpaileminen väärässä järjestyksessä	Joukkue			-1.00 karsinnassa ja joukkuefinaaleissa joukkueen kokonaispistemäärästä kyseisellä telineellä
Erilaiset voimistelupuvut (saman joukkueen voimistelijoilla)	Joukkue			-1.00 karsinnassa ja joukkuefinaaleissa vähennetään kerran sillä telineellä, jolla huomataan ensimmäisen kerran
Voimistelijan kilpailu keskeytyy kilpailualueelta poissaolon vuoksi				Hylkääminen
Kilpailun tahallinen viivyttäminen tai keskeyttäminen				Hylkääminen

Virheet	Pieni	Keskisuuri	Suuri	Erittäin suuri
	0,10	0,30	0,50	1,00 tai enemmän

**AIKATUOMARIN kirjallinen ilmoitus
telineen D-paneelille**

Räikeä kokeiluajan ylitys (varoituksen jälkeen)	Joukkue		X		Loppupisteistä
• Yksilökilpailussa	Voim/teline		X		
Suoritus ei ala 30 s. kuluessa vihreän valon syttymisestä	Voim/teline		X		
Suoritus ei ala 60 s. kuluessa vihreän valon syttymisestä	Voim/teline	Oikeus sarjan aloittamiseen päättyy			
Yliaika (PU, PE)	Voim/teline	X			
Sarjan aloittaminen ilman merkkiä tai punaisen valon palaessa	Voim/teline				"0"
NO ja PU -sallitun putoamisajan ylittäminen -sallitun putoamisajan ylittäminen (yli 60sek)	Voim/teline		X		Sarja päättyy

**Ylituomariston puheenjohtaja
(Neuvotellen ylituomariston kanssa)**

**Korttijärjestelmä
FIG:n virallisissa ja rekisteröidyissä kilpailuissa**

Valmentajan käytös, jolla EI OLE suoraa vaikutusta voimistelijan / joukkueen suoritukseen / tulokseen

Epäurheilijamainen käytös (koskee kaikkia kilpailun vaiheita ja harjoituksia)	1. kerta – keltainen kortti (varoitus) valmentajalle 2. kerta – punainen kortti valmentajalle ja hänen poistamisensa kilpailusta ja/tai harjoitushallista
Muu häikäilemätön, kuriton ja törkeä käytös (koskee kaikkia kilpailun vaiheita ja harjoituksia)	Välittömästi punainen kortti valmentajalle ja hänen poistamisensa kilpailusta ja/tai harjoitushallista

Valmentajan käytös, jolla ON SUORA vaikutus voimistelijan / joukkueen suoritukseen / tulokseen

Epäurheilijamainen käytös (koskee kaikkia kilpailuvaiheita), esim. kilpailun viivyttäminen tai keskeyttäminen, arvosteleville tuomareille puhuminen kilpailun aikana lukuun ottamatta D ¹ -tuomaria - ainoastaan tiedustelu D-pisteistä sallittu (ks. kappale 3.4), puhuminen suoraan voimistelijalle, merkkien antaminen, huudot, kannustus tms. kilpailusuorituksen aikana, jne.	1. kerta – 0,50 (voimistelijan/joukkueen telinepisteistä) ja keltainen kortti (varoitus) valmentajalle 1. kerta – 1,00 (voimistelijan/joukkueen telinepisteistä) ja keltainen kortti (varoitus) valmentajalle - jos valmentaja puhuu aggressiivisesti arvosteleville tuomareille 2. kerta – 1,00 (voimistelijan/joukkueen telinepisteistä), punainen kortti valmentajalle ja hänen poistamisensa kilpailualueelta
Muu häikäilemätön, kuriton ja törkeä käytös (koskee kaikkia kilpailuvaiheita), esim. kilpailun aikana sääntöjen vastainen määrä henkilöitä kilpailualueella, jne.	1,00 (voimistelijan/joukkueen telinepisteistä), välittömästi punainen kortti valmentajalle ja hänen poistamisensa kilpailualueelta*

Huom: Mikäli yksi joukkueen kahdesta valmentajasta poistetaan kilpailualueelta, voidaan hänen tilalleen laittaa toinen valmentaja **yhden kerran** koko kilpailun aikana (esim. karsinta).

Ensimmäinen varoitus = keltainen kortti

Toinen varoitus = punainen kortti, jolloin valmentaja suljetaan pois jäljellä olevista kilpailuvaiheista.

