



SUOMEN
VOIMISTELULIITTO

TEAMGYM KANSALLISET SÄÄNNÖT

- 1. luokka**
- 2. luokka**
- 3. luokka**

Syyskuu 2022

V1.3,

Maaliskuu 2024

Pohjautuen Euroopan voimisteluliiton (EG) sääntökirjaan
(2022, V1.1, huomioiden tarkennukset 2023 ja 2024)

SISÄLLYS

1	SÄÄNTÖJEN TARKOITUS	8
2	KILPAILUSÄÄNNÖT	8
3	KILPAILUUN OSALLISTUMISEN EDELLYTYKSET	8
4	KILPAILUASU, PUKEUTUMINEN	8
5	OHJEITA VALMENTAJILLE	9
6	SÄÄNTÖPÄIVITYKSET	11
7	PISTEIDEN MUODOSTUMINEN	11
8	TUOMARITYÖSKENTELEY	12
8.2	TUOMARIPANEELIT	12
8.3	TUOMAREIDEN ISTUMAJÄRJESTYS	13
8.4	TUOMARIPANEELIEN TEHTÄVÄT	13
8.5	PISTEMÄÄRÄN LASKEMINEN JA PYÖRISTÄMINEN	16
8.5.3	CD-paneelin toleranssi	18
8.5.4	E-paneelin toleranssi	18
8.6	BASE-PISTEMÄÄRÄ	19
9	VAPAAOHJELMA	20
9.2	C-PISTEET: SOMMITTELUVAATIMUKSET (2,0)	20
9.3	D-PISTEET: VAIKEUSOSAT (1. LK. 3,0; 2. LK. 4,0; 3. LK. AVOIN VAIKEUSARVO)	26
9.3.1	Vaikeusosat kussakin luokassa	26
9.3.2	Vaikeusosien merkitseminen arvostelulomakkeeseen	30
9.3.3	Vaikeusosien suoritusvaatimukset	30
9.3.4	Vaikeusosan arvon alentaminen	31
9.4	E-PISTEET: SUORITUS (10,00)	31
9.4.1	Taulukon mukaan määritettävät suoritusvähennykset	31
9.4.3	Muut suoritusvähennykset	34
9.4.6	Ylituomarin (E1) vähennykset	37
10	VOLTTIRATA	39
10.2	SOMMITTELUVAATIMUKSET	40
10.3	C-PISTEET: SOMMITTELU (2,0)	41
10.4	D-PISTEET: VAIKEUSARVO (AVOIN VAIKEUSARVO) VAIN 3. LUOKASSA!	44
10.5	E-PISTEET (SUORITUS) (10,00)	46
10.5.2	Suoritusvähennysten määritelmät	46
10.5.3	Erityisvähennykset	49
10.5.6	Ylituomarin (E1) vähennykset	50
11	TRAMPETTI	53
11.1	YLEISTÄ	53
11.2	SOMMITTELUVAATIMUKSET	54
11.3	C-PISTEET (SOMMITTELU) (2,0)	55
11.4	D-PISTEET: VAIKEUSARVO (AVOIN VAIKEUSARVO) VAIN 3. LUOKASSA!	57
11.5	E-PISTEET: SUORITUS (10,00)	58
11.5.2	Suoritusvähennysten määritelmät	58
11.5.3	Erityisvähennykset	61
11.5.6	Ylituomarin (E1) vähennykset	62

LIITTEET

Liite 1 Vaaditut vartalonasennot volteissa, kierteen vaatimukset

Liite 2 Vapaaohjelman virhevähennystaulukko

Liite 3 Volttiradan ja trampetin liikekohtainen virhevähennystaulukko erillisenä tiedostona (V 1.2)

Tämä dokumentti pohjautuu EG:n Code of Points-sääntökirjaan (2022) kansallisin muokkauksin, ja koskee kilpailuluokkia 1, 2 ja 3.

© Piirroksset EG

V1.3 – Maaliskuu 2024

Versioon 1.1 tehdyt muutokset:

Kohta	Otsikko	Muutos
10.3.2.3	Puuttuva liike	Vähennyksen käyttöä tarkennettu otsikkoon: <i>"Tätä vähennystä ei käytetä joukkuekierroksilla. Näin ollen vähennystä käytetään vain 3. luokassa 3. kierroksella."</i> Poistettu tarpeettomana taulukko vaadittujen liikkeiden määrästä ja lisätty tekstiin: "3. luokassa kolmannella kierroksella tulee olla vähintään kolme (3) liikettä." Lisätty: " Jos voimistelija suorittaa läpijuoksun ilman yhtään hyväksytyä liikettä, tätä vähennystä ei käytetä (E-paneeli vähentää läpijuoksusta).
10.3.3	3. Puuttuva liike	Lisätty: "(vain 3. luokan 3. kierros)"
10.3.2.4 ja 10.3.3	Virhe liikesarjojen järjestyksessä 2. ja 3. kierroksella	Poistettu maininta 2. kierroksesta: "Virhe liikesarjojen järjestyksessä 3. kierroksella"
10.4.3	Perusliikkeiden arvot – Volttirata	Lisätty liikkeiden symbolit taulukkoon
11.3.2.3 ja 11.3.3	Virhe liikkeiden järjestyksessä 2. ja 3. kierroksella	Poistettu maininta 2. kierroksesta: "Virhe liikkeiden järjestyksessä 3. kierroksella"
11.4.3	Perusliikkeiden arvot – Trampetti	Lisätty liikeryhmä "hyppytelineellä" ja urhon arvo 0,40 Lisätty liikkeiden symbolit taulukkoon
11.5.2.9	Hyppytelineen käyttö	Lisätty: "Jos voimistelija ei kosketa hyppytelinettä käsillä lainkaan, vähennetään läpijuoksusta."
Liite 1	Kierteen vaatimukset	Poistettu: "Taittovoltissa voi olla enintään puolikierre. Voltit, joissa on enemmän kierrettä, lasketaan aina joko kerävolteiksi tai suoriksi volteiksi, ei koskaan taittovolteiksi."
Liite 3	Hallinnan puute alastulossa (trampetti ja 2. lk. volttiradalla eteenvoltti)	Lisätty: "Hallinnan puute alastulossa 0,2 Voimistelija joutuu ottamaan askeleita hallinnan saavuttamiseksi"

Versioon 1.2 tehdyt muutokset:

Kohta	Otsikko	Muutos
8.5.2.2 b)	Muiden paneelien pisteet	<p>Tarkennettu pyöristämistä: ”Kun paneelissa on 3 tuomaria: lasketaan kolmen tuomarin keskiarvo, jota käytetään paneelin neljäntenä pistemääränä. Tämän jälkeen toimitaan kuten neljän tuomarin paneelissa.</p> <p>Pistemäärä pyöristetään jokaisessa välivaiheessa kolmen desimaalin tarkkuuteen ja lopuksi alaspäin lähimpään 0,000/0,005:een.”</p> <p>Lisätty esimerkki pistemäärän laskemisesta kolmella tuomarilla.</p>
9.2.1.2.1	Kuviot, 1. lk. Rivistö	<p>Tarkennettu rivistön määritelmää: ”Ohjelmassa tulee olla yksi kuvio, jossa voimistelijat ovat peräkkäin ja vierekkäin rivistössä tai avorivistössä. Rivistö/avorivistö tulee muodostaa niin, että kaikki voimistelijat ovat sijoittuneet tasaisin välein yhteen ja samaan kuvioon.</p> <p>Avorivistössä tulee olla vähintään kolme riviä.”</p>
9.3.1	Vaikeusosat, 2. lk. Piruettipreppaus ja päkiällä käynti (B2)	<p>Tarkennettu piruettipreppauksen määritelmää: ”Piruetin valmistautumisasennosta käynti kukkoasennossa päkiällä. Piruettipreppaus tulee tehdä plién kautta päkiälle. Tukijalka päkiällä ollessa suora.</p> <p>Joukkue saa valita, tekeekö eteen- vai taaksepiruetin preppauksen, mutta kaikkien voimistelijoiden tulee suorittaa sama versio.”</p>
9.3.1	Vaikeusosat, 2. lk. Jännehypy 360° (J1)	<p>Joukkueen tulee aloittaa tasajalkaa ponnistavat hypyt samaan suuntaan kääntyneenä. Kukin voimistelija saa kuitenkin valita kierresuuntansa.</p> <p>Tarkennettu kierrehypyn määritelmää: ”Kaikkien voimistelijoiden tulee aloittaa hypy lantio ja kasvot samaan suuntaan.”</p>
9.3.1.1	Joukkueliikkeen määritelmä b)	<p>Tarkennettu joukkueliikkeen määritelmää: ”Joukkueliike on</p> <p>1. luokka: pareittain, ryhmissä tai joukkueena suoritettava yhteisliike, jossa voimisteliijoilla on jonkinlainen fyysinen kontakti toisiinsa (esimerkiksi nojaus).</p> <p>2. luokka: pareittain, ryhmissä tai joukkueena suoritettava painon kannattelu. Kannattelu tarkoittaa toisen voimistelijan koko painon kannattelemista.”</p>

		"Joukkueliikkeessä tulee säilyttää fyysinen kontakti voimistelijoiden välillä. Heitot eivät ole sallittuja luokissa 1–3."
10.2.1	Volttirata Sommiteluvaatimukset 1. luokka, joukkuekierrokset	Ensimmäisellä kierroksella voimistelijat voivat tehdä taitotasonsa mukaan ensimmäisen liikkeen käsipompulla tai ilman. Kuuden ensimmäisen ei siis tarvitse tehdä täsmälleen samaa versiota, vaan esim. 2 voi tehdä käsipompulla ja 4 ilman. Lisätty tekstiin tarkennus "(Voimistelija saa valita, tekeekö käsipompulla vai ilman)" 7. voimistelijasta lähtien on vaihtoehtona myös helpotettu kierros (käsinsesontakuperkeikan sijaan kuperkeikka).
10.2.1	Volttirata Sommiteluvaatimukset 1. luokka, helpotetut liikkeet 7. voimistelijasta lähtien	2. kierroksen helpotettuun versioon on lisätty kuperkeikan jälkeen hyppy etunojaan. "2. kierros: Hyppyaskel – kärrynpyörä – kärrynpyörä jalat yhteen – kuperkeikka taaksepäin kyykkyy jalat edellä – hyppy etunojaan"
10.2.2 a)	Volttirata Sommiteluvaatimukset 2. luokka	Korjattu tekstiin kärrynpyörä arabialaiseksi: "Jännehyppeä ei hyväksytä, jos jalat tulevat maahan yhtä aikaa tai vain toinen jaloista osuu maahan ennen arabialaista."
10.5.2.7	Volttirata Alastulo alastuloalueen ulkopuolelle	Tarkennettu vähennyksen käyttöä: "2. luokassa flikki ja voltti tulee tehdä alas 1,5 x 3 m kokoiselle alastuloalueelle. Puolivoltti sen sijaan tulee suorittaa volttiradalla. Nämä vaatimukset koskevat 6 ensimmäistä voimistelijaa. (7. voimistelijasta eteenpäin tätä vähennystä ei käytetä, ja helpotetut kierrokset saa suorittaa alastulomatolle)." "3. luokassa kunkin liikesarjan viimeinen liike tulee tehdä alastuloalueelle. Viimeisen liikkeen alastulo (ensimmäinen kosketus mattoon) tulee tehdä 1,5 x 3 m kokoisen alastuloalueen sisälle."
10.5.4	Volttirata Suoritusvähennykset, yhteenvetotaulukko	Poistettu taulukosta kohta 11: "Paluu yhdessä juosten". (Poistettu tekstistä jo aiemmin molemmilta telineiltä.)
Liite 1	Vaaditut vartalonasennot volteissa	Korjattu ensimmäisen sivun viimeiselle riville liitteen numero: "Suoritusvähennykset: ks. liite 3."

Liite 3	Liikekohtainen virhevähennystaulukko 1. luokka, volttirata: Käsinseisontakuperkeikka ja Taaksepäin kuperkeikka etunojaan	Lisätty näihin kohtiin vähennykseen <i>Jalat auki tai ristikkäin</i> maininta ”myös kyykkyasennossa”. Vähennystä jalkojen avauksesta voidaan siis käyttää myös kyykkyasennossa.
Liite 3	Liikekohtainen virhevähennystaulukko 1. luokka, volttirata: Lentokuperkeikka	Lisätty määritelmään (CD-paneeli): ”- ponnistus tasajalkaa”
Liite 3	Liikekohtainen virhevähennystaulukko 1. luokka, volttirata: Kärrynpyörä, Kärrynpyörä jalat yhteen sekä 2. luokka, volttirata: Arabialainen	Tarkennettu määritelmään, että suoran lantion vaatimus koskee käsinseisontavaihetta (ylimenovaihe): ”- suora lantio käsinseisontavaiheessa (max. 45° taitto sallitaan)”
Liite 3	Liikekohtainen virhevähennystaulukko 1. luokka, volttirata: Kärrynpyörä jalat yhteen	Lisätty määritelmään: ”- jalat tulevat yhteen (max. 15° avaus sallitaan)”
Liite 3	Liikekohtainen virhevähennystaulukko 2. luokka, volttirata: Jännehypy jalat avaten	Tarkennettu jännehypyn alastulon määritelmää: ”- alastulo suoritetaan vuorojaloin (molemmat jalat osuvat alustaan vuoron perään)” Lisätty otsikon ” <i>Vauhdinmenetys 0,1</i> ” alle: ”Voimistelija tulee jännehypystä alas niin, että vain arabialaisen etujalka osuu alustaan”
Liite 3	Liikekohtainen virhevähennystaulukko 1. luokka, trampetti Jännehypy	Lisätty: ” Määritelmä (CD-paneeli): - ponnistus tasajalkaa - suora lantio (max. 45° taitto sallitaan) - suorat polvet (max. 45° koukistus sallitaan) - kädet nousevat hartialinjan yläpuolelle
Liite 3	Liikekohtainen virhevähennystaulukko 1. ja 2. luokka, trampetti	Lisätty volttien alle ensimmäiselle riville: ” Määritelmä liitteen 1 mukaisesti ”
Liite 3	Liikekohtainen virhevähennystaulukko 1. luokka, trampetti Läpijuoksu	Tarkennettu vähennyksen käyttöä: ” Läpijuoksu 3,0 Voimistelija ei ponnista tasajalkaa tai voimistelija jää trampetille (esim. ponnistaa kaksi kertaa peräkkäin)”
Liite 3	Liikekohtainen virhevähennystaulukko 2. luokka, trampetti Läpijuoksu	Tarkennettu vähennyksen käyttöä: ” Läpijuoksu 3,0 Voimistelija ei suorita sallittua liikettä (vähintään kerävoltti) tai jää trampetille (esim. ponnistaa kaksi kertaa peräkkäin)”

Tähän versioon (1.3) tehdyt muutokset:

Kohta	Otsikko	Muutos
9.3.1	Vaikeusosat, 2. lk. Vapaavalintaisten hyppyjen lista: J5	Lisätty teksti: "Huom. Hypyn ponnistushetkellä lantion tulee olla samaan suuntaan, mihin voimistelija liikkuu. Esim. voimistelija liikkuu alueen takareunasta suoraan kohti etureunaa → lantion tulee olla ponnistushetkellä etukatsomoon päin."
9.3.1	Vaikeusosat, 3. lk. Tasapainot, DB	Vapaavalintainen piruetti. Lisätty huomiona: "Kaikkien voimistelijoiden tulee aloittaa piruetti lantio ja kasvot samaan suuntaan." (Tämä vaatimus on piruettien kohdalla liitteessä A1.)
9.3.1	Vaikeusosat, 3. lk.	Lisätty teksti taulukon perään, kappaleen loppuun: "Huom. Yhdeltä jalalta ponnistavat hypyt (leaps & hops) kierteellä: Hypyn ponnistushetkellä lantion tulee olla samaan suuntaan, mihin voimistelija liikkuu. Esim. voimistelija liikkuu alueen takareunasta suoraan kohti etureunaa → lantion tulee olla ponnistushetkellä etukatsomoon päin."
9.3.1.1	Joukkueliikkeen määritelmä	Tarkennettu edelleen joukkueliikkeen määritelmää: "Luokissa 1–3 joukkueliikkeen "maksimi" on nosto ilman minkäänlaista rotaatiota (liitteen A1 liike G601). Nostot käänöksellä tai kierteellä sekä kaikki heitot ovat kiellettyjä. Joukkueliikkeessä tulee säilyttää fyysinen kontakti voimistelijoiden välillä (heittäminen ei ole sallittua joukkueliikkeessä)."
9.4.1.5	Kuvioiden tarkkuus	Korjattu termi "koreografiavaatimukset" muotoon "sommitteluvaatimukset": "Kuvioiden tulee vastata arvostelulomakkeeseen piirrettyjä kuvioita. (Poikkeus: jos voimistelija loukkaantuu tai sairastuu kilpailun aikana ja saa vapautuksen vapaaohjelman suorituksesta, ns. tyhjästä paikasta kuviossa ei vähennetä tämän otsikon alla. Koreografiavaatimusten Sommitteluvaatimusten tulee kuitenkin täyttyä.)"
9.4.1.6	Siirtymiset Oman paikan saavuttaminen siirtymisissä (<i>Vain 3. luokassa</i>)	Poistettu siirtymisten laatuun liittyvät asiat (siirretty otsikon "9.4.3.5 Siirtymisten laatu ja suorituksen dynamiikka" alle) ja korjattu otsikko kuvaamaan nykyistä tekstiä.

9.4.1.8	Suorituksen dynamiikka	Tämä alaotsikko poistettu kokonaan otsikon "9.4.1 Taulukon mukaan määritettävät suoritusvähennykset" alta. (Teksti siirretty otsikon "9.4.3.5 Siirtymisten laatu ja suorituksen dynamiikka" alle.)
9.4.2	Yhteenveto taulukon mukaan määritettävistä suoritusvähennyksistä	Poistettu rivi "Dynamiikka" Korjattu "Siirtymiset" muotoon "Oman paikan saavuttaminen siirtymisissä (vain 3. lk.)"
9.4.3.5	Uusi otsikko: Siirtymisten laatu ja suorituksen dynamiikka	Lisätty uutena kohtana yläotsikon "Muut suoritusvähennykset" alle. Siirtymisten laatua (1. ja 2. lk.) sekä koko ohjelman dynamiikkaa (3. lk.) koskevat vaatimukset on siirretty tämän uuden otsikon alle. Ko. suoritusvähennykset eivät siis enää kuulu taulukon mukaan määritettäviin suoritusvähennyksiin, vaan ne tehdään nyt erillisinä vähennyksinä vastaavasti kuin esim. kaatumisen tai alueen ylitys. Uusi vähennys: "Vähennys: 0,2 joka kerta, kuitenkin enintään 1,0 pisteeseen asti (maksimi)." <u>Tätä vähennystä käytetään, kun puutteita on puolella tai yli puolella joukkueesta.</u> Jos puutteita on yksittäisillä voimistelijoilla, käytetään edelleen taulukon mukaan määritettäviä suoritusvähennyksiä (9.4.1), kuten vähennystä "suorituksen yhdenmukaisuus".
9.4.4	Yhteenveto muista suoritusvähennyksistä	Lisätty rivi: "Siirtymisten laatu ja suorituksen dynamiikka (1,0) 0,2 joka kerta (yhteensä max. 1,0)"
Liite 2 1.3	Vapaaohjelma: taulukon mukaan määritettävät suoritusvähennykset	Poistettu kohta 1.3 "Suorituksen dynamiikka"
Liite 2 1.7	Vapaaohjelma: taulukon mukaan määritettävät suoritusvähennykset	Korjattu otsikko uuden tekstin mukaisesti: "1.7 Oman paikan saavuttaminen siirtymisissä" Poistettu kokonaan kohta "Laatu"

1 Sääntöjen tarkoitus

Säännöt on tarkoitettu voimistelijoiden ja valmentajien avuksi kilpailusuoritusten koostamiseen, ja niiden tavoitteena on tehdä tuomarityöskentelystä mahdollisimman tasapuolista ja yhdenmukaista.

2 Kilpailusäännöt

Näiden luokkasääntöjen lisäksi TeamGymin kilpailusääntöihin on koottu kilpailuluokkiin, joukkuekokoon, palkitsemiseen yms. liittyvää tietoa. Kilpailusäännöt löytyvät Voimisteluliiton internetsivuilta.

