



PRAVIDLA SOUTĚŽE MISTRY S MISTRY

II. VÝKONNOSTNÍ TŘÍDY GYMNASTICKÉHO AEROBIKU
ČESKÉ GYMNASTICKÉ FEDERACE

SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK

MsM Soutěž Mistry s Mistry

FIG Gymnastický aerobik České gymnastická federace, z. s.

VT Výkonnostní třída

GYMAE Gymnastický aerobik

DEFINICE POUŽITÝCH TERMÍNŮ

AEROBNÍ VAZBA

Aerobní vazba je definována jako kombinace aerobních kroků/poskoků v délce trvání osmi dob, počítáno od první do osmé hudební doby. Aerobní vazba nesmí být přerušena prvkem obtížnosti, přechodovou částí, či interakcí mezi závodníky v dané sestavě.

PŘECHODOVÁ ČÁST

Všechny části sestavy, které nejsou aerobní vazbou (viz definice aerobní vazby) nebo prvkem obtížnosti, jsou klasifikovány jako přechodové části. Jde o spojovací části mezi aerobními vazbami a prvky. Přechodovou částí je tedy např. i neúplná aerobní vazba mezi dvěma prvky. Do přechodových částí sestavy se řadí i interakce a kolaborace u dvojic a týmů a přechody na zem a ze země do stoje.

KOLABORACE

Kolaborací se rozumí pohyb, při kterém jeden nebo více členů týmu zvedne či udělá oporu pro dalšího člena týmu. Tento následně není v kontaktu se zemí. Výdrž v kolaboraci se nevyžaduje, tzn., může být i průchozí či dynamická (převal, přešvih, skok s dopomocí, atd.). Lze ji provést v lehu, sedu, kleku nebo stoji. Členové týmu, kteří zajišťují zvedaného, se mohou pohybovat. V rámci kolaborací mohou být použity i akrobatické prvky (přemet, kotoul, stojka...). Zvedaný člen týmu může být ostatními členy i vyhozen do vzduchu, kde může provést maximální rotaci v horizontálním nebo vertikálním směru 360°. Pokud je použito hození nebo vyhození člena, musí být zajištěn bezpečný dopad na zem s dopomocí. Kolaborace musí být bezpečné a viditelně zvládnuté všemi členy dvojice či týmu.

CVIČENÍ NA ZEMI

Cvičením na zemi se rozumí klek, sed, leh, vzpor, podpor atd. o délce trvání minimálně 6 hudebních dob. Přechod na zem a ze země do stoje se do doby cvičení na zemi nezapočítává. Během sestavy nemusí být vždy cvičení na zemi předváděno všemi členy týmu najednou, ale musí být dobře rozpoznatelné, že všichni členové týmu během sestavy vykonali cvičení na zemi.

ÚTVARY

Útvarem se rozumí prostorové uspořádání členů dvojice/týmu vůči sobě. V rámci útvarů se hodnotí přesnost předváděných útvarů a způsob přesunů z útvaru do útvaru. Za změnu útvaru je považována i změna rozestupů mezi jednotlivými členy (např. z malého kruhu do kruhu přes celou plochu).

OBSAH

1.	GYMNASTICKÝ AEROBIK – MISTRY S MISTRY II. VT. ČGF	6
1.1	Soutěžní kategorie	6
1.2	Věkové kategorie	6
1.3	Omezení startu závodníků	6
1.3.1	Omezení startu z důvodu vysoké výkonnosti	6
1.3.2	Omezení startu v rámci MsM	6
1.3.3	Kontroly a sporné případy	7
1.4	Náhradníci	7
1.5	System soutěže	7
1.6	Dresscode	7
1.6.1	Pravidla MsM	7
1.6.2	Pravidla 1. VT	8
1.7	Požadavky na závodní sestavu	8
1.7.1	Závodní plocha	8
1.7.2	Délka závodní sestavy	8
1.7.3	Hudební doprovod	8
1.8	Obsah závodní sestavy	9
1.8.1	Aerobní vazby	9
1.8.2	Prvky obtížnosti	9
1.8.3	Akrobatické prvky	11
1.8.4	Interakce, kolaborace	11
1.8.5	Zakázané prvky	11
1.9	System hodnocení soutěžního výkonu	12
1.9.1	R1 – obtížnost + provedení prvků	12
1.9.2	R2, R3 – technika	12
1.9.3	R4, R5 – artistry	12
1.10	Zpětné vazby, protesty	12
2	POHYBOVÉ SESTAVY	13
2.1	Soutěžní kategorie	13
2.2	Věkové kategorie	13
2.2.1	Věkové kategorie Show, Dance, Step	13
2.2.2	Soutěžní kategorie Mini Mistři	13
2.3	Omezení startu závodníků	13
2.3.1	Omezení startu z důvodu vysoké výkonnosti	13

2.3.2	Omezení startu v rámci MsM	13
2.4	Náhradníci	13
2.5	System soutěže.....	14
2.6	Dresscode	14
2.7	Složení panelu rozhodčích.....	14
2.8	Zpětné vazby, protesty	14
2.9	Požadavky na závodní sestavu kategorie Dance-	15
2.9.1	Závodní plocha	15
2.9.2	Délka závodní sestavy.....	15
2.9.3	Hudební doprovod.....	15
2.10	Obsah závodní sestavy	15
2.10.1	Komponenty choreografie:.....	15
2.10.2	Téma	16
2.10.3	Aerobní vazby v tanečním stylu	16
2.10.4	2. styl	16
2.10.5	Akrobatické prvky	16
2.10.6	Kombinace akrobatických prvků.....	16
2.10.7	Zakázané kolaborace.....	16
2.11	System hodnocení soutěžního výkonu.....	16
2.11.1	R1, R2, R3 – technika	16
2.11.2	R4, R5 – artistry	16
2.12	Požadavky na závodní sestavu kategorie Show	17
2.12.1	Závodní plocha	17
2.12.2	Délka závodní sestavy.....	17
2.12.3	Hudební doprovod.....	17
2.12.4	Obsah závodní sestavy	17
2.12.5	Téma	17
2.12.6	Aerobní vazby.....	17
2.12.7	Přechodové části.....	17
2.12.8	Útvary	18
2.12.9	Cvičení na zemi	18
2.12.10	Zakázané prvky.....	18
2.13	System hodnocení soutěžního výkonu.....	18
2.14	Požadavky na závodní sestavu kategorie Stepy	19
2.14.1	Závodní plocha	19