*Mikäli on vain yksi valmentaja, hän saa jäädä kilpailutilanteeseen, mutta hänet suljetaan pois seuraavista maailmanmestaruuskilpailuista, olympialaisista.

KAPPALE 9 – Teknisiä ohjeita

Vaikeusosien tulee täyttää tietyt tekniset vaatimukset, jotta niiden vaikeusarvo (DV) hyväksytään.

Kaikki ohjeet asteluvuista liikkeiden valmistuessa ovat likimääräisiä ja tarkoitettu käytettäväksi suuntaa antavina ohjeina.

Kappale 9.1 Kaikki telineet

Vartalon asennot

Keräasento

- Lantio- ja polvikulma $<90^\circ$ volteissa ja voimistelullisissa liikkeissä

Taittoasento

- Lantiokulma $<90^\circ$ volteissa ja voimistelullisissa liikkeissä

Suora asento


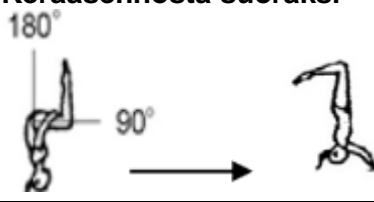
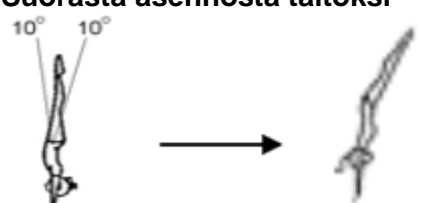
- Kaikki kehon osat ojennettuina suorassa linjassa

9.1.1 Liikkeiden tunnistaminen

a) Suora

- Suurin osa voltista on suoritettava suorassa asennossa
 - yksittäisissä volteissa
 - kaksoisvolteissa permannolla ja nojapuiden alastuloissa
 - hypyissä (voltillisissa)
- Jos voltissa EI näy suoraa asentoa, lasketaan se taittovoltiksi
 - ei-kierteisissä liikkeissä
 - voltillisissa hypyissä ilman kierrettä

Liikkeiden asennon tunnistaminen yksöis- ja kaksoisvolteissa ilman kierrettä

Taittoasennosta keräksi 	<u>D-paneeli</u> Jos taittovoltin polvikulma on alle 135° → Lasketaan kerävoltiksi
Keräasennosta suoraksi 	<u>D-paneeli</u> Lantio auki (180°) → Lasketaan suoraksi voltiksi
Suorasta asennosta taitoksi 	<u>D-paneeli</u> Lantio taitossa → Lasketaan taitoksi Hienoinen rintakehän kuppiasento tai kaa-riasento on hyväksyttävä

9.1.2 Yksittäisten kierrevolttien alastulot

a) Kierteen pitää pyöriä täysin valmiiksi tai liike arvioidaan **toiseksi** taulukoiduksi Code of Pointsin liikkeeksi.

- alastuloissa ja ylöstuloissa **nojapuilla** ja **puomilla**
- sarjan aikana **puomilla** ja **permannolla**
- kaikissa alastuloissa **hypyssä**

Huom. Etummaisena jalan sijainti on ratkaiseva liikeosan arvoa määritettäessä.

b) Kierteiden jäädessä vajaaksi:

- 3/1 kierteestä tulee 2½ kierrettä
- 2½ kierteestä tulee 2/1 kierrettä
- 2/1 kierteestä tulee 1½ kierrettä
- 1½ kierteestä tulee 1/1 kierre

***Permanto:** Jos suorassa yhdistelmässä on kierrevoltin jälkeen toinen voltti eikä ensimmäisen voltin kierre ei ole täysin valmis (*mutta voimistelija kykenee jatkamaan seuraavaan liikkeeseen*), **ei** ensimmäisen voltin arvo laske.

9.1.3 Kaatuminen alastulossa

a) jalat (**jalkapohjat**) tulevat maahan ensin – vaikeusarvo hyväksytään

b) jalat (**jalkapohjat**) eivät tule maahan ensin – vaikeusarvoa ei hyväksyttyä

9.2. PUOMI JA PERMANTO

9.2.1 Käännökset yhdellä jalalla on taulukoitu

- 180° välein puomilla
- 360° välein permannolla
- Käännöksen pitää päättyä täsmällisesti tai liike arvioidaan toiseksi Code of Pointsin liikkeeksi.
- Hartioiden ja lantion asento ratkaisevat.

