

Kapitola 7

Prostná

Rozměry 12 x 12 m

Článek 26

Popis sestavy na prostných

Sestava na prostných se hlavně skládá z akrobatických prvků, které jsou spojeny s dalšími gymnastickými prvky, jako jsou prvky síly a rovnováhy, prvky uvolněnosti, stoje na rukou a choreografické vazby. Všechny tyto prvky tvoří harmonický a rytmický celek v délce max. 70 s., předvedený s využitím celé plochy pro prostná (12x12 m).

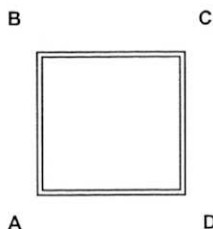
Článek 27

Informace o provedení sestavy

1. Závodník musí zahájit svou sestavu uvnitř plochy, z klidu a stoje spatného. Sestava a její hodnocení začíná s prvním pohybem nohou závodníka.
2. Závodník musí zahrnout do sestavy jen takové prvky, které může provést zcela bezpečně a s vysokým stupněm estetického a technického mistrovství.
3. Další požadavky na provedení a na skladbu sestavy jsou:
 - a) Sestava musí být provedena celá uvnitř plochy pro prostná. Prvky, které začínají vně plochy budou skupinou rozhodčích E hodnoceny normálně, avšak skupinou rozhodčích D uznány nebudou.

- i. Plocha, která je pro prostná k dispozici, je ohraničena čarami. Tyto čáry jsou součástí plochy. Závodník může na čáru stoupnout, nesmí ji však překročit.
 - i. Překročení vyznačené plochy je kontrolováno dvěma čárovými rozhodčími, kteří jsou umístěni úhlopříčně proti sobě v blízkosti plochy pro prostná. Každý čárový rozhodčí pozoruje jemu bližší dvě čáry. O překročení čáry musí čárový rozhodčí informovat rozhodčího D1 písemnou formou. Rozhodčí D1 pak provede příslušnou srážku z výsledné známky na základě následujících kritérií:
 - doskok nebo dotek vně plochy pro prostná jednou nohou nebo rukou = 0,10.
 - dotek vně plochy pro prostná nohama, rukama, nohou a rukou nebo jinou částí těla = 0,3
 - doskok vně plochy pro prostná = 0,5
 - prvky započaté vně plochy pro prostná nemají žádnou hodnotu.
 - iii. Jestliže závodník vystoupí z plochy, pak se za kroky potřebné k návratu na plochu nesráží.
- b) Doba trvání sestavy je maximálně 70 s. a je kontrolována časoměřičem. Minimální doba trvání sestavy není stanovena. Časoměřič dává slyšitelný signál v čase 60 s. a opět v čase 70 s. pro vyznačení maximální doby předepsané pro sestavu. Čas se měří od prvního pohybu nohou až do závěrečného doskoku, který musí končit ve stoji spatném. O nedodržení předepsaného časového limitu informuje časový rozhodčí rozhodčího D1, který provede příslušnou srážku z výsledné známky.
 - c) Musí být využita celá plocha pro prostná. Požadavek využití celé plochy značí, že závodník musí použít obě

úhlopříčky (A-C, B-D) a strany čtvercové plochy tak, aby se ocitl alespoň jednou v každém rohu A, B, C a D. Závodník však může využít stejnou diagonálu bezprostředně po sobě nejvýše 2x (na příkl. A-C, C-A). Třetí průchod je skladební chyba.



- d) Zastavení v délce 2 s. a více před akrobatickými řadami nebo prvky nejsou povolena.
 - e) Každý akrobatický prvek nebo řada musí končit viditelně zvládnutým doskokem před pokračováním neakrobatickým tvarem. Nekontrolované doskoky při takových přechodech nejsou dovoleny.
 - f) Provedení kotoulů a salt do kotoulu (například 1,5 salto vpřed) musí vykazovat přechodné opření o obě dlaně; to znamená, že nesmí být provedeny bez opření o dlaně nebo jen dotekem hřbetů rukou. S výjimkou kotoulů letmo jsou tyto prvky juniorům zakázány.
 - g) Zdvihem stoj na prostných musí mít výdrž jen tehdy, když je požadována hodnota obtížnosti prvku, tento záměr musí závodník jasně ukázat.
 - h) Sestava musí být zakončena akrobatickým prvkem s doskokem na obě nohy. (Nejsou dovoleny závěry končící kotoulem.)
4. Úplný seznam chyb a srážek týkající se provedení sestavy je uveden v kapitole 6, přehled srážek je v čl. 24.

Článek 28 Informace o „známce D“

1. Skupiny prvků jsou:
 - I. Neakrobatické prvky
 - II. Akrobatické prvky vpřed
 - III. Akrobatické prvky vzad
 - IV. Akrobatické prvky stranou nebo akrobatické prvky začínající skokem vzad s obratem nebo skokem vpřed s obratem
2. Závěr sestavy nemůže být prvek ze skupiny I.
3. Informace o obtížnosti a skupinách prvků:
 - a) Akrobatické prvky mohou být provedeny v přímých vazbách, avšak ponechávají si své samostatné hodnoty obtížnosti.
 - b) Jeden prvek sestavy prostných může splnit požadavek zařazení jen jedné skupiny prvků. Je-li prvek proveden jako závěr sestavy (prvek ze skupiny II, III nebo IV), pak může splnit jen požadavek závěru sestavy a závodník musí předvést alespoň ještě jeden prvek ze stejné skupiny jako je závěr sestavy, aby získal hodnotu za splnění této skupiny.
4. Informace o vazbách:

Všem vazbám mezi salty zahrnující salto obtížnosti D nebo vyšší bude přiznána bodová hodnota 0,10 bodu. Mají-li obě salta obtížnost D nebo vyšší, bude přiznána hodnota 0,20. Hodnota je přiznána vazbě s předchozím nebo následujícím saltem.