2.14.2	Délka závodní sestavy.....	19
2.14.3	Hudební doprovod.....	19
2.14.4	Obsah závodní sestavy	19
2.14.5	Aerobní vazby.....	19
2.14.6	Přechodové části.....	19
2.14.7	Kolaborace.....	19
2.14.8	Útvary	20
2.14.9	Manipulace se stepem.....	20
2.14.10	Cvičení na zemi	20
2.14.11	Zakázané prvky.....	20
2.15	System hodnocení soutěžního výkonu.....	20
2.16	Požadavky na závodní sestavu kategorie Mini Mistři.....	21
2.16.1	Závodní plocha	21
2.16.2	Délka závodní sestavy.....	21
2.16.3	Hudební doprovod.....	21
2.16.4	Obsah závodní sestavy	21
2.16.5	Zakázané prvky.....	21
2.16.6	System hodnocení soutěžního výkonu.....	21

1. GYMNASTICKÝ AEROBIK – MISTRY S MISTRY II. VT. ČGF

1.1 Soutěžní kategorie

Jednotlivci

- **IW** – Ženy
- **IM** – Muži

Dvojice – jakékoliv složení (žena + žena, muž + muž, žena + muž)

Týmy

- **Trio** – 3členné – jakékoliv složení
- **Group** – 5členné (může být 6 členů) – jakékoliv složení

1.2 Věkové kategorie

Pro všechny soutěžní kategorie jsou stanoveny věkové kategorie:

- **NG** – 6–8 let
- **ND** – 9–11 let
- **YOUTH** – 12–14 let
- **JUN + SEN** – 15 a více let

Pro zařazení do příslušné věkové kategorie je směrodatný rok narození, nikoliv datum. Rozhoduje věk, kterého závodník dosáhne v daném kalendářním roce.

V kategorii Dvojice může startovat jeden člen o rok mladší, než je rozmezí věkové kategorie, ve které dvojice startuje.

V kategorii Tria může startovat pouze jeden člen týmu o rok mladší nebo o rok starší, než je rozmezí věkové kategorie, ve které Trio startuje.

V kategorii Group mohou startovat dva členové týmu, kteří neodpovídají věkové kategorii, ve které Group startuje. Tito členové mohou být o kategorii mladší nebo o kategorii starší než věková kategorie, ve které Group startuje.

V kategorii Jednotlivci musí všichni závodníci soutěžit v kategorii odpovídající jejich věku.

1.3 Omezení startu závodníků

1.3.1 Omezení startu z důvodu vysoké výkonnosti

Je omezen start závodníkům dle jejich případných výsledků v 1. VT gymnastického aerobiku. Podmínky jsou uvedeny v samostatném dokumentu na webových stránkách Mistry s mistry. Organizátor soutěže MsM si vyhrazuje právo pravidla omezení startů podle potřeby upravit nebo v ojedinělých případech rozhodnout o individuálním omezení jinak, než je uvedeno výše.

1.3.2 Omezení startu v rámci MsM

Start jednoho závodníka je povolen pouze jedenkrát v každé soutěžní kategorii. Tzn., jeden závodník může

startovat maximálně 1x v každé z těchto kategorií: Jednotlivci, Dvojice, Tria, Group. Za každý klub může v každé věkové kategorii IW startovat maximálně 8 závodnic

1.3.3 Kontroly a sporné případy

Případné sporné případy posoudí hlavní rozhodčí, který zváží oprávněnost startu závodníka na soutěžích MsM. Kontroly oprávněných startů v jednotlivých kategoriích budou probíhat namátkově nebo na základě konkrétního podloženého nahlášení (upozornění jiných trenérů...). Pokud závodník poruší toto nařízení o omezení startu na závodech MsM, bude z této soutěže bezpodmínečně vyloučen.

1.4 Náhradníci

Náhradníci v kategorii Dvojice a Tria nejsou povoleni. V kategorii Group je povolen jeden náhradník. Ten musí věkem odpovídat věkové kategorii, ve které tým startuje. Tato omezení se vztahují na všechna kola MsM.

1.5 Systém soutěže

Všechny soutěže MsM jsou jednokolová. Soutěž se skládá z postupových závodů a celorepublikového finále, které je pro věkové kategorie ND, YOUTH a JUN + SEN zároveň Mistrovstvím České republiky 2. VT FIG. Na postupových závodech závodníci dostávají body za svá umístění (viz Tabulka 1) Body za umístění v jednotlivých závodech se průběžně sčítají. Body se sčítají za každou soutěžní kategorii zvlášť. Na základě součtu bodů z postupových soutěží proběhne vyhodnocení a závodníci s nejvyšším počtem bodů z každé kategorie gymnastického aerobiku postoupí do celorepublikového finále. Počet postupujících do finále bude upřesněn před začátkem soutěžní sezony. V případě shody počtu bodů postupují do finále oba závodníci.

Pokud se závodník, který postoupil na základě součtu bodů celorepublikového finále, nemůže z jakéhokoliv důvodu finále zúčastnit, oznámí tuto skutečnost organizátorům soutěže, a to ve stanovené lhůtě na podávání přihlášek. Následně bude osloven závodník, který je součtem bodů další v pořadí a dostane tak šanci zúčastnit se celorepublikového finále.

Tabulka 1: Bodové hodnocení umístění

Umístění	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	atd.
Body	30	28	26	24	23	22	21	20	atd.

Nejnižší možný počet bodů, který může závodník získat na daném závodě, jsou 2 body.

1.6 Dresscode

1.6.1 Pravidla MsM

- Závodníci mohou mít jakýkoliv přiléhavý (elastický) oděv, jedno- nebo vícedílný (výrazně se doporučuje jednodílný)
- Kamínky a flitry jsou povoleny.
- Dres musí být vhodný pro charakter gymnastického aerobiku.
- Dres musí zcela zakrývat všechny intimní části těla závodníka. V případě použití dresu kratšího než do půlky stehů se u dívek vyžadují punčochové kalhoty
- Dres nesmí být volný.
- Nedoporučujeme žádné doplňky k dresu (potítka, návleky, samostatné rukávy atd.).
- Závodník musí mít pevnou sálovou obuv vhodnou pro aerobik (doporučená je bílá barva).

- Vlasy musí být upravené a zajištěné.
- Dívčám je povolen přiměřený make-up od věkové kategorie ND.