Piruiteissa huomioitavaa:

- Suoritetaan päkiöillä
- Hyvä ja tarkka asento koko pyörähdyksen ajan
- Tukijalan asento (koukussa tai suorana) ei muuta piruetin arvoa
- Piruiteissa, joissa vapaan jalan asento on määritetty, tulee asennon säilyä koko piruetin ajan
- Mikäli jalka ei ole määritetyssä asennossa, lasketaan se COP:n toiseksi liikkeeksi

a) Piruetti jää vajaaksi

- Puomilla ~~⊗~~ lasketaan ~~∅~~
- Permännolla ~~⊗~~ lasketaan ~~○~~

9.2.2 Hyppy, joissa on käännös, on taulukoitu

- 180° välein puomilla ja permannolla (spagaatti-, haarataitto- ja rengashyppy)
- 360° välein permannolla

Erilaiset käännöshyppyjen tekniikat sallitaan; taitto-, kerä- tai haarataittoasennon voi tehdä ennen käännöstä, käännöksen aikana tai sen jälkeen (*ellei liikkeen kohdalla tätä ole tarkemmin määritelty*)

Mikäli hyppy jää yli 30° vajaaksi lasketaan se COP:n **eri** liikkeeksi
Hartioiden ja lantion asento ratkaisevat

Esimerkkejä:

- Puomilla/Permannaolla $\overset{\smile}{Z}$ lasketaan Z tai $Z\triangle$ (jos näkyy selvä haarataittoasento)
- Permannaolla \otimes lasketaan \underline{O}
- Permannaolla $\overset{\circ}{Z}$ lasketaan $\overset{\smile}{Z}$ tai $Z\triangle$ (jos näkyy selvä haarataittoasento)
- Puomilla \emptyset lasketaan \underline{O}
- $\frac{1}{4}$ kierteen lisääminen ei muuta liikettä toiseksi liikkeeksi

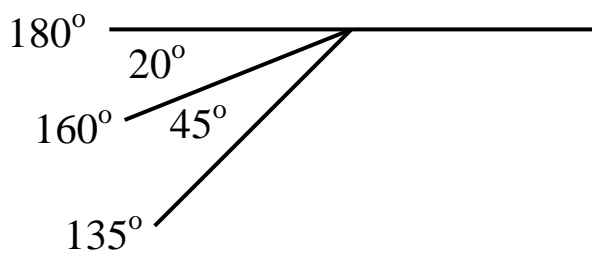
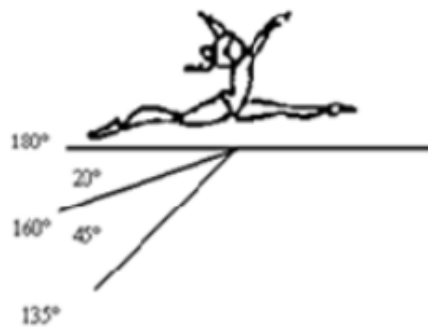
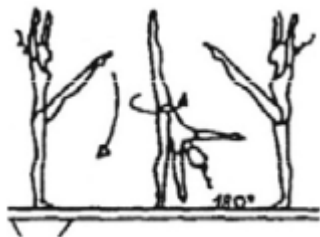
Määritelmät:

- Leap** – hyppy, jossa ponnistus yhdeltä jalalta, alastulo toiselle tai molemmille jaloille (suom. huom. poikkeus: *jalanvaihtohyppy spagaattiin, jossa alastulo yhdelle jalalle*)
- Hop** – hyppy, jossa ponnistus yhdeltä jalalta, alastulo samalle tai molemmille jaloille (180° jalkojen avausta ei vaadita.)
- Jump** – hyppy, jossa tasaponnistus, alastulo yhdelle tai molemmille jaloille

Huom! Spagaattiasentoissa ”jumpeissa” ja ”leapeissa” spagaattivaatimus on 180°

9.2.3 Spagaattiasentojen vaatimus

Jalkojen avauksen vähennykset hyppyissä ja pirueteissa

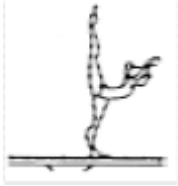


Riittämätön spagaattiasento (poikkeama 180°:sta)

- >0-20° vähennys 0.10
- >20° – 45° vähennys 0.30
- >45° arvioidaan muuksi Coden liikkeeksi tai ei vaikeusarvoa (*voimistelulliset liikkeet*)

9.3 Vaatimukset tietyissä voimistelullisissa liikkeissä

Vaa'at (4.102)



