



OHJEET TANSSILLISEN VOIMISTELUN MERKKIEN SUORITTAMISEEN

Voimistelijan tulee suorittaa merkit järjestyksessä: (Stara), Pronssi, Hopea, Kulta, Timantti

Staramerkin voi suorittaa 6 vuotta täyttäneet. Pronssi-, hopea- ja kultamerkillä ei ole alaeikä yläikärajaa, Timanttimerkin saa suorittaa aikaisintaan sinä vuonna, jona täyttää 9 vuotta.

Suosituksukset:

Stara 6-8v (ensimmäisenä tai toisena vuonna voimistelun aloittamisesta)

Pronssi 8-10v

Hopea 12v ->

Kulta 15v ->

Timantti 16v ->

- Suoritustilaisuus saa kestää maksimissaan 2 tuntia.
- Suoritustilaisuus on osaamisen näyttämistä, ei liikkeiden ja sarjojen kokeilemista.
- Asu ei saa peittää liikettä.
- Arvioiva valmentaja ei saa olla voimistelijan oma valmentaja.
- Jokaista sarjaa saa yrittää kaksi kertaa. Kaikki neljä sarjaa pitää läpäistä yhtenä suorituskertana.
- Suoritus tehdään yksin, kaksi tai korkeintaan neljän hengen ryhmässä. Kahta suorittajaa kohti on yksi arvioija.
- Suoritustilaisuuden järjestää seura tai Voimisteluliitto esim. leirien yhteydessä.
- Koulutetuista suorituksen vastaanottajista tulee olemaan lista Voimisteluliitossa.

Suoritustilaisuudet:

Stara

- Suoritus omassa seurassa.
- Oman seuran valmentaja arvioi.
- Oma valmentaja ei voi toimia arvioijana.

Pronssi- ja hopeamerkki

- Suoritus tapahtuu merkkisuoritustilaisuuksissa.
- Paikalla tulee olla vähintään yksi koulutettu arvioija.
- Seura voi järjestää tilaisuuden ja kutsua mukaan suorittajia muista seuroista.



Kulta- ja timanttimerkki

- Suoritus tapahtuu merkkisuoritustilaisuuksissa.
- Paikalla tulee olla vähintään kaksi koulutettua arvioijaa.

Arvioitsijat:

- koulutettu tanssillisen voimistelun tuomari tai muuta kautta vahva lajin tuntemus
- merkkien tuntemus tekstistä ja videolta
- osallistunut arvioitsijan koulutukseen

Palkitseminen:

Jokainen merkkejä suorittanut voimistelija saa passin, johon hän saa merkinnän pronssi-, hopea ja kultamerkin suorituksesta. Pronssi-, hopea- ja kultamerkin suorittanut saa tilata pinssin. Timanttimerkin suorittanut voi tilata korun.

Rekisteri:

Seura pitää yllä henkilörekisteriä merkkisuoritusten osalta. Voimisteluliitosta löytyy rekisteri timanttimerkin suorittaneista.

Koulutetuista arviotsijoista on oma rekisteri.

Suoritustilaisuuden järjestämishoje

Seura

- varaa tilan
- ilmoittaa tilaisuudesta
- laatii aikataulun ja suoritusjärjestyksen
- pyytää arvioitsijat paikalle, hoitaa matka- ja palkkiokorvaukset
- ottaa vastaan ilmoittautumiset
- ilmoittaa tilaisuuden jälkeen suoritukset mukana olleille seuroille, timanttimerkin suorittaneet Voimisteluliittoon



Suorituspaikka:

- vähintään 12 x 12m alue
- toivotaan lämmittely- ja pukeutumistiloja voimistelijoille
- paikka arvioitsijoille
- tekniikka musiikin toistoa varten ja musiikin soittaja

Arvioitsijat:

- arvioitsijalle varataan arviointiohje ja voimistelijat suorituslomake
- suullinen palaute annetaan valmentajalle ja voimistelijalle yhtä aikaa

Harjoitus:

- lämmittelyaika puoli tuntia ennen suoritusten alkua, jos suorittajia on tilaisuudessa paljon, voidaan antaa ryhmäajat

Suorituksen kulku:

- 1-4 voimistelijaa suorittaa musiikin tahdissa sarjan kerrallaan, neljä sarjaa peräkkäin poistumatta alueelta. Jokaisen sarjan päätyttyä voimistelija siirtyy uuteen aloitusasentoon ja uusi musiikki aloitetaan.
- Jokainen sarja suoritetaan yhtäjaksoisesti 2 kertaa kummallekin puolelle.
- Arviointi tapahtuu heti suorituksen päätteeksi.
- Jos suoritus epäonnistuu, voi suorituksen uusia yhden kerran muiden suoritusten jälkeen.