1.6.2 Pravidla 1. VT

- Závodníci musí mít jednoduchý dres s tělovými nebo průhlednými silonkami nebo jednoduchou kombinézu (od krku ke kotníkům).
- Dekorace jako flitry, kamínky, výšivky apod. jsou povoleny, ale musí být pevně přišity/přilepeny k dresu tak, aby se nehýbaly.
- Výstřih přední a zadní části dresu nesmí vpředu zasahovat dále než do poloviny hrudní kosti a vzadu dále než do spodní linie lopatek.
- Střih dresu v horní části kalhotek nesmí přesahovat pas a vnější šev musí procházet přes hřeben kyčelní kosti, dres musí zcela zakrývat rozkrok.
- Dres může být s dlouhými rukávy nebo bez nich (1 nebo 2 rukávy), dlouhé rukávy končí maximálně u zápěstí.
- Průhledný materiál (síťovina) bez podšívky je povolen pouze u rukávů.
- Dres musí být z neprůhledného materiálu (kromě rukávů u žen)
- Dres nesmí být průhledný; pokud jsou některé části z krajky/průhledného materiálu (kromě rukávů) musí být podšity látkou
- Oblast pánve/rozkroku musí být až po kyčelní kosti zakryta neprůhledným materiálem bez tělové barvy
- Dres se v průběhu sestavy nesmí měnit (změna barev, změna zakrytí v oblasti hrudníku apod.)
- Nejsou povoleny dresy, které jsou kompletně tělové barvy
- Tejpy jsou povoleny pouze v tělové barvě
- Nejsou povoleny dresy zobrazující válku, násilí, politické, sexistické ideologie nebo náboženská témata
- Nejsou povoleny volné a doplňkové položky k dresu (např. 3D design, LED rukavice, návleky na nohy, pásek apod.)
- Nesmí se nosit šperky (včetně náušnic)
- Závodníci musí mít bílé aerobikové boty a bílé ponožky
- Vlasy musí být upravené a zajištěné, nesmí se dotýkat obličeje nebo ramen, krátké culíky jsou povoleny
- Make-up se smí používat pouze střídmě (divadelní masky/líčidla nejsou povoleny)
- Kompletní požadavky na dresscode 1. VT viz pravidla FIG

1.7 Požadavky na závodní sestavu

1.7.1 Závodní plocha

Závodník se během celé sestavy musí pohybovat uvnitř vyznačené plochy, která má rozměry 10x10 metrů.

1.7.2 Délka závodní sestavy

- NG, ND, YOUTH: 1:10–1:20 min
- JUN + SEN: 1:20– 1:30 min

1.7.3 Hudební doprovod

Hudební doprovod musí mít charakter vhodný pro sportovní aerobik a délku dle požadavků na délku sestavy.

Mezi hudebními stříhy nesmí být pauzy. Měření času začíná s prvním slyšitelným zvukem závodní hudby a končí s posledním slyšitelným zvukem. „Pípnutí“ na začátku sestavy se do délky hudby nepočítá. Délka závodní sestavy bude kontrolována v průběhu soutěže.

Hudební doprovod se nahrává společně s přihláškou do přihlašovacího systému. Trenér musí mít u sebe, při závodech, náhradní USB se závodní hudbou každého startujícího závodníka, které dodá v případě potíží s nahrávkou v systému.

Pokud bude závodníkovi umožněn opakovaný start v důsledku přerušení sestavy kvůli nenačtení celé skladby, je závodník povinen sestavu při opakovaném startu docvičit bez hudby v případě, že se situace z prvního nepovedeného startu bude opakovat.

1.8 Obsah závodní sestavy

Závodní sestava gymnastického aerobiku se skládá z následujících skladebních částí:

- aerobní vazby
- prvky obtížnosti
- akrobatické prvky
- interakce a kolaborace u dvojic a týmů
- přechodové části mezi výše jmenovanými skladebními komponenty

1.8.1 Aerobní vazby

Sestava musí obsahovat minimálně 9 aerobních vazeb (jedna aerobní vazba = 8x8 dob, počítáno od první hudební doby). Rovněž je požadováno předvést blok aerobních vazeb, což znamená 4 aerobní vazby) v návaznosti za sebou. U Dvojic a Týmů musí být všichni členové týmu blízko u sebe a provést stejné aerobní kroky a pohyby paží ve stejný čas

1.8.2 Prvky obtížnosti

Pro všechny věkové a závodní kategorie je povinný počet prvků stanoven na 7. Věkové kategorie NG a ND mají dále stanoveny povinné prvky, zbytek si vybírají samy. Kategorie YOUTH, JUN + SEN jsou omezeny ve výběru pouze bodovými hodnotami prvků. Pravidla pro výběr povinných prvků shrnuje tabulka 2.

Tabulka 2: Pravidla pro výběr povinných prvků

NG	ND	YOUTH	JUN + SEN
Hodnoty prvků JUN + SEN			
0,1–0,4	0,1–0,4	0,2–0,6	0,2–1,0*
Povinné prvky			
klik	klik	Nejsou povinné prvky	Nejsou povinné prvky. *Započítá se max. hodnota 0,7
přednos roznožmo/ přednos skrčmo	přednos roznožmo		
výskok 360°	výskok 360°		
pirueta 360° vpřed	pirueta 360° vpřed		

Prvky jsou rozděleny do 3 skupin (GROUP): A, B, C. Tyto skupiny jsou dále ještě rozděleny na jednotlivé FAMILY, kterých je 8. Každá FAMILY má dále podskupiny (Base name). Z této podskupiny lze zařadit do sestavy pouze jeden prvek. Z každé FAMILY lze do sestavy vybrat maximálně 2 prvky. Přehled prvků obtížnosti s bodovými hodnotami je uveden v tabulce v příloze. Další prvky obtížnosti naleznete v pravidlech 1. VT.

Počet prvků s dopadem do kliku nebo provazu je omezen a definován v Tabulce 3. Obecně však tyto prvky pro MsM nejsou doporučovány.

Tabulka 3: Prvky s dopadem do kliku/provazu

Prvky do kliku/provazu			
Věkové kategorie	NG, ND	YOUTH	JUN + SEN
Počet prvků	max. 1 do kliku nebo provazu	max. 2	max. 3

Kombinace 2 prvků obtížnosti může být zařazena v sestavě pouze jednou, není však započítána bonifikace.