Vaatimus:

- 180° spagaatti

D-paneeli

- <180° avaus – Ei DV
-

Esimerkki pirueteista, joissa vaadittu jalan asento:



Vaatimus:

- vapaa jalka edessä tai takana vaakatasossa koko käännöksen ajan

D-paneeli

- vapaa jalka alle vaakatason – lasketaan COP:n eri liikkeeksi
-

Kerähyppy kierteellä/ilman



Vaatimus:

- Lantion taitto – alle 90°
- polvet yli vaakatason

D-paneeli

- >135° lantion/polvien kulma – Ei tai muu DV

E-paneeli

- polvet vaakatasossa – 0.10 (pieni virhe)
 - polvet alle vaakatason – 0.30 (keskisuuri virhe)
-

Susihyppy kierteellä/ilman



Vaatimus:

- Lantion taitto – alle 90°
- Ojennettu jalka yli vaakatason

D-paneeli

- >135° lantiokulma – Ei tai muu DV

E-paneeli

- ojennettu jalka vaakatasossa – 0.10 (pieni virhe)
 - ojennettu jalka alle vaakatason – 0.30 (keskisuuri virhe)
-

Varsahyppy kierteellä/ilman



Vaatus:

- Jalat vuorotellen
- Polvet yli vaakatason
- Alin polven asento arvostellaan

D-paneeli

- $>135^\circ$ lantiokulma – Ei tai muu DV
- Ei jalkojen vuorottelua – lasketaan kerähypyksi

E-paneeli

- Jalka/jalat vaakatasossa – 0.10 (pieni virhe)
 - Jalka/jalat alle vaakatason – 0.30 (keskisuuri virhe)
-

Haarataittohyppy kierteellä/ilman



Vaatus:

- Molempien jalkojen oltava yli vaakatason

D-paneeli

- $>135^\circ$ lantiokulma – Ei tai muu DV

E-paneeli

- Väärä jalkojen asento – 0.10 (pieni virhe)
 - Jalat vaakatasossa – 0.10 (pieni virhe)
 - Jalat alle vaakatason – 0.30 (keskisuuri virhe)
-

Rengashyppy



Vaatus:

- Yläselän kaari ja pään taivutus
- 180° jalkojen avaus viistoon (diagonaalisesti)
- Takajalka pääläella

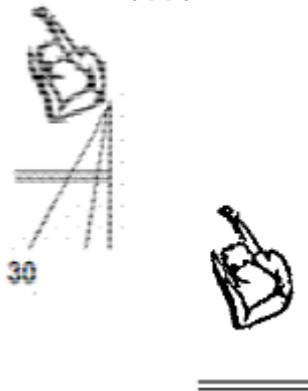
D-paneeli

- Ei kaartaa eikä pään taivutusta – lasketaan sissoneksi tai spagaattihypyksi
- Ei spagaattiasentoa – Ei DV

E-paneeli

- Riittämätön kaariasento – 0.10 (pieni virhe)
 - Takajalka pään tasolla – 0.10 (pieni virhe)
 - Takajalka hartioiden tasolla – 0.30 (keskisuuri virhe)
-

Lammashyppy



Vaatus:

- Yläselän kaari ja pään taivutus siten, että jalat ovat päällealla
- Lantion ojennus

D-paneeli

- Ei kaartaa eikä pään taivutusta – Ei DV
- Jalat hartioiden alapuolella – Ei DV

E-paneeli

- Riittämätön kaariasento – 0.10 (pieni virhe)
- Jalat pään tasolla tai alempana – 0.10 (pieni virhe)
- Riittämätön lantion ojennus – 0.10 (pieni virhe)
- Riittämätön polvien koukistus ($\leq 90^\circ$) – 0.10 (pieni virhe)

Yang Bo

Vaatus:

- Suuri vartalon kaari ja pään taivutus
- Ylispaattiasento, jossa etummainen jalka väh vaakatasossa



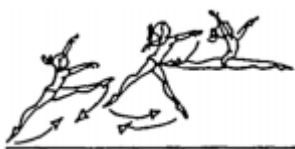
D-paneeli

- Ei kaartaa eikä pään taivutusta – Spagaattihyppy tai sissone
- Etummainen jalka alle vaakatasossa - Rengashyppy

E-paneeli

- Riittämätön kaariasento – 0.10 (pieni virhe)
- Ei ylispaattia, mutta molemmat jalat vaakatasossa – 0.10 (pieni virhe)