3 Kilpailuun osallistumisen edellytykset

TeamGymin kilpailupolku alkaa STARA-tapahtumasta. Joukkueen tulee osallistua STARA-tapahtumaan vähintään kerran ennen ensimmäistä kilpailua varsinaisissa kilpailuluokissa. (Koskee 1. tai 2. luokasta aloittavia joukkueita, joissa voimistelijat ovat alle 12-vuotiaita.) Ennen ensimmäistä 1. luokan kilpailua suurimman osan joukkueesta on tullut suorittaa TeamGymin pronssimerkki. Ennen ensimmäistä 2. luokan kilpailua suurimman osan joukkueesta on tullut suorittaa TeamGymin hopeamerkki.

4 Kilpailuasun, pukeutuminen

4.1 Voimistelijat

- a) Yleisvaikutelman tulee olla siisti ja urheilullinen. Kilpailuasun tulee olla kaikilla saman joukkueen voimisteliijoilla identtinen, lukuun ottamatta sekajoukkueita. Sekajoukkueilla naisten/tyttöjen ja miesten/poikien kilpailuasun ei tarvitse olla identtinen tai edes samankaltainen, mutta kaikilla naisilla/tytöillä tulee olla keskenään identtinen asu ja vastaavasti miehillä/pojilla tulee olla keskenään identtinen asu.
- b) Kilpailuasussa voi olla hihat tai se voi olla hihatton (ei kuitenkaan olkaimeton). Hihojen ja lahkeiden pituus on vapaavalintainen. Hihattomassa asussa olkaimen täytyy olla vähintään 2 cm leveä. Kaula-aukko ei saa olla liian avoin (edestä enintään rintalastan puoliväliin).
- c) Kilpailuasun tulee olla läpinäkymätön vähintään niissä kohdissa, jotka sääntöjen mukaan tulee peittää. Kansainvälisten sääntöjen mukaan koko kilpailuasun tulee nykyään olla läpinäkymätön. TG LAR kannattaa pukujen kierrättämistä, minkä vuoksi Suomessa tulkinta on edelleen hieman vapaampi, eikä esim. aluskankaan lisäämistä hihoihin vaadita. LAR suosittelee kuitenkin vahvasti, että uudet puvut tehdään kauttaaltaan läpinäkymättömiksi. Ns. mesh-kankaan alla voidaan käyttää ihonväristä kangasta, jolloin puvusta saadaan läpinäkymätön.
- d) Voimistelutossujen ja sukkien käyttäminen on vapaaehtoista. Jos niitä halutaan käyttää vapaaohjelmassa, tulee yhtenäisyyden vuoksi koko joukkueella olla joko tossut tai sukat. Volttiradalla ja trampetilla sallitaan tossujen/sukkien käyttö kunkin voimistelijan valinnan mukaan.
- e) Sidokset ja niveltuet ovat sallittuja, mutta ne täytyy kiinnittää turvallisesti.
- f) Näkyviä koruja ei sallita. Myös nappikorvakorut, lävistykset ja hiuskoristeet (myös koristeelliset hiuspinnit) luokitellaan koruiksi.
- g) Vartalon maalaaminen ei ole sallittua (tatuoinneista ei tehdä vähennystä).

- h) Irralliset, löysät tai roikkuvat asusteet tai puvun osat, kuten vyöt, henkselit ja nauhat eivät ole sallittuja.
 - Hiuslenkkien ja -pinnien tulee olla turvallisia ja ne tulee kiinnittää hyvin.
- i) 1. ja 2. luokassa meikkaaminen on kiellettyä (pois lukien voimistelupäivien teemakilpailut). Pestävät hiusvärit ovat kiellettyjä kaikissa luokissa. Katso Voimisteluliiton meikki- ja hiusvärisääntö.
- j) Mainosten tulee noudattaa voimassaolevia FIG:n/EG:n ja Voimisteluliiton sääntöjä.

4.2 Valmentajat

- a) Varmistajina toimivilla valmentajilla tulee olla urheilulliset, keskenään yhteensopivat asut.
- b) Heillä ei saa olla yllään mitään, mikä voisi aiheuttaa turvallisuusriskin tai häiritä kilpailusuoritusta, mukaan lukien
 - Huonosti kiinnitetyt tai huomiota herättävät sidokset tai tuet
 - Korut, kellot, sormukset jne.
 - Huonosti kiinnitetyt hiuslenkit, -pinnit ja -soljet
 - Irralliset tai roikkuvat asusteet tai osat, kuten vyöt, henkselit ja akkreditointipassit

4.3 Tuomarit

Tuomarit pukeutuvat seuraavasti:

Vaate	Väri
Housut tai hame	Musta / tummansininen / harmaa
Takki/jakku/neule	Musta / tummansininen / harmaa
Paita	Valkoinen

5 Ohjeita valmentajille

- a) Valmentajan tulee tuntee luokka- ja kilpailusäännöt sekä toimia niiden mukaisesti.
- b) Valmentaja tai joukkue ei saa viivyttää kilpailua, estää tuomareita tarkoituksellisesti näkemästä suorituksia, eikä muilla tavoin aiheuttaa haittaa muille kilpailijoille.
- c) Tuomareille annetaan työrauha (esim. ei puhuta tuomareille, kun tuomarityöskentely on kesken). Tuomarityöskentely on kesken myös kilpailuryhmien välisellä tauolla.
- d) Valmentaja saa tarkistaa suorituspaikan ennen suoritusta. (Esim. trampetin kulma, jousien määrä ja hyppytelineen korkeus.)

5.1 Varmistaminen

- a) Asianmukainen varmistaminen on pakollista sekä volttiradalla että trampetilla koko kilpailusuorituksen ajan:
 - volttirata: 1 valmentaja
 - trampetti: 2 valmentajaa
- b) 1. ja 2. luokassa on lisäksi sallittua olla volttiradalla toinen ja trampetilla kolmas valmentaja vauhdinottopäädystä. Tämä ei ole kuitenkaan pakollista.
- c) Volttiradan/trampetin E1-tuomari antaa aloitusmerkin vasta kun valmentajat ovat paikoillaan.
- d) Avustamisesta seuraa aina vähennys, kuten myös siitä, ettei valmentaja toimi vaaratilanteessa. (E-paneeli)
- e) Valmentajat eivät saa häiritä voimistelijoita suorituksen aikana. (E1)

5.2 Kilpailusuorituksen uusiminen

Joukkueella on oikeus aloittaa kilpailusuorituksensa uudelleen, jos suoritus keskeytyy joukkueesta riippumattomista syistä (esim. teline- tai laitevika tai musiikinsoitajan virhe). Joukkueen valmentaja saa pysäyttää suorituksen ilman vähennystä, jos suorituksen keskeytyminen ei johdu joukkueesta.

Kyseisen telineen E1-tuomari päättää kilpailusuorituksen uusimisesta. Jos suoritus uusitaan, se tulee tehdä alusta alkaen kokonaan. Uusiminen tapahtuu seuraavaksi vuorossa olevan joukkueen jälkeen tai ohjeistuksen mukaan.

5.3 Arvostelulomakkeet

- a) Joukkueiden tulee täyttää vapaaohjelman arvostelulomake. Volttiradan ja trampetin osalta arvostelulomaketta ei tarvitse täyttää.
- b) Vapaaohjelman arvostelulomake tulee palauttaa kilpailunjärjestäjän ohjeiden mukaisesti Sport Event Systemsin kautta. Muutokset arvostelulomakkeeseen tulee tehdä 2 tuntia ennen kilpailun alkua tai erikseen ilmoitettavan aikataulun mukaisesti.
- c) Arvostelulomakkeen voi tarkistaa tietokoneelta akkreditoinnin yhteydessä.
- d) Tuomarit eivät pyydä täydennystä/korjausta virheellisesti tai puutteellisesti täytettyyn arvostelulomakkeeseen sen jälkeen kun tuomaripalaveri on alkanut.

5.4 Vapaaohjelman arvostelulomake

Lomakkeeseen merkitään seuraavat asiat:

- a) Sommitteluvaatimukset:
 - Kuviot niiden suorittamisjärjestyksessä, merkittyinä rasteilla niin, että jokaisen voimistelijan paikka on selvästi nähtävissä. Vähintään ne kuviot, joissa suoritetaan vaikeusosia tai täytetään sommitteluvaatimuksia, tulee merkitä arvostelulomakkeeseen.
 - Pieni kuvio SF (Small formation)
 - Iso kuvio LF (Large formation)
 - Rivistö/avorivistö (1. lk.) RF
 - Ympyrä (1. lk.) /
Kaareva kuvio (2. lk.) /
Liikkuva kaareva kuvio (3. lk.) CF (Curved formation)
 - Rytmisarja RS →, RS ←
Jos rytmisarja suoritetaan alusta loppuun samassa kuviossa, sekä rytmisarjan aloitus (RS →) että lopetus (RS ←) merkitään yhteen kuvioon.
 - Dynaaminen sarja (1. ja 2. lk.) D
 - Liikkumissuunnat (3. lk.) →, ←, ↑

Sommitteluvaatimukset merkitään suorittamisjärjestyksessä sen kuvion kohdalle, jossa ne on tarkoitus suorittaa.

- b) Vaikeusosat:
 - D-pisteisiin laskettavat vaikeusosat suorittamisjärjestyksessä, sen kuvion kohdalle, jossa ne on tarkoitus suorittaa
 - D-pisteisiin laskettavien vaikeusosien koodit ja symbolit

6 Sääntöpäivitykset

Voimisteluliiton TeamGymin kehittämisryhmä (LAR) päivittää sääntöjä tarvittaessa. Uusimmat päivitykset ovat nähtävillä liiton internetsivuilla.

Sivuilla ylläpidetään myös tiedostoa, johon on koottu kysymyksiä, vastauksia ja tulkintaohjeita kansallisiin sääntöihin liittyen.

7 Pisteiden muodostuminen

7.1 Osa-alueiden pisteiden maksimit

1. luokka	Vapaaohjelma	Volttirata	Trampetti
Sommittelu (C)	2,0	2,0	2,0
Vaikeus (D)	3,0	-	-
Suoritus (E)	10,00	10,00	10,00

2. luokka	Vapaaohjelma	Volttirata	Trampetti
Sommittelu (C)	2,0	2,0	2,0
Vaikeus (D)	4,0	-	-
Suoritus (E)	10,00	10,00	10,00

Luokissa 1 ja 2 joukkueet suorittavat volttiradalla ja trampetilla pakolliset kierrokset. Joukkueille ei lasketa näillä telineillä erillisiä vaikeuspisteitä, vaan loppupisteet koostuvat C- ja E-pisteistä.

3. luokka	Kaikki telineet
Sommittelu (C)	2,0
Vaikeus (D)	Avoin
Suoritus (E)	10,00

7.2 Telineen loppupistemäärä

- Telineen loppupistemäärä =
(C-pisteet + D-pisteet + E-pisteet) – mahdolliset E1-vähennykset.
- CD-paneeli antaa C- ja D-pisteet (sommittelu ja vaikeus).
- E-paneeli antaa E-pisteet (suoritus).
- YT (E1 ja CD1) laskee paneelin loppupisteet 0,005 pisteen tarkkuudella. Jos paneelissa on kolme tuomaria, annetaan loppupisteet kolmen desimaalin tarkkuudella.

Esimerkki (2. luokan vapaaohjelma):

Telineen loppupistemäärä = C-pisteet + D-pisteet + E-pisteet

C-pisteet (<i>Composition</i>):	0,5 vähennyksiä 2,00 pisteestä	1,50
D-pisteet (<i>Difficulty</i>):	Arvioitujen vaikeusosien summa	3,50
E-pisteet (<i>Execution</i>):	1,6 vähennyksiä 10,00 pisteestä	8,40
<u>E1-vähennykset:</u>		<u>0,00</u>
	Telineen loppupisteet:	13,40

7.3 Joukkueen loppupistemäärä

- a) Joukkueen loppupistemäärä = vapaaohjelman pisteet + voltitiradan pisteet + trampetin pisteet

Esimerkki:

Vapaaohjelma:	7,10
Voltitirata:	5,70
Trampetti:	8,40
Joukkueen loppupisteet:	21,20

8 Tuomarityöskentely

8.1 Yleistä

- Kilpailun ylituomari muodostaa tuomaripaneelit ennen kilpailua.
- Tuomareiden tulee osallistua ennen kilpailua pidettävään tuomaripalaveriin.
- Tuomareiden tulee olla omalla paikallaan paneelissa viimeistään viisi minuuttia ennen kilpailun alkua tai kilpailunjärjestäjien ohjeiden mukaisesti.
- Kilpailusuoritukset tulee arvostella tarkasti, johdonmukaisesti, ripeästi, objektiivisesti ja oikeudenmukaisesti. Jos epäröit, toimi joukkueen edun mukaisesti.
- Pisteet tulee antaa itsenäisesti. Kukin tuomari vastaa omista pisteistään ja siitä, että tuomarilipukkeet on täytetty oikein tai tuomarin arvio/pisteet on syötetty tietokoneeseen oikein.
- Tuomareiden tulee noudattaa niin lajikohtaisia sääntöjä, liiton kilpailu- ja kurinpitosääntöjä sekä eettisiä ohjeita kuin urheilun Reilun Pelin periaatteita. Mikäli tuomari laiminlyö velvollisuuksiaan tai toimii muutoin asiattomasti, hänelle voidaan määrätä sanktio. Tuomari vastaa itse siitä, että hän ei tuomaroiki esteellisenä.
- Tuomareiden tulee pitää kirjaa pisteistään koko kilpailun ajan.

8.2 Tuomaripaneelit

Kunkin telineen tuomaristo koostuu

- CD-paneelista (sommittelu ja vaikeus – *Composition & Difficulty*) ja
- E-paneelista (suoritus – *Execution*)

8.2.1 Vapaaohjelma

- CD-paneeli: Ylituomari (CD1) ja kolme tuomaria (CD2, CD3 ja CD4).
- E-paneeli: Ylituomari (E1) ja kolme tuomaria (E2, E3 ja E4).

8.2.2 Volttirata ja trampetti

- CD-paneeli: Ylituomari (CD1) ja toinen tuomari (CD2).
- E-paneeli: Ylituomari (E1) ja kolme tuomaria (E2, E3 ja E4).

8.2.3 Tuomaripaneelien koostaminen poikkeustilanteessa

Mikäli kilpailuihin ei saada riittävästi tuomareita, jotta paneelit voitaisiin koostaa yllä olevan mukaisesti, voidaan paneelit koostaa myös kahdella tai kolmella E-tuomarilla ja vapaaohjelmassa kolmella CD-tuomarilla. Ks. liiton internetsivuilta ohje *Tuomaripaneelien koostaminen*.

8.3 Tuomareiden istumajärjestys

Tuomarit sijoitetaan niin, että kilpailusuoritukset on mahdollista nähdä esteettä, häiriöttä ja kokonaisuudessaan.

Vapaaohjelma

Alueen edessä istuvat tuomarit:

Koko E-paneeli sekä CD1-tuomari istuvat saman pöydän ääressä vapaaohjelma-alueen edessä. Pöytä sijoitetaan alueen keskikohdalle, noin 2–4 m lattiataason yläpuolelle.

E4 E3 E2 E1 (Sihteeri) CD1

Alueen ympärillä istuvat tuomarit:

CD2, CD3 ja CD4 istuvat vapaaohjelma-alueen sivuilla ja takana, yksi tuomari mahdollisuuksien mukaan alueen kunkin sivun keskikohdalla (CD2 vasemmalla, CD3 oikealla ja CD4 takana, tilan sallimalla tavalla).

CD2 CD4 CD3

Jos vapaaohjelmassa on vain kolme CD-tuomaria, sijoitetaan CD1 eteen, CD2 vasemmalle sivulle ja CD3 oikealle sivulle.

Volttirata/trampetti

CD- ja E-paneelit istuvat saman pöydän ääressä, hieman viistosti telineeseen nähden.

E4 E3 E2 E1 (Sihteeri) CD1 CD2

8.4 Tuomaripaneelien tehtävät

8.4.1 Yleistä

- a) Joukkueen suorituksen jälkeen tuomarit antavat pisteensä yhden desimaalin tarkkuudella.
- b) Kukin tuomari antaa pisteensä lipukkeella paneelin ylituomarille (E1/CD1) tai syöttää pisteensä/arvionsa tulospalveluohjelmaan.
- c) YT tarkistaa, että pisteet ovat toleranssissa (pl. vapaaohjelman CD-paneeli).
- d) Jos pisteet eivät ole toleranssissa, YT kutsuu tuomarit neuvotteluun tai keskustelee yksittäisen tuomarin kanssa.
- e) Jos tuomarit eivät pääse toleranssiin neuvottelun jälkeen, käytetään base-pistemäärää.

8.4.2 CD-paneelin tehtävät

a) D-pisteitä varten

- tarkistaa, että suoritettut liikkeet täyttävät vaatimukset ja että niiden arvot ovat oikein
- kirjata ylös kaikki vaikeusarvojen muutokset.

Vapaaohjelmassa:

- kirjata ylös ja syöttää tulospalveluohjelmaan arvionsa vaikeusosista: kukin tuomari merkitsee, mitkä vaikeusosat he hyväksyvät täydellä arvolla, mitkä puolikkaalla arvolla ja mistä he eivät anna arvoa lainkaan.

Volttiradalla ja trampetilla (vain 3. luokassa):

- laskea omat D-pisteensä (vaikeus):
kunkin kierroksen 6 ensimmäisen voimistelijan arvojen summa (ei pyöristetä)
→ kolmen kierroksen keskiarvo (pyöristetään alaspäin 0,1 tarkkuudella).

b) C-pisteitä varten kaikilla telineillä

- laskea omat C-pisteensä (sommittelu):
vähennykset 2,0 pisteestä.

- c) Täyttää tuomarilipuke C- ja D-pisteiden osalta ja allekirjoittaa lipuke niin, että nimi on selvästi luettavissa, tai syöttää pisteet tulospalveluohjelmaan.
- d) Vapaaohjelmassa CD-paneeli ei käytä toleransseja, eikä tuomareilla siten ole tarvetta keskustella pisteistä. Tuomarit saavat kuitenkin tarvittaessa keskustella sääntöjen tai arvostelulomakkeiden tulkinnasta.
- e) Volttiradalla ja trampetilla CD-tuomarit saavat omat pisteensä annettuaan keskustella ja tarvittaessa korjata pisteitään, jos paneelien pisteet eivät ole toleranssissa.
- f) Jos käytetään tuomarilipukkeita, sihteeri kirjaa kunkin tuomarin C- ja D-pisteet tulospalveluohjelmaan (tai sihteerilomakkeeseen).

8.4.3 CD1-tuomarin erityistehtävät

- a) Antaa ensin omat pisteensä ja katsoa vasta sitten muiden tuomareiden pisteet toleranssin tarkistamista varten.
- b) Vapaaohjelmassa (ei toleransseja):
- D-pisteet:
Tehdä yhteenveto paneelin yksittäisten tuomareiden arvioista kustakin vaikeusosasta sekä laskea niiden perusteella paneelin D-pistemäärä. Ks. taulukko kohdasta 8.5.2.1. Laskeminen tehdään lähtökohtaisesti suoraan tulospalveluohjelmassa.
 - C-pisteet:
Laskea/tarkistaa paneelin C-pistemäärä.
- c) Volttiradalla ja trampetilla:
- Tarkistaa, että CD-tuomareiden antamat pistemäärät ovat toleranssissa
 - Kutsua CD-tuomarit neuvotteluun, jos pisteet eivät ole toleranssissa
 - Laskea base-pistemäärä, jos pisteet eivät neuvottelun jälkeenkään ole toleranssissa
 - Laskea lopullinen C-pistemäärä ja D-pistemäärä
 - Täyttää tuomarilipukkeet C- ja D-paneelien osalta tai syöttää pistemäärät tulospalveluohjelmaan.
- d) Jos käytetään tuomarilipukkeita, CD1 tarkistaa, että sihteerin tulospalveluun syöttämät pisteet vastaavat lipukkeisiin kirjattuja pisteitä.

8.4.4 E-paneelin tehtävät

- a) Arvioida kilpailusuoritukset, tehdä niitä vastaavat vähennykset itsenäisesti (keskustelematta muiden tuomareiden kanssa) ja puolueettomasti sekä laskea omat E-pisteensä.
- b) Kirjata suoritusvähennykset.
- c) Tuomarin tulee pystyä tarvittaessa selittämään vähennyksensä ja perustelemaan pisteensä tuomaripaneelille.
- d) Täyttää tuomarilipuke E-pisteiden osalta ja allekirjoittaa lipuke niin, että nimi on selvästi luettavissa, tai syöttää pisteet tulospalveluohjelmaan.
- e) Annettuaan ensin omat pisteensä, jos paneelin pisteet eivät ole toleranssissa, E-tuomarit saavat keskustella ja tarvittaessa korjata pisteitään päästäkseen toleranssiin.
- f) Jos käytetään tuomarilipukkeita, sihteeri kirjaa kunkin tuomarin E-pisteet tulospalveluohjelmaan (tai sihteerilomakkeeseen).