Poznámka: Pro přiznání hodnoty vazby se nepožaduje, aby byly oba dva prvky mezi 10 započítanými prvky sestavy.

5. Další informace a pravidla:

- a) Prvky s 1,5 saltem, s dopadem na ruce a následným odrazem rukama nejsou dovoleny.
- b) Závodník může mít v sestavě maximálně dva prvky, které jsou provedeny do kotoulu nebo do podporu ležmo.
- c) Všechny dovolené prvky do kotoulu (juniorům zakázané) nebo do podporu ležmo jsou uvedeny v tabulkách obtížnosti. Z důvodů bezpečnosti nebudou dovoleny žádné další takové prvky.
- d) Pokud tabulky obtížnosti neuvádějí jinak, mají prvky v kolech s roznožením a v kolech odbočmo stejnou obtížnost a číslo označení. Ruská kola v provedení roznožmo nejsou dovolena.
- e) Silové výdrže v provedení roznožmo, které nejsou uvedeny v tabulkách obtížnosti, nejsou přípustné.
- f) Další pravidla neuznání obtížnosti prvků a pravidla týkající se „známky D“ jsou v kapitole 5 nebo v přehledu srážek v čl.17.

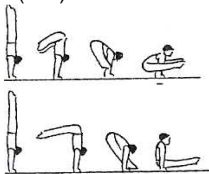

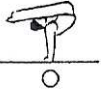
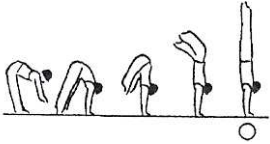
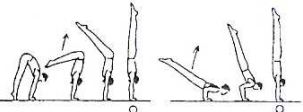
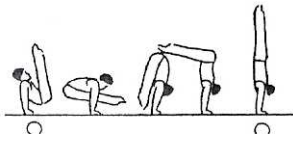
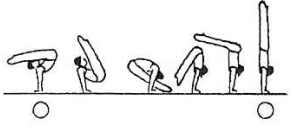
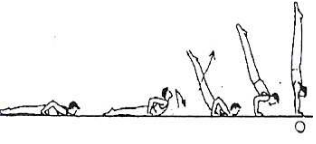

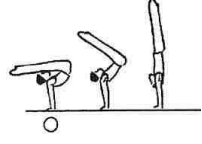
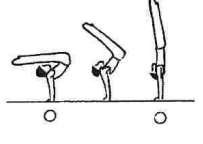
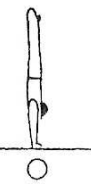
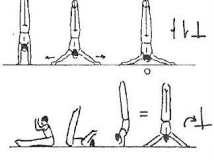
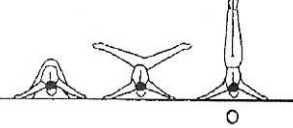
Článek 29

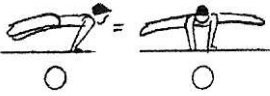
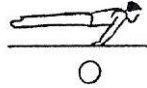
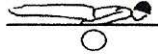
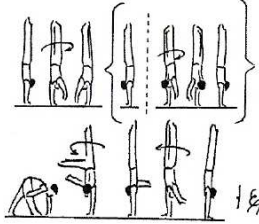
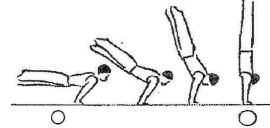
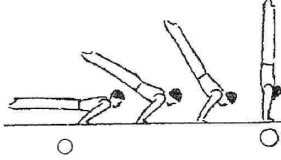
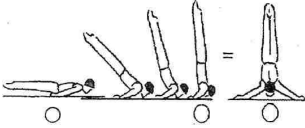

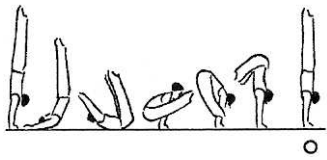
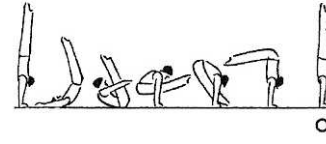
Tabulka chyb a srážek na prostných

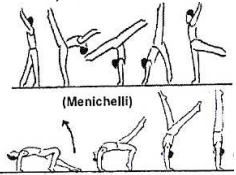
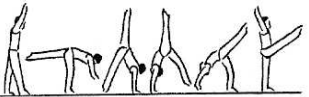
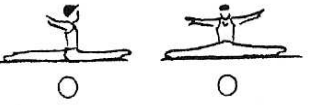
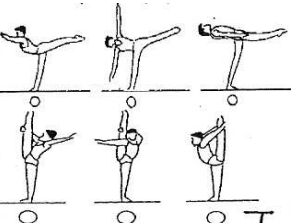
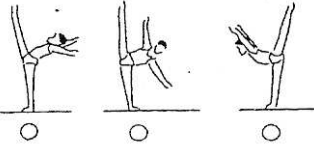
Chyba	malá 0,1	střední 0,3	velká 0.5
Nedostatečná výška akrobatických prvků	+	+	
Nedostatečná flexibilita u dynamických a statických prvků	+	+	
Nevyužití plochy pro prostná		méně než čtyři rohy	
Salta do kotoulu bez dohmatu na dlaně		dohmat na hřbetu rukou	bez dohmatu rukou
Pauza před prvkem nebo akrobatickou řadou > 2 s.	+		
Nekontrolované doskoky (i mezi salty)	+	+	+ pád=1,0
Jednoduché kroky nebo přechody do rohů	+ pokaždé		
Průchod jedné diagonály více než 2x bezprostředně po sobě		+	