V kategoriích Dvojice, Trio a Group musí všichni členové týmu předvést stejný prvek ve stejný čas. V případě kategorií Trio a Group pak nesmí být prvek předveden ve formaci, při níž jsou za sebou (v zákrytu z pohledu

panelu rozhodčích) více než dva závodníci. V případě nesplnění těchto kritérií nebude prvek uznán.

Minimální požadavky pro uznání jednotlivých prvků jsou popsány v pravidlech pro 1. VT gymnastického aerobiku.

1.8.3 Akrobatické prvky

- V rámci přechodových částí je možno do sestavy zařadit v určitých kategoriích jeden či více akrobatických prvků. Závodník však za ně neobdrží žádnou bodovou hodnotu. Pravidla pro zařazení akrobatických prvků jsou uvedena v Tabulce 4.
- Akrobatické prvky mohou být provedeny s 1 nebo 2 rukama NEBO z 1 nebo 2 nohou (provedení na loktech je zakázáno).
- Akrobatické prvky se nesmí v sestavě opakovat (včetně jejich variací).
- Použití akrobatických prvků v rámci přechodové části je počítáno jako 1 akrobatický prvek (včetně variací).
- Pokud více členů týmu provádí akrobatický prvek, pak musí všichni provést stejný prvek ve stejný čas.
- Akrobatický prvek v rámci kolaborace (se vzájemným fyzickým kontaktem mezi závodníky) není počítán jako akrobatický prvek

Tabulka 4: Akrobatické prvky

Akrobatické prvky				
Věkové kategorie	NG	ND	YOUTH	YOUTH + SEN
Počet	max. 2	max. 2	max. 2	max. 5
Prvky	rondát; pomalý přemet vpřed, vzad	rondát; pomalý přemet vpřed, vzad	rondát; pomalý přemet vpřed, vzad, přemet vpřed s dopadem na obě nohy; flik vzad	rondát; pomalý přemet vpřed, vzad; přemet vpřed s dopadem na obě nohy; flik vzad arab/salto/ kabolo
Dle pravidel 1. VT	A1–A2	A1–A2	A1–A4	A1–A5

1.8.4 Interakce, kolaborace

U kategorií Dvojic a Týmů (Trio, Group) je vhodné v rámci přechodových částí využívat různých interakcí a kolaborací mezi členy týmu. Minimální počet kolaborací je u kategorií NG, ND, YOUTH 2 kolaborace, u kategorií JUN+ SEN 3 kolaborace.

1.8.5 Zakázané prvky

Sestava nesmí obsahovat:

- žádný prvek navíc (s výjimkou kat JUN+SEN – max. 1 prvek = celkem 8 prvků)
- žádný nebezpečný přechod (např. skok na kolena apod....)

1.9 Systém hodnocení soutěžního výkonu

Soutěž gymnastického aerobiku MsM je hodnocena 5 rozhodčími R1–R5. Hlavní rozhodčí dohlíží na bezproblémový průběh soutěže.

1.9.1 R1 – obtížnost + provedení prvků

Rozhodčí R1 rozhoduje, zda předvedené prvky splňují požadavky na jejich uznání. Dále také hodnotí konkrétní provedení daných prvků. Využívá k tomuto bodové škály uvedené v Tabulce 5. Jako uznáný je prvek považován po ohodnocení na bodové škále od 0,3 a více.

Tabulka 5: Bodová škála pro R1 – obtížnosti

Prvek	0	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5
0	- prvek je předveden s pádem / s dotykem / bez základního charakteru provedení (NENÍ uznána hodnota prvku)					
0,1	- prvek je předveden alespoň s náznakem základního charakteru provedení (NENÍ uznána hodnota prvku)					
0,2	- prvek má základní charakter provedení, ale s minimálním rozsahem provedení (NENÍ uznána hodnota prvku)					
0,3	- prvek má správný charakter provedení, ale se základním rozsahem provedení (JE uznána hodnota prvku)					
0,4	- prvek má správný charakter provedení, s odchylkou od ideálního provedení (JE uznána hodnota prvku)					
0,5	- prvek má správný charakter provedení a ideální rozsah provedení (JE uznána hodnota prvku)					

1.9.2 R2, R3 – technika

Rozhodčí R2 a R3 hodnotí technické provedení celé sestavy. (prvky obtížnosti, akrobatické prvky, aerobní vazby, přechodové části, interakce a kolaborace). Připisují srážky za nepropnutá kolena a špičky, nebezpečné trupu, nesprávné držení těla, pády, chyby v asynchronu mezi závodníky. Znamky udělené rozhodčími R2 a R3 se průměrují.

1.9.3 R4, R5 – artistry

Rozhodčí R4 a R5 jsou umělečtí rozhodčí, kteří hodnotí hudbu, aerobní vazby (počet, kvalita předvedení, nápaditost, originalita...), přechodové části (nápaditost, náročnost, plynulost...), soulad choreografie s hudbou a vyjádření choreografie závodníky... Komplexně hodnotí také využití závodní plochy. Znamky udělené rozhodčími R4 a R5 se průměrují.

1.10 Zpětné vazby, protesty

Každý trenér má právo si zažádat o zpětnou vazbu svých svěřenců. Je možné žádat o podrobnou zpětnou vazbu vypracovanou na základě rozboru našeho oficiálního videozáznamu z daného závodu nebo o zkrácenou zpětnou vazbu bez komentářů, spočívající v podrobném výpisu bodů za jednotlivá kritéria rozhodčích. O zpětnou vazbu musí trenér zažádat nejpozději do týdne od skončení závodu, o který se mu jedná. Žádosti posílejte na e-mail: Terikudlackova@gmail.com.

Protesty proti hodnocení rozhodčích nejsou povoleny. Organizátor si vyhrazuje právo na změnu pravidel v případě nutnosti. O veškerých změnách vás budeme informovat prostřednictvím internetových stránek www.mistrysmistry.cz a přímo na vaše e-mailové adresy.

2 POHYBOVÉ SESTAVY

2.1 Soutěžní kategorie

- **Show** (s náčiním či bez náčiní, jsou hodnoceny společně)
- **Dance**
- **Stepy**
- **Mini Mistři**
- ve všech kategoriích pěti- a vícečlenné týmy

2.2 Věkové kategorie

Rozdělení do věkových kategorií bude provedeno na základě celkového průměru věků všech členů týmu. (tzn. součet všech věků, kterých členové dosáhnou daný kalendářní rok, vydělený počtem členů týmu a matematicky zaokrouhlený na 1 desetinné místo).