8.4.5 E1-tuomarin erityistehtävät

- a) Toimia telineen ylituomarina.
- b) Johtaa tuomaripalaveria oman vastuutelineen osalta kilpailun ylituomarin pitämän yhteisen osuuden jälkeen.
- c) Tarkistaa telineen kunto ennen ensimmäistä kilpailusuoritusta, havainnoida telineen kuntoa myös kilpailun aikana ja ilmoittaa mahdollisista puutteista tai korjaustarpeista kilpailun järjestäjälle välittömästi.
- d) Näyttää aloitusmerkki joukkueelle (vihreä lippu tai muu merkki).
- e) Varmistaa, että E2 huolehtii ajanotosta.
- f) Päättää kilpailusuorituksen uusimisesta esimerkiksi musiikin katketessa.
- g) Havainnoida E1-vähennyksiin johtavat asiat.
- h) Antaa ensin omat pisteensä ja katsoa vasta sitten muiden tuomareiden pisteet toleranssin tarkistamista varten.
- i) Kutsua E-tuomarit neuvotteluun, jos pisteet eivät ole toleranssissa.
- j) Laskea base-pistemäärä, jos pisteet eivät ole toleranssissa neuvottelun jälkeenkään.
- k) Laskea E-paneelin loppupistemäärä ja toimittaa se sihteerille tai syöttää se tulospalveluohjelmaan.
- l) Kertoa paneelille mahdollisista E1-vähennyksistä **sen jälkeen**, kun tuomarit ovat antaneet omat pisteensä. E1-vähennykset kirjataan tuomarilipukkeeseen, joka toimitetaan sihteerille, tai tulospalveluohjelmaan.
- m) Jos käytetään tuomarilipukkeita, E1 tarkistaa, että sihteerin tulospalveluun syöttämät pisteet vastaavat lipukkeisiin kirjattuja pisteitä.
- n) Mikäli käytetään tulospalveluohjelmaa, hyväksyy joukkueen kokonaispisteiden lähettämisen eteenpäin.

8.5 Pistemäärän laskeminen ja pyöristäminen

8.5.1 Yksittäiset tuomarit

CD-tuomari:

Vapaaohjelma:

- Sommittelu(C): vähennykset 2,00 pisteestä, tuomarin pisteet 0,1 tarkkuudella
- Vaikeus (D): täysi arvo / puolikas arvo / ei arvoa

Volttirata ja trampetti:

- Sommittelu (C): Vähennykset 2,00 pisteestä
- Vaikeus (D) – vain 3. luokassa:
Kultakin kierrokselta kuuden ensimmäisen suorituksen arvojen summa (ei pyöristetä) → kolmen kierroksen keskiarvo, pyöristetään alaspäin 0,1 tarkkuudella

E-tuomari:

Vapaaohjelma: Vähennykset 10,00 pisteestä, omat pisteet annetaan 0,1 tarkkuudella

Volttirata ja trampetti: Kullakin kierroksella lasketaan kuuden ensimmäisen voimistelijan (sekä läpijuoksun ja valmentajan toiminnan osalta kaikkien kierroksen voimistelijoiden) suoritusvähennykset yhteen ja vähennetään ne 10,00 pisteestä.

→ Kolmen kierroksen keskiarvo, pyöristetään lähimpään 0,1 pisteeseen

→ 1. lk. volttiradalla kahden kierroksen keskiarvo, pyöristetään lähimpään 0,1 pisteeseen

8.5.2 Paneelien pisteet

8.5.2.1 Vapaaohjelman C- ja D-pisteet

a) C-pisteet:

- Ei toleransseja
- Kahden keskimmäisen pistemäärän keskiarvo
- Yhden desimaalin tarkkuudella

b) D-pisteet:

- Määritetään laskemalla kullekin vaikeusosalle arvo alla olevan taulukon avulla. Laskeminen tehdään lähtökohtaisesti suoraan tulospalveluohjelmassa.
- Lopullinen D-pistemäärä on vaikeusosille annettujen arvojen summa.
- Kunkin vaikeusosan arvo lasketaan kahden desimaalin tarkkuudella.
- Myös lopullinen D-pistemäärä annetaan kahden desimaalin tarkkuudella.

D-pisteiden määrittäminen neljällä tuomarilla:

Vapaaohjelman D-pisteiden määrittäminen Yksittäisten tuomareiden arvio vaikeusosasta				Lopullinen arvo
CD#	CD#	CD#	CD#	
Täysi	Täysi	Täysi	Täysi	1,0 x
½	Täysi	Täysi	Täysi	1,0 x
0	Täysi	Täysi	Täysi	1,0 x
½	½	Täysi	Täysi	0,75 x
0	½	Täysi	Täysi	0,75 x
½	½	½	Täysi	0,5 x
½	½	½	½	0,5 x
0	½	½	Täysi	0,5 x
0	0	Täysi	Täysi	0,5 x
0	½	½	½	0,5 x
0	0	½	Täysi	0,25 x
0	0	½	½	0,25 x
0	0	0	Täysi	0
0	0	0	½	0
0	0	0	0	0

D-pisteiden määrittäminen kolmella tuomarilla:

Vapaaohjelman D-pisteiden määrittäminen Yksittäisten tuomareiden arvio vaikeusosasta			Lopullinen arvo
CD#	CD#	CD#	
Täysi	Täysi	Täysi	1,0 x
½	Täysi	Täysi	1,0 x
0	Täysi	Täysi	1,0 x
½	½	Täysi	0,5 x
0	½	Täysi	0,5 x
½	½	½	0,5 x
0	½	½	0,5 x
0	0	Täysi	0
0	0	½	0
0	0	0	0

8.5.2.2 Muiden paneelien pisteet

- a) Kun paneelissa on 4 tuomaria: kahden keskimmäisen pistemäärän keskiarvo. Neljän tuomarin pistemääristä poistetaan ylin ja alin pistemäärä ja lasketaan keskiarvo kahdesta keskimmäisestä pistemäärästä (kahden desimaalin tarkkuudella).

Esimerkki: * osoittaa kaksi keskimmäistä pistemäärää

E1 8,5*

E2 8,4*

E3 8,0

E4 8,6

E-pistemäärä 8,45.

- b) Kun paneelissa on 3 tuomaria: lasketaan kolmen tuomarin keskiarvo, jota käytetään paneelin neljäntenä pistemääränä. Tämän jälkeen toimitaan kuten neljän tuomarin paneelissa. Pistemäärä pyöristetään jokaisessa välivaiheessa kolmen desimaalin tarkkuuteen ja lopuksi alaspäin lähimpään 0,000/0,005:een.

Esimerkki:

C1: 1,8

C2: 1,8

C3: 2,0

C4: 1,866666666 → 1,867

Kahden keskimmäisen (1,8 ja 1,867) keskiarvo = 1,834

Pyöristetään alaspäin lähimpään 0,000/0,005:een → 1,830

- c) Kun paneelissa on 2 tuomaria: kahden pistemäärän keskiarvo.

8.5.3 CD-paneelin toleranssi

- a) Vapaaohjelmassa CD-paneeli ei käytä toleransseja.
b) Volttiradalla ja trampetilla (2 tuomaria) CD-paneelin toleranssi on 0,2.
c) Jos tuomarit eivät pääse toleranssiin, käytetään base-pistemäärää.

8.5.4 E-paneelin toleranssi

Alla oleva taulukko kertoo sallitun eron korkeimman ja matalimman pistemäärän välillä sekä kahden keskimmäisen pistemäärän välillä.

Lopullinen E-pistemäärä	Suurin sallittu ero kaikkien E-tuomareiden välillä	Suurin sallittu ero kahden keskimmäisen pistemäärän välillä
9,00 – 10,00	0,6	0,2
8,00 – 8,95	0,6	0,3
7,00 – 7,95	1,0	0,4
6,00 – 6,95	1,0	0,5
< 6,0	1,0	0,6

- a) E1 laskee alustavan E-paneelin pistemäärän ja tarkistaa toleranssin sen mukaisesti.
- b) Jos ero korkeimman ja matalimman pistemäärän tai kahden keskimmäisen pistemäärän välillä on liian suuri, E1 kutsuu tuomarit neuvotteluun toleranssin saavuttamiseksi.
- c) Neuvottelussa
 - tuomarit voivat korjata pisteitään niin, että toleranssi saavutetaan tai
 - jos tuomarit eivät pääse toleranssiin, käytetään base-pistemäärää.

8.6 Base-pistemäärä

- a) Base-pistemäärä lasketaan kolmen desimaalin tarkkuudella.

Neljän tuomarin paneelissa:

$$\frac{\text{Kahden keskimmäisen pistemäärän keskiarvo} + \text{YT*}:n \text{ pistemäärä}}{2}$$

Kahden tuomarin paneelissa:

$$\frac{\text{Kahden tuomarin pistemäärien keskiarvo} + \text{YT*}:n \text{ pistemäärä}}{2}$$

*YT on CD-paneelissa CD1-tuomari ja E-paneelissa E1-tuomari.

Esimerkki neljän tuomarin E-paneelissa:

E1	8,3*
E2	8,9
E3	8,3
E4	8,8*

E-pistemääräksi tulisi 8,55, mutta ero kahden keskimmäisen pistemäärän välillä jää liian suureksi. Käytetään base-pistemäärää.

Lopulliset E-pisteet = $(8,55 + 8,3) / 2 = \mathbf{8,425}$ (kolmen desimaalin tarkkuudella).

9 VAPAAOHJELMA

9.1 Yleistä

- a) Vapaaohjelma on musiikkiin tehtävä ohjelma, jonka koko joukkue suorittaa.
- b) Ohjelman kesto:
1. luokka: 1:15–1:30 **2. luokka:** 1:45–2:00 **3. luokka:** 2:15–2:30
- c) Vapaaohjelma-alueen koko:
1. ja 2. luokka: 14 x 14 m **3. luokka:** 14 x 16 m
- d) Kaikkien kilpailevaan kokoonpanoon nimettyjen voimistelijoiden täytyy osallistua vapaaohjelman suoritukseen, ellei heille ole myönnetty vapautusta perustellusta syystä. Vapautuksen voi myöntää kilpailun ensiapuhenkilö (sairastuminen/loukkaantumistilanne) tai hakemuksesta TeamGymin kehittämissyistä (muu syy). Seuraamuksena tämän säännön rikkomisesta on joukkueen sulkeminen kilpailusta. (Kilpailevan kokoonpanon nimeäminen: ks. TeamGymin kilpailusäännöt.)
- e) Luokissa 1 ja 2 vapaaohjelman suorittavien voimistelijoiden suositusmäärä on vähintään 8 ja vähimmäismäärä kuusi voimistelijaa. Luokassa 3 vähimmäismäärä on kuusi voimistelijaa. Enimmäismäärää ei ole rajoitettu.
- f) Sekajoukkueen kokoonpanossa tulee olla vähintään yksi tyttö/poika.
- g) Joukkueen tulee odottaa suoritusvuoroaan kilpailualueen ulkopuolella, valmiina siirtymään areenalle kilpailun järjestäjän ohjeiden mukaisesti. Aloitusmerkkiä (vihreä lippu tai muu merkki) odotetaan vapaaohjelma-alueen reunalla. Merkinannon jälkeen joukkueen tulee siirtyä vapaaohjelma-alueelle aloitusasentoon juosten. Vapaaohjelman suoritus alkaa musiikin alkaessa.
- h) Vapaaohjelma tulee suorittaa viimeistellysti, hyvällä tekniikalla, liikelaajuudella ja tasapainolla. Ohjelman tulee olla yhdenaikainen ja yhdenmukainen silloin kun koreografiassa on niin tarkoitettu. Valitut liikkeet tulee pyrkiä suorittamaan dynaamisesti.
- i) Koko ohjelman tulee osoittaa voimistelullisuutta ja liikkeissä tulee käyttää koko vartaloa jalkaterät mukaan lukien.

9.2 C-pisteet: sommitteluvaatimukset (2,0)

Sommitteluvaatimukset ovat:

1. luokka	2. luokka	3. luokka
<ul style="list-style-type: none">rytmisarja (RS)iso kuvio (LF)pieni kuvio (SF)rivistö/avorivistö (RF)ympyrä (CF)pakollinen dynaaminen sarja (D)	<ul style="list-style-type: none">rytmisarja (RS)4 erilaista kuviota<ul style="list-style-type: none">iso kuvio (LF)pieni kuvio (SF)kaareva kuvio (CF)pakollinen dynaaminen sarja (D)	<ul style="list-style-type: none">rytmisarja (RS)6 erilaista kuviota<ul style="list-style-type: none">iso kuvio (LF)pieni kuvio (SF)liikkuva kaareva kuvio (CF)liikkumissuunnat:taakse ↑ ja sivulle → / ←

- a) Sommitteluvaatimukset (yksi jokaista) tulee merkitä arvostelulomakkeeseen oikean kuvion kohdalle. Vain lomakkeeseen merkityt lasketaan. Jos lomakkeeseen on merkitty useampi, vain ensimmäiset kustakin vaatimuksesta huomioidaan.
- b) Jokaisesta puuttuvasta sommitteluvaatimuksesta vähennetään 0,2 pistettä.
- c) Maksimivähennys C-pisteistä on 2,0 pistettä. Joukkueen suoritus saattaa kerryttää enemmänkin sommitteluvähennyksiä, mutta tuomarit voivat vähentää vain maksimiin asti.

9.2.1 Sommitteluvaatimusten määritelmät

9.2.1.1 Rytmisarja (RS) (0,2)

- a) Vapaaohjelmassa voi olla monta rytmisarjaa, mutta vain yksi merkitään arvostelulomakkeeseen ja vain se voidaan laskea C-pisteisiin.
- b) Rytmisarjan aikana kaikki voimistelijat liikkuvat yhtä aikaa alueen poikki. Liikkua voi sivulta sivulle, edestä taakse, takaa eteen tai diagonaalisuuntaan kulmasta kulmaan.
- c) Voimistelijoiden painopisteen tulee liikkua koko rytmisarjan ajan. Rytmisarjassa ei saa olla pysähdyksiä.
- d) Rytmisarjassa on vähintään yksi temponvaihto.
- e) Rytmisarja ei saa sisältää vaikeusosia.
- f) Koko joukkue suorittaa saman liikesarjan. Peilikuvana suorittaminen on sallittua.
- g) Rytmisarjassa suoritettavien liikkeiden määrää ei ole määritetty.
- h) Rytmisarjan tulee alkaa ja päättyä niin, että jokaisen voimistelijan etäisyys alueen reunasta on enintään 3 m, kun RS tehdään sivulta sivulle- tai eteen-taakse-suunnassa. Diagonaalisuuntaan kulmasta kulmaan tehtävässä rytmisarjassa jokaisen voimistelijan maksimietäisyys RS:n alkaessa ja päättyessä on 5 m alueen kulmasta.
- i) Rytmisarja voidaan suorittaa yhdessä tai kahdessa ryhmässä. Ryhmässä on vähintään 3 voimistelijaa. Ryhmät voivat aloittaa eri kohdista vapaaohjelma-aluetta ja valita eri suuntavaihtoehdot. Ryhmän sisällä kunkin voimistelijan tulee täyttää vaatimus alueen poikki liikkumisesta samaa suuntavaihtoehtoa käyttäen (sivulta sivulle / edestä taakse / takaa eteen / diagonaalisuuntaan kulmasta kulmaan).
- j) Kuvion vaihtaminen rytmisarjan aikana on sallittua.
- k) Rytmisarjan alku ja loppu tulee merkitä arvostelulomakkeeseen tunnuksilla RS→ (alku) ja RS← (loppu). Jos rytmisarja suoritetaan alusta loppuun samassa kuviossa, sekä aloitus (RS →) että lopetus (RS ←) merkitään yhteen kuvioon.

Vähennys: 0,2, jos rytmisarja puuttuu, tai sitä ei suoriteta määritelmän mukaisesti

9.2.1.2 Kuviot

Joukkueen tulee pysyä kuviossa niin kauan, että tuomarit ehtivät nähdä kuvion selvästi.

9.2.1.3 1. luokka

Vapaaohjelman tulee sisältää 1. luokassa seuraavat kuviot:

Suuri kuvio (0,2)

Ohjelmassa tulee olla vähintään yksi suuri kuvio, jossa voimistelijat ovat samassa kuviossa (eivät useassa ryhmässä). Suuren kuvion tulee ulottua alueen edestä taakse ja sivulta sivulle, enintään 1 m alueen reunoista. Diagonaalijonoa (alueen poikki kulmasta kulmaan) ei lasketa suureksi kuvioksi.

Suuri kuvio merkitään arvostelulomakkeeseen tunnuksella LF.

Vähennys: 0,2 puuttuvasta suuresta kuviosta

Pieni kuvio (0,2)

Ohjelmassa tulee olla yksi pieni, tiivis kuvio, jossa voimistelijat ovat samassa kuviossa (eivät useassa ryhmässä). Pienen kuvion koko saa olla enintään 4 x 4 m.

Pieni kuvio merkitään arvostelulomakkeeseen tunnuksella SF.

Vähennys: 0,2 puuttuvasta pienestä kuviosta

Rivistö (0,2)

Ohjelmassa tulee olla yksi kuvio, jossa voimistelijat ovat peräkkäin ja vierekkäin rivistössä tai avorivistössä. Rivistö/avorivistö tulee muodostaa niin, että kaikki voimistelijat ovat sijoittuneet tasaisin välein yhteen ja samaan kuvioon.

Avorivistössä tulee olla vähintään kolme riviä.

Rivistö merkitään arvostelulomakkeeseen tunnuksella RF.

Vähennys: 0,2 puuttuvasta rivistöstä.

Ympyrä (0,2)

Ohjelmassa tulee olla yksi kuvio, jossa voimistelijat ovat yhdessä tai useammassa ympyrässä. Yhdessä ympyrässä tulee olla vähintään viisi voimistelijaa.

Ympyrä merkitään arvostelulomakkeeseen tunnuksella CF.

Vähennys: 0,2 puuttuvasta ympyrästä.

9.2.1.4 2. luokka

Kuvioiden lukumäärä (0,8)

Vapaaohjelman tulee sisältää neljä (4) erilaista kuviota. Kuvio on erilainen, jos sen muoto on erilainen. Pelkästään kuvion koon tai sijainnin muuttaminen ei tee kuviosta erilaista. Esim. kahta erikokoista ympyrää ei lasketa erilaisiksi kuvioiksi.

Vähennys: 0,2 kustakin puuttuvasta kuviosta

Suuri kuvio (0,2)

Ohjelmassa tulee olla vähintään yksi suuri kuvio, jossa voimistelijat ovat samassa kuviossa (eivät useassa ryhmässä). Suuren kuvion tulee ulottua alueen edestä taakse ja sivulta sivulle, enintään 1 m alueen reunoista. Diagonaalijonoa (alueen poikki kulmasta kulmaan) ei lasketa suureksi kuvioksi.

Suuri kuvio merkitään arvostelulomakkeeseen tunnuksella LF.

Vähennys: 0,2 puuttuvasta suuresta kuviosta

Pieni kuvio (0,2)

Ohjelmassa tulee olla yksi pieni, tiivis kuvio, jossa voimistelijat ovat samassa kuviossa (eivät useassa ryhmässä). Pienen kuvion koko saa olla enintään 4 x 4 m.

Pieni kuvio merkitään arvostelulomakkeeseen tunnuksella SF.

Vähennys: 0,2 puuttuvasta pienestä kuviosta

Kaareva kuvio (0,2)

Ohjelmassa tulee olla vähintään yksi kaareva kuvio. Kaarevan muodon tulee olla selvästi nähtävissä. Kaikkien voimistelijoiden tulee olla osa kaarta/kaaria. Joukkue voi muodostaa kuvion yhdessä tai ryhmissä. Kaarevan kuvion muodostavassa ryhmässä tulee olla vähintään neljä voimistelijaa.

Kaareva kuvio merkitään arvostelulomakkeeseen tunnuksella CF.

Vähennys: 0,2 puuttuvasta kaarevasta kuviosta

9.2.1.5 3. luokka

Kuvioiden lukumäärä (1,2)

Vapaaohjelman tulee sisältää kuusi (6) erilaista kuviota. Kuvio on erilainen, jos sen muoto on erilainen. Pelkästään kuvion koon tai sijainnin muuttaminen ei tee kuviosta erilaista. Esim. kahta erikokoista ympyrää ei lasketa erilaisiksi kuvioiksi.

Vähennys: 0,2 kustakin puuttuvasta kuviosta

Suuri kuvio (0,2)

Ohjelmassa tulee olla vähintään yksi suuri kuvio, jossa voimistelijat ovat samassa kuviossa (eivät useassa ryhmässä). Suuren kuvion tulee ulottua alueen edestä taakse ja sivulta sivulle, enintään 1 m alueen reunoista. Diagonaalijonoa (alueen poikki kulmasta kulmaan) ei lasketa suureksi kuvioksi.

Suuri kuvio merkitään arvostelulomakkeeseen tunnuksella LF.

Vähennys: 0,2 puuttuvasta suuresta kuviosta

Pieni kuvio (0,2)

Ohjelmassa tulee olla yksi pieni, tiivis kuvio, jossa voimistelijat ovat samassa kuviossa (eivät useassa ryhmässä). Pienen kuvion koko saa olla enintään 4 x 4 m.

Pieni kuvio merkitään arvostelulomakkeeseen tunnuksella SF.

Vähennys: 0,2 puuttuvasta pienestä kuviosta

Liikkuva kaareva kuvio (0,2)

Ohjelmassa tulee olla vähintään yksi liikkuva kaareva kuvio, jossa voimistelijat "piirtävät" vapaaohjelma-alueelle selvästi kaarevan muodon, jota pitkin voimistelijat liikkuvat peräkkäin. Kaarevassa kuviossa tulee liikkua vähintään kolmen liikkeen ajan, tai niin kauan, että se on selvästi nähtävissä. Kuvion koko ja muoto saa vaihdella liikkumisen aikana. Joukkue voi muodostaa kuvion yhdessä tai kaksi erillistä liikkuvaa kaarevaa kuviota kahdessa ryhmässä. Kaarevan kuvion muodostavassa ryhmässä tulee olla vähintään neljä voimistelijaa. Jokaisen voimistelijan tulee osallistua liikkuvaan kaarevaan kuvioon.

Liikkuva kaareva kuvio merkitään arvostelulomakkeeseen tunnuksella CF.

Koska kuvion muoto voi vaihdella, riittää, että CF merkitään sen kuvion kohdalle, josta liikkuminen kaarevassa muodossa alkaa (vaikka ko. aloituskuvio ei olisi kaareva).

Vähennys: 0,2 puuttuvasta liikkuvasta kaarevasta kuviosta

9.2.1.6 Dynaaminen sarja (D) (0,2) (vain 1. ja 2. luokassa)

1. ja 2. luokan ohjelmassa tulee esittää pakollinen dynaaminen sarja.

Dynaamisen sarjan voi suorittaa missä kohtaa ohjelmaa tahansa. Koko joukkueen tulee suorittaa sarja yhtä aikaa ja samaan suuntaan esiintyen. Liikesarja suoritetaan dynaamisesti eli painovoimaa käyttäen ja liikkeet yhteen sitoen, ilman taukoja.

Dynaaminen sarja merkitään arvostelulomakkeeseen D-kirjaimella sen kuvion kohdalle, missä se vapaaohjelmassa esitetään.

Vähennys: 0,2 puuttuvasta dynaamisesta sarjasta

Mallisuoritukset on videoitu ja ne löytyvät kuvat.fi-palvelusta, osoitteesta voimistelu.kuvat.fi → TeamGym → Videomateriaalit. TG-kansion salasana on tg2018.

Huom. 1. luokan sarjassa vauhtiheitto suoritetaan kantapäät maassa ja 2. luokan sarjassa nousee vauhtiheiton loppuksi päkiöille.

9.2.1.7 Liikkumissuunnat (vain 3. luokassa)

Vapaaohjelmassa voimistelijoiden tulee liikkua eri suuntiin. Vaaditut suunnat ovat takaperin (selkä edellä) ja sivuttain (kylki edellä). Sivuttainliikkumisessa osa joukkueesta voi liikkua vasen kylki edellä ja osa oikea kylki edellä.

Liikkumissuunnan vaatimuksen täyttää vähintään kolmen erilaisen liikkeen liikesarja ko. suuntaan liikkuen. Väliaskeleet liikkeiden välissä sallitaan, mutta kääntyminen (> 45°) liikesarjan aikana ei ole sallittua (esim. sivuttainliikkumisessa liikettä johtavaa kylkeä ei saa vaihtaa). Vaikeusosia ei voi sisällyttää liikkumissuuntien esittämiseen. Kaikkien voimistelijoiden tulee esittää samat liikkumissuunnat samaan aikaan.

Liikkumissuunnat tulee merkitä arvostelulomakkeeseen nuolilla ↑, →, ←.

Vähennys: 0,2 per puuttuva liikkumissuunta (takaperin, sivuttain)

9.2.2 Yhteenveto sommitteluvähennyksistä






Sommitteluvaatimukset	Vähennys
Rytmisarja (RS)	0,2
Kuviot	0,2/puuttuva kuvio
<i>Vain 1. ja 2. luokka:</i> Pakollinen dynaaminen sarja (D)	0,2
<i>Vain 3. luokka:</i> Liikkumissuunnat (taakse, sivulle)	0,2/puuttuva suunta

9.3 D-pisteet: vaikeusosat (1. lk. 3,0; 2. lk. 4,0; 3. lk. avoin vaikeusarvo)







- Vaikeusarvon eli D-pisteet laskee CD-paneeli.
- D-pisteet koostuvat vaikeusosille annetuista vaikeusarvoista.
- 1. luokassa vaikeusosia on kuusi ja 2. luokassa kahdeksan.** Näissä luokissa kunkin vaikeusosan arvo on 0,5.
- 3. luokassa vaikeusosia on 11.** Osa vaikeusosista on ennalta määritelty ja osan joukkue saa valita itse. Vaikeusosat valitaan vaikeusarvotaulukon (liite A1) sarakkeista 0,2; 0,4 ja 0,6. Muilla vaikeusosilla ei ole arvoa 3. luokassa. Poikkeuksina pakolliset liikkeet käsinseisonta (HB1001) ja spagaatti (F1003 tai F1004), joiden arvo on 1,0.
- Jotta joukkue saa vaikeusosasta täyden arvon, tulee kaikkien voimistelijoiden suorittaa se hyväksytysti.
- D-pisteet saadaan laskemalla yhteen suoritetuille vaikeusosille annetut arvot seuraavien luokkakohtaisten taulukoiden mukaisesti.

9.3.1 Vaikeusosat kussakin luokassa



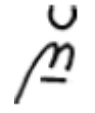

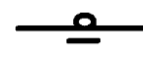
1. luokka

	Päälläseisonta (B1) HB	Ainoastaan pää ja kädet koskettavat maata. Jalat suorina ja yhdessä lantion yläpuolella. Liikkumaton asento 2 sekunnin ajan.
	Haarapressi (B2) HB	Suorat jalat. Jalkojen avaus vähintään 45°. Kädet voivat olla joko vartalon edessä tai takana. Liikkumaton asento 2 sekunnin ajan.
	Kukkoseisonta (B3) SB	Tukijalka suorana. Vapaa jalka koukussa, polvi vaakatasossa. Liikkumaton asento 2 sekunnin ajan.
	Saksihyppy 90° (J)	Suorat jalat. Jälkimmäisen jalan tulee nousta vaakatasoon. Toleranssi jalkojen avauksessa 15°.
	Liikkuvuusliike (F1)	Eteentaivutus täysistunnassa suurin jaloin. Vähintään 2 sekuntia. Rinta kiinni jalkoihin (ei toleranssia).
	Joukkueliike (G1)	Yhteisliike, jossa voimistelijoilla on jonkinlainen fyysinen kontakti toisiinsa (esimerkiksi nojaus). Suoritetaan pareittain, ryhmissä tai koko joukkue kerralla. Ks. tarkempi määritelmä 9.3.1.1.

2. luokka:

	<p>Voimistelijan punnerrusasennosta veto haaraseisontaan (B1)</p> <p>DB</p>	<p>Selkeä alku- ja loppuasento. Suorat kädet, ei taukoa tai pysähdystä. Haaraseisonnassa varpaat vähintään rannelinjaan (jalat kämmenten ulkopuolelle). Voimistelijan punnerrusasennossa nilkat ovat ojennettuina eli paino on kämmenillä ja jalkapöydillä.</p>
	<p>Piruettipreppaus ja päkiällä käynti (B2)</p> <p>SB</p>	<p>Piruetin valmistautumisasennosta käynti plién kautta kukkoasennossa päkiällä. Tukijalka päkiällä ollessa suora.</p>
	<p>Vaaka (B3)</p> <p>SB</p>	<p>Vapaa jalka suora ja vähintään vaakatasossa. Hartiat eivät saa laskea vaakatason alapuolelle. Vaa'assa tulee pysyä liikkumattomassa asennossa 2 sekuntia.</p>
	<p>Jännehyppy 360° (J1)</p>	<p>Jalat käyvät yhdessä lentovaiheen aikana. Kierteen valmistuminen lasketaan lantiosta. Toleranssi 45°. Kaikkien voimistelijoiden tulee aloittaa hyppy lantio ja kasvot samaan suuntaan.</p>
	<p>Yhdistelmä: Harppa 135° (J2) + vapaavalintainen hyppy listalta (kts. taulukko alla) {J2+JX}</p>	<p>Suorat jalat. Harpassa jalkojen avaus vähintään 135° ilman potkua. Toleranssi jalkojen avauksessa 15°. Hyppy suoritetaan yhdistelmänä, ilman taukoa tai väliaskeleita. Vapaavalintainen hyppy (JX) saa arvon, jos se suoritetaan hyväksytysti JA suorana yhdistelmänä. Harppa voi saada arvon, vaikka yhdistäminen ei onnistuisi.</p>
	<p>Liikkuvuusliike (F2)</p>	<p>Eteentaivutus haaraistunnassa suorin jaloin, selkä suorana. Vähintään 2 sekuntia. Jalkojen avaus väh. 90°, ylävartalo max. 20° lattiatasosta. Toleranssi jalkojen avauksessa 15°, lantiokulmassa ei toleranssia.</p>
	<p>Joukkueliike (G2)</p>	<p>Pareittain, ryhmissä tai koko joukkueen kerralla suorittama painon kannattelu. Kannattelu tarkoittaa toisen voimistelijan koko painon kannattelemista. Ks. tarkempi määritelmä 9.3.1.1.</p>

2. lk. vapaavalintaisten hyppyjen lista:

	Susihyppy (J3) (ponnistus yhdeltä jalalta)	Toinen jalka suorana, toinen kerässä. Lantiokulma ja koukistetun jalan kulma $\leq 90^\circ$ (toleranssi 15°).
	Sakshyppy, jalkojen avaus 90° (J4)	Suorat jalat. Jälkimmäisen jalan tulee nousta vaakatasoon. Toleranssi jalkojen avauksessa 15° .
	Varsahyppy 180° käännöksellä (J5)	Polvet koukistettuina. Jalkojen tulee nousta vaakatasoon lentovaiheen aikana. Kierteen tulee valmistua ilmassa. Huom. Hypyn ponnistushetkellä lantion tulee olla samaan suuntaan, mihin voimistelija liikkuu. Esim. voimistelija liikkuu alueen takareunasta suoraan kohti etureunaa \rightarrow lantion tulee olla ponnistushetkellä etukatsomoon päin.
	Stag-hyppy/kaurishyppy takajalka koukistettuna (ponnistus yhdeltä jalalta) (J6)	Hypyn aikana tulee näyttää vaadittu asento: molemmat polvet koukistettuna $\leq 90^\circ$, jalkojen avaus vähintään 135° (toleranssi 15°)
	Sivuharppa, jalkojen avaus 90° (ilman haarataittoa) (J7)	Jalkojen avaus vähintään 90° (toleranssi 15°). Suorat jalat, ilman potkua.

3. luokan vaikeusosat (arvo max. 0,6 per vaikeusosa):

Tasapainot	
HB	Käsinseisonta (HB1001): pysyy 2 sekuntia, jalat suorat ja yhdessä
DB	Vapaavalintainen piruetti. Huom. kaikkien voimistelijoiden tulee aloittaa piruetti lantio ja kasvot samaan suuntaan.
SB	Vapaavalintainen seisova tasapaino
HB	L-pressi (HB405)
DB	Laskeutuminen hallitusta käsinseisonnasta kerässä polvi-istuntaan (db610B). Käsinseisonnassa suorat kädet (45° toleranssi), suorat jalat yhdessä (15° toleranssi) ja suora lantio. Kerässä jalat yhdessä (toleranssi 45°), polvi- ja lantiokulma max. 90° . Polvi-istunnassa polvet käsien väliin (rannelinja on minimi). Ks. myös voimaosien otsikkorivi liitteestä A1, kohta 1.1 B (HB1001:n ja db610B:n saa tehdä peräkkäin yhdistelmänä)
Hypyt	Vipuhyppy, jalkojen avaus väh. 135° (J623)
	Vapaavalintainen yhdeltä jalalta ponnistaen
	Vapaavalintainen kahdelta jalalta ponnistaen

Akrobaattinen	Yksi vapaavalintainen
Liikkuvuusliike	Spagaatti oikea/vasen (F1003) TAI sivuspaatti (F1004) Koko joukkueen tulee suorittaa sama liikkuvuusliike. Peilikuvana suorittaminen on sallittua, joten voimistelija voi valita etujalan spagaatissa.
Joukkueliike	0,6 arvoinen nosto (G601)

Vapaavalintaiset vaikeusosat valitaan vaikeusarvotaulukon (liite A1) sarakkeista 0,2; 0,4 ja 0,6. Vaikeusarvotaulukossa on myös tarkemmat määritelmät ja suoritusohjeet 3. luokan liikkeille.

Huom. Yhdeltä jalalta ponnistavat hyppy (leaps & hops) kierteellä:

Hypyn ponnistushetkellä lantion tulee olla samaan suuntaan, mihin voimistelija liikkuu. Esim. voimistelija liikkuu alueen takareunasta suoraan kohti etureunaa
→ lantion tulee olla ponnistushetkellä etukatsomoon päin.

9.3.1.1 Joukkueliikkeen määritelmä

- Vapaaohjelmassa voi olla monta joukkueliikettä, mutta vain yksi merkitään arvostelulomakkeeseen ja vain se voidaan laskea D-pisteisiin.
- Joukkueliike on
 - 1. luokka:** pareittain, ryhmissä tai joukkueena suoritettava yhteisliike, jossa voimisteliijoilla on jonkinlainen fyysinen kontakti toisiinsa (esimerkiksi nojaus).
 - 2. luokka:** pareittain, ryhmissä tai joukkueena suoritettava painon kannattelu. Kannattelu tarkoittaa toisen voimistelijan koko painon kannattelemista.
 - 3. luokka:** vaikeusarvotaulukon (liite A1) mukainen 0,6 arvoinen nosto (G601).

Luokissa 1–3 joukkueliikkeen ”maksimi” on nosto ilman minkäänlaista rotaatiota (liitteen A1 liike G601). Nostot käännöksellä tai kierteellä sekä kaikki heitot ovat kiellettyjä. Joukkueliikkeessä tulee säilyttää fyysinen kontakti voimistelijoiden välillä (heittäminen ei ole sallittua joukkueliikkeessä).
- Joukkueliike voidaan suorittaa 1. ja 2. luokassa pareittain, ja kaikissa luokissa ryhmissä tai koko joukkue kerralla. Eri ryhmät voivat tehdä erilaiset joukkueliikkeet, kunhan kaikki täyttävät ko. luokan määritelmän. Jos joukkueliike suoritetaan pareittain tai ryhmissä, ryhmien tulee suorittaa joukkueliike koreografiassa samaan aikaan.
- Jokaisen voimistelijan tulee olla aktiivisesti osallisena.
- Nostossa (3. luokan vaatimus) voimistelija nostetaan kokonaan irti alustasta toisten voimistelijoiden aktiivisella tuella.
 - Nostettava voimistelija voidaan joko nostaa selvästi ilmaan tai nostajat voivat tukea nostettavaa voimistelijaa niin, että hänen on mahdollista pysyä irti lattiasta joukkueliikkeen ajan.
 - Nostettavan voimistelijan tulee pysyä irti lattiasta vähintään 2 sekuntia.
 - Nostajan tulee työskennellä aktiivisesti joko nostamalla tai todella tukemalla nostettavaa voimistelijaa ylläpitämällä oma vartalonasentonsa. Esim. ”kivi”/”balasana”-asento ei osoita riittävää aktiivista työskentelyä toisen voimistelijan tukemiseksi. Voimistelijan käyttäminen nostettavan voimistelijan tukipilarina/astinlautana seisten, konttausasennossa tms. on ok.
 - Nostajien tulee säilyttää kontakti nostettavaan voimistelijaan – heittäminen ei ole sallittua joukkueliikkeessä (G601).
- Jos joukkueliikettä ei suoriteta määritelmien mukaisesti, sen arvo on 0,0 (ei ole mahdollista antaa puolikasta arvoa).

9.3.2 Vaikeusosien merkitseminen arvostelulomakkeeseen

- a) Vaikeusosat tulee merkitä arvostelulomakkeeseen oikeassa järjestyksessä sen kuvion kohdalle, jossa vaikeusosa suoritetaan. Vain merkityt vaikeusosat lasketaan.
- b) Arvostelulomakkeeseen merkityillä, D-pisteisiin laskettavilla vaikeusosilla tulee olla eri koodinumerot.
- c) Tuomarit huomioivat vaikeusosat arvostelulomakkeeseen merkityssä järjestyksessä. Jokainen kuvio on joukkueelle uusi mahdollisuus esittää liikkeit oikeassa järjestyksessä.

Esim. 3. luokan joukkue on merkinnyt yhteen kuvioon vaikeusosat HB1001 ja DB401 (tässä järjestyksessä), mutta suorittaa ensin DB401:n ja vasta sitten HB1001:n. Tuomarit jättävät HB1001:n huomioimatta, sillä sitä ei suoritettu silloin kun sitä odotettiin.
- d) Joukkue saa arvon vain niistä liikkeistä, jotka täyttävät kohdan 9.3.1 luokakohtaiset ehdot. Esim. jos joukkue suorittaa 3. luokassa kolme yhdeltä jalalta ponnistavaa hyppyä, kolmas hyppy ei saa arvoa, sillä 3. luokassa vaaditaan vähintään yksi kahdelta jalalta ponnistava hyppy.
- e) Jos arvostelulomakkeeseen on merkitty enemmän kuin sallittu määrä vaikeusosia (ko. luokassa vaaditut vaikeusosat), tuomarit huomioivat ainoastaan ensimmäiset merkityt vaikeusosat kustakin liikeryhmästä.

Esim. 3. luokan joukkue on merkinnyt neljä hyppyä, joista ensimmäinen on kahdelta jalalta ponnistava hyppy, toinen ja kolmas ovat yhdeltä jalalta ponnistavia hyppyjä ja vasta neljäs on vaadittu vipuhyppy (J623). Tuomarit huomioivat kolme ensimmäistä merkittyä hyppyä, mutta eivät enää neljättä. Näin ollen joukkue voi saada arvon vain ensimmäisestä ja toisesta hypystä, koska kolmas hyppy ei ollut vaadittu vipuhyppy.

9.3.3 Vaikeusosien suoritusvaatimukset

- a) Vaikeusosien tulee täyttää niille asetetut vaatimukset (ks. edellä olevat luokakohtaiset taulukot ja 3. luokassa myös liite A1). Muutoin niitä ei lasketa vaikeusosiksi.
- b) Samalla koodinumerolla oleva liike voidaan laskea vaikeusosaksi vain kerran. Esim. jos joukkue suorittaa hypyt JXXXA ja JXXXB, se voi saada arvon vain yhdestä hypystä.
- c) Kaikkien joukkueen voimistelijoiden tulee suorittaa samat vaikeusosat (sama koodinnumero ja sama variaatio A/B/C). Jos joukkueliike suoritetaan ryhmissä, eri ryhmät voivat tehdä erilaiset joukkueliikkeet.
- d) Voimisteliijoilla tulee olla vaikeusosissa samat käsien ja jalkojen asennot. Peilikuvana suorittaminen on sallittua (esim. eri tukijalka tasapainossa).
- e) Voimistelijoiden tulee suorittaa vaikeusosat koreografiassa yhtä aikaa. Koreografian tulee siis olla laadittu niin, että joukkueen on tarkoitus suorittaa vaikeusosat yhtä aikaa. Jos voimistelija on ohjelmassa myöhässä ja suorittaa vaikeusosan hyväksytysti, mutta hieman muita myöhemmin, joukkue saa silti ko. liikkeen vaikeusarvon (ja E-vähennyksiä eriaikaisuudesta).
- f) Vaikeusosan määritelmää suuremman liikkuvuuden osoittaminen tai pienempi polvi-/lantiokulma ei vaikuta vaikeusarvoon. Määritelmää suuremman liikkuvuuden osoittaminen on siis sallittua.
- g) Jalkojen tai käsien vaadituissa suorissa linjoissa on yleinen 15° toleranssi.
- h) Koreografiassa sallitaan enintään kolme juoksu- tai kävelyaskelta ennen vaikeusosia. Laukkoja tai hyppyaskelia ei lasketa juoksuksi tai kävelyksi.

9.3.4 Vaikeusosan arvon alentaminen

- a) Joukkue saa vaikeusosan täyden arvon vain, jos vaikeusosa on merkitty arvostelulomakkeeseen oikein ja kaikki voimistelijat suorittavat vaikeusosan hyväksytysti.
- b) Jos kaikki voimistelijat yrittävät vaikeusosaa, mutta 1 tai 2 voimistelijaa epäonnistuu, joukkue saa puolet vaikeusosan arvosta. Poikkeuksena joukkueliike: jokaisen voimistelijan on suoritettava joukkueliike hyväksytysti, jotta joukkue saa sille arvon.
- c) Jos 3 voimistelijaa tai useampi epäonnistuu, joukkue ei saa kyseisestä vaikeusosasta arvoa.
- d) Jos 1 tai 2 voimistelijaa ottaa liikaa askelia ennen vaikeusosaa (esim. neljä askelta ennen hyppyä), joukkue saa vaikeusosasta puolikkaan arvon. Jos kolme tai useampi voimistelija ottaa liikaa askelia ennen vaikeusosaa, joukkue ei saa vaikeusosalle arvoa.
- e) Kaikkien voimistelijoiden tulee tosissaan yrittää suorittaa vaikeusosa. Jos voimistelija ei edes yritä vaikeusosaa, joukkue ei saa kyseisestä vaikeusosasta lainkaan arvoa.

9.4 E-pisteet: suoritus (10,00)

- a) Suoritus- eli E-pisteet laskee E-paneeli.
- b) E-tuomari tekee vähennykset 10,00 pisteestä. Vähennykset koostuvat taulukon mukaan määritettävistä vähennyksistä (9.4.1) ja muista suoritusvähennyksistä (9.4.3).
- c) Bonus (0,1): jokainen E-tuomari voi antaa joukkueelle bonuksen (lisätään E-tuomarin omiin pisteisiin).
- d) Ylituomarin (E1) vähennykset tehdään vapaaohjelman loppupisteistä.

9.4.1 Taulukon mukaan määritettävät suoritusvähennykset

- a) Taulukon mukaan määritettävät suoritusvähennykset tehdään joukkueelta, ei yksittäiseltä voimistelijalta. Vähennyksiä yhdistämällä voidaan huomioida kaikki tietystä ohjelman kohdasta tehtävät vähennykset kerralla, jolloin saadaan joukkueelle yksi yhteinen vähennys.
- b) Vähennykset tehdään ohjelmasta kohdittain. Ensin määritetään yksittäisten voimistelijoiden tekemät virheet (pieni/keskisuuri/suuri) ja sen jälkeen määritetään vähennys joukkueelle (0,1 / 0,2 / 0,4 / 0,7 / 1,0).
- c) Ohjelman kohtia ovat esim.
 - siirtyminen kuviosta toiseen
 - vaikeusosa
 - rytmisarja
 - dynaaminen sarja
 - sivuttain liikkuminen ja taaksepäin liikkuminen
- d) Yhdestä ohjelman kohdasta voi vähentää enintään sarakkeen "Suuri" mukaisesti.
- e) Taulukon mukaan määritettävät suoritusvähennykset tehdään seuraavasti:

Suoritusvähennysten määrittäminen				
Kuinka moni teki virheen ↓	Virheen suuruus →	Pieni	Keskisuuri	Suuri
Yksi voimistelija		0,1	0,2	0,4
Alle puolet joukkueesta		0,2	0,4	0,7
Puolet tai yli puolet joukkueesta		0,4	0,7	1,0

Ensin muodostetaan kokonaisuudet yksittäisten voimistelijoiden tekemistä virheistä. Mikäli yksittäinen voimistelija tekee useita virheitä samassa kohdassa, niiden aiheuttamat vähennykset lasketaan yhteen ja pyöristetään alaspäin lähimpään mahdolliseen vähennykseen (0,2 tai 0,4).

Esim. 1

Yksi voimistelija tekee yhden pienen ja yhden keskisuuren virheen:
 $0,1 + 0,2 = 0,3 \rightarrow$ pyöristetään alaspäin $\rightarrow 0,2 =$ keskisuuri virhe

Esim. 2

Yksi voimistelija tekee yhden pienen ja kaksi keskisuurta virhettä:
 $0,1 + 0,2 + 0,2 = 0,5 \rightarrow$ pyöristetään alaspäin $\rightarrow 0,4 =$ suuri virhe

Tämän jälkeen arvioidaan, kuinka moni voimistelija (yksi/ alle puolet joukkueesta/ puolet tai yli puolet joukkueesta) teki

- pieniä virheitä
 - keskisuuria
 - suuria virheitä
- tai niiksi luokiteltuja kokonaisuuksia

Lopuksi eri virhesuuruusluokkien vähennykset lasketaan yhteen ja pyöristetään alaspäin lähimpään mahdolliseen vähennykseen (0,1, 0,2, 0,4, 0,7 tai 1,0).

Esim. rytmisarjan aikana

- pieniä virheitä: alle puolet joukkueesta $\rightarrow 0,2$
 - keskisuuria virheitä: yksi voimistelija $\rightarrow 0,2$
 - suuria virheitä: yksi voimistelija $\rightarrow 0,4$
- $= 0,8 \rightarrow$ vähennys rytmisarjasta $0,7$

Jos joukkue:

- tekee vain pieniä virheitä, vähennys voi olla enintään 0,4
- ei tee lainkaan suuria virheitä, vähennys voi olla enintään 0,7
- tekee suuria virheitä, vähennys voi olla enintään 1,0

Yhden voimistelijan tuomat vähennykset voivat olla enintään 0,4 (taulukon 1. rivi)

- Suoritusvähennysten suuruudet on määritelty liitteen 2 virhevähennystaulukossa.
- Kukin E-tuomari antaa pisteensä 0,1 pisteen tarkkuudella.

Suoritusvähennykset

9.4.1.1 Yhdenaikaisuus (koreografian mukaisesti)

Joukkueen tulee suorittaa liikkeet yhdenaikaisesti, kun koreografiassa on niin tarkoitettu.

Jos voimistelija kaatuu, kaatumisvähennyksen lisäksi ei tehdä vähennystä yhdenaikaisuudesta.

9.4.1.2 Suorituksen yhdenmukaisuus

Joukkueen tulee suorittaa liikkeet täsmälleen samalla tavalla, ellei koreografiassa ole selkeästi toisin tarkoitettu.

Jos vaikeusosasta vähennetään otsikon "Vaikeusosien suoritus" alla, sen lisäksi ei tehdä vähennystä yhdenmukaisuudesta.

Jos voimistelija kaatuu, kaatumisvähennyksen lisäksi ei tehdä vähennystä yhdenmukaisuudesta.

9.4.1.3 Liikelaajuus ja viimeistely

Liikkeet tulee suorittaa optimaalisella liikelaajuudella. Ojentautumisen ja viimeistelyn tulee näkyä kaikissa liikkeissä läpi ohjelman.

Jos vaikeusosasta vähennetään otsikon "Vaikeusosien suoritus" alla, sen lisäksi ei tehdä vähennystä liikelaajuudesta ja viimeistelystä.

9.4.1.4 Tasapaino ja hallinta

Ohjelma tulee suorittaa hallitusti. Esimerkiksi ylimääräisistä askeleista, hypähdyksistä, tasapainon hakemisesta ylimääräisin liikkein sekä käsituesta vähennetään.

Jos vaikeusosasta vähennetään otsikon "Vaikeusosien suoritus" alla, sen lisäksi ei tehdä vähennystä tasapainosta ja hallinnasta.

Jos voimistelija kaatuu, kaatumisvähennyksen lisäksi ei tehdä vähennystä tasapainosta ja hallinnasta.

9.4.1.5 Kuvioiden tarkkuus

Kuvioiden tulee olla täsmällisiä, esim. suorat rivit, kun niin on tarkoitettu.

Kuvioiden tulee vastata arvostelulomakkeeseen piirrettyjä kuvioita.

(Poikkeus: jos voimistelija loukkaantuu tai sairastuu kilpailun aikana ja saa vapautuksen vapaaohjelmasuorituksesta, ns. tyhjästä paikasta kuviossa ei vähennetä tämän otsikon alla. Sommitteluvaatimusten tulee kuitenkin täyttyä.)

Jos voimistelija kaatuu, kaatumisvähennyksen lisäksi ei tehdä vähennystä kuvioiden tarkkuudesta.

9.4.1.6 Oman paikan saavuttaminen siirtymisissä (Vain 3. luokassa)

Siirtymisillä tarkoitetaan liikkeitä, joilla vaihdetaan kuviota tai joilla valmistellaan joukkueliikettä.

Siirtymiset tulee suunnitella niin, että voimistelijat pääsevät omille paikoilleen helposti, ilman ylimääräisiä tai suuria askeleita, ja niin, että voimistelijoiden on riittävästi tilaa suorittaa koreografian mukaiset liikkeet. Vähennys tehdään joka kerta, kun voimistelija ei saavuta omaa paikkaansa helposti tai voimistelijalla ei ole riittävästi tilaa suorittaa koreografiaa.

9.4.1.7 Vaikeusosien suoritus

Vaikeusosien tulee täyttää niille asetetut vaatimukset.

Tämä vähennys koskee vain arvostelulomakkeeseen merkittyjä vaikeusosia.

9.4.2 Yhteenveto taulukon mukaan määritettävistä suoritusvähennyksistä

Vähennyksen otsikko	Pieni	Keskisuuri	Suuri
Yhdenaikaisuus	x	x	x
Yhdenmukaisuus	x	x	
Liikelaajuus ja viimeistely	x		
Tasapaino ja hallinta	x	x	
Kuvioiden tarkkuus	x		
Oman paikan saavuttaminen siirtymisissä (vain 3. lk.)	x		
Vaikeusosien suoritus	x	x	x

9.4.3 Muut suoritusvähennykset

9.4.3.1 Voimistelijoiden lukumäärä sääntöjen vastainen

Jos vapaaohjelmaa suorittavia voimisteliijoita on liian vähän, vähennetään 1,0 per puuttuva voimistelija. Jos voimisteliijoita on liian vähän sen jälkeen, kun voimistelija on keskeyttänyt vapaaohjelasuorituksensa ja poistunut alueelta, ei vähennystä lukumäärästä tehdä.

Voimistelijaa ei saa vaihtaa kesken vapaaohjelman (ks. 9.4.6.8).

Vähennys: 1,0 per puuttuva voimistelija

9.4.3.2 Kaatuminen

Jos voimistelija kaatuu seisomasta istumaan, selälle, vatsalle tai kyljelle, tai tasapainosta käsituella selälle, vatsalle tai kyljelle, vähennetään 0,3 per voimistelija joka kerta.

Tätä vähennystä käytetään vain selvästä kaatumisesta (ei esim. jos voimistelija tulee alas tasapainosta liian aikaisin).

Tämän vähennyksen lisäksi ei vähennetä muista virheistä, jotka johtuivat kaatumisesta (esim. yhdenaikaisuus, yhdenmukaisuus, kuvioiden tarkkuus, alueen ylitys).

Vähennys: 0,3 per voimistelija joka kerta

9.4.3.3 Alueen ylitys

Voimistelija ylittää vapaaohjelma-alueen, mikäli hän koskettaa lattiaa rajamerkin ulkopuolella millä tahansa kehonosalla. Rajamerkintä (esim. valkoinen tarranauha) kuuluu vapaaohjelma-alueeseen. Alueen ylittämisestä vähennetään joka kerta.

Jos voimistelija kaatuu, kaatumisvähennyksen lisäksi ei tehdä vähennystä alueen ylityksestä.

Vähennys: 0,1 joka kerta, riippumatta voimistelijoiden määrästä

9.4.3.4 Liikkeiden ja musiikin vastaavuus (0,2) (Vain 3. luokassa)

Musiikin ja liikkeen välillä tulee olla yhteys. Vapaaohjelman tulee luoda vaikutelma ”näet mitä kuulet ja kuulet mitä näet”.

Vähennys: 0,2 kerran, jos musiikin ja liikkeen välillä ei ole yhteyttä

9.4.3.5 Siirtymisten laatu ja suorituksen dynamiikka (1,0)

1. ja 2. luokka

Siirtymisillä tarkoitetaan liikkeitä, joilla vaihdetaan kuviota tai joilla valmistellaan joukkueliikettä. Siirtymiseen käytettävien liikkeiden tulee olla voimistelullisia ja liikkeet suoritetaan musiikin tahtiin.

Vähennys: 0,2 joka kerta, kuitenkin enintään 1,0 pisteeseen asti (maksimi). Vähennys tehdään, mikäli **joukkue** ei suorita siirtymistä musiikin tahtiin tai siirtyminen ei ole voimistelullinen.

Tätä vähennystä käytetään silloin, kun siirtymisten laatua koskevat vaatimukset eivät täyty puolella tai yli puolella joukkueen voimistelijoiden puolella. Jos siirtymisen laadussa on puutteita alle puolella joukkueen voimistelijoiden puolella, käytetään otsikon ”9.4.1 Taulukon mukaan määritettävät suoritusvähennykset” alla olevia vähennyksiä, kuten ”suorituksen yhdenmukaisuus” (eikä tätä siirtymisten laatu -vähennystä).

(1. ja 2. luokassa ei ole muita dynamiikkaan liittyviä suoritusvähennyksiä.)

3. luokka

Joukkueen tulee suorittaa vapaaohjelma dynaamisesti. Dynaamisessa suorituksessa hyödynnetään painovoimaa, ojennusta ja rentoutusta, ja siinä on hyvä rytmitys. Liike on sujuvaa ja virtaavaa, ja edeltävän liikkeen impulssia hyödynnetään uuden luomisen sijaan. Liikkeiden välillä ei ole tarpeettomia pysähdyksiä eikä liikkeisiin valmistautumisesta johtuvia taukoja. Kaikissa liikkeissä tulee suosia dynaamista suoritustapaa. Liikefraaseista, joissa on ainoastaan eristettyjä käsi- ja jalkaliikkeitä ilman vartalonkäyttöä (liikkumaton ylävartalo), vähennetään joka kerta. Tämä koskee myös siirtymisiä: siirtymisestä kävellessä, juosten tai marssien ilman minkäänlaista voimistelullisuutta vähennetään joka kerta.

Tätä vähennystä käytetään silloin, kun suorituksen dynaamisuus on puutteellista puolella tai yli puolella joukkueen voimistelijoiden puolella. Tuomarit laskevat, kuinka monessa kohdassa ohjelmaa suorituksen dynamiikka on puutteellista, ja tekevät tämän otsikon alla vähennyksiä enintään 1,0 pisteeseen asti.

Jos suorituksen dynaamisuus on puutteellista alle puolella joukkueen voimistelijoiden puolella, käytetään otsikon ”9.4.1 Taulukon mukaan määritettävät suoritusvähennykset” alla olevia vähennyksiä, kuten ”suorituksen yhdenmukaisuus” (eikä tätä suorituksen dynamiikka -vähennystä).

Vähennys: 0,2 joka kerta, kuitenkin enintään 1,0 pisteeseen asti (maksimi).

9.4.4 Yhteenveto muista suoritusvähennyksistä

Vähennyksen otsikko	Vähennys
Voimistelijoiden lukumäärä	1,0/voimistelija
Kaatuminen	0,3/voimistelija, joka kerta
Alueen ylitys	0,1 joka kerta
<i>Vain 3. luokka:</i> Liikkeiden ja musiikin vastaavuus	0,2 kerran
Siirtymisten laatu ja suorituksen dynamiikka (1,0)	0,2 joka kerta (yhteensä max. 1,0)

9.4.5 Bonus suorituksesta (max. 0,1)

Jos vapaaohjelma tai osia siitä suoritetaan huomattavalla taidolla ja ohjelma välittyy yleisölle erityisen hyvin, voidaan joukkue palkita bonuksella.

Bonus: 0,1 per joukkue (jokaisen E-tuomarin omiin pisteisiin)

9.4.6 Ylituomarin (E1) vähennykset

E1-vähennykset tehdään telineen loppupistemäärästä.

9.4.6.1 Vapaaohjelman keskeyttäminen (1,0/voimistelija)

Vähennys 1,0 per voimistelija, jos voimistelija lopettaa suorittamisen ja poistuu vapaaohjelma-alueelta.

YT-vähennys: 1,0 per voimistelija

9.4.6.2 Aika (0,3 / 2,0)

Vapaaohjelman kesto on

1. luokka: 1:15–1:30 **2. luokka:** 1:45–2:00 **3. luokka:** 2:15–2:30

E2-tuomari huolehtii ajanotosta.

Ajanotto käynnistyy musiikin alkaessa ja päättyy, kun viimeinen liike on suoritettu.

Ajan ylittymisen jälkeen suoritettavat vaikeusosat arvioidaan.

YT-vähennys: 0,3 ajan ylittämisestä/alittamisesta

2,0 erittäin lyhyestä ohjelmasta:

1. luokka: alle 1:00

2. luokka: alle 1:30

3. luokka: alle 2:00

9.4.6.3 Musiikki (0,3)

Koko vapaaohjelma suoritetaan vapaavalintaiseen musiikkiin. Musiikissa saa olla sanoja, mutta niiden sisällön pitää olla ikätasoon ja tilanteeseen sopiva. Mikäli joukkue suorittaa vapaaohjelman tai sen osan ilman musiikkia, suoritetaan vähennys.

YT-vähennys: 0,3 musiikin puuttumisesta

9.4.6.4 Sääntöjenvastainen kilpailuasua (0,3)

Jos voimistelija ei noudata kilpailuasussa sääntöjen kohtaa 4.1, vähennetään sääntöjenvastaisesta kilpailuasusta. Myös seuraavista vähennetään tämän otsikon alla:

- jalkineet tai sukat (jos koko joukkue ei käytä)
- irralliset esineet
- vartalomaali
- FIG:n/EG:n tai Voimisteluliiton sääntöjen vastainen mainostaminen

YT-vähennys: 0,3 sääntöjenvastaisesta kilpailuasusta kerran, vapaaohjelman loppupisteistä

9.4.6.5 Korut (0,3)

Kohdan 4.1 mukaisesti voimistelijat eivät saa käyttää mitään näkyviä koruja.

YT-vähennys: 0,3 koruista kerran, vapaaohjelman loppupisteistä

9.4.6.6 Huonosti kiinnitetyt sidokset/tuet (0,3)

Kohdan 4.1 mukaisesti sidokset ja tuet tulee kiinnittää hyvin.

YT-vähennys: 0,3 huonosti kiinnitetyistä sidoksista/tuista kerran, vapaaohjelman loppupisteistä

9.4.6.7 Meikit ja pestävät hiusvärit (0,3)

Kohdan 4.1 mukaisesti meikit (luokissa 1 ja 2) ja pestävät hiusvärit (kaikissa luokissa) ovat kiellettyjä.

YT-vähennys: 0,3 meikistä tai pestävistä hiusväreistä kerran, vapaaohjelman loppupisteistä

9.4.6.8 Telinekohtaisten vaatimusten tai kilpailusääntöjen rikkominen (0,3/kohta)

Tämän otsikon alla vähennetään seuraavista:

- Sääntöjen vastainen sisääntulo kilpailualueelle
- Joukkue ei juokse vapaaohjelma-alueelle aloitusasentoon
- Voimistelijan vaihtaminen kesken vapaaohjelman

YT-vähennys: 0,3 per kohta telinekohtaisten vaatimusten tai kilpailusääntöjen rikkomisesta, vapaaohjelman loppupisteistä.

9.4.7 Ylituomarin (E1) vähennykset

E1-vähennykset (vapaaohjelma)	Vähennys
1. Vapaaohjelman keskeyttäminen	1,0/voimistelija
2. Aika - Aikarajan ylittäminen/alittaminen - Erittäin lyhyt ohjelma 1. luokka: alle 1:00 2. luokka: alle 1:30 3. luokka: alle 2:00	0,3 2,0
3. Musiikki - Musiikin puuttuminen	0,3 kerran
4. Sääntöjenvastainen kilpailuasua - Kohdan 4.1 vastainen kilpailuasua - Jalkineet/sukat (jos koko joukkue ei käytä) - Irralliset esineet - Vartalomaali	0,3 kerran
5. Näkyvät korut	0,3 kerran
6. Huonosti kiinnitetyt sidokset/tuet	0,3 kerran
7. Meikit ja pestävät hiusvärit	0,3 kerran
8. Telinekohtaisten vaatimusten tai kilpailusääntöjen rikkominen - Sääntöjenvastainen sisääntulo kilpailualueelle - Joukkue ei juokse vapaaohjelma-alueelle aloitusasentoon - Voimistelijan vaihtaminen kesken ohjelman	0,3 0,3 0,3

10 VOLTITIRATA

1. luokan voltitirata suoritetaan vähintään 14 m pitkällä vapaaohjelmamatolla tai kanveesilla (ei voltitiradalla tai ilmapoltitiradalla). Suorituspaikan päässä tulee olla 30 cm paksu ja 3 m pitkä matto, jonka perässä on 1 m turva-alue esimerkiksi AB-matoista.

2. luokan voltitirata suoritetaan voltitiradalla. Voimistelijat saavat aloittaa vauhdinoton voltitiradan päästä. Alastulona voltitiradan päässä on 4 m x 6 m suuruinen voltitiradan korkuinen alastuloalue.

3. luokan voltitirata suoritetaan voltitiradalla.

Voltitiradan pituus: 15 m

Vauhdinoton pituus: 16 m

Alastuloalue: voltitiradan korkuinen, leveys 4 m, pituus 7 m. Joukkue voi käyttää lisämattoa, jonka paksuus on 10 cm.

Juoksuradan vieressä on lattiaan kiinnitetty mittanauha, joka kertoo etäisyyden alastuloalueesta. Juoksu- tai voltitirataa ei saa merkitä vaatteilla tai muulla tavalla.

Tarkemmat tiedot kilpailutelineistä on koottu kilpailujen järjestämisohjeisiin.

10.1 Yleistä

- a) Kaikkien voltitiratasuoritukseen osallistuvien voimistelijoiden täytyy osallistua myös vapaaohjelmaan, ellei heille ole myönnetty vapautusta perustellusta syystä. Vapautuksen voi myöntää kilpailun ensiapuhenkilö (sairastuminen/loukkaantumistilanne) tai hakemuksesta TeamGymin kehittämissyhmä (muu syy). Seuraamuksena tämän säännön rikkomisesta on joukkueen sulkeminen kilpailusta.
- b) **1. ja 2. luokassa** joukkueen kaikki voimistelijat suorittavat kaikki kierrokset. Kaikkien kilpailevaan kokoonpanoon nimettyjen voimistelijoiden täytyy osallistua voltitiratasuoritukseen, ellei heille ole myönnetty vapautusta perustellusta syystä. Vapautuksen voi myöntää kilpailun ensiapuhenkilö (sairastuminen/loukkaantumistilanne) tai hakemuksesta TeamGymin kehittämissyhmä (muu syy). Seuraamuksena tämän säännön rikkomisesta on vähennys voimistelijoiden sääntöjenvastaisesta lukumäärästä. (Kilpailevan kokoonpanon nimeäminen: ks. TeamGymin kilpailusäännöt.)
- c) **3. luokassa** voimistelijoina tulee olla kullakin kierroksella 6 tai enemmän. Voimistelijoiden määrä kierroksilla voi vaihdella. Ensimmäiset 6 arvostellaan kokonaisuudessaan, 7. voimistelijasta lähtien käytetään vain osaa vähennyksistä. Voimistelijoina saa vaihtaa kierrosten välillä. Sekajoukkueessa tyttöjen/poikien määrä kullakin kierroksella on vapaasti valittavissa.
- d) Alastulomatoilla täytyy olla yksi valmentaja varmistamassa, mieluiten radan vastakkaisella puolella tuomareista katsottuna. Varmistaja saa tarvittaessa astua myös voltitiradalle suorituksen aikana. Varmistajan täytyy toimia vaaratilanteessa asianmukaisesti. 1. ja 2. luokassa voi voltitiradan toisessa päässä olla toinen valmentaja joukkueen tukena.
- e) Joukkueen tulee odottaa suoritusvuoroaan kilpailualueen ulkopuolella, valmiina siirtymään areenalle juosten, kilpailun järjestäjän ohjeiden mukaisesti. Kun joukkue on areenalla valmiina ja varmistaja alastulomatoilla, voltitiradan ylituomari (E1) antaa merkin (vihreä lippu tai muu merkki), jolloin musiikki alkaa ja joukkue voi aloittaa suorituksensa.
- f) Voltitiratasuoritus tehdään instrumentaalimusiikkiin.
- g) **1. ja 2. luokassa** suoritukselle ei ole määritelty maksimikesto.
3. luokassa maksimikesto on 3:15.

10.2 Sommitteluvaatimukset

10.2.1 1. luokka

Joukkue suorittaa kaksi erilaista joukkuekierrosta:

1. kierros	Käsinseisontakuperkeikka suorin käsin käsipompulla – jännehyppy jalat avaten – juoksu – lentokuperkeikka 30 cm paksulle jäməkälle matolle tai Käsinseisontakuperkeikka suorin käsin – jännehyppy jalat avaten – juoksu – lentokuperkeikka 30 cm paksulle jäməkälle matolle (Voimistelija saa valita, tekeekö käsipompulla vai ilman)
2. kierros	Hyppyaskel – kärrynpyörä – kärrynpyörä jalat yhteen – kuperkeikka taaksepäin etunojaan suorin käsin ja suorin jaloin (alasmaenossa käsituki sallittu)

7. voimistelijasta lähtien on sallittua tehdä vaihtoehtoisesti seuraavat helpotetut liikkeet:

1. kierros:

Kuperkeikka – jännehyppy jalat avaten – juoksu – lentokuperkeikka 30 cm paksulle jäməkälle matolle

2. kierros:

Hyppyaskel – kärrynpyörä – kärrynpyörä jalat yhteen – kuperkeikka taaksepäin kyykkyy jalat edellä – hyppy etunojaan

- Käsinseisontakuperkeikka tulee tehdä suorin käsin (toleranssi 45°).
- Kuperkeikka taaksepäin etunojaan tulee tehdä suorin käsin ja polvin (molemmissa toleranssi 45°). Lisäksi lantiokulman tulee olla yli 120° jalkojen osuessa maahan.
- Ensimmäisen kierroksen jännehyppy hyväksytään ainoastaan vuorojaloin tehtynä. Liikekohtaisessa virhevähennystaulukossa (Liite 3) on määritelty jännehypyn alastulo. Vuorojaloin tehtynä molempien jalkojen tulee tulla maahan vuoron perään. Jännehyppyä ei hyväksytä, jos jalat tulevat maahan yhtä aikaa.
- Joukkue saa päättää liikesarjojen järjestyksen 7. voimistelijasta lähtien. Kaikki samat liikesarjat suositellaan tehtäväksi peräkkäin myös 7. voimistelijasta lähtien.

10.2.2 2. luokka

Joukkue suorittaa kolme erilaista joukkuekierrosta:

1. kierros	Puolivoltti tasajalkaa alas – jännehyppy jalat avaten – arabialainen (jännehyppy)
2. kierros	Arabi-flikki (jännehyppy sallittu)
3. kierros	Eteenvoltti kerien

- Ensimmäisen kierroksen jännehyppy hyväksytään ainoastaan vuorojaloin tehtynä. Liikekohtaisessa virhevähennystaulukossa (Liite 3) on määritelty jännehypyn alastulo. Vuorojaloin tehtynä molempien jalkojen tulee tulla maahan vuoron perään. Jännehyppyä ei hyväksytä, jos jalat tulevat maahan yhtä aikaa tai vain toinen jaloista osuu maahan ennen arabialaista.

7. voimistelijasta lähtien on sallittua tehdä vaihtoehtoisesti seuraavat helpotetut liikkeet:

1. kierros: Puolivoltti tasajalkaa alastulomatolle (jännehyppy sallittu)
 2. kierros: Arabialainen alastulomatolle (jännehyppy sallittu)
- b) Joukkue saa päättää liikesarjojen järjestyksen 7. voimistelijasta lähtien. Kaikki samat liikkeet/liikesarjat suositellaan tehtäväksi peräkkäin myös 7. voimistelijasta lähtien.

10.2.3 3. luokka

Joukkue suorittaa kolme erilaista kierrosta:

1. kierros (joukkuekierros, pakollinen liikesarja)	Puolivoltti-voltti (kerien/taittaen/suorin) Kuuden ensimmäisen voimistelijan tulee suorittaa sama liikesarja. Tämän jälkeen voimistelijat voivat suorittaa puolivoltti-voltin eri vartalonasennolla.
2. kierros (joukkuekierros, pakollinen liikesarja)	Arabi-flikki-kerävoltti taaksepäin Kuuden ensimmäisen voimistelijan tulee suorittaa tämä liikesarja. Tämän jälkeen voimistelijat voivat suorittaa tasonsa mukaisen arabi-flikki-lähtöisen liikesarjan taaksepäin (vähintään arabi-flikki).
3. kierros (joukkue saa valita liikesarjat)	Vähintään kolmen akrobaattisen liikkeen yhdistelmä 7. voimistelijasta lähtien voimistelijat voivat suorittaa vapaavalintaisen liikesarjan.

Tuplavoltit eivät ole sallittuja millään kierroksella.

- a) Joukkue saa päättää liikesarjojen järjestyksen 7. voimistelijasta lähtien. Kaikki samat liikesarjat suositellaan kuitenkin tehtäväksi peräkkäin myös 7. voimistelijasta lähtien.

10.3 C-pisteet: sommittelu (2,0)

10.3.1 Yleistä

- a) Kaikki sommitteluvähennykset tehdään C-pisteistä. Kunkin kohdan vähennys on merkitty otsikkoon sulkuihin. Maksimivähennys C-pisteistä on 2,0 pistettä. Joukkueen suoritus saattaa kerryttää enemmänkin sommitteluvähennyksiä, mutta tuomarit voivat vähentää vain maksimiin asti.
- b) Jos kierroksella on enemmän kuin 6 voimistelijaa, käytetään 7. voimistelijasta lähtien sommitteluvähennyksistä ainoastaan kohtien 10.3.2.1 (Virhe joukkuekierroksella) ja 10.3.2.2 (Joukkue ei suorita pakollista liikesarjaa) mukaisia vähennyksiä.
- c) Jos kierroksella on vähemmän kuin 6 voimistelijaa, puuttuvista voimistelijoina ei oteta sommitteluvähennyksiä.
- d) Vain hyväksytysti suoritettavat liikkeet (3. luokassa arvon saaneet liikkeet) huomioidaan sommitteluvaatimusten osalta.
- e) Tauon, väliaskeleiden tai kaatumisen jälkeen suoritettuja liikkeitä ei huomioida sommittelupisteissä.

10.3.2 Sommitteluvähennysten määritelmät

10.3.2.1 Virhe joukkuekierroksella (0,2 per voimistelija) - koskee kaikkia voimistelijoita!

1. luokassa molemmat kierrokset ovat joukkuekierroksia. Kuuden ensimmäisen voimistelijan tulee suorittaa sama liikesarja kahdesta vaihtoehdosta. Toisella kierroksella 6 ensimmäisen voimistelijan tulee suorittaa säännöissä määritelty pakollinen liikesarja. 7. voimistelijasta lähtien on mahdollista suorittaa säännöissä määritelty helpotettu liikesarja molemmilla kierroksilla.

2. luokassa kaikki kolme kierrosta ovat joukkuekierroksia. Kuuden ensimmäisen voimistelijan tulee suorittaa kaikilla kierroksilla säännöissä määritelty pakollinen liikesarja. Ensimmäisellä ja toisella kierroksella on mahdollista suorittaa helpotettu liikesarja 7. voimistelijasta lähtien.

3. luokassa kaksi ensimmäistä kierrosta ovat joukkuekierroksia. Kuuden ensimmäisen voimistelijan tulee suorittaa näillä kierroksilla säännöissä määritelty pakollinen liikesarja. Ensimmäisellä ja toisella kierroksella on mahdollista suorittaa helpotettu liikesarja 7. voimistelijasta lähtien.

Virheestä joukkuekierroksella vähennetään, jos:

- Voimistelija ei suorita säännöissä määriteltyä pakollista liikesarjaa. (Jos enemmistö (yli puolet) joukkueesta ei suorita pakollista liikesarjaa, ks. 10.3.2.2.)
- Voimistelija ei tee alastuloa jalat (molemmat jalkapohjat) edellä.
Esim. 1
1. luokassa taaksepäin kuperkeikka, jossa polvet osuvat maahan ennen jalkapohjia, johtaa vähennykseen.
Esim. 2
Voltin alastulossa: vaikka voimistelija koskisi vottirataa tai mattoa molemmilla jaloilla, mutta ei näytä selvää valmistautumista alastuloon ja kaatuu samassa liikkeessä polville, kontalleen, istumaan, vatsalle, selälle tai kasvot edellä, alastuloa ei ole suoritettu jalat edellä.
- Liikesarja tai sen osa avustetaan (ks. myös suoritusvähennys).
- Voimistelija suorittaa läpijuoksun.

Vähennys: 0,2 per voimistelija, virheestä joukkuekierroksella.

10.3.2.2 Joukkue ei suorita pakollista liikesarjaa (2,0) - koskee kaikkia voimistelijoita!

Koko joukkueen tulee suorittaa joukkuekierroksina näissä säännöissä määritellyt pakolliset liikesarjat tai helpotetut liikesarjat. Pakollinen liikesarja katsotaan suoritetuksi, jos enemmistö (yli puolet) ko. kierroksen voimistelijoista suorittaa vaaditun pakollisen tai säännöissä määritellyn helpotetun liikkeen/liikesarjan.

Vähennys: 2,0, jos joukkue ei suorita joukkuekierroksena pakollista liikesarjaa.

Tämän vähennyksen lisäksi ei käytetä vähennystä virheestä joukkuekierroksella.

10.3.2.3 Puuttuva liike (0,3 per voimistelija ja puuttuva liike)

Tätä vähennystä ei käytetä joukkuekierroksilla. Näin ollen vähennystä käytetään vain 3. luokassa 3. kierroksella.

3. luokassa kolmannella kierroksella tulee olla vähintään kolme (3) liikettä. Jos voimistelija suorittaa vähemmän kuin kolme liikettä, vähennetään kustakin puuttuvasta liikkeestä. Vain hyväksytysti suoritettut (eli 3. luokassa arvon saaneet) liikkeet lasketaan.

Jos voimistelija suorittaa läpijuoksun ilman yhtään hyväksyttyä liikettä, tätä vähennystä ei käytetä (E-paneeli vähentää läpijuoksusta).

Vähennys: 0,3 per voimistelija ja puuttuva liike

10.3.2.4 Virhe liikesarjojen järjestyksessä 3. kierroksella (0,1 per voimistelija) (Vain 3. luokassa)

Kolmannella kierroksella suoritettavat liikesarjat saavat vaikeutua kierroksen loppua kohti. Liikesarjat tulee suorittaa vaikeusjärjestyksessä.

Vähennys: 0,1 per voimistelija, joka suorittaa liikesarjansa väärässä kohdassa kierrosta.

10.3.2.5 Liikesarjan toistaminen (0,2 per voimistelija, joka kerta) (Vain 3. luokassa)

Samaa liikesarjaa ei saa toistaa muilla kierroksilla.

Vähennys: 0,2 joka kerta per voimistelija, joka suorittaa täsmälleen saman liikesarjan, joka on suoritettu jollakin toisella kierroksella. Kierrokselta, jolla toistettua liikesarjaa on tehty eniten, ei tehdä toistovähennystä.

Poikkeus: jos voimistelija suorittaa väärän liikesarjan joukkuekierroksella ja sama sarja toistetaan myöhemmin muulla kierroksella, toistosta ei tehdä vähennystä.

10.3.2.6 Puuttuva kierros eteen-/taaksepäin (0,2 per voimistelija) (Vain 3. luokassa)

Liikesarjojen suuntien määritelmät:

Eteenpäin: Voimistelija suorittaa liikesarjan eteenpäin, jos kaikki sarjan liikkeet ovat eteenpäin.

Taaksepäin: Voimistelija suorittaa liikesarjan taaksepäin, jos kaikki sarjan liikkeet ovat taaksepäin.

Seka: Voimistelija suorittaa sekasarjan, jos se ei täytä yllä olevia määritelmiä liikesarjoille eteenpäin tai taaksepäin

Joukkueen tulee suorittaa 3. luokassa vähintään yksi kierros kokonaan eteenpäin ja yksi kierros kokonaan taaksepäin. Vähennys tehdään kierrokselta, jolla vaadittuja liikesarjoja on eniten. 3. luokan joukkuekierrokset ovat eteen- ja taaksepäin.

Vähennys: 0,2 puuttuvasta eteen- tai taaksekierroksesta per voimistelija.

10.3.3 Sommitteluvähennykset

Sommitteluvähennykset	Vähennys
1. Virhe joukkuekierroksella: voimistelija ei suorita pakollista liikesarjaa	0,2 per voimistelija
2. Joukkue ei suorita pakollista liikesarjaa	2,0
3. Puuttuva liike (vain 3. luokan 3. kierros)	0,3 per voimistelija ja puuttuva liike
4. Virhe liikesarjojen järjestyksessä 3. kierroksella (vain 3. luokka)	0,1 per voimistelija, joka kerta
5. Liikesarjan toistaminen (vain 3. luokka)	0,2 per voimistelija, joka kerta
6. Puuttuva kierros eteen-/taaksepäin (vain 3. luokka)	0,2 per voimistelija

10.4 D-pisteet: vaikeusarvo (avoin vaikeusarvo) Vain 3. luokassa!

10.4.1 Yleistä

- D-pisteet lasketaan vain 3. luokassa.
- Liikkeet tulee valita voimistelijoiden tason mukaan suorituspuhtautta ja hyvää tekniikkaa painottaen.
- Liikkeen vaikeusarvo saadaan laskemalla yhteen perusliikkeen arvo ja kierteen lisäarvo. Perusliikkeiden arvot on koottu kohdan 10.4.3 taulukkoon ja kierteen lisäarvot taulukon alle. Yleisimpien liikkeiden valmiiksi lasketut vaikeusarvot on koottu vaikeusarvotaulukkoon (liite A3).
- Liikesarjan arvo lasketaan kahden vaikeimman erilaisen liikkeen perusteella. Jos voimistelija suorittaa vain yhden liikkeen, arvo lasketaan sen perusteella.
- Kierroksen arvo saadaan laskemalla kuuden ensimmäisen voimistelijan suorittamien liikesarjojen arvot yhteen. D-pistemäärä saadaan laskemalla kolmen kierroksen keskiarvo ja pyöristämällä se alaspäin 0,1 pisteen tarkkuudella.

10.4.2 Suoritusvaatimukset arvon saamiseksi

- Kaikkien liikkeiden vaikeusarvot lasketaan uudelleen sen mukaan, mitä joukkue kilpailuhetkellä suorittaa. Poikkeuksena kuitenkin joukkuekierrokset: jos voimistelija ei tee joukkuekierroksella täsmälleen samaa liikesarjaa, jonka suurin osa ko. kierroksen voimisteliijoista suorittaa, voimistelijan tekemän liikesarjan vaikeusarvo on 0,0.
- Jos voimistelija ei tee alastuloa jalat edellä, kyseisen liikkeen vaikeusarvo on 0,0. Alastulo tulee tehdä molemmat jalkapohjat edellä. Voltin alastulossa: vaikka voimistelija koskisi vottirataa tai mattoa molemmilla jaloilla, mutta ei näytä selvää valmistautumista alastuloon ja kaatuu samassa liikkeessä polville, kontalleen, istumaan, vatsalle, selälle tai kasvot edellä, alastuloa ei ole suoritettu jalat edellä.

- c) Tauon, väliaskeleiden tai kaatumisen jälkeen suoritettuja liikkeitä ei lasketa mukaan vaikeusarvoon.
- d) Läpjuoksun arvo on 0,0.
- e) Avustetun liikkeen arvo on 0,0. Liikesarjan muut liikkeet voivat silti saada arvon (paitsi joukkuekierroksilla).