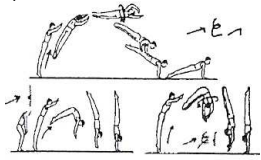

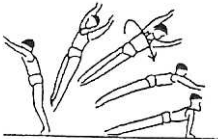
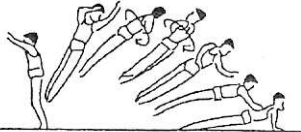

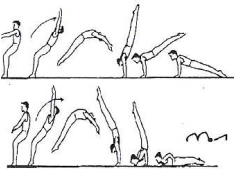
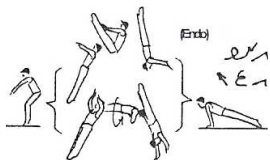

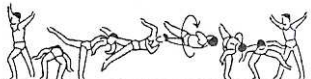

Skupina rozhodčích D


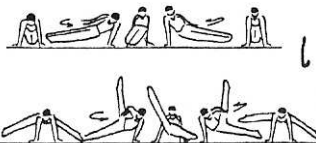

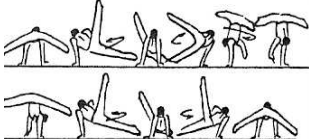
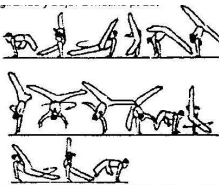
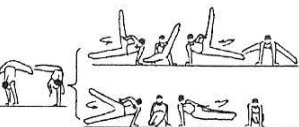
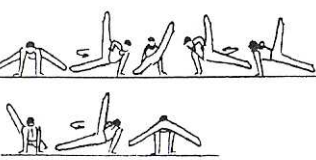

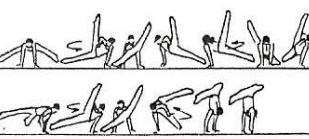
Chyba	malá 0,1	střední 0,3	velká 0.5
Sestava delší než 70 s.	≤ 2 s.	> 2-5 s.	> 5 s.
Neakrobatický nebo nedovolený závěr (kotouly)	prvek není skupinou rozhodčích D uznán		
Více než dva saltové prvky do kotoulu nebo do podporu ležmo	prvek není skupinou rozhodčích D uznán		
Doskok nebo dotek vně plochy pro prostná jednou nohou nebo rukou	+		
Dotek vně plochy pro prostná nohama, rukama, nohou a rukou nebo jinou částí těla		+	
Doskok vně plochy pro prostná			+
Prvek započatý vně plochy pro prostná	prvek není skupinou rozhodčích D uznán		

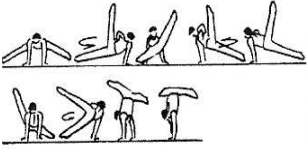
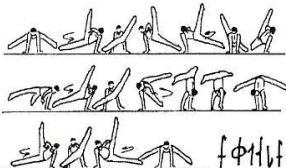
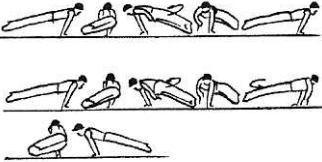

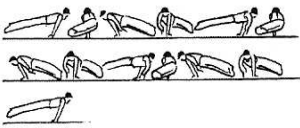


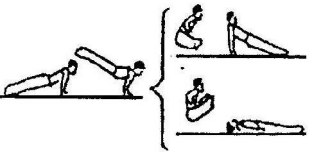
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6
Skupina I: Neakrobatické prvky					
<p>1. Ze stoje na rukou zvolna přešvih schylmo do přednosu nebo do přednosu roznožmo vně (2 s.)</p> 	<p>2. Vznos, nohy svisele (2s.)</p> 	<p>3. Vznos, nohy vodorovně nad hlavou (2s.) (Manna)</p> 	<p>4.</p>	<p>5.</p>	<p>6.</p>
<p>7. Ze vzporu stojmo zvolna o napjatých pažích roznožmo stoj na ruce (špicar) (2s.)</p> 	<p>8. Ze vzporu stojmo špicar snožmo (2s.) nebo ze vzporu ležmo zvolna prohnutě klikem stoj na ruce (2s.)</p> 	<p>9. Ze vznosu (2s.) špicar (2s.)</p> 	<p>10. Ze vznosu, nohy vodorovně nad hlavou (2s.) špicar (2s.)</p> 	<p>11.</p>	<p>12.</p>
<p>13. Z lehu na břiše pádem prohnutě zvolna zdvihem stoj na ruce (2s.)</p> 	<p>14. Z rozštěpu čelného či bočního nebo z přednosu či přednosu roznožmo vně nebo ze vzporu ležmo špicar (2s.)</p> 	<p>15. Ze vznosu, nohy vodorovně nad hlavou (2s.) výkrot stojem na ruce</p> 	<p>16. Ze vznosu, nohy vodorovně nad hlavou (2s.) výkrot do stoje na ruce (2s.)</p> 	<p>17.</p>	<p>18.</p>
<p>19. Stoj na ruce (2s.)</p> 	<p>20. Ze stoje na rukou plynulým rozšiřováním hmatu nebo švihem, stoj na ruce, ruce podál (2s.) – japonský stoj.</p> 	<p>21. Ze vzporu stojmo rozkročného, ruce podál, zvolna stoj na ruce (2s.)</p> 	<p>22.</p>	<p>23.</p>	<p>24.</p>