Jalanvaihtohyppy Z



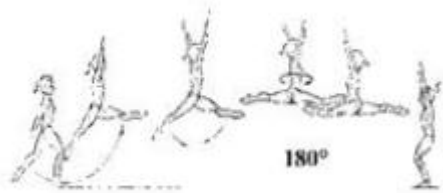
Vaatus:

- vapaan jalan heilautus väh 45°
- Vapaan jalan heilautus suoralla jalalla

E-paneeli

- Vapaan jalan heilautus alle 45° – 0.10 (pieni virhe)
- Vapaa jalka koukussa – 0.10/0.30 (pieni/keskisuuri virhe)

Jalanvaihtohyppy kierteellä ($\overset{\smile}{Z}$ tai $\overset{\circ}{Z}$)

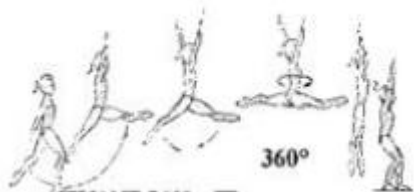


Vaatus:

- Vapaan jalan heilautus väh 45°
- Vapaan jalan heilautus suoralla jalalla
- Näytettävä pitkittäinen spagaattiasento

D-paneeli

- Vajaa käännös $\overset{\smile}{Z}$ lasketaan Z tai $Z\Delta$
- Vajaa käännös $\overset{\circ}{Z}$ lasketaan $\overset{\smile}{Z}$ tai $Z\overset{\smile}{A}$



E-paneeli

- Vapaan jalan heilautus alle 45° - 0.10 (pieni virhe)
- Vapaa jalka koukussa – 0.10/0.30 (pieni/keskisuuri virhe)

Rengashyppy/Jalanvaihtohyppy renkaaseen/Spagaattirengas (kierteellä/ilman)

Vaatus:

- Yläselän kaari ja pään taivutus
- Spagaattiasento 180°
- Etummainen jalka vaakatasossa ja takajalka päälle
- Kierre on tehtävä renkaasennon näytön jälkeen



D-paneeli

- Ei kaartaa eikä pään taivutusta – Spagaattihyppy/jalanvaihtohyppy
- Takajalka hartioiden alapuolella – Spagaattihyppy/jalanvaihtohyppy (voimassa 1.10.2017 alkaen)
- Kierteen väärä ajoitus – Spagaatti/jalanvaihtohyppy kierteellä

E-paneeli

- Riittämätön kaariasento – 0.10 (pieni virhe)
- Etummainen jalka alle vaakatason – 0.10 (pieni virhe)
- Etummainen jalka alle vaakatason (noin 45°) – 0.30 (keskisuuri virhe) (voimassa 1.10.2017 alkaen)
- Takajalka pään tasolla – 0.10 (pieni virhe)
- Takajalka hartioiden tasolla – 0.30 (keskisuuri virhe)

Kokonaisvähennykset vartalon väärästä asennosta ovat enintään 0.50

Vartalon asennon vähennyksiin kuuluvat:

- Spagaattiasennon virheet
- Jalkojen koukistus
- Nilkkojen ojennus
- Jalat erillään
- Liikkeiden omat erityisvaatimukset (listattu kappaleessa 9.3)

HUOM!

Yhden pienen virheen vähennys on 0.10

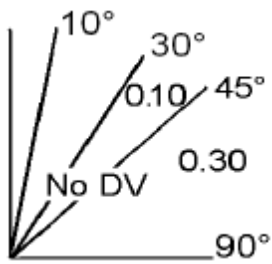
Usean pienen virheen tai yhden pienen ja yhden keskisuuren virheen vähennys on 0.30

Suurista virheistä (kts. kpl 8.3) vähennys on 0.50

Kappale 9.4 Nojapuut

- Käsineisonta lasketaan saavutetuksi, kun kaikki kehon osat ovat suorassa linjassa pystytasossa.

