



B-LUOKKA – VIRHEVÄHENNYKSET

Virheet	Pieni	Keski- suuri	Suuri	Erittäin suuri
	0,10	0,30	0,50	1,00 tai enemmän
Arvostelutuomareiden vähennykset				
Suoritusvirheet				
Kädet koukussa käsitukivaiheessa tai polvet koukussa	X	X	X	
Jalat tai polvet erillään	X	X hartioiden leveys tai enemmän		
Jalat ristikkäin kierteisissä liikkeissä	X			
Liikkeiden riittämätön korkeus (ulkoinen liikelaajuus)	X	X		
Vartalon suora asento ei säily – taitto liian aikaisin	X	X		
Poikkeaminen suorasta linjasta	X			
Epäröinti suoritettaessa liikkeitä	X			
Huono vartalon ja jalkojen asento liikeosissa				
– Hallitsematon vartalon asento	X			
– Jalkaterät eivät ojennu	X			
– Riittämätön spagaattiasento voimistelullisissa liikkeissä (tasaspagaattihypy)	X	X		
Tarkkuus				
– Jokaisella liikkeellä on selvä alku- ja loppuasento	X			
Yritys suorittamatta liikeosaa		X		
Poikkeaminen annetusta ohjeesta		X		
Sideosat / muut ylimääräiset liikkeet	Vähennetään mahdolliset suoritusvirheet			
Muut puuttuvat liikkeet				
– Poikkeaminen annetusta ohjeesta		X		
– Enimmäisvähennykset puuttuvasta korkeudesta, laajuudesta, jalkojen avauksesta jne.		XX		
Alastulo liian lähelle telinettä (PU)		X		
Kaikkien liikkeiden alastulovirheet	Ilman kaatumista alastulovirheiden yhteisvähennys ei saa olla enempää kuin 0,80			
Jalat erillään alastulossa	X			
Liikkeet tasapainon säilyttämiseksi				
Ylimääräiset käsiliikkeet	X			
Puutteellinen tasapaino	X	X	X (PU)	
Ylimääräiset askeleet, pieni hypähdys	X			
Suuri askel tai hyppy (yli 1m)		X		
Virheellinen vartalon asento	X	X		
Syvä kyykky			X	
1 tai 2 käden tuki matosta tai telineestä				1,00
Kaatuminen matolle polvilleen tai istualleen				1,00
Putoaminen telineeltä tai telineelle				1,00
Liikkeen alastulo ei tapahdu jalat edellä				1,00



B-LUOKKA – VIRHEVÄHENNYKSET

Telineen ylituomarin vähennykset					
Puuttuva esittäytyminen tuomareille ennen ja/tai jälkeen suorituksen	Voim / teline		X loppupisteistä		
Liikkeet eri järjestyksessä kuin ohjeissa	Voim / teline		X loppupisteistä		
Valmentajan käytös					
Avustaminen (NO, PU, PE)					1,50 sis. tekniikka- virheet
Ylituomarin vähennykset Vähennys loppupisteistä					
Magnesiumin virheellinen käyttö	Voim / teline			X	
Kilpailun ylituomari			Korttijärjestelmä Voimisteluliiton virallisissa ja rekisteröidyissä kilpailuissa		
Voimistelijan käytös					
Epäurheilijamainen käytös	Voim / teline		X		Vähennetään loppupisteistä
Valmentajan käytös, jolla ei ole suoraa vaikutusta voimistelijan/joukkueen suoritukseen/tulokseen					
Epäurheilijamainen käytös (koskee kaikkia kilpailun vaiheita)		1. kerta – keltainen kortti (varoitusta) valmentajalle 2. kerta – punainen kortti valmentajalle ja hänen poistamisensa kilpailusta			
Muu häikäilemätön, kuriton ja törkeä käytös		Välittömästi punainen kortti valmentajalle ja hänen poistamisensa kilpailusta			
Valmentajan käytös, jolla on suora vaikutus voimistelijan/joukkueen suoritukseen/tulokseen					
Epäurheilijamainen käytös esim. – kilpailun viivyttäminen tai keskeyttäminen – arvosteleville tuomareille puhuminen kilpailun aikana – voimistelijalle puhuminen kilpailusuorituksen aikana		1.kerta – 0,50 (voimistelijan/joukkueen telinepisteistä) ja keltainen kortti (varoitusta) valmentajalle - jos valmentaja puhuu arvosteleville tuomareille 1.kerta – 1,00 (voimistelijan/joukkueen telinepisteistä) ja keltainen kortti (varoitusta) 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		– 1,00 (voimistelijan/joukkueen telinepisteistä), välittömästi punainen kortti valmentajalle ja hänen poistamisensa kilpailualueelta			

Ensimmäinen varoitus = keltainen kortti

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



B-LUOKKA HYPY – TELINEKOHTAISET VÄHENNYKSET

Juoksusta ja ponnistuksesta voidaan vähentää yhteensä 0,10, 0,30, 0,50 tai 1,0 pistettä oheisen ohjeen mukaisesti.

Muut osa-alueet arvostellaan sääntökirjan mukaisesti.

Juoksun tekniikka

- Juoksu on tehokasta
- Vauhti kiihtyy lautta lähestyttäessä
- Juoksu on rentoa ja helppoa
- Juoksu tapahtuu suoraan

Ponnistuksen tekniikka

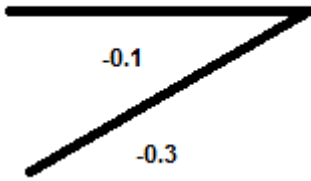
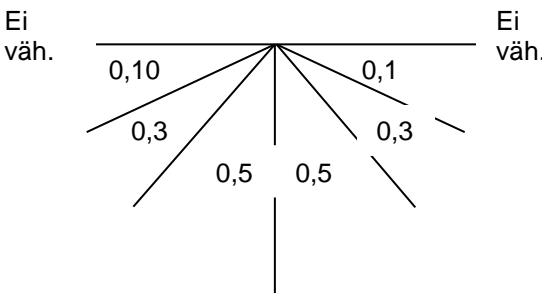
- Ponnistus on nopea ja tehokas
- Ponnistus laudan oikeasta kohdasta
- Ponnistus tapahtuu loppuun saakka

Jännehypy + syöksyasennosta käsinseisonta ja kaatuminen selälleen mattokasalle

Virheet	Pieni	Keski-suuri	Suuri	Erittäin suuri
	0,10	0,30	0,50	1,00 tai enemmän
Vähennykset osa-alueesta juoksu+ponnistus				
Erittäin hyvä, virheetön suoritus	Ei väh.			
Hyvä suoritus, jossa vain vähäisiä virheitä	X			
Keskinkertainen suoritus, jossa muutamia virheitä		X		
Kohtalainen suoritus, jossa selviä virheitä			X	
Puutteellinen suoritus, jossa karkeita virheitä				X
Vähennykset osa-alueesta jännehypy				
Hypyn alastulo tulee hallitusti yhdelle jalalle		X		
Korkeus	X	X	X	
Poikkeama suorasta linjasta	X			
Dynaamisuus	X	X		
Muut vähennykset				
Toinen vauhdinotto				1,00
Avustus				Hyppy mitätön
Väärä hyppy				Hyppy mitätön
- Ponnistus laudalta yhdeltä jalalta				
- Jännehypyn alastulo ei tule jalat edellä mattokasalle				
Puuttuva käsinseisonta (liikettä ei yritetä)				1,50
Käsinseisannon laajuus				



B-LUOKKA NOJAPUUT - TELINEKOHTAISET VÄHENNYKSET

Virheet	Pieni	Keski-suuri	Suuri	Erittäin suuri
	0,10	0,30	0,50	1,00 tai enemmän
B-LUOKKA				
Selinheilahdusten laajuus (kaikkien kehon osien on saavutettava vaakataso) - Alle vaakatason (0-45° vajaa) - Alle vaakatason (>45° vajaa) ei vähennystä 	X	X		
Vartalon linja selinheilahduksessa	X	X		
Väliheilahdus			X	
Liikeosien huono rytmi	X			
Riittämätön taittoasento	X	X		
Heilunta alle vaakatason (vähennys tehdään erikseen sekä etu- että takaheilahduksesta) 	X 0-30°	X >30-45°	X >45°	
Puutteellinen kuppi-kaari-kuppi asento heilunnassa	X	X		
Puuttuva liike / enimmäisvähennys per liike - Riipuntakieppi - Selinheilahdus - Heilunta (etu- ja takaheilahdus)				1,50

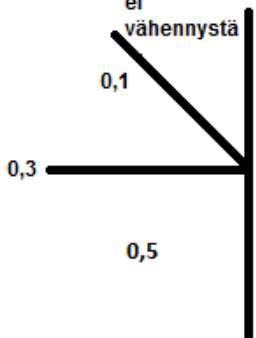


B-LUOKKA PUOMI – TELINEKOHTAISET VÄHENNYKSET

Virheet	Pieni	Keski- suuri	Suuri	Erittäin suuri
	0,10	0,30	0,50	1,00 tai enemmän
B-LUOKKA				
Ylimääräinen jalan tuki puomin sivusta		X		
Käsituki puomista putoamisen estämiseksi			X	
Ylimääräiset liikkeet tasapainon säilyttämiseksi	X	X	X	
Liiallinen valmistautuminen (joka kerta) <ul style="list-style-type: none">- Tarpeettomat askeleet ja liikkeet- Liiallinen käsien liike ennen voimistelullisia liikkeitä- Tauko (vähennys tehdään yli 2 sek tauosta)	X X X			
Vartalon huono asento/laajuus koko sarjan ajan <ul style="list-style-type: none">- Pään, vartalon, hartioiden ja käsien asennot- Jalkaterät eivät ojennetut/hallitsemattomat, sisäkierrossa- Liikkuminen korkeassa päkiäasennossa puuttuu- Riittämätön jalannostojen ja -heittojen liikelaajuus (amplitudi)	X X X X			
Jalannostojen laajuus (huom, vain eteen) <ul style="list-style-type: none">- vaakataso- alle vaakatason	X	X		
Voimistelullisten liikkeiden tekniset vaatimukset jäävät saavuttamatta	X	X	X	
Vaa'an laajuus <p>ei vähennystä</p> <p>0,1</p> <p>0,3</p> <p>ei täytä vaa'an kriteerejä (puuttuva liike -1,50)</p> <p>X yli vaakata son</p> <p>X vaaka- tasossa</p> <p>1,50 alle vaakata son (ei täytä kriteerejä)</p>				



B-LUOKKA PUOMI – TELINEKOHTAISET VÄHENNYKSET

Virheet	Pieni	Keski-suuri	Suuri	Erittäin suuri
	0,10	0,30	0,50	1,00 tai enemmän
Babykäsinseisoonan laajuus (vain toisen jalan laajuus arvostellaan) 	X yli vaakata- son	X vaaka- tasossa	X alle vaakatas- on	
Puuttuva liike / enimmäisvähennys per liike <ul style="list-style-type: none">- Vaaka (kun vapaan jalan jalkaterä jää alle vaakatason ja/tai selän kaari puuttuu)- Jännehyppy- Babykäsinseisonta- Jännehyppy tksp alastulona				1,50
Taiteellisuusvähennykset koko sarjasta				
Riittämätön suorituksen taiteellisuus <ul style="list-style-type: none">- Varmuus- Persoonallinen tyyli Rytmi ja tempo <ul style="list-style-type: none">- Riittämätön liikkeiden rytmin ja tempon vaihtelu- Koko liikesarja suoritetaan sarjana toisiinsa liittymättömiä liikeosia ja liikkeitä (sujuvuuden puuttuminen)	X X X X			
Kokoonpano ja koreografia <ul style="list-style-type: none">- Liikkeiden riittämätön monimutkaisuus tai luovuus- Telineen riittämätön käyttö<ul style="list-style-type: none">o Puutteellinen puomin koko pituuden käyttö- Liikkeiden yksipuolisuus<ul style="list-style-type: none">o Enemmän kuin yksi ½-käännös suorin jaloin kahdella jalalla koko sarjan aikana	X X X			