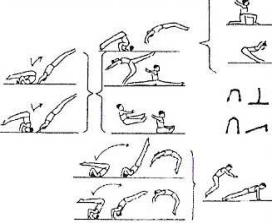
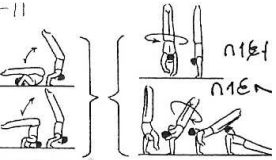
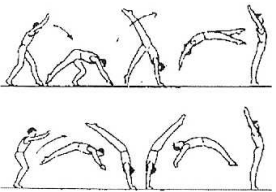
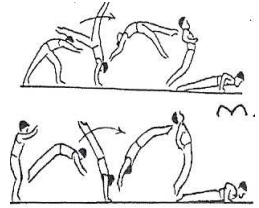
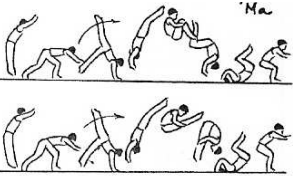
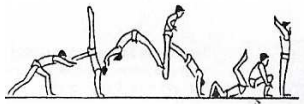
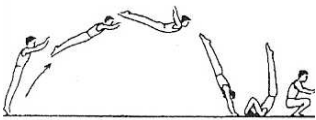
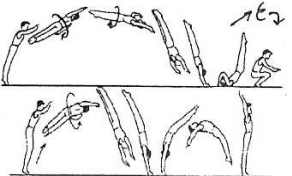
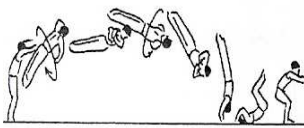
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6
Skupina I: Neakrobatické prvky					
<p>25. Váha ve vzporu, roznožmo (2s.)</p> 	<p>26. Váha ve vzporu (2s.)</p> 	<p>27. Váha v nízkém vzporu (2s.) (vlaštovka)</p> 	<p>28.</p>	<p>29.</p>	<p>30.</p>
<p>31. Obrat (180°) nebo dvojný obrat (360°) ve nebo do stoje na ruce</p> 	<p>32. Z váhy ve vzporu roznožmo (2s.) zvolna toporně stoj na ruce (2s.)</p> 	<p>33. Z váhy ve vzporu (2s.) zvolna toporně stoj na ruce (2s.)</p> 	<p>34. Z váhy v nízkém vzporu (2s.) zvolna toporně japonský stoj (2s.) (Alvariño)</p> 	<p>35.</p>	<p>36.</p>
<p>37. Ze vzporu vzadu ležmo překot vzad s výkrutem do vzporu stojmo rozkročného</p> 	<p>38.</p>	<p>39.</p>	<p>40.</p>	<p>41.</p>	<p>42.</p>
<p>43. Kotoul vpřed roznožmo s přešvihem do stoje na ruce (2s.)</p> 	<p>44. Kotoul vpřed schylmo s přešvihem do stoje na ruce (2s.)</p> 	<p>45.</p>	<p>46.</p>	<p>47.</p>	<p>48.</p>

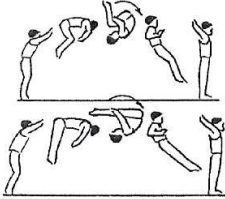
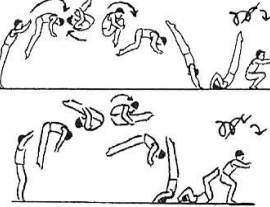
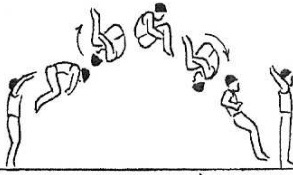
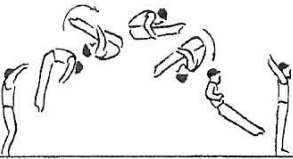
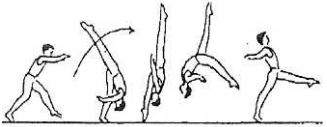
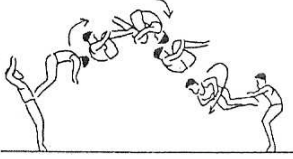