10.4.3 Perusliikkeiden arvot – Volttirata

Suunta	Perusliike	Symboli	Arvo	
Eteenpäin	Kärrynpyörä		0,10	
	Puolivoltti		0,20	
	Puolivoltti tasaponnistuksella (flikki eteenpäin)		0,20	
	Kerävoltti		0,20	
	Taittovoltti		0,30	
	Suorinvoltti		0,40	
	Aloitusvoltti (kun sarjan 1. liike on voltti) **			
	- kerä	*	0,20	
	- taitto	*	0,30	
	- suora	*	0,30	
- suora kokokierteellä	*	0,40		
Taaksepäin	Arabialainen		0,10	
	Flikki		0,20	
	Kerävoltti		0,20	
	Taittovoltti		0,20	
	Suorinvoltti		0,30	

** Huom. alemmat arvot suorassa ja kierteessä

Kierteen lisäarvot

- 0,1 jokaisesta puolikierteestä (180°)
- + 0,1, kun kierrettä on 1080° ja 0,1 jokaisesta sitä seuraavasta täydestä kokokierteestä

10.5 E-pisteet (suoritus) (10,00)

10.5.1 Yleistä

- a) E-tuomari laskee kullakin kierroksella kuuden ensimmäisen voimistelijan suoritusvähennykset yhteen ja vähentää ne 10 pisteestä. Jos kierroksella on enemmän kuin 6 voimistelijaa, käytetään 7. voimistelijasta lähtien vain osaa E-vähennyksistä (merkitty ko. vähennysten otsikoihin).
- b) E-pisteet saadaan laskemalla kierrosten keskiarvo (1. luokassa kahden kierroksen, 2. ja 3. luokassa kolmen kierroksen), joka pyöristetään lähimpään 0,1 pisteeseen.
- c) Kukin E-tuomari voi antaa 0,1 bonuksen suorituksesta (ks. 10.5.5.)
- d) Suoritusvähennykset tehdään kohdan 10.5.2 mukaisesti. Vähennykset on selitetty tarkemmin liikekohtaisessa vähennystaulukossa (Liite 3).
- e) Osa vähennyksistä koskee koko liikesarjaa ja osa vain tiettyjä liikkeitä.
- f) Liikkeitä, jotka suoritetaan tauon, väliaskeleiden tai kaatumisen jälkeen, ei huomioida.

10.5.2 Suoritusvähennysten määritelmät

Otsikon perässä olevat sulut kertovat kyseisen kohdan maksimivähennyksen.

10.5.2.1 Vartalonasento volteissa (0,5)

Volteissa tulee olla selkeä kerä-, taitto- tai suora asento ja käsien tulee pysyä lähellä vartaloa. Jalkojen tulee pysyä yhdessä ja nilkkojen ojennettuina.

Vähennys: 0,1, 0,2 tai 0,3 per voimistelija ja liike lantio- ja/tai polvikulman virheistä.

Vähennys: 0,1 per voimistelija ja liike jalkojen avauksesta tai ristikkäisyydestä.

Vähennys: 0,1 per voimistelija ja liike pään ja nilkkojen asentovirheistä.

Vähennys: 0,1 per voimistelija ja liike, jossa kädet eivät ole lähellä vartaloa ja kierteen pyörimisakselia.

10.5.2.2 Vartalonasento muissa liikkeissä (0,5)

Myös muissa liikkeissä (muut kuin voltit) tulee olla siisti, tarkoituksenmukainen vartalonasento. Jalkojen tulee pysyä yhdessä ja nilkkojen ojennettuina. Molempien käsien tulee osua alustaan.

Vähennys: 0,1, tai 0,2 per voimistelija ja liike lantio- ja/tai polvikulman virheistä.

Vähennys: 0,1 tai 0,2 per voimistelija ja liike hartiakulmasta (ks. liitteen 3 tarkennukset).

Vähennys: 0,1 tai 0,2 per voimistelija ja liike käsien koukistamisesta (ks. liitteen 3 tarkennukset).

Vähennys: 0,1 per voimistelija ja liike jalkojen avauksesta tai ristikkäisyydestä

Vähennys: 0,1 per voimistelija ja liike nilkkojen tai pään asentovirheistä

Vähennys: 0,1 per voimistelija ja liike, jos vain yksi käsi osuu alustaan.

10.5.2.3 Kierre (0,5) (Vain 3. luokassa)

Ponnistusvaiheen tulee erottua selvästi ennen kierteen aloittamista ja kierteen tulee valmistua ennen alastuloa.

Vähennys: 0,1 tai 0,2 per voimistelija ja liike liian aikaisesta kierteen aloituksesta.

Vähennys: 0,1 per voimistelija ja liike kierteen yli- tai alirotaatiosta alastulossa: 30°–45°.

Vähennys: 0,3 per voimistelija ja liike kierteen yli- tai alirotaatiosta alastulossa: > 45°.

10.5.2.4 Vauhdinmenetys (0,3)

Liikesarjan vauhdin tulee säilyä tai kasvaa.

Vähennys: 0,1, 0,2 tai 0,3 per voimistelija vauhdinmenetyksestä.

10.5.2.5 Liikesarjan viimeisen voltin korkeus (0,2) (Vain 2. ja 3. luokassa)

Viimeisen voltin tulee saavuttaa vaadittu korkeus.

Voltin korkeus suhteutetaan voimistelijan pituuteen. Määrittämissä käytetään voimistelijan päälakea, kun hän on pää alaspäin voltin korkeimmassa kohdassa. Voimistelijan pituus mitataan alastulomaton pinnasta.

Voltti eteenpäin: voltin tulee olla vähintään voimistelijan hartiakorkeudella, kun voimistelija on voltin korkeimmassa kohdassa pää alaspäin.

Voltti taaksepäin: voltin tulee olla vähintään voimistelijan päälakea korkeudella, kun voimistelija on voltin korkeimmassa kohdassa pää alaspäin.

Vähennys: 0,2 per voimistelija liian matalasta viimeisestä voltista.

10.5.2.6 Voltin avaus ja liikkeen alastuloasento (0,5)

Voimistelijan tulee avata voltti ja näyttää ojennettu vartalonasento ennen alastuloa. Ojennetun asennon näyttämisen jälkeen voimistelija saa valmistautua joustamaan alastulossa aikaisintaan vaakataso kohdalla. Alastuloon valmistautuessa (ilmassa) lantio- ja polvikulma saa olla enintään 30 astetta.

Kierteen tulee valmistua vaakatasoon mennessä.

Vartalon tulee olla alastulossa lähellä pystyasentoa. Joustaminen on kuitenkin sallittua: polvista $\leq 90^\circ$ ja lantiosta $\leq 90^\circ$.

Vähennys: 0,1 per voimistelija myöhäisestä avauksesta (> 90°–135° pystytasosta) tai jos ojennettu asento ei pysy vaakatasoon asti.

Vähennys: 0,2 per voimistelija erittäin myöhäisestä avauksesta (135° jälkeen pystytasosta), tai jos asento ei ojennu lainkaan.

Vähennys: 0,1 per voimistelija, jos kierre ei valmistu vaakatasoon mennessä

Vähennys: 0,1, 0,2 tai 0,3 per voimistelija > 90° polvi- ja lantiokulmasta syvään kyykkyyntä asti.

10.5.2.7 Alastulo alastuloalueen ulkopuolelle (0,3)

2. luokassa flikki ja voltti tulee tehdä alas 1,5 x 3 m kokoiselle alastuloalueelle. Puolivoltin sen sijaan tulee suorittaa volttiradalla. Nämä koskevat 6 ensimmäistä voimistelijaa. (7. voimistelijasta eteenpäin tätä vähennystä ei käytetä, ja helpotetut kierrokset saa suorittaa alastulomatolle).

Tämä vähennys koskee ainoastaan E-paneelia. CD-paneeli hyväksyy määritelmien mukaiset liikesarjat alastuloalustasta riippumatta.

3. luokassa kunkin liikesarjan viimeinen liike tulee tehdä alastuloalueelle. Viimeisen liikkeen alastulo (ensimmäinen kosketus mattoon) tulee tehdä 1,5 x 3 m kokoisen alastuloalueen sisälle.

Ensimmäisen kosketuksen jälkeen on sallittua astua alastuloalueen ulkopuolelle ilman vähennystä.

Vähennys: 0,1 per voimistelija, jos voimistelija ylittää alastuloalueen rajan jostakin kohtaa (jos mikä tahansa kehonosa koskettaa alastulomattoa 1,5 x 3 m alueen ulkopuolella)

Vähennys: 0,3 per voimistelija joka kerta, kun alastulo tehdään kokonaan 1,5 x 3 m alastuloalueen ulkopuolelle tai jos alastulo jää radalle silloin, kun se tulisi tehdä alastulomatolle tai tehdään matolle silloin, kun se tulisi tehdä radalle.

10.5.2.8 Hallinnan puute alastulossa (1,0)

Alastulon tulee olla hallittu ja molempien jalkojen tulee osua alustaan yhtä aikaa. Alastulon jälkeen liike voi jatkua hallitusti eteen- tai taaksepäin (liikesarjan ja virran suuntaan).

Alastulon jälkeen on sallittua ottaa yksi pieni askel (jalkojen avaus $\leq 60^\circ$) tai tehdä pieni hypähdys ojennetuilta jaloilta hallinnan saavuttamiseksi. Hallinnan saavuttamisen jälkeen seuraavat askeleet alastulomatoilta poistumista varten sallitaan ilman vähennystä.

Muiden kehonosien liikkeistä, esim. käsien liikkeistä tasapainon saavuttamiseksi ei vähennetä (käsituesta kuitenkin vähennetään).

Vähennys: 0,1 per voimistelija yhdestä suuresta askeleesta ($> 60^\circ$) tai suuresta pompusta (voimistelija joutuu koukistamaan polvia pystyasennon säilyttämiseksi), tai jos molemmat jalat eivät osu alustaan samanaikaisesti.

Vähennys: 0,2 per voimistelija useasta askeleesta hallinnan saavuttamiseksi.

Vähennys: 0,5 per voimistelija kevyestä kosketuksesta mattoon käsillä/polvilla.

Vähennys: 0,8 per voimistelija kaatumisesta ylirotaation vuoksi.

Vähennys: 1,0 per voimistelija kaatumisesta alirotaation vuoksi.

10.5.2.9 Valmentajan toiminta (1,5) – koskee kaikkia voimistelijoita!

Valmentaja on voltitratasuorituksessa vain toimiakseen vaaratilanteessa loukkaantumisen välttämiseksi. Valmentajan ei ole tarkoitus kiinnittää huomiota itseensä eikä estää voimistelijoita kaatumasta. Voimistelijan fyysisestä tukemisesta tai avustamisesta vähennetään joka kerta.

7. voimistelijasta eteenpäin vähennetään tämän otsikon alla avustamisesta tai jos valmentaja ei toimi vaaratilanteessa. (Tukemisesta ei vähennetä.)

Vähennys: 1,0 per voimistelija tukemisesta

Vähennys: 1,0 per voimistelija avustamisesta (myös 7. voim. etp)

Vähennys: 1,5 per voimistelija, jos valmentaja ei toimi vaaratilanteessa (myös 7. voim. etp)

10.5.2.10 Virta (0,1) (Vain 2. ja 3. luokassa)

Virran (ajan yksittäisten voimistelijoiden suoritusten välissä) tulee olla tasainen. Vähintään kahden voimistelijan tulee liikkua yhtä aikaa, mutta seuraava voimistelija ei saa aloittaa ensimmäistä liikettä ennen kuin edellinen on tehnyt liikesarjansa viimeisen liikkeen alastulon.

Virrasta vähennetään vain 2. ja 3. luokassa. Myös 1. luokassa suoritukset tulee silti tehdä peräkkäin virran omaisesti.

Vähennys: 0,1 per voimistelija joka kerta, kun virta on epätasainen tai liian tiheä.

10.5.3 Erityisvähennykset

10.5.3.1 Läpijuoksu (3,0) – koskee kaikkia voimistelijoita!

Jos voimistelija juoksee läpi suorittamatta yhtään sallittua liikettä, vähennetään läpijuoksusta. Läpijuoksuvähennyksen lisäksi ei tehdä muita suoritusvähennyksiä.

Vähennys: 3,0 per voimistelija läpijuoksusta.

10.5.3.2 Voimistelijoiden lukumäärä sääntöjenvastainen (1,5)

Jos kierroksella on liian vähän voimistelijoita, vähennetään kultakin kierrokselta sääntöjenvastaisesta voimistelijoiden lukumäärästä.

Vähennys: 1,5 per puuttuva voimistelija.

10.5.4 Suoritusvähennykset (E-paneeli)

Suoritusvähennykset (10,00)	0,1	0,2	0,3 tai enemmän
1. Vartalonasento volteissa (0,5) - Lantio- ja/tai polvikulma - Jalat auki/ristikkäin - Pää, nilkat - Kädet eivät lähellä vartaloa/kierteen pyörimisakselia	X X X X	X	X
2. Vartalonasento muissa liikkeissä (0,5) - Lantio- ja/tai polvikulma - Hartiakulma - Käsien koukistus - Jalat auki/ristikkäin, pää - Vain yksi käsi osuu alustaan	X X X X X	X X X	
3. Kierre (0,5) - Liian aikainen aloitus - Ali-/ylirotaatio alastulossa (30° - 45°) - Ali-/ylirotaatio alastulossa (> 45°)	X X	X	X
4. Vauhdinmenetys (0,3)	X	X	X

5. Voltin avaus ja liikkeen alastuloasento (0,5) - Myöhäinen avaus (90° - 135°) tai ei pysy vaakatasoon asti - Hyvin myöhäinen avaus (135° jälkeen) tai ei avausta - Kierre ei valmistu vaakatasoon mennessä - Polvi- ja lantiokulma > 90°, syvään kyykkyyyn asti	X X X	 X X	 X
6. Korkeus (0,2)		X	
7. Alastulo alastuloalueelle (0,3) - 1. kosketus osin alastuloalueen ulkopuolelle - Alastulo kokonaan määritellyn alastuloalueen ulkopuolelle	X		X
8. Hallinnan puute alastulossa (1,0) - 1 suuri askel (> 60°) tai suuri pomppu tai jalat eivät osu yhtä aikaa - Useita askelia hallinnan saavuttamiseksi - Kevyt kosketus käsillä/polvilla - Kaatuminen: ylirotaatio - Kaatuminen: alirotaatio	X	X	 0,5 0,8 1,0
9. Valmentajan toiminta (1,5) - Tukeminen - Avustus (myös 7. voim. eteenpäin) - Ei toimi vaaratilanteessa (myös 7. voim. eteenpäin)			 1,0 1,0 1,5
10. Epätasainen/liian tiheä virta (0,1)	X		
11. Erityisvähennykset - Läpijuoksu (myös 7. voim. eteenpäin) - Voimistelijoiden lukumäärä sääntöjenvastainen			 3,0 1,5

10.5.5 Bonus (max +0,1)

E-tuomari voi antaa joukkueelle bonuksen erityisen näyttävästä kierroksesta, jolla kaikilla voimistelijoilla on esim. samanlainen tekniikka, ja kaikki alastulot ovat hallittuja.

Bonus 0,1 per joukkue jokaisen E-tuomarin omiin pisteisiin.

10.5.6 Ylituomarin (E1) vähennykset

E1-vähennykset tehdään telineen loppupistemäärästä.

10.5.6.1 Musiikki (0,3)

Koko voltitratasuoritus tehdään vapaavalintaiseen instrumentaalimusiikkiin. Musiikissa ei saa olla sanoja (koskee myös sanoja, joita ei ymmärretä). Ihmisääntä voidaan kuitenkin käyttää instrumenttina, esimerkiksi hyräillen ja viheltäen.

YT-vähennys: 0,3 musiikin puuttumisesta tai sanoista musiikissa.

10.5.6.2 Sääntöjenvastainen kilpailuasua (0,3)

Jos voimistelija ei noudata kilpailuasussa sääntöjen kohtaa 4.1, vähennetään sääntöjenvastaisesta kilpailuasusta. Myös seuraavista vähennetään tämän otsikon alla:

- irralliset esineet
- vartalomaali
- FIG:n/EG:n tai Voimisteluliiton sääntöjen vastainen mainostaminen

YT-vähennys: 0,3 sääntöjenvastaisesta kilpailuasusta kerran, volttiradan loppupisteistä.

10.5.6.3 Valmentajan ohjeet (0,3) (Vain 2. ja 3. luokassa)

1. ja 2. luokassa joukkueen valmentajat saavat ohjeistaa voimistelijoita suorituksen aikana. Valmentajan ohjeista vähennetään 2. luokassa vain, mikäli ohjeita antaa varmistajana toimiva valmentaja.

3. luokassa valmentajat eivät saa antaa mitään verbaalisia tai visuaalisia ohjeita voimisteliijoille volttiratasuorituksen aikana.

YT-vähennys: 0,3 ohjeiden antamisesta kerran, volttiradan loppupisteistä.

Jos valmentaja haluaa joukkueen keskeyttävän suorituksensa teknisen vian tai loukkaantumisen takia, hän saa ohjeistaa keskeyttämisen ilman vähennystä. Valmentaja saa myös puhua loukkaantuneelle voimistelijalle ilman vähennystä, vaikka hän toimisi varmistajana.

10.5.6.4 Korut (0,3)

Kohdan 4 mukaisesti, voimistelijat ja varmistajat eivät saa käyttää mitään näkyviä koruja.

YT-vähennys: 0,3 koruista kerran, volttiradan loppupisteistä.

10.5.6.5 Huonosti kiinnitetyt sidokset/tuet (0,3)

Kohdan 4.1. mukaisesti, sidokset ja tuet tulee kiinnittää hyvin.

YT-vähennys 0,3 huonosti kiinnitetyistä sidoksista/tuista kerran, volttiradan loppupistemäärästä.

10.5.6.6 Meikit ja pestävät hiusvärit (0,3)

Meikit ja pestävät hiusvärit ovat kiellettyjä kohdan 4.1. mukaisesti.

YT-vähennys: 0,3 meikistä tai pestävistä hiusväreistä kerran, volttiradan loppupisteistä

10.5.6.7 Aika (0,3) (Vain 3. luokassa)

Suorituksen maksimikesto on 3. luokassa 3:15. Ajanotto käynnistyy musiikin alkaessa ja päättyy, kun viimeinen voimistelija on tehnyt alastulon kolmannella kierroksella.

Ajan ylittymisen jälkeen suoritettavat liikkeet arvioidaan.

E2 huolehtii ajanotosta.

YT-vähennys: 0,3 aikarajan ylittymisestä.

10.5.6.8 Telinekohtaisten vaatimusten tai kilpailusääntöjen rikkominen (0,3/kohta)

Tämän otsikon alla vähennetään seuraavista:

- Sääntöjenvastainen sisääntulo kilpailuareenalle
- Juoksu- tai volttiradan merkitseminen (vaatteilla tai muutoin) tai juoksuvauhdin pidentäminen
- Suorituksen aloittaminen ennen ylituomarin (E1) merkkiä
- Enemmän kuin yksi valmentaja alastuloalueella
- Valmentaja poistuu alastuloalueelta/volttiradalta kierroksen aikana (jos valmentaja poistuu alueelta varmistamisen tai loukkaantumisen vuoksi, poistumisesta ei vähennetä).

YT-vähennys: 0,3 telinekohtaisten vaatimusten tai kilpailusääntöjen rikkomisesta per vaatimus/sääntö, volttiradan loppupisteistä.

10.5.7 Ylituomarin (E1) vähennykset

E1-vähennykset	Vähennys
1. Musiikki - Musiikin puuttuminen - Musiikissa selkeästi sanoja	0,3 kerran
2. Sääntöjenvastainen kilpailuasua - Kohdan 4.1 vastainen kilpailuasua - Irralliset esineet - Vartalomaali	0,3 kerran
3. Valmentajan ohjeet (<i>vain 2. ja 3. luokassa</i>)	0,3 kerran
4. Korut	0,3 kerran
5. Huonosti kiinnitetyt sidokset/tuet	0,3 kerran
6. Meikit ja pestävät hiusvärit	0,3 kerran
7. Aikarajan ylittäminen (<i>vain 3. luokassa</i>)	0,3
8. Telinekohtaisten vaatimusten tai kilpailusääntöjen rikkominen - Sääntöjenvastainen sisääntulo kilpailualueelle - Juoksu- tai volttiradan merkitseminen, juoksuvauhdin pidentäminen - Suorituksen aloittaminen ennen E1:n merkkiä - Enemmän kuin yksi valmentaja alastulomatoilla - Varmistajan poistuminen alastulomatoilta/volttiradalta	0,3/kohta

11 TRAMPETTI

1. luokan trampetin suorituspaikka

- Noin 10 m vauhdinotto palikoilta
- Reunasuojuksellinen alkeistrampetti: etureuna 20–25 cm, takareuna 55–65 cm. Kaikki joukkueet käyttävät samaa trampettia.
- Alastulo: noin trampetin takareunan korkuinen mattokasa (max. 80 cm), päällimmäisenä kovikematto

2. luokan trampetin suorituspaikka

- Vauhdinoton pituus: 25 m
- Trampetti:
 - suositus: 28 tai 32 jousta
 - kulmasuositus: etureuna 20–25 cm, takareuna 55–65 cm
- Alastulo: noin trampetin takareunan korkuinen mattokasa (max. 80 cm), päällimmäisenä kovikematto

3. luokan trampetin suorituspaikka

- Vauhdinoton pituus: 25 m
- Trampetti
 - kaksi eri jäykkyysvaihtoehtoa: 32 ja 36 jousta
 - kulmasuositus: takareuna 60–75 cm
- Hyppytelineen korkeus: 145–165 cm (5 cm:n välein)
- Alastulo: noin trampetin takareunan korkuinen mattokasa (max. 80 cm), kasan päällimmäisenä on kovikematto.

Juoksuradan vieressä on lattiaan kiinnitetty mittanauha, joka kertoo etäisyyden alastuloalueesta. Juoksurataa ei saa merkitä vaatteilla tai muulla tavalla.

Tarkemmat tiedot kilpailutelineistä on koottu kilpailujen järjestämishjeisiin.

11.1 Yleistä

- a) Kaikkien trampettisuoritukseen osallistuvien voimistelijoiden täytyy osallistua vapaaohjelmaan, ellei heille ole myönnetty vapautusta perustellusta syystä. Vapautuksen voi myöntää kilpailun ensiapuhenkilö (sairastuminen/loukkaantumistilanne) tai hakemuksesta TeamGymin kehittämissyhmä (muu syy). Seuraamuksena tämän säännön rikkomisesta on joukkueen sulkeminen kilpailusta.
- b) **1. ja 2. luokassa** joukkueen kaikki voimistelijat suorittavat kaikki kierrokset. Kaikkien kilpailevaan kokoonpanoon nimettyjen voimistelijoiden täytyy osallistua trampettisuoritukseen, ellei heille ole myönnetty vapautusta perustellusta syystä. Vapautuksen voi myöntää kilpailun ensiapuhenkilö (sairastuminen/loukkaantumistilanne) tai hakemuksesta TeamGymin kehittämissyhmä (muu syy). Seuraamuksena tämän säännön rikkomisesta on vähennys voimistelijoiden sääntöjenvastaisesta lukumäärästä. (Kilpailevan kokoonpanon nimeäminen: ks. TeamGymin kilpailusäännöt.)
- c) **3. luokassa** voimistelijoita tulee olla kullakin kierroksella 6 tai enemmän. Voimistelijoiden määrä kierroksilla voi vaihdella. Ensimmäiset 6 arvostellaan kokonaisuudessaan, 7. voimistelijasta lähtien käytetään vain osaa vähennyksistä. Voimistelijoita saa vaihtaa kierrosten välillä. Sekajoukkueessa tyttöjen/poikien määrä kullakin kierroksella on vapaasti valittavissa.

- d) Alastulomatoilla täytyy olla kaksi valmentajaa varmistamassa. Varmistajan täytyy toimia vaaratilanteessa asianmukaisesti. 1. ja 2. luokassa voi joukkueen tukena olla lisäksi kolmas valmentaja juoksuradan toisessa päässä.
- e) Joukkueen tulee odottaa suoritusvuoroaan kilpailualueen ulkopuolella, valmiina siirtymään areenalle juosten, kilpailun järjestäjän ohjeiden mukaisesti. Kun joukkue on valmiina areenalla ja varmistajat alastulomatoilla, trampetin ylituomari (E1) antaa merkin (vihreä lippu tai muu merkki), jolloin musiikki alkaa ja joukkue voi aloittaa suorituksensa.
- f) Trampettisuoritus tehdään instrumentaalimusiikkiin.
- g) **1. ja 2. luokassa** suoritukselle ei ole määritelty maksimikesto.
3. luokassa maksimikesto on 3:15.

11.2 Sommitteluvaatimukset

11.2.1 1. luokka

Joukkue suorittaa kolme erilaista joukkuekierrosta:

1. kierros	Jännehyppy
2. kierros	Kerävoltti
3. kierros	Taittovoltti

7. voimistelijasta lähtien on sallittua tehdä vaihtoehtoisesti seuraavat helpotetut liikkeet:

2. kierros: Jännehyppy

3. kierros: Jännehyppy

Joukkue saa päättää liikkeiden järjestyksen 7. voimistelijasta lähtien.

Kaikki samat liikkeet suositellaan tehtäväksi peräkkäin myös 7. voimistelijasta lähtien.

11.2.2 2. luokka

Joukkue suorittaa kolme erilaista joukkuekierrosta:

1. kierros	Kerävoltti 180°
2. kierros	Taittovoltti 180°
3. kierros	Suoravoltti

7. voimistelijasta lähtien on sallittua tehdä vaihtoehtoisesti seuraavat helpotetut liikkeet:

1. kierros: Kerävoltti – jännehyppy 180° alastulomatolla

2. kierros: Taittovoltti – jännehyppy 180° alastulomatolla

Joukkue saa päättää liikkeiden järjestyksen 7. voimistelijasta lähtien.

Kaikki samat liikkeet suositellaan tehtäväksi peräkkäin myös 7. voimistelijasta lähtien.

11.2.3 3. luokka

Joukkue suorittaa kolme erilaista kierrosta:

1. kierros (joukkuekierros, pakollinen liike)	Urho
2. kierros (joukkuekierros, pakollinen liike)	Suorinvoltti kokokierteellä (360°)
3. kierros (joukkue saa valita liikkeet)	Vapaavalintainen liike ilman hyppytelinettä (tuplavoltit eivät ole sallittuja). Kaikki voimistelijat suorittavat saman liikkeen tai kierrosta vaikeutetaan loppua kohden.

Joukkue saa päättää liikkeiden järjestyksen 7. voimistelijasta lähtien.

Kaikki samat liikkeet suositellaan tehtäväksi peräkkäin myös 7. voimistelijasta lähtien.

11.3 C-pisteet (sommittelu) (2,0)

11.3.1 Yleistä

- Kaikki sommitteluvähennykset tehdään C-pisteistä. Kunkin kohdan vähennys on merkitty otsikkoon sulkuihin. Maksimivähennys C-pisteistä on 2,0 pistettä. Joukkueen suoritus saattaa kerryttää enemmänkin sommitteluvähennyksiä, mutta tuomarit voivat vähentää vain maksimiin asti.
- Jos kierroksella on enemmän kuin 6 voimistelijaa, käytetään 7. voimistelijasta lähtien sommitteluvähennyksistä ainoastaan kohtien 11.3.2.1 (Virhe joukkuekierroksella) ja 11.3.2.2 (Joukkue ei suorita pakollista liikettä) mukaisia vähennyksiä.
- Jos kierroksella on vähemmän kuin 6 voimistelijaa, puuttuvista voimisteliijoista ei oteta sommitteluvähennyksiä.
- Vain hyväksytysti suoritettavat liikkeet (3. luokassa arvot saaneet liikkeet) huomioidaan sommitteluvaatimusten osalta.

11.3.2 Sommitteluvähennysten määritelmät

11.3.2.1 Virhe joukkuekierroksella (0,2 per voimistelija) **- koskee kaikkia voimisteliijoita!**

1. luokassa kaikki kolme kierrosta ovat joukkuekierroksia. Ensimmäisellä kierroksella kaikki suorittavat saman liikkeen. Toisella ja kolmannella kierroksella on mahdollista suorittaa helpotettu liike 7. voimistelijasta lähtien.

2. luokassa kaikki kolme kierrosta ovat joukkuekierroksia. Ensimmäisellä ja toisella kierroksella on mahdollista suorittaa helpotettu liike 7. voimistelijasta lähtien. Kolmannella kierroksella kaikki suorittavat saman liikkeen.

3. luokassa kaksi ensimmäistä kierrosta ovat joukkuekierroksia. Kuuden ensimmäisen voimistelijan tulee suorittaa näillä kierroksilla säännöissä määritelty pakollinen liikesarja.

Virheestä joukkuekierroksella vähennetään, jos:

- Voimistelija ei suorita säännöissä määriteltyä pakollista liikettä. (Jos enemmistö (yli puolet) joukkueesta ei suorita pakollista liikettä, ks. 11.3.2.2.)
- Voimistelija ei tee alastuloa jalat (molemmat jalkapohjat) edellä.
Vaikka voimistelija koskisi alastulomattoon molemmilla jaloilla, mutta ei näytä selvää valmistautumista alastuloon ja kaatuu samassa liikkeessä polville, kontalleen, istumaan, vatsalle, selälle tai kasvot edellä, alastuloa ei ole suoritettu jalat edellä.
- Liike avustetaan (ks. myös suoritusvähennys).
- Voimistelija suorittaa läpijuoksun.

Vähennys: 0,2 per voimistelija, virheestä joukkuekierroksella.

11.3.2.2 Joukkue ei suorita pakollista liikettä (2,0) - koskee kaikkia voimistelijoita!

Koko joukkueen tulee suorittaa joukkuekierroksina näissä säännöissä määritellyt pakolliset liikkeet tai helpotetut liikkeet. Pakollinen liike katsotaan suoritetuksi, jos enemmistö (yli puolet) ko. kierroksen voimistelijoista suorittaa vaaditun tai säännöissä määritellyn vaihtoehdoisen liikkeen.

Vähennys: 2,0, jos joukkue ei suorita joukkuekierroksena pakollista liikettä.

Tämän vähennyksen lisäksi ei käytetä vähennystä virheestä joukkuekierroksella.

11.3.2.3 Virhe liikkeiden järjestyksessä 3. kierroksella (0,1 per voimistelija) (Vain 3. luokassa)

Kolmannella kierroksella suoritettavat liikkeet saavat vaikeutua kierroksen loppua kohti. Liikkeet tulee suorittaa vaikeusjärjestyksessä.

Vähennys: 0,1 per voimistelija, joka suorittaa liikkeensä väärässä kohdassa kierrosta.

11.3.2.4 Liikkeen toistaminen (0,2 per voimistelija, joka kerta) (Vain 3. luokassa)

Liikettä ei saa toistaa muilla kierroksilla.

Vähennys: 0,2 joka kerta per voimistelija, joka suorittaa täsmälleen saman liikkeen, joka on suoritettu jollakin toisella kierroksella. Kierrokselta, jolla toistettua liikettä on tehty eniten, ei tehdä toistovähennystä.

Poikkeus: jos voimistelija suorittaa väärän liikkeen joukkuekierroksella ja sama liike toistetaan myöhemmin muulla kierroksella, toistosta ei tehdä vähennystä.

11.3.2.5 Puuttuva hyppytelinekierros / kierros ilman hyppytelinettä (2,0) (Vain 3. luokassa)

3. luokassa joukkueen tulee suorittaa yksi kierros hyppytelineellä ja kaksi kierrosta ilman hyppytelinettä.

Vähennystä ei käytetä, jos yksittäiset voimistelijat juoksevat läpi tai eivät suorita sallittua liikettä.

Vähennys: 2,0 puuttuvasta kierroksesta hyppytelinettä käyttäen / ilman hyppytelinettä.

11.3.3 Sommitteluvähennykset

Sommitteluvähennykset	Vähennys
Virhe joukkuekierroksella: voimistelija ei suorita pakollista liikettä	0,2 per voimistelija
Joukkue ei suorita pakollista liikettä	2,0
Virhe liikkeiden järjestyksessä 3. kierroksella (vain 3. luokka)	0,1 per voimistelija, joka kerta
Liikkeen toistaminen (vain 3. luokka)	0,2 per voimistelija, joka kerta
Puuttuva hyppytelinekierros / kierros ilman hyppytelinettä (vain 3. luokka)	2,0

11.4 D-pisteet: vaikeusarvo (avoin vaikeusarvo) Vain 3. luokassa!

11.4.1 Yleistä

- D-pisteet lasketaan vain 3. luokassa.
- Liikkeet tulee valita voimistelijoiden tason mukaan suorituspuhautta ja hyvää tekniikkaa painottaen.
- Liikkeen vaikeusarvo saadaan laskemalla yhteen perusliikkeen arvo ja kierteen lisäarvo. Perusliikkeiden arvot on koottu kohdan 11.4.3 taulukkoon ja kierteen lisäarvot taulukon alle. Yleisimpien liikkeiden valmiiksi lasketut vaikeusarvot on koottu vaikeusarvotaulukkoon (liite A4).
- Kierroksen arvo saadaan laskemalla kuuden ensimmäisen voimistelijan suorittamien liikkeiden arvot yhteen. D-pistemäärä saadaan laskemalla kolmen kierroksen keskiarvo ja pyöristämällä se alaspäin 0,1 pisteen tarkkuudella.

11.4.2 Suoritusvaatimukset arvon saamiseksi

- Kaikkien liikkeiden vaikeusarvot lasketaan uudelleen sen mukaan, mitä joukkue kilpailuhetkellä suorittaa. Poikkeuksena kuitenkin joukkuekierrokset: jos voimistelija ei tee joukkuekierroksella täsmälleen samaa liikettä, jonka suurin osa ko. kierroksen voimisteliijoista suorittaa, voimistelijan tekemän liikkeen vaikeusarvo on 0,0.
- Jos voimistelija ei tee alastuloa jalat edellä, liikkeen vaikeusarvo on 0,0. Alastulo tulee tehdä molemmat jalkapohjat edellä. Vaikka voimistelija koskisi alastulomattoa molemmilla jaloilla, mutta ei näytä selvää valmistautumista alastuloon ja kaatuu samassa liikkeessä polville, kontalleen, istumaan, vatsalle, selälle tai kasvot edellä, alastuloa ei ole suoritettu jalat edellä.
- Hyppytelineeseen tulee koskea vähintään yhdellä kädellä, jotta liike voi saada arvon.
- Läpijuoksun arvo on 0,0.
- Avustetun liikkeen arvo on 0,0.

11.4.3 Perusliikkeiden arvot – Trampetti

Liikeryhmä	Perusliike	Symboli	Arvo
Hyppytelineellä	Urho		0,40
Ilman hyppytelinettä	Kerävoltti		0,10
	Taittovoltti		0,10
	Suorinvoltti		0,20

Kierteen lisäarvot

- 0,1 jokaisesta puolikierteestä (180°)
- + 0,1, kun kierrettä on 1080° ja 0,1 jokaisesta sitä seuraavasta täydestä kokokierteestä

11.5 E-pisteet: suoritus (10,00)

11.5.1 Yleistä

- a) E-tuomari laskee kullakin kierroksella kuuden ensimmäisen voimistelijan suoritusvähennykset yhteen ja vähentää ne 10 pisteestä. Jos kierroksella on enemmän kuin 6 voimistelijaa, käytetään 7. voimistelijasta lähtien vain osaa E-vähennyksistä (merkitty ko. vähennysten otsikoihin).
- b) E-pisteet saadaan laskemalla kolmen kierroksen keskiarvo, joka pyöristetään lähimpään 0,1 pisteeseen.
- c) Kukin E-tuomari voi antaa 0,1 bonuksen suorituksesta (ks. 11.5.5)
- d) Suoritusvähennykset tehdään kohdan 11.5.2 mukaisesti. Vähennykset on selitetty tarkemmin virhevähennystaulukossa (Liite 3).

11.5.2 Suoritusvähennysten määritelmät

Otsikon perässä olevat sulut kertovat kyseisen kohdan maksimivähennyksen.

11.5.2.1 Vartalonasento (0,5)

Liikkeissä tulee olla selkeä kerä-, taitto- tai suora asento ja käsien tulee pysyä lähellä vartaloa. Jalkojen tulee pysyä yhdessä ja nilkkojen ojennettuina.

Vähennys: 0,1, 0,2 tai 0,3 per voimistelija ja liike lantio- ja/tai polvikulman virheistä.

Vähennys: 0,1 per voimistelija ja liike jalkojen avauksesta tai ristikkäisyydestä.

Vähennys: 0,1 per voimistelija ja liike pään ja nilkkojen asentovirheistä.

Vähennys: 0,1 per voimistelija ja liike, jossa kädet eivät ole lähellä vartaloa ja kierteen pyörimisakselia.

11.5.2.2 Kierre (0,5)

Ponnistusvaiheen tulee erottua selvästi ennen kierteen aloittamista ja kierteen tulee valmistua ennen alastuloa.

Vähennys: 0,1 tai 0,2 per voimistelija ja liike liian aikaisesta kierteen aloituksesta.

Vähennys: 0,1 per voimistelija ja liike kierteen yli- tai alirotaatiosta alastulossa: 30°–45°.

Vähennys: 0,3 per voimistelija ja liike kierteen yli- tai alirotaatiosta alastulossa: > 45°.

11.5.2.3 Voltin korkeus (0,2)

Voltin korkeuden tulee olla vähintään trampetin verkolla seisovan voimistelijan pituus + 1 x pään mitta mitattuna päälaesta, kun voimistelija on voltin korkeimmassa kohdassa pää alaspäin.

Vähennys: 0,2 per voimistelija liian matalasta voltista.

11.5.2.4 Voltin avaus ja liikkeen alastuloasento (0,5)

Voimistelijan tulee avata voltti ja näyttää ojennettu vartalonasento ennen alastuloa. Ojennetun asennon näyttämisen jälkeen voimistelija saa valmistautua joustamaan alastulossa aikaisintaan vaakatason kohdalla. Alastuloon valmistautuessa (ilmassa) lantio- ja polvikulma saa olla enintään 30 astetta.

Kierteen tulee valmistua vaakatasoon mennessä.

Vartalon tulee olla alastulossa lähellä pystyasentoa. Joustaminen on kuitenkin sallittua: polvista $\leq 90^\circ$ ja lantiosta $\leq 90^\circ$.

Vähennys: 0,1 per voimistelija myöhäisestä avauksesta ($> 90^\circ$ – 135° pystytasosta) tai jos ojennettu asento ei pysy vaakatasoon asti.

Vähennys: 0,2 per voimistelija erittäin myöhäisestä avauksesta (135° jälkeen pystytasosta), tai jos asento ei ojennu lainkaan.

Vähennys: 0,1 per voimistelija, jos kierre ei valmistu vaakatasoon mennessä

Vähennys: 0,1, 0,2 tai 0,3 per voimistelija $> 90^\circ$ polvi- ja lantiokulmasta syvään kyykkyyhin asti.

11.5.2.5 Alastulo alastuloalueen ulkopuolelle (0,3)

Alastulo (ensimmäinen kosketus mattoon) tulee tehdä 1,5 x 3 m kokoisen alastuloalueen sisälle.

Ensimmäisen kosketuksen jälkeen on sallittua astua alastuloalueen ulkopuolelle ilman vähennystä.

Vähennys: 0,1 per voimistelija, jos voimistelija ylittää alastuloalueen rajan jostakin kohtaa (jos mikä tahansa kehonosa koskettaa alastulomattoa 1,5 x 3 m alueen ulkopuolella)

Vähennys: 0,3 per voimistelija joka kerta, kun alastulo tehdään kokonaan 1,5 x 3 m alastuloalueen ulkopuolelle.

11.5.2.6 Hallinnan puute alastulossa (1,0)

Alastulon tulee olla hallittu ja molempien jalkojen tulee osua alustaan yhtä aikaa. Alastulon jälkeen liike voi jatkua hallitusti eteen- tai taaksepäin (liikesarjan ja virran suuntaan).

Alastulon jälkeen on sallittua ottaa yksi pieni askel (jalkojen avaus $\leq 60^\circ$) tai tehdä pieni hypähdys ojennetuilta jaloilta hallinnan saavuttamiseksi. Hallinnan saavuttamisen jälkeen seuraavat askeleet alastulomatoilta poistumista varten sallitaan ilman vähennystä.

Muiden kehonosien liikkeistä, esim. käsien liikkeistä tasapainon saavuttamiseksi ei vähennetä (käsituesta kuitenkin vähennetään).

- Vähennys: 0,1 per voimistelija yhdestä suuresta askeleesta (> 60°) tai suuresta pompusta (voimistelija joutuu koukistamaan polvia pystyasennon säilyttämiseksi), tai jos molemmat jalat eivät osu alustaan samanaikaisesti.
- Vähennys: 0,2 per voimistelija useasta askeleesta hallinnan saavuttamiseksi.
- Vähennys: 0,5 per voimistelija kevyestä kosketuksesta mattoon käsillä/polvilla.
- Vähennys: 0,8 per voimistelija kaatumisesta ylirotaation vuoksi.
- Vähennys: 1,0 per voimistelija kaatumisesta alirotaation vuoksi.

11.5.2.7 Valmentajan toiminta (1,5) – koskee kaikkia voimistelijoita!

Valmentaja on trampettisuorituksessa vain toimiakseen vaaratilanteessa loukkaantumisen välttämiseksi. Valmentajan ei ole tarkoitus kiinnittää huomiota itseensä eikä estää voimistelijoita kaatumasta. Voimistelijan fyysisestä tukemisesta tai avustamisesta vähennetään joka kerta.

7. voimistelijasta eteenpäin vähennetään tämän otsikon alla avustamisesta tai jos valmentaja ