

ČLÁNEK 10 - Kladina

10.1 Všeobecné zásady

Hodnocení sestavy začíná odrazem z můstku nebo žíněny. Přídavné zpevňující podložky pod můstek (např. další můstek) **nejso** povoleny.

Druhý rozběh k náskoku na nářadí je povolen, pokud se závodnice při svém **prvním** pokusu (kdy si rozběh rozmyslela) **nedotkne** můstku ani nářadí.

- Po druhém neúspěšném pokusu o náskok, musí závodnice své cvičení zahájit.
- Pokud se závodnice nedotkne můstku nebo nářadí, sráží se pouze za „náskok neuvedený v tabulce prvků“.
- Třetí pokus o náskok není povolen.

Délka sestavy na kladině nesmí přesáhnout 1:30 minuty (90 vteřin).

Měření času:

- Asistentka 1 začíná měřit čas v okamžiku odrazu závodnice z můstku nebo ze žíněny. Zastaví stopky v okamžiku, kdy závodnice doskočí na žíněnku po závěru své sestavy na kladině.
- **Deset** (10) vteřin před uplynutím maximálního časového limitu a znovu v okamžiku jeho uplynutí (90 vteřin) upozorní závodnici varovný signál (gong), že má ukončit cvičení.
- Je-li doskok proveden **současně** se zazněním druhého signálu, srážka se neuděluje.
- Při doskoku **po zaznění** druhého signálu se sráží za překročení časového limitu. Rozhodčí hodnotí celou sestavu včetně závěru.
- Přesáhne-li délka sestavy 1:30 minuty (90 vteřin), uděluje se srážka za překročení časového limitu, a to:
 - 0,10 b.
- Prvky předvedené po tomto časovém limitu budou panelem D uznány a panelem E ohodnoceny.
- Rozhodčí pověřená měřením času hlásí písemně překročení času rozhodčím panelu D, které srážku odečtou z výsledné známky.

Přerušení při pádu z nářadí:

- Při pádu z nářadí je povoleno přerušení cvičení na **deset** (10) vteřin. (Asistentka 2 začíná měřit čas přerušení při pádu okamžikem, kdy se závodnice postaví po pádu na nohy). Čas při pádu se měří zvlášť; **nezapočítává** se do celkové doby cvičení.
- Přerušení cvičení končí okamžikem, kdy závodnice žíněnku opustí, aby naskočila na kladinu.
- Po naskočení na kladinu začíná asistentka 1 měřit čas s prvním pohybem pokračování sestavy.
- Probíhající čas přerušení při pádu je zobrazován ve vteřinách na výsledkové tabuli. Varovný signál (gong) zazní po uplynutí desetivteřinového časového limitu.
 - Nenaskočí-li závodnice znovu na kladinu do konce tohoto desetivteřinového limitu, cvičení je považováno za ukončené.

10.2 Obsah a skladba cvičení

Do hodnoty obtížnosti se započítává 8 prvků nejvyšší obtížnosti včetně závěru, a to:

- maximálně 5 akrobatických prvků
- minimálně 3 gymnastické prvky

Prvky obtížnosti by měly být rozmanitě voleny z následujících pohybových struktur (skupin prvků).

- akrobatické prvky s nebo bez
 - dohmatu rukou
 - letové fáze
- gymnastické prvky
 - skoky odrazem snožmo i jednonož a poskoky
 - obraty
 - vlny trupem
 - výdrže (ve stoji, sedu a lehu)

10.3 Skladební požadavky (SP) - panel D + 2,50 b.

- 1 - spojení nejméně 2 různých gymnastických prvků, z nichž jeden musí být skok s rozsahem 180° v bočním roznožení + 0,50 b.
- 2 - obrat (z tabulky prvků) + 0,50 b.
- 3 - akrobatická řada nejméně 2 prvků s letovou fází*, z nichž jeden musí být salto (prvky mohou být stejné) + 0,50 b.
- 4 - akrobatické prvky v různém směru (vpřed/stranou a vzad) + 0,50 b.
- 5 - závěr sestavy
 - sestava bez závěru nebo závěr obtížnosti A či B + 0,00 b.
 - závěr obtížnosti C + 0,30 b.
 - závěr obtížnosti D nebo vyšší + 0,50 b.

*Prvky s letovou fází s dohmatem nebo bez dohmatu.

Poznámka:

- Požadavky 1- 4 musí být předvedeny na kladině.
- Kotouly, stoje na rukou a výdrže nemohou být použity k plnění skladebních požadavků.

10.4 Hodnota vazeb (HV) - panel D

Hodnota vazeb může být udělena za přímé vazby. Bonifikační koeficient za hodnotu vazeb se přičítá ke známce D.

Vzorce pro přímé vazby:

Akrobatické vazby	
0,10	0,20
<i>2 akrobatické prvky s letovou fází, kromě seskoku</i>	
C/D + D a vyšší C + C B + E	*C/D + D a vyšší B + F
<i>3 akrobatické prvky s letovou fází, včetně náskoku a seskoku (seskok minimálně D)</i>	
B + B + D C + B + C	B + B + E C + C + C B + C + D

Obraty	
0,10	0,20
A + C (i naopak)	

Poznámka: Prvky mohou být zacvičeny na stejné (stojné) noze nebo s krokem do obratu na druhé noze (krátké „demi-plié“ na jedné nebo obou nohou je povoleno).

Smíšené vazby	
0,10	0,20
C + C a vyšší <i>(kromě seskoku)</i> D - salto + A - váha <i>(v tomto pořadí a není povolen krok do váhy)</i>	

*Jedná se o tyto vazby prvků v jednom směru s okamžitým odrazem (odskokem) do prvku následujícího (se zrychlujícím účinkem):

- doskok z prvního letového prvku snožmo s okamžitým odrazem (odskokem) do druhého prvku
nebo
 - doskok z prvního prvku na jednu nohu a přidáním druhé nohy okamžitý odraz (odskok) snožmo do dalšího prvku
- Akrobatický prvek může být pro získání hodnoty vazby (HV) předveden pouze dvakrát (2x) v rámci stejné přímé vazby, jako prvek obtížnosti je však uznán pouze jednou.
 - Skoky s obr. nejméně o 360° v provedení čelně získají hodnotu o jeden stupeň vyšší než v provedení bočně (viz čl. 5)
 - Následující akrobatické prvky obtížnosti B s dohmatem rukou a letovou fází
 - přemet vzad s doskokem snožmo
 - přemet vzad s doskokem na jednu nohu
 - Auerbach flik
 - rondat
 - přemet vpřed
- mohou být předvedeny podruhé v sestavě nebo před seskokem a získají hodnotu vazeb (HV).

Seskok z kladiny s pádem :

- Závěrečné salto není započato (není zahájena rotace) a dojde k pádu, nebo
- pokus o seskok není vůbec předveden (doskok na nohy nebo pád po doskoku na nohy):

Příklad č. 1: rondat, seskok z kladiny bez předvedení závěru

Hodnocení:

- chybí skladební požadavek (panel D)
- chybí hodnota obtížnosti - započítává se pouze 7 prvků (panel D)
- srážka 0,50 b. za sestavu bez závěru (panel E)
- srážka 1,00 b. za pád, nebo příslušné srážky za doskok (panel E)

- Závěrečné salto je započato a následuje pád

Příklad č. 2: rondat, zahájení závěrečného salta, doskok na jinou část těla než chodidla

Hodnocení:

- chybí skladební požadavek (panel D)
- chybí hodnota obtížnosti - započítává se pouze 7 prvků (panel D)
- srážka 1,00 b. za pád (panel E)

10.5 Srážky za umělecký projev (panel E)

Chyby	0,10	0,30	0,50
- Nedostatečná různorodost rytmu a tempa	x		
- Nejistota provedení	x	x	
- Nedostatečný umělecký projev během celého cvičení, včetně: <ul style="list-style-type: none"> • kreativní choreografie <i>(originální skladba zařazených prvků a pohybů)</i> 	x	x	
- Nevhodná gesta nebo mimika, která neodpovídá prováděnému pohybu	x		

10.6 Specifické srážky (panel E)

Chyby	0,10	0,30	0,50 a více
- Rozběhy <ul style="list-style-type: none"> • Rozběh s dotykem můstku či kladiny bez předvedení náskoku • Třetí pokus o náskok 			1,00 1,00
- Opora nohou o bok kladiny		x	
- Přídavná opora o kladinu v důsledku chybného technického provedení prvku		x	
- Zachycení se kladiny pro zabránění pádu			0,50
- Přídavné pohyby k udržení rovnováhy	x	x	0,50
- Pauza na koncentraci (více než 2 vt)	x		
- Nepřiměřeně dlouhá příprava na gymnastické prvky	x		
- Jednostranný výběr prvků: <ul style="list-style-type: none"> • více než jeden obrat o 180°snožmo v průběhu celé sestavy 	x		
- Nedostatečné využití kladiny: <ul style="list-style-type: none"> • chybějící pohyb blízko kladině s dotykem části těla nebo hlavy (nemusí být prvek z pravidel) 	x		
- Špatný rytmus ve vazbách	x		
- Náskok neuvedený v tabulce prvků	x		
- Sestava bez závěru			0,50

10.7 Poznámky

Pády - akrobatické a gymnastické prvky - *pro uznání hodnoty prvku se závodnice musí vrátit zpět na kladinu jednou nohou nebo trupem*



- doskočí-li závodnice na kladinu jednou nebo oběma nohama nebo do předepsané polohy - hodnota obtížnosti se uznává
- nedoskočí-li závodnice na kladinu jednou nebo oběma nohama nebo do předepsané polohy - hodnota obtížnosti se neuznává

Náskoky



- Náskoku může předcházet pouze rondat.
- Prvky, které byly provedeny jako náskok (kotouly, stoje na rukou, výdrže), mohou být rovněž zacvičeny v sestavě, hodnotu obtížnosti však obdrží pouze jednou.

Výdrže


- Aby prvky s předepsanou výdrží (stoje na rukou bez obrátů a výdrže) obdržely hodnotu obtížnosti, musí tato výdrž, je-li předepsána v tabulce prvků, trvat 2 vteřiny. Pokud prvek není proveden s výdrží 2 vteřin a nepodobá se žádnému jinému prvku uvedenému v pravidlech, obdrží o jednu hodnotu nižší obtížnost (stoje na rukou a výdrže však musí být dokončeny).
- Pro získání hodnoty vazby mohou být akrobatické prvky (s letovou fází) s "výdržemi" předvedeny jako druhý prvek akrobatické vazby.

- Prvky  a  (přemet vzad s obr. 90° a 270° do stoje na rukou čelně) budou hodnoceny o jednu hodnotu obtížnosti níže, nebude-li výdrž ve stoji 2 vteřiny.
 - Předvede-li závodnice v sestavě stejný prvek znovu s výdrží ve stoji 2 vteřiny, hodnota obtížnosti se již neuznává.

Prvky Onodi (5.401)

- Prvek „Onodi“  může být použit jako první nebo druhý prvek v akrobatické řadě.
- Prvek „Onodi“ s výměnou nohou  může být použit pouze jako poslední prvek v řadě a bude považován za stejný prvek jako „Onodi“.

Specifické prvky

- U prvku  flik s obr. 360° do vzporu sedmo roznožného bočně musí být dohmat na kladinu proveden v poloze bočně. Pokud ruce dohmátnou na kladinu v poloze čelně, prvek obdrží o jednu hodnotu nižší obtížnost.
 - Pokud závodnice předvede v sestavě stejný prvek znovu se správně dokončeným obrátem 360°, hodnota obtížnosti se již neuznává.



ruce jsou vedle sebe v poloze bočně - **správně**



ruce jsou za sebou v poloze bočně - **správně**



první ruka je v pozici dokončeného obratu - hodnota obtížnosti se uznává (uplatní se srážky za nesprávnou polohu)



obě ruce jsou v poloze čelně - prvek obdrží hodnotu obtížnosti C (uplatní se srážky za nesprávnou polohu)