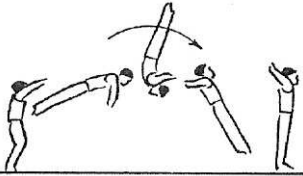
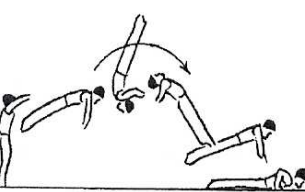
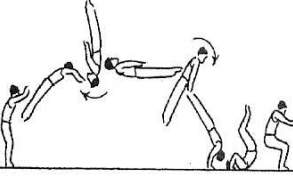
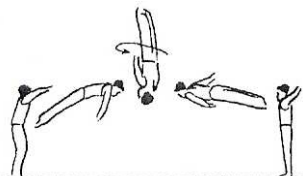
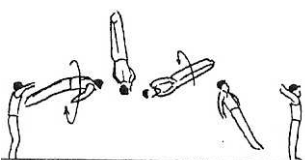
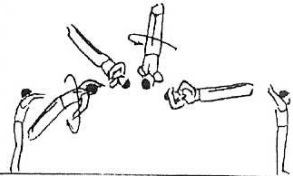
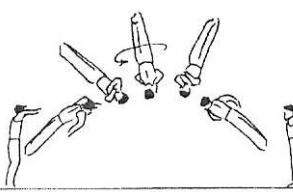
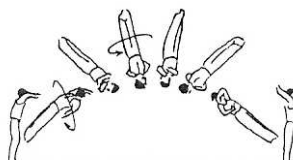
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6
Skupina I: Neakrobatické prvky					
<p>49. Pomalý přemet vzad nebo ze vzporu vzadu ležmo odrazem jednož a výkrutem přemet vzad (Menichelli)</p>  <p>(Menichelli)</p>	50.	51.	52.	53.	54.
<p>55. Pomalý přemet vpřed</p> 	56.	57.	58.	59.	60.
<p>61. Rozštěp čelný nebo boční (2s.)</p> 	62.	63.	64.	65.	66.
<p>67. Libovolná váha stojná (2s.)</p> 	<p>68. Libovolná váha stojná s roznožením 180° bez přidržení rukou (2s.)</p> 	69.	70.	71.	72.

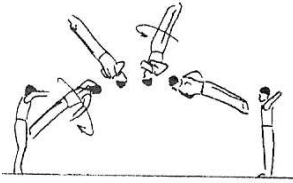
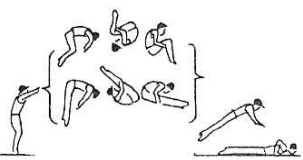
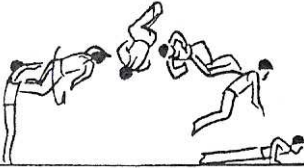
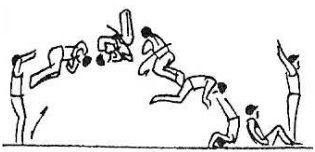
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6
Skupina I: Neakrobatické prvky					
<p>73. Skok vpřed s dvojným obr. (360°) do vzporu ležmo, skok vpřed do naznačeného stoje na ruku (také s obratem o 90° nebo 180°)</p> 	<p>74. Skok vpřed se čtverným obratem (720°) do vzporu ležmo</p> 	<p>75.</p>	<p>76.</p>	<p>77.</p>	<p>78.</p>
<p>79. Skok vzad s obratem (180°) do vzporu ležmo</p> 	<p>80. Skok vzad s trojným obratem (540°) do vzporu ležmo</p> 	<p>81. Skok vzad s paterným obratem (900°) do vzporu ležmo</p> 	<p>82.</p>	<p>83.</p>	<p>84.</p>
<p>85. Jakýkoliv skok vzad do vzporu ležmo</p> 	<p>86. Skok vzad se schýlením a napřímením do vzporu ležmo (Endo) nebo přemet vzad s dvojným obratem (360°) do vzporu ležmo</p> 	<p>87.</p>	<p>88.</p>	<p>89.</p>	<p>90.</p>
<p>91. Motýlek</p> 	<p>92. Motýlek s dvojným obratem (360°) (Tong Fei)</p> 	<p>93. Motýlek se čtverným obratem (720°)</p> 	<p>94.</p>	<p>95.</p>	<p>96.</p>

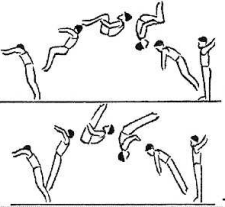

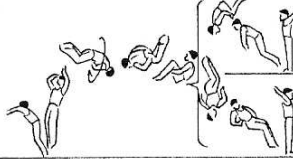
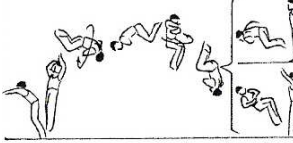
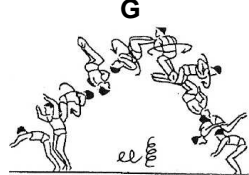
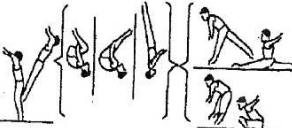
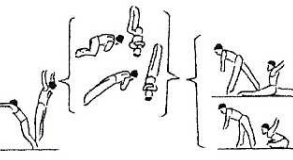
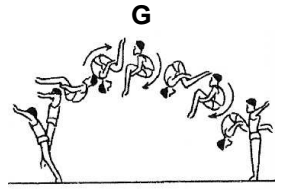

