

TUMBLING KILPAILUSÄÄNNÖT LYHYESTI

Tumbling kuuluu yhtenä lajina trampoliinivoimisteluun. Siinä voimistelijat tekevät 25m pitkällä voltitradalla juoksuvauhdista 8 liikkeen pituisen voltisarjan ilman väliaskelia tai välihyppyjä. Yleensä sarjassa on keskelläkin vaikeita liikkeitä, mutta viimeinen liike on liikkeistä vaikein. Voltisarjan liikkeet voidaan tehdä eteenpäin, taaksepäin tai sivuttain. Kilpailu koostuu kahdesta kierroksesta, joiden tulisi olla keskenään erilaisia. Viimeisen liikkeen tulee laskeutua alastulomatoille, ellei kyse ole sarjan etenemissuuntaa vastaan tehdystä viimeisestä liikkeestä, joka saa laskeutua tumblingradalle.

Ennen kilpailua voimistelijat täyttävät kilpailukortteihin sarjansa. Kilpailukortit palautetaan kilpailun sihteerille ja vaikeusastetuomarit tarkastavat kilpailukortit ennen kilpailun alkua. Suoritusta voi muuttaa kilpailukorttiin kirjoitetusta, ja vaikeusastetuomarit merkitsevät muutokset kilpailukorttiin. Voittaja on se voimistelija, jolla kahden kierroksen jälkeen on korkeimmat yhteispisteet.

Kotimaisissa tumblingkilpailussa on harrasteluokka tytöille ja pojille ilman ikärajaa ja kilpaluokat ikäluokittain. Tytöt ja pojat kilpailevat omissa luokissaan. Kilpailuissa arvostelutuomarit arvostelevat sarjasta liikkeiden asentoa (muoto), rytmiä, korkeutta ja lisäksi vaikeusastetuomarit laskevat sarjasta vaikeusastepisteet. Tuomaristo koostuu kilpailua ohjaavasta ylituomarista, viidestä arvostelutuomarista ja kahdesta vaikeusastetuomarista. Jos sarjassa on alle kolme liikettä, se on arvoltaan nolla. Kahdeksasta onnistuneesta liikkeestä maksimiarvostelupisteet ovat 10. Vaikeusasteessa ei ole maksimipistemäärää, mutta junioreissa ja nuorissa yhden liikkeen vaikeusasteraja on 4,3. Tätä vaikeampia liikkeitä saa tehdä, mutta niidenkin vaikeusasteeksi tulee tällöin 4,3. Senioreilla ei ole vaikeusasterajaa.

Kilpailuluokat ovat samat, kuin tuplaminitrampoliinin kilpailuluokat. Voimistelija aloittaa kilpailemisen siinä luokassa, johon ikänsä puolesta kuuluu. Kilpaluokissa ei ole luokkanousupisterajoja. Kilpailussa tehdään kaksi toisistaan erilaista sarjaa. Molemmilta kierroksilta lasketaan pisteisiin arvostelupisteet ja vaikeusastepisteet. Voimisteluliiton lisenssi vaaditaan kilpailuissa kaikissa luokissa muuten, mutta Voimistelupäivillä harrastajaluokkaan riittää Voimistelupäivälisenssi.

KILPALUOKKA NUORET (14v ja nuoremmat)

Luokassa ei ole pakollista sarjaa, vaan liikevaatimuksia:

- *Sarjassa tulee olla 8 liikettä.*
- *Molemmilla kilpailukierroksilla tulee sarjan sisältää vähintään yksi voltti, asento vapaa.*
- *Kierrosten on oltava keskenään erilaisia (edes yhden liikkeen osalta). Täsmälleen samanlaisesta ensimmäisestä ja toisesta kierroksesta vähennetään 1,0 pistettä eli puuttuvan vaatimuksen vähennys arvostelupisteistä.*
- *Nuorten kilpaluokassa ei käytetä toistosääntöä, liikkeitä saa toistaa ilman pistevähennyksiä*

KILPALUOKKA JUNIORIT (14 - 16 vuotiaat)

Junioriluokkaan voi siirtyä sinä vuonna, kun täyttää 14 vuotta. Junioreissa voi kilpailla vielä sinä vuonna, kun täyttää 17 vuotta. Siirryttyään kilpailemaan ylempään ikäluokkaan ei voi enää palata takaisin nuorempaan ikäluokkaan. *Luokassa ei ole pakollista sarjaa, vaan liikevaatimuksia:*

- *Sarjassa tulee olla 8 liikettä*
- *Toisella kilpailukierroksella tulee sarjan sisältää vähintään yksi voltti, asento vapaa*
- *Toisella kierroksella sarjan tulee sisältää volttiliikkeen (vähintään yksöisvoltti) vähintään kokokierteellä. Sarjojen suoritusjärjestyksen saa valita vapaasti.*
- *Kierrosten on oltava keskenään erilaisia*

KILPALUOKKA SENIORIT (17 –vuotiaat ja vanhemmat)

Senioriluokkaan tulee siirtyä viimeistään sinä vuonna, kun täyttää 18 vuotta. Luokassa ei ole pakollista sarjaa, vaan liikevaatimuksia:

- Sarjassa tulee olla 8 liikettä
- Toisella kilpailukierroksella tulee sarjan sisältää vähintään yksi voltti, asento vapaa.
- Toisella kierroksella sarjan tulee sisältää volttiliikkeen (vähintään yksöisvoltti) vähintään kokokierteellä. Sarjojen suoritusjärjestyksen saa valita vapaasti.
- Kierrosten on oltava keskenään erilaisia

KANSAINVÄLISET KILPALUOKAT (KANSAINVÄLISISSÄ KILPAILUISSA)

- Voimassa olevan FIG Code of Pointsin mukaan
- World Age Group Competition ikäluokat voimassa olevien WAGC sääntöjen mukaan

HARRASTELUOKAT (Harraste, tytöt ja Harraste, pojat), ei ikärajoja

- Sarjassa tulisi olla 8 liikettä, liikkeet jatkuvat toisistaan ilman välihyppyjä ja ylimääräisiä väliaskelia. Liike voi olla asentohyppy (kerähyppy, taittohyppy tai haarataittohyppy). Asentohypyn vaikeusaste on 0,0. Jännehyppy ei ole asentohyppy, vaan jännehyppy aiheuttaa sarjan katkeamisen.
- Kilpailussa tehdään kaksi omavalintaista sarjaa. Liikevaatimus on, että enintään kaksi kahdeksasta liikkeestä saa olla asentohyppyjä.
- Sarjat tulee kirjoittaa suomeksi, FIG tumbling symbolein tai tunnistettavalla terminologialla kilpailukorttiin
- Harrasteluokassa ei käytetä toistosääntöä, liikeitä saa toistaa ilman pistevähennyksiä

Kuperkeikkoja ei lasketa liikkeeksi. Liikkeen tulee laskeutua jaloilleen, vain kädet ja jalkapohjat saavat koskettaa tumblingrataa liikkeen aikana. 8 liikkeen onnistuneen sarjan arvostelupisteiden maksimi on 10,0. Sarjassa voi olla vähemmän kuin 8 liikettä, mutta silloin arvostelupisteiden lähtöpistemäärä laskee vastaavasti, 1,0 pistettä per puuttuva liike. Jos sarjassa on kolme liikettä, alkaa pistelasku 5,0:sta. Alle kolmea liikettä sisältävää sarjaa ei hyväksytä, ja pisteet siitä ovat 0,0.

Sarjaesimerkkejä:

Esim 1: puolivoltti – puolivoltti - arabialainen - flicki – flicki – flicki – kerävoltti taakse –kerävoltti eteen

Esim 2: taittovoltti eteen – puolivoltti – puolivoltti – puolivoltti – puolivoltti – suoravoltti eteen – suora voltti – kerävoltti

Vaikeusasteista esimerkkejä:

Liikkeet		
Arabialainen	(0.2
Puolivoltti eteen	h	0.2
Flic-flac	f	0.2
Piiska (tempo)	^	0.3
Voltti, kerä(ss)	– o	0.5
Voltti, taitto	– <	0.6
Voltti, suora	– /	0.6
Voltti eteen, kerä	. – o	0.5
Voltti eteen, taitto	. – <	0.6

Liikkeet		
Half in voltti ("arabian/twisti")	1 – o	2.2
Half in voltti ("arabian/twisti")	1 – <	2.4
Half out (taakse), kerä	– 1 o	2.2
Half out (taakse), taitto	– 1 <	2.4
Half out (taakse), suora	– 1 /	2.6
Half out (eteen=barani) , kerä	. – 1 o	2.2
Half out (eteen=barani), taitto	. – 1 <	2.4
Full in back out tuple, kerä	2 – o	2.4
Full in back out tupla, taitto	2 – <	2.6

Sivuttain voltti, kerä	- o x	0.5
Sivuttain voltti, taitto	- < x	0.6
Taakse voltti ½ kierteellä	1. /	0.6
Barani	.1	0.6
Voltti 1/1 kierteellä	2.	0.7
Voltti 1½ kierteellä	3.	0.9
Voltti 2/1 kierteellä	4.	1.1
Voltti 2½ kierteellä	5.	1.4
Voltti 3/1 kierteellä	6.	1.7
Voltti 3½ kierteellä	7.	2.1
Taaksevoltti 4 kierteellä	8.	2.5
Tuplavoltti, kerä	-- o	2.0
Tuplavoltti, taitto	-- <	2.2
Double back somersault	-- /	2.4
Double front somersault	. -- o	2.0
Tuplavoltti eteen, taitto	. -- <	2.2
Sivuttaintupla , kerä	-- o x	2.0
Sivuttaintupla, taitto	-- < x	2.2

Full in back out, suora	2 - /	2.8
Full and half in back out, suora	2 1 /	3.2
Full in Full out tupla, kerä	2 2 o	3.2
Full in Full out, suora	2 2 /	3.6
Full in 1½ twist out, kerä	2 3 o	3.8
Full in 1½ twist out, suora	2 3 /	4.2
Full in Double-full out, kerä	2 4 o	4.4
Full in Double-full out, suora	2 4 /	4.8
Double-full in Double-full out suora	4 4 /	6.4
Triple back =kolmoisvoltti, kerä	--- o	4.5
Triple back, taitto	--- <	5.1
Triple back, suora	--- /	5.7
Half in Triple ("arabian") kerä	1 -- o	5.4
Half in Triple ("arabian") taitto	1 -- <	6.0
Full in Triple kerä	2 -- o	6.3
Full in Triple , taitto	2 -- <	6.9
Quadruple back, kerä	---- o	8.0