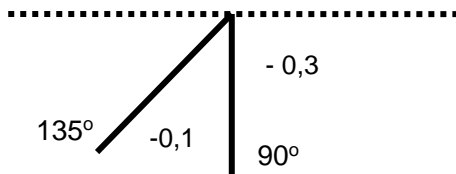
B-LUOKKA PERMANTO - TELINEKOHTAISET VÄHENNYKSET

Virheet	Pieni	Keski-suuri	Suuri	Erittäin suuri
	0,10	0,30	0,50	1,00 tai enemmän
B-LUOKKA				
Käsinseisontavaihe käsinseisontakuperkeikassa				
Liiallinen valmistautuminen (joka kerta) - Tarpeettomat askeleet ja liikkeet - Liiallinen käsien liike ennen voimistelullisia liikkeitä - Tauko (vähennys tehdään yli 2 sek tauosta)	X X X			
Huono vartalon asento koko sarjan ajan - Vartalon, pään asento ja katseen kohdentuminen - Jalkaterät eivät ojennetut/hallitsemattomat, sisäkierrossa - Riittämätön jalannostojen ja -heittojen laajuus	X X X			
Vajaa käänös jännehypyissä	X ≤90°	X >90-180°		
Voimistelullisten liikkeiden tekniset vaatimukset jäävät saavuttamatta	X	X	X	
Puuttuva liike / enimmäisvähennys per liike - (Käsinseisonta)kuperkeikka - Kärrynpyörä - Kuperkeikka tksp				1,50
Taiteellisuusvähennykset koko sarjasta				
Riittämätön suorituksen taiteellisuus koko sarjassa - Ilmaisun puuttuminen	X			
Koko liikesarja suoritetaan sarjana toisiinsa liittymättömiä liikeosia ja liikkeitä	X			
Kokoonpano ja koreografia - Riittämätön liikkeiden tai siirtymien vaihtelu tai luovuus	X			



Voimistelullisten liikkeiden tekniset vaatimukset, B-luokka

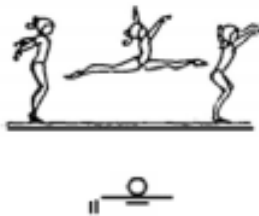
Riittämätön spagaattiasento voimistelullisissa hyppyissä



Riittämätön spagaattiasento – spagaatti vajaa

- > 0-45° ei vähennystä
- > 45° – 90° vähennys -0,10
- > 90° vähennys -0,30

Tasaspagaattihyppy



Tasaspagaattiasennossa jalkojen asento, kuten sissonnehypyssä

Viisto (diagonaali) spagaattiasento ja alastulo yhdelle jalalle

- Virheellinen jalkojen asento, vähennys -0,10

Kokonaisvähennykset vartalon väärästä asennosta voimistelullisissa liikkeissä ovat enintään 0,50 (vähennetään 0,1; 0,3 tai 0,5)

Vartalon asennon vähennyksiin kuuluvat:

- Spagaattiasennon virheet
- Jalkojen koukistus
- Nilkkojen ojennus
- Liikkeiden omat erityisvaatimukset (listattu erikseen)

Näiden lisäksi voidaan voimistelullisista liikkeistä vähentää tarvittaessa

- Liikkeiden korkeudesta
- Alastulosta
- Hypyn ajoituksen tarkkuudesta