2.2.1 Věkové kategorie Show, Dance, Step

Kategorie dle věkového průměru závodníků v týmu.

- NG: věkový průměr od 7,1 do 9,0 let
- ND: věkový průměr od 9,1 do 11,0 let
- YOUTH: věkový průměr od 11,1 do 14,0 let
- JUN + SEN: Věkový průměr 14,1 a více let

2.2.2 Soutěžní kategorie Mini Mistři

V této soutěžní kategorii je vypisována pouze jedna věková kategorie:

- věkový průměr do 7,0 let, zároveň žádný ze závodníků nesmí přesáhnout věk 9 let v daném roce.

2.3 Omezení startu závodníků

2.3.1 Omezení startu z důvodu vysoké výkonnosti

V této soutěži nejsou stanovena žádná omezení podle výkonnosti.

2.3.2 Omezení startu v rámci MsM

Start jednoho závodníka je povolen pouze jedenkrát v každé soutěžní kategorii. Tzn., že jeden závodník může startovat maximálně 1x ve Sportovních týmech, 1x v Show, 1x ve Stepech a 1x v Mini Mistrech.

2.4 Náhradníci

V týmech kategorií pohybových skladeb jsou povoleni maximálně dva náhradníci. Ti musí věkem odpovídat věkové kategorii, ve které tým startuje. Toto omezení se vztahuje na všechna kola MsM.

2.5 Systém soutěže

Všechny soutěže MsM jsou jednokolová. Soutěž se skládá z postupových závodů a celorepublikového finále, které je pro věkové kategorie ND, YOUTH a JUN + SEN zároveň Mistrovstvím České republiky II. VT FIG. Na postupových závodech týmy pohybových sestav dostávají body za svá umístění. Body za umístění v jednotlivých závodech se průběžně sčítají. Body se sčítají za každou soutěžní kategorii zvlášť. Na základě součtu bodů z postupových závodů proběhne vyhodnocení a týmy s nejvyšším počtem bodů z každé kategorie pohybových sestav postoupí do celorepublikového finále. Počet postupujících do finále bude upřesněn před začátkem soutěžní sezony. V případě shody počtu bodů postoupí do finále oba týmy.

Pokud se tým, který postoupil na základě součtu bodů celorepublikového finále, nemůže z jakéhokoliv důvodu finále zúčastnit, oznámí tuto skutečnost organizátorům soutěže, a to ve stanovené lhůtě na podávání přihlášek. Následně bude osloven tým, který je součtem bodů další v pořadí a dostane tak šanci zúčastnit se celorepublikového finále.

Tabulka 6: Bodové hodnocení umístění

Umístění	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	atd.
Body	30	28	26	24	23	22	21	20	atd.

Nejnižší možný počet bodů, který může tým získat na daném závodě, jsou 2 body.

2.6 Dresscode

- Závodníci mohou mít jakýkoliv oděv, jedno nebo vícedílný.
- Oděv by měl odpovídat zvolenému stylu a charakteru sestavy.
- Kamínky a flitry jsou povoleny.
- Dres nesmí být nebezpečný a nesmí závodníkům překážet při cvičení.
- Dres musí zcela zakrývat všechny intimní části těla závodníků.
- Závodník musí mít pevnou sálovou obuv vhodnou pro aerobik. Barva ani typ bot nejsou specifikovány.
- Vlasy musí být upravené a zajištěné
- Dívčím je povolen přiměřený make-up od věkové kategorie ND. V kategorii Show je povolen jakýkoliv make-up, který je v souladu s tématem skladby, a to ve všech věkových kategoriích.

2.7 Složení panelu rozhodčích

Soutěž pohybových sestav Mistry s Mistry je hodnocena 5 rozhodčími (R1—R5). Hlavní rozhodčí (R1) dohlíží na správnost hodnocení ostatních rozhodčích a na bezproblémový průběh soutěže.

2.8 Zpětné vazby, protesty

Každý trenér má právo si zažádat o zpětnou vazbu svých svěřenců. Je možné žádat o podrobnou zpětnou vazbu vypracovanou na základě rozboru našeho oficiálního videozáznamu z daného závodu nebo o zkrácenou zpětnou vazbu bez komentářů, spočívající v podrobném výpisu bodů za jednotlivá kritéria rozhodčích. O zpětnou vazbu musí trenér zažádat nejpozději do týdne od skončení závodu, o který se mu jedná. Žádosti posílejte na e-mail: Terikudlackova@gmail.com.

Protesty proti hodnocení rozhodčích nejsou povoleny. Organizátor si vyhrazuje právo na změnu pravidel v případě nutnosti. O veškerých změnách vás budeme informovat prostřednictvím internetových stránek www.mistrymistry.cz a přímo na vaše e-mailové adresy.

2.9 Požadavky na závodní sestavu kategorie Dance-

2.9.1 Závodní plocha

Závodníci se během celé sestavy musí pohybovat uvnitř vyznačené plochy o rozměrech 10x10metrů.

2.9.2 Délka závodní sestavy

- NG, ND, YOUTH: 1:10–1:20 min
- JUN + SEN: 1:20–1:30 min

2.9.3 Hudební doprovod

Délka hudby musí odpovídat požadavkům na délku sestavy. Měření času začíná s prvním slyšitelným zvukem závodní hudby a končí s posledním slyšitelným zvukem. „Pípnutí“ na začátku sestavy se do délky hudby nepočítá. Délka závodní sestavy bude kontrolována v průběhu závodu.

Rychlost hudby není blíže specifikována. Je povoleno použít mix několika hudeb jakéhokoliv stylu. Doporučena je světově známá a slavná hudba.

Hudební doprovod se nahrává společně s přihláškou do přihlašovacího systému. Trenér musí mít u sebe, při závodech, náhradní USB se závodní hudbou každého startujícího závodníka, které dodá v případě potíží s nahrávkou v systému

Pokud bude týmu umožněn opakovaný start v důsledku přerušení sestavy kvůli nenačtení celé skladby, je tým povinen sestavu při opakovaném startu docvičit bez hudby v případě, že se situace z prvního nepovedeného startu bude opakovat.