9.4.1 Selinheilahdus käsineisontaan



D-paneeli

Jos liike päättyy

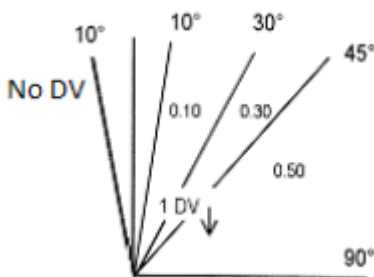
- 10° sisälle pystytasosta → anneta
- >10° pystytasosta → ei DV

E-paneeli

- >30° - 45° - 0.10
- >45° - 0.30



9.4.2 Pyörähdyksiikkeit käsineisontaan ilman käännöstä ja lentovaiheiset liikkeet ylä- salta ala-aisalle käsineisontaan



D-paneeli

Jos liike valmistuu

- 10°ennen pystytasoa – Ei DV
- 10° pystytason jälkeen – 1 DV arvon alennus

E-paneeli

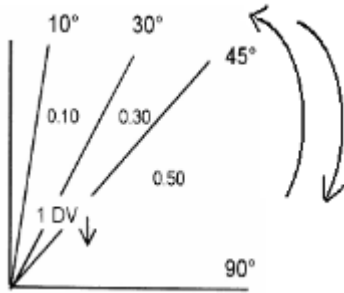
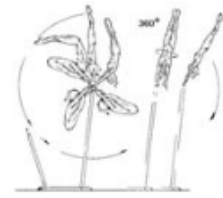
- > 10° - 30° - 0.10
- > 30° - 45° - 0.30
- > 45° - 0.50



9.4.3 Heilahdusliikkeet käännöksellä

- jotka eivät pääty käsinseisontaan
- eivät mene pystyasennon kautta
- jatkavat matkaa käännöksen jälkeen päinvastaiseen suuntaan

(huom. tähän ryhmään lasketaan kaikki heilahdus- ja pyörähdysliikkeet, jotka jatkavat käännöksen jälkeen vastakkaiseen suuntaan, siis myös fritti, stalder, hiphop jne)



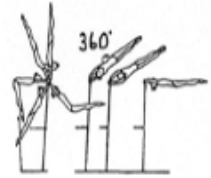
D-paneeli

Jos liike valmistuu

- 10° sisällä pystytasosta – Annetaan DV
- >10° ennen pystytasoa – Annetaan -1 DV alempi kuin vastaavasta liikkeestä käsinseisontaan

E-paneeli

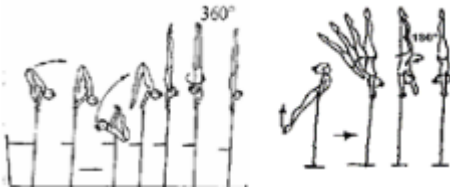
- > 10° – 30° – 0.10
- > 30° – 45° – 0.30
- > 45° – 0.50



Heilahdusliikkeet ½ (180°) käännöksellä:

Kaikkien kehon osien on saavutettava vaakataso, jotta DV voidaan myöntää. Muuten ei DV:tä eli vähennys tyhjästä heilahduksesta

9.4.4 Pyörähdysliikkeet käsinseisontaan käännöksellä ja selinheitot käsinseisontaan käännöksellä



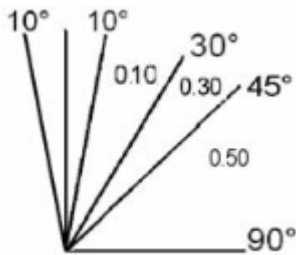
D-paneeli

Jos liike valmistuu

- 10° sisällä pystyasennosta (kummalla puolella tahansa) – annetaan DV

E-paneeli

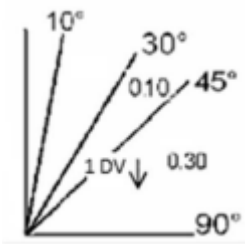
- > 10° - 30° – 0.10
- > 30° - 45° – 0.30
- > 45° – 0.50



Jos sama liike suoritetaan heilahduksena (9.4.3) ja pyörähdysliikkeenä käännöksellä, lasketaan se ainoastaan kerran kronologisessa järjestyksessä

9.4.5 Tiettyjen nojapuuliikkeiden vaatimuksia

”Adler” -liike  (5.501)



D-paneeli

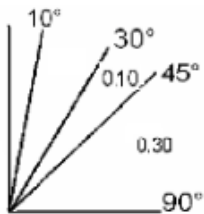
Liike valmistuu

- 30° sisällä pystylinjasta – Annetaan DV
- > 30° – Lasketaan -1 DV

E-paneeli

- > 30° – 45° – 0.10
- > 45° – 0.30

”Pak-voltti”  (3.404)



E-paneeli

- > 30° – 45° – 0.10
- > 45° – 0.30

Vartalon asennon virhevähennykset on vähennettävä liikkeiden laajuusvirheiden lisäksi.