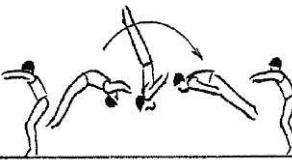

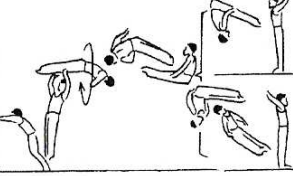
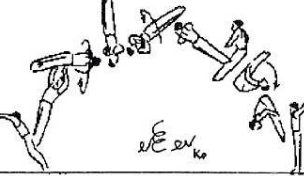
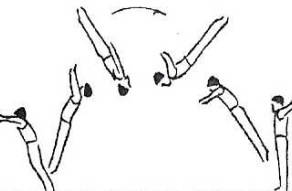
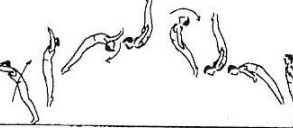
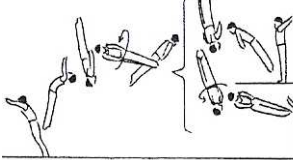
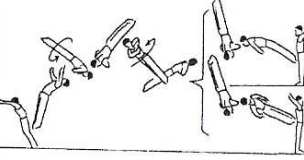
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6
Skupina I: Neakrobatické prvky					
97. Varianty breakdance 	98.	99.	100.	101.	102.
103. Kolo odbočno snožmo nebo s roznožením 	104. Kolo odbočno snožmo nebo s roznožením do stoje na rukou 	105. Kolo odbočno snožmo nebo s roznožením do stoje na rukou a sešín do kola odbočno snožmo nebo s roznožením (Gogoladze) 	106. Kolo odbočno snožmo nebo s roznožením do stoje na rukou s obraty souruč a sešín do kola odbočno snožmo nebo s roznožením 	107.	108.
109.	110. Ze stoje na rukou sešín do kola odbočno snožmo nebo s roznožením 	111.	112.	113.	114.
115. Kolo odbočno s roznožením s obratem (180°) v protisměru 	116. Kolo odbočno s roznožením a dvojným obratem (360°) v protisměru – vřeteno 	117. Kolo odbočno nebo kolo odbočno s roznožením, s dvojným obratem (360°) v protisměru do stoje na rukou 	118.	119.	120.

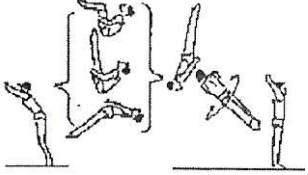
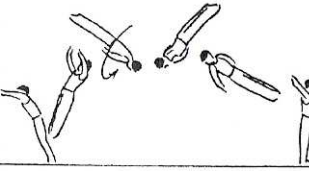
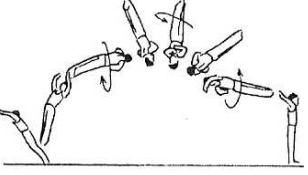
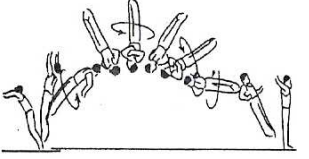
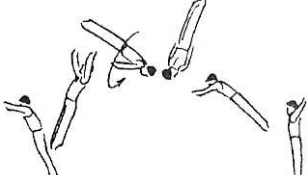
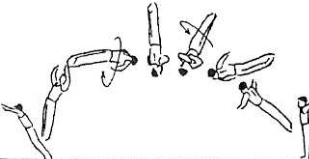
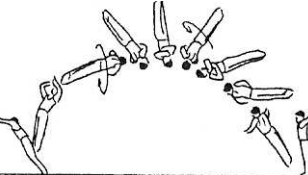
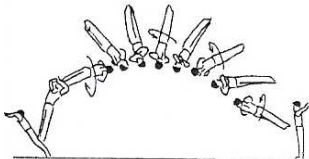
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6
Skupina I: Neakrobatické prvky					
121.	122. Kolo odbočmo s roznožením a obratem (180°) v protisměru do stoje na rukou 	123.	124. Kolo odbočmo s roznožením a dvojným obratem (360°) v protisměru do stoje na rukou a sešín do kola odbočmo snožmo nebo s roznožením 	125.	126.
127. Kolo zánožmo s dvojným obratem (360°) – ruské kolo, nebo s trojným obratem (540°) 	128. Kolo zánožmo s obratem 720° nebo 900° 	129. Kolo zánožmo s obratem 1080° a více stupňů (Fedorčenko) 	130.	131.	132.
133. Kotoul vzad stojem na rukou s obratem (180°) 	134. . Kotoul vzad stojem na rukou s dvojným obratem (360°) souřuč 	135.	136.	137.	138.
139. Ze vzporu ležmo přešvih roznožmo vpřed do vzporu ležmo vzadu nebo do lehu 	140.	141.	142.	143.	144.

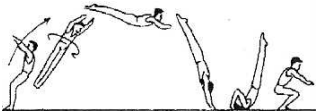
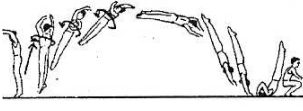
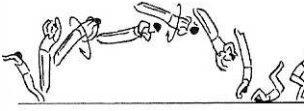

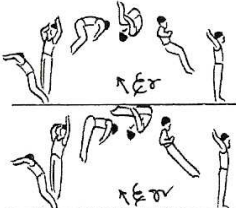
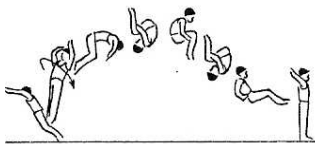
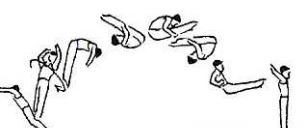
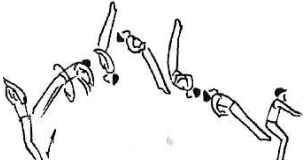
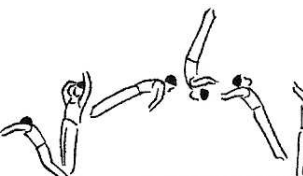