2.10 Obsah závodní sestavy

- Jedná se o choreografii využívající aerobické pohyby v tanečním stylu.
- Choreografie musí mít TÉMA, které musí být choreografií vyjádřeno.
- Sestava musí obsahovat minimálně 6 aerobních vazeb (nepočítá se druhý styl)
- Sestava musí obsahovat 32 až 64 dob 2. stylu (povolen je jakýkoliv taneční styl), který je odlišen od zbytku choreografie.
- Důležitým aspektem je SYNCHRONIZACE všech členů sestavy.
- Sestava může obsahovat akrobatické prvky a/nebo prvky obtížnosti, nebude za ně ale obdržena žádná hodnota.
- Sestava musí obsahovat minimálně 3 kolaborace.

2.10.1 Komponenty choreografie:

- - Aerobní vazby v tanečním stylu
- Druhý taneční styl
- Prvky obtížnosti/akrobatické prvky (volitelně)
- Přechodové/spojovací části
- Kolaborace

2.10.2 Téma

Sestava by měla obsahovat TÉMA, které by mělo dát choreografii nějaký příběh. Nemělo by to být vyjádřeno pouze závodním dresem, ale také pohyby a hudbou. Tým by měl prezentovat choreografii jako celek.

2.10.3 Aerobní vazby v tanečním stylu

S respektem ke specifičnosti gymnastického aerobiku by měly být AMP sekvence předváděny volněji, s využitím celého těla včetně hlavy a pohyby jako při tanci. Nemělo by se jednat o robotické pohyby, což ale neznamená pohyby bez kontroly. Tělo musí být pod kontrolou s variací pohybů během sestavy.

Požadovaný minimální počet aerobních vazeb je 10 (6 aerobních vazeb + 32–64 dob 2. stylu).

2.10.4 2. styl

Jedná se o 32 až 64 dob 2. stylu (povolen je jakýkoliv taneční styl), který je odlišen od zbytku choreografie.

2.10.5 Akrobatické prvky

Sestava může obsahovat pohyby z jiných gymnastických disciplín (bez nadměrného užití), které budou dobře interagovat s celkovou choreografií.

Kategorie JUN+SEN: Není zde žádné omezení v provádění jednotlivých akrobatických prvků v celé sestavě. Kategorie YOUTH: Povolen je provádění pouze A-1 až A-4 akrobatických prvků. Pokud provádí akrobatický prvek všichni členové choreografie, musí provést stejný prvek ve stejný čas.

2.10.6 Kombinace akrobatických prvků

Kategorie JUN+SEN: Může být provedena pouze kombinace 2 akrobatických prvků (=set) a to ve stejný čas (v 1. VT povoleny pro kategorii Senior 3 sety, pro kategorii Junior 2 sety).

Kategorie YOUTH: Kombinace akrobatických prvků nejsou povoleny.

2.10.7 Zakázané kolaborace

Výška pyramid kolaborace (pokud je obsažena) nesmí být vyšší než výška dvou osob stojících nad sebou. V kategorii C: Zakázány jsou akrobatické prvky v kolaboraci s dopadem bez dopomoci jiného člena týmu.

2.11 Systém hodnocení soutěžního výkonu

Soutěž kategorie Dance MsM je hodnocena 5 rozhodčími R1–R5. Hlavní rozhodčí dohlíží na bezproblémový průběh soutěže.

2.11.1 R1, R2, R3 – technika

Rozhodčí R1, R2, R3 hodnotí technické provedení celé sestavy. (aerobní vazby, přechodové části, interakce a kolaborace). Připisují srážky za nepropnutá kolena a špičky, nezpevnění trupu, nesprávné držení těla, pády, chyby v asynchronu mezi závodníky. Znamky udělené rozhodčími R1, R2 a R3 se průměrují.

2.11.2 R4, R5 – artistry

Rozhodčí R4 a R5 jsou umělečtí rozhodčí, kteří hodnotí hudbu, aerobní vazby (počet, kvalita předvedení, nápaditost, originalita...), přechodové části (nápaditost, náročnost, plynulost...), soulad choreografie s hudbou a vyjádření choreografie závodníky... Komplexně hodnotí také využití závodní plochy. Znamky udělené rozhodčími R4 a R5 se průměrují.

2.12 Požadavky na závodní sestavu kategorie Show

2.12.1 Závodní plocha

Pro show platí orientačně závodní plocha o rozměru 10x10 metrů, bude hodnoceno využití plochy, ale nebudou udělovány srážky za přešlapy.

2.12.2 Délka závodní sestavy

- NG: 1:30–3:00 min
- ND, YOUTH, JUN + SEN: 2:00–3:00 min

2.12.3 Hudební doprovod

Délka hudby musí odpovídat požadavkům na délku sestavy. Měření času začíná s prvním slyšitelným zvukem závodní hudby a končí s posledním slyšitelným zvukem. „Pípnutí“ na začátku sestavy se do délky hudby nepočítá. Délka závodní sestavy bude kontrolována v průběhu závodu.

Rychlost hudby není blíže specifikována. Je povoleno použít mix několika hudeb. Celá show však musí zachovávat převážně charakter aerobiku. Sestava může obsahovat i jiné styly, které však nesmějí převažovat nad aerobikem.

Hudební doprovod se nahrává společně s přihláškou do přihlašovacího systému. Každý tým je povinen mít připravené ještě náhradní USB, které dodá v případě potíží s nahrávkou v systému.

Pokud bude týmu umožněn opakovaný start v důsledku přerušení sestavy kvůli nenačtení celé skladby, je tým povinen sestavu při opakovaném startu docvičit bez hudby v případě, že se situace z prvního nepovedeného startu bude opakovat.

2.12.4 Obsah závodní sestavy

V této soutěžní kategorii nejsou stanoveny žádné povinné ani povinně volitelné prvky. Hlavním požadavkem na sestavu je ztvárnění zvoleného tématu, dalšími požadavky pak jsou útvary a cvičení na zemi.

Závodní sestava kategorie Show musí splňovat a obsahovat následující:

- téma
- aerobní vazby
- útvary
- cvičení na zemi
- přechodové části mezi výše jmenovanými skladebními komponenty

2.12.5 Téma

Každá sestava musí představovat nějaké téma, které bude pohybem a hudbou co nejlépe ztvárněno a předvedeno. Použití násilného či vulgárního tématu bude penalizováno udělením srážky.

2.12.6 Aerobní vazby

U kategorie show není stanoven minimální požadovaný počet aerobních vazeb.

2.12.7 Přechodové části

Ve všech věkových kategoriích je minimální požadovaný počet přechodových částí stanoven na 4. Nejsou

povoleny přechody přes saltové prvky.

2.12.8 Útvary

Rozpoznatelné, resp. počet a kvalita útvarů budou kladně hodnoceny.

2.12.9 Cvičení na zemi

Ve všech věkových kategoriích jsou požadována minimálně 2 cvičení na zemi.

2.12.10 Zakázané prvky

Sestava nesmí obsahovat

- žádný skok s dopadem do provazu, rozštěpu či sedu roznožného
- žádný pád či skok do kliku
- žádný nebezpečný přechod na zem nebo do stoje (např. skok na kolena apod....)

2.13 Systém hodnocení soutěžního výkonu

Všichni rozhodčí hodnotí technické provedení sestavy a umělecký projev. Hodnotí se aerobní vazby (počet, kvalita předvedení, nápaditost, originalita...), přechodové části (nápaditost, náročnost, plynulost...), soulad choreografie s hudbou a vyjádření choreografie závodníky... Komplexně hodnotí také využití závodní plochy. Nejvyšší a nejnižší známky udělené rozhodčími se škrtají a zbylé se průměrují.

2.14 Požadavky na závodní sestavu kategorie Stepy

2.14.1 Závodní plocha

Stepový tým se během celé sestavy musí pohybovat uvnitř vyznačené plochy, která má rozměry 10x10 metrů.

2.14.2 Délka závodní sestavy

- 1:20 – 2:00 min pro všechny věkové kategorie

2.14.3 Hudební doprovod

Délka hudby musí odpovídat požadavkům na délku sestavy. Měření času začíná s prvním slyšitelným zvukem závodní hudby a končí s posledním slyšitelným zvukem. „Pípnutí“ na začátku sestavy se do délky hudby nepočítá. Délka závodní sestavy bude kontrolována v průběhu závodu.

Rychlost hudby není blíže specifikována. Je povoleno použít mix několika hudeb. Sestava musí zachovávat převážně charakter aerobiku. Sestava může obsahovat i jiné styly, které však nesmějí převažovat nad aerobikem.

Hudební doprovod se nahrává společně s přihláškou do přihlašovacího systému. Každý tým je povinen mít připravené ještě náhradní USB, které dodá v případě potíží s nahrávkou v systému.

Pokud bude týmu umožněn opakovaný start v důsledku přerušení sestavy kvůli nenačtení celé skladby, je tým povinen sestavu při opakovaném startu docvičit bez hudby v případě, že se situace z prvního nepovedeného startu bude opakovat.

2.14.4 Obsah závodní sestavy

Závodní sestava kategorie Stepy musí splňovat a obsahovat následující:

- aerobní vazby
- kolaborace
- útvary
- manipulace se stepem
- cvičení na zemi
- přechodové části mezi výše jmenovanými skladebnými komponenty

2.14.5 Aerobní vazby

V kategorii Stepy se rozlišuje aerobní vazba provedená na stepu a mimo něj. Maximální délka aerobní vazby mimo step je 8 dob. Požadovaný minimální počet aerobních vazeb na stepu je 10 pro kategorie NG a ND a 12 pro kategorie YOUTH a JUN + SEN.

2.14.6 Přechodové části

Ve všech věkových kategoriích je minimální požadovaný počet přechodových částí stanoven na 4. Nejsou povoleny přechody přes saltové prvky.

2.14.7 Kolaborace

Požadovaný minimální počet kolaborací u všech věkových kategorií je 1.

2.14.8 Útvary

Sestava musí obsahovat minimálně 4 různé rozpoznatelné útvary. Originalita, přesnost i vyšší počty zvládnutých útvarů mohou být hodnoceny vyšší známkou. Hodnotí se také rychlost a originalita přechodů mezi útvary.

2.14.9 Manipulace se stepem

Manipulací se stepem se rozumí přesun stepu z místa na místo nebo jeho otočení či natočení. V sestavě jsou požadovány minimálně 4 manipulace se stepem, tedy 5 různých útvarů ze stepů.

2.14.10 Cvičení na zemi

Ve všech věkových kategoriích jsou požadována minimálně 2 cvičení na zemi. V kategorii Stepy se při cvičení na zemi zemí rozumí i cvičení na stepu.

2.14.11 Zakázané prvky

Sestava nesmí obsahovat

- žádný skok s dopadem do provazu, rozštěpu či sedu roznožného
- žádný pád či skok do kliku
- žádný nebezpečný přechod na zem nebo do stoje (např. skok na kolena apod....)
- žádný akrobatický a gymnastický prvek jako např. stoj na rukách, stoj na hlavě, přemet stranou, přemet vpřed, přemet vzad, atd. (pouze jako součást kolaborace)

2.15 Systém hodnocení soutěžního výkonu

Všichni rozhodčí hodnotí technické provedení sestavy a umělecký projev. Hodnotí se aerobní vazby (počet, kvalita předvedení, nápaditost, originalita...), přechodové části (nápaditost, náročnost, plynulost...), soulad choreografie s hudbou a vyjádření choreografie závodníky... Komplexně hodnotí také využití závodní plochy. Nejvyšší a nejnižší známky udělené rozhodčími se škrtačí a zbylé se průměrují

2.16 Požadavky na závodní sestavu kategorie Mini Mistři

Kategorie Mini Mistři je speciální kategorie určená pro nejmladší závodníky. Mohou zde závodit týmy se skladbami typu show (s náčiním i bez), step aerobik, sportovní týmy i jiné.

2.16.1 Závodní plocha

U Mini Mistrů se nehodnotí využití závodní plochy, pohyb po ploše a neudělují se srážky za přešlapy. Při tvorbě sestav by mělo být počítáno se závodní plochou o maximální velikosti 10x10 metrů.

2.16.2 Délka závodní sestavy

- 1:30 – 3:00 min

2.16.3 Hudební doprovod

Délka hudby musí odpovídat požadavkům na délku sestavy. Měření času začíná s prvním slyšitelným zvukem závodní hudby a končí s posledním slyšitelným zvukem. „Pípnutí“ na začátku sestavy se do délky hudby nepočítá. Délka závodní sestavy bude kontrolována v průběhu závodu.

Rychlost hudby není blíže specifikována. Je povoleno použít mix několika hudeb. Sestava musí zachovávat převážně charakter aerobiku. Sestava může obsahovat i jiné styly, které však nesmějí převažovat nad aerobikem.

Hudební doprovod se nahrává společně s přihláškou do přihlašovacího systému. Každý tým je povinen mít připravené ještě náhradní USB, které dodá v případě potíží s nahrávkou v systému.

Pokud bude týmu umožněn opakovaný start v důsledku přerušení sestavy kvůli nenačtení celé skladby, je tým povinen sestavu při opakovaném startu docvičit bez hudby v případě, že se situace z prvního nepovedeného startu bude opakovat.

2.16.4 Obsah závodní sestavy

V této kategorii nejsou žádné požadavky na obsah sestavy. Hodnotí se technika provedení zvolených pohybů, synchron, přesnost útvarů, interakce a intenzita cvičení. Dále se hodnotí radost ze cvičení, nápaditost a provedení zvolené choreografie.

2.16.5 Zakázané prvky

Sestava nesmí obsahovat

- žádný skok s dopadem do provazu, rozštěpu či sedu roznožného
- žádný pád či skok do kliku
- žádný nebezpečný přechod na zem nebo do stoje (např. skok na kolena apod....)
- žádný akrobatický a gymnastický prvek jako např. stoj na rukách, stoj na hlavě, přemet stranou, přemet vpřed, přemet vzad, atd.

2.16.6 Systém hodnocení soutěžního výkonu

Všichni rozhodčí hodnotí techniku cvičení, originalitu choreografie, zapojení rekvizit, ztvárnění tématu, obtížnost sestavy, vyjádření sestavy, radost a bezprostřednost závodníků.

Zpracovali:

*Mgr. Tereza Kudláčková
Mgr. Jakub Strakoš*

*Případné aktualizace budou zveřejněny na webových stránkách www.mistrysmistry.cz
(sekce Pravidla)*

PŘÍLOHA Č. 1 – TECHNICKÉ POŽADAVKY PRO UZNÁNÍ PRVKŮ

Splnění TECHNICKÝCH požadavků pro uznání prvků obtížnosti posuzuje rozhodčí R1 a jsou stanoveny následovně:

GROUP A	
Family 1 – dynamická síla	všechny prvky musí vykazovat letovou fázi (kromě Push-Up)
Base name	Technické požadavky
Push-Up	lokty v rovině s rameny v dolní fázi
A-Frame	píky pozice (minimálně 90°) a letová fáze
Straddle Cut	ramena výše než boky před cut v letové fázi
Explosive High-V	kyčelní kloub minimálně v úrovni ramen
Explosive Capoeira	spodní noha minimálně paralelně se zemí
Family 2 – statická síla	
Base name	Technické požadavky
Přednos	výdrž 2 sekundy v průběhu prvku
Vznos	výdrž 2 sekundy v průběhu prvku
Planche	výdrž 2 sekundy v průběhu prvku
Family 3 – kola	všechny prvky musí být provedeny s plnou rotací nohou
Base name	Technické požadavky
Helikoptéra	na začátku vedoucí noha kříží druhou nohu, nohy musí provést kruhový pohyb, ruce/paže nesmí během rotace držet/podpírat nohy, musí se provést minimálně 3/4 rotace

GROUP B	
Family 4 – dynamické skoky	
Base name	Technické požadavky
Air Turn	nohy se odrážejí a doskakují současně
Axel	odraz z jedné nohy a doskok na druhou nohu po trajektorii vpřed
Free Fall	ruce a nohy musí dopadnout současně
Gainer	ruce a nohy musí dopadnout současně
Scale	pozice scale – váhy (noha, tělo paralelně se zemí) musí být před odrazem z jedné nohy, ruce a nohy musí dopadnout současně
Butterfly	před odrazem musí být provedena 1/2 kruhová rotace horní částí trupu, tělo nesmí přesáhnout 45° nad nebo pod horizontální rovinou během hlavní fáze
Family 5 – tzv. form jump	ve všech prvcích musí být provedena základní pozice base name během hlavní fáze, prvky mohou být provedeny odrazem z jedné nohy (hodnota prvku bude ponížena 0,1), MP/TR/GR: všichni se musí odrazit stejně
Base name	Technické požadavky
Kufr	kolena minimálně paralelně se zemí
Cossack	nohy minimálně paralelně se zemí
Pike	nohy minimálně paralelně se zemí
Straddle / Frontal Split	nohy minimálně paralelně se zemí
Family 6 – Split Jump / dálka	všechny prvky musí provést pozici splitu v rozsahu minimálně 160° v letové fázi
Base name	Technické požadavky
Prošvihlá dálka	napnutá vedoucí noha minimálně 45° nad zemí, prošvih musí být proveden před letovou fází
Kadet	vedoucí noha minimálně 45° nad zemí, prošvih musí být proveden před letovou fází
Split	pozice splitu musí být provedena v letové fázi

GROUP C	
Family 7 – Obraty/Rotace	všechny prvky musí být provedeny na břišku chodidla bez tzv. hoppingu (poskakování) – kromě podmetenky, En Dedans – rotace ve stejném směru jako je stojná noha (neboli vpřed/dovnitř), En Dehors – rotace v opačném směru než je stojná noha (neboli vzad/vně)
Base name	Technické požadavky
Passé Turn	volná noha musí být v průběhu prvku v passé pozici
Horizontal Turn	udržení nohy v průběhu prvku paralelně se zemí (neklesnout pod 15°)
Podmetenka	dokončení celé rotace volné nohy
Family 8 – Flexibilita/Balanc	
Base name	Technické požadavky
Split	rozsah nohou v průběhu prvku minimálně 160°
Íčko	stojná noha musí být v kontaktu se zemí, udržení rozsahu nohou v průběhu prvku minimálně 160°
Balanc	rozsah nohou v průběhu prvku minimálně 160°, prvky s rotací musí být provedeny na břišku chodidla bez hoppingu, balanc bez rotace musí být s výdrží 2 sekund

Příloha č. 2 – Srážky udělované hlavním rozhodčím

srážky udělované hlavním rozhodčím	
	srážka (body)
porušení dresscode	0,3
nedodržení délky hudby	0,3
opakování akrobatického prvku	0,5
rozdílné akrobatické prvky ve stejný čas / stejný akrobatický prvek ne ve stejný čas (MP/TR/GR)	0,5
zakázaný prvek/pohyb	0,5
malé přerušení sestavy (2–10 sec)	0,5
velké přerušení sestavy (nad 10 sec)	5
přešlap závodní plochy	0,1 (každý)
indispozice závodníka / nedodržení pravidel	diskvalifikace