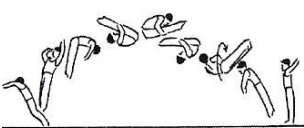

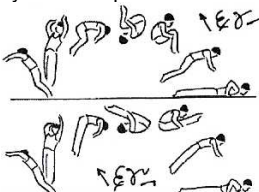
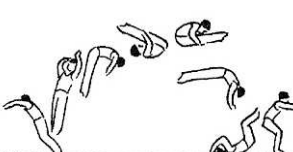
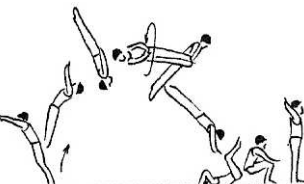
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6
Skupina II: Akrobatické prvky vpřed					
<p>1. Jakákoliv vzklopka z lehu vznesmo nebo oporem o hlavu</p> 	2.	3.	4.	5.	6.
<p>7. Vzklopka z lehu vznesmo nebo oporem o hlavu s obratem (180°) do stoje nebo s dvojným obratem (360°) do vzporu ležmo vzadu</p> 	8.	9.	10.	11.	12.
<p>13. Přemet vpřed odrazem jednož nebo snožmo</p> 	<p>14. Přemet vpřed odrazem jednož nebo snožmo do vzporu ležmo</p> 	<p>15. Přemet vpřed a bez doskoku salto vpřed skrčmo nebo schylmo do kotoulu (Marinič)</p> 	<p>16. Marinič toporně</p> 	17.	18.
<p>19. Kotoul letmo</p> 	<p>20. Kotoul letmo s dvojným obratem (360°) nebo skok vpřed s dvojným obratem (360°) a přemet vpřed</p> 	<p>21. Kotoul letmo se čtverným obratem (720°)</p> 	22.	23.	24.


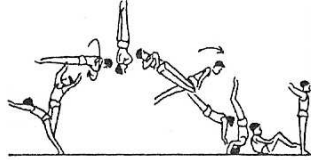
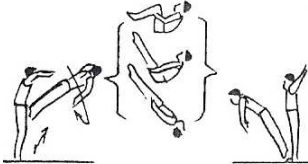
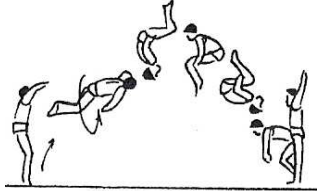
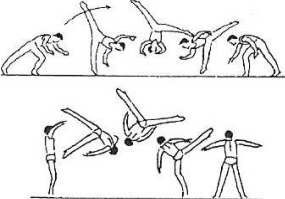
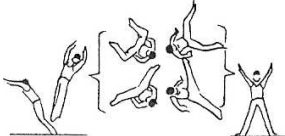
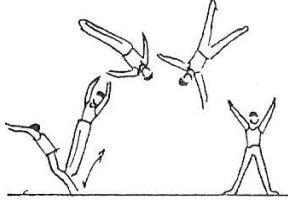
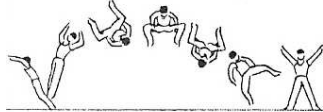

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6
Skupina II: Akrobatické prvky vpřed					
25. Salto vpřed skrčmo nebo schylmo 	26.	27. 1,5 salta vpřed skrčmo nebo schylmo do kotoulu 	28. Dvojně salto vpřed skrčmo 	29. Dvojně salto vpřed schylmo 	30.
31. Odrazem jednož salto vpřed prohnuté s doskokem na jednu nohu (šprajcka) 	32.	33.	34. Dvojně salto vpřed skrčmo s obratem (180°) 	35. Dvojně salto vpřed schylmo s obratem (180°) 	36.
37.	38. Salto vpřed toporně 	39. Jeden a čtvrt salta vpřed toporně do vzporu ležmo 	40. 1,5 salta vpřed toporně do kotoulu 	41.	42.
43.	44. Všechna salta vpřed s obratem (180°) 	45. Všechna salta vpřed s dvojným obratem (360°) 	46. Všechna salta vpřed se čtvěrným obratem (720°) 	47. Všechna salta vpřed s patěrným obratem (900°) 	48. Všechna salta vpřed se šestěrným obratem (1080°) 

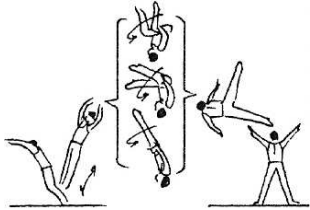
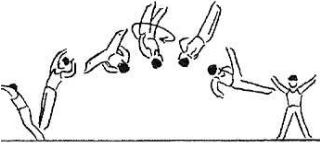
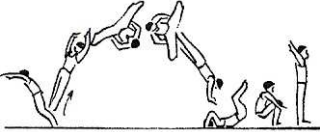
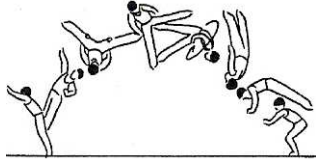
A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6
Skupina II: Akrobatické prvky vpřed					
49.	50.	51. Všechna salta vpřed s trojným obratem (540°) 	52.	53.	54.
55.	56. Salto vpřed skrčmo nebo schylmo do vzporu ležmo 	57. Salto vpřed skrčmo nebo schylmo s dvojným obratem (360°) do vzporu ležmo 	58. 1,5 salta vpřed s dvojným obratem (360°) do kotoulu (Van Roon) 	59.	60.
61.	62.	63.	64.	65.	66.
67.	68.	69.	70.	71.	72.

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6
Skupina III: Akrobatické prvky vzad					
<p>1. Salto vzad skrčmo nebo schylmo</p> 	<p>2.</p>	<p>3. Dvojn� salto vzad skrčmo</p> 	<p>4. Dvojn� salto vzad skrčmo s dvojným nebo trojným obratem (360�/540�) (�ukahara)</p> 	<p>5. Dvojn� salto vzad skrčmo se �tvern�m nebo patern�m obratem (720�/900�)</p> 	<p>6. Dvojn� salto vzad skrčmo se �estern�m obratem (1080�) (Ri Jong Song)</p> 
<p>7.</p>	<p>8. Všechna salta vzad do roz�t�pu</p> 	<p>9. Všechna salta vzad s dvojn�m obratem (360�) do roz�t�pu</p> 	<p>10.</p>	<p>11.</p>	<p>12. Trojn� salto vzad skrčmo (Ljukin)</p> 
<p>13. P�emet vzad</p> 	<p>14. Tempovan� salto vzad</p> 	<p>15. Dvojn� salto vzad schylmo</p> 	<p>16. Dvojn� salto vzad schylmo s dvojn�m nebo trojn�m obratem (360�/540�)</p> 	<p>17.</p>	<p>18. Salto vzad toporn� se �tvern�m obratem (720�) a salto vzad schylmo (Kolyvanov)</p> 
<p>19.</p>	<p>20. Salto vzad toporn�</p> 	<p>21.</p>	<p>22. Dvojn� salto vzad toporn�, i s obratem (180�)</p> 	<p>23. Dvojn� salto vzad toporn� s dvojným nebo trojným obratem (360�/540�)</p> 	<p>24. Dvojn� salto vzad toporně se čtverným nebo paterným obratem (720�/900�)</p> 

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6
Skupina III: Akrobatické prvky vzad					
25.	26. Všechna salta vzad s obratem (180°) 	27. Všechna salta vzad s trojným obratem (540°) 	28. Všechna salta vzad s paterným obratem (900°) 	29. . Všechna salta vzad se sedmým obratem (1260°) 	30.
31.	32. Všechna salta vzad s dvojným obratem (360°) 	33. Všechna salta vzad se čtvěrným obratem (720°) 	34. Všechna salta vzad s šestěrným obratem (1080°) 	35.	36. Všechna salta vzad s osměrným obratem (1440°) 
37.	38.	39.	40.	41.	42.
43.	44.	45.	46.	47.	48.

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6
Skupina IV: Akrobatické prvky stranou nebo začínající skokem vzad nebo vpřed s obratem					
<p>1. Skok vzad s obratem (180°) do kotoulu letmo</p> 	<p>2. Skok vzad s trojným obratem (540°) do kotoulu letmo</p> 	<p>3. Skok vzad s paterným obratem (900°) do kotoulu letmo</p> 	<p>4.</p>	<p>5.</p>	<p>6.</p>
<p>7. Skok vzad s obratem (180°) a přemet vpřed</p> 	<p>8. Skok vzad s obratem (180°) a salto vpřed skrčmo nebo schylmo</p> 	<p>9.</p>	<p>10. Skok vzad s obratem (180°) a dvojně salto vpřed skrčmo</p> 	<p>11. Skok vzad s obratem (180°) a dvojně salto vpřed schylmo</p> 	<p>12. Skok vzad s obratem (180°) a dvojně salto vpřed toporně (Tamayo)</p> 
<p>13.</p>	<p>14. Skok vzad s obratem (180°) a salto vpřed toporně</p> 	<p>15.</p>	<p>16. Skok vzad s obratem (180°) a dvojně salto vpřed skrčmo s obratem (180°)</p> 	<p>17. Skok vzad s obratem (180°) a dvojně salto vpřed schylmo s obratem (180°)</p> 	<p>18. Skok vzad s obratem (180°) a dvojně salto vpřed schylmo s dvojným obratem (360°) (Hypolito)</p> 
<p>19.</p>	<p>20. Skok vzad s obratem (180°) a salto vpřed skrčmo nebo schylmo do vzporu ležmo</p> 	<p>21. Skok vzad s obratem (180°) a 1,5 salta vpřed skrčmo nebo schylmo do kotoulu</p> 	<p>22. Skok vzad s obratem (180°) a 1,5 salta vpřed toporně do kotoulu</p> 	<p>23.</p>	<p>24.</p>

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6
Skupina IV: Akrobatické prvky stranou nebo začínající skokem vzad nebo vpřed s obratem					
25.	26.	27.	28. Skok vzad s trojným obratem (540°) a 1,5 salta vpřed skrčmo nebo schylmo do kotoulu (Thomas) 	29. Thomas salto toporně 	30.
31.	32. Skok vpřed s obratem (180°) a salto vzad skrčmo, schylmo nebo toporně 	33.	34. Skok vpřed s obratem (180°) a dvojně salto vzad skrčmo nebo schylmo 	35.	36.
37. Odrazem jednož salto stranou roznožmo (arab) 	38.	39.	40.	41.	42.
43. Salto stranou skrčmo nebo schylmo 	44. Salto stranou toporně 	45. Dvojně salto stranou skrčmo 	46. Dvojně salto stranou roznožmo 	47.	48.

A = 0,1	B = 0,2	C = 0,3	D = 0,4	E = 0,5	F = 0,6
Skupina IV: Akrobatické prvky stranou nebo začínající skokem vzad nebo vpřed s obratem					
49.	50. Všechna salta stranou s obratem (180°) 	51. Všechna salta stranou s dvojným obratem (360°) 	52.	53.	54.
55.	56.	57. 1,5 salta stranou roznožmo s půlobra-tem (90°) do kotoulu (Li Yuelju) 	58.	59. Dvojně salta stranou roznožmo s dvojným obratem (360°) (Lou Yun) 	60.
61.	62.	63.	64.	65.	66.
67.	68.	69.	70.	71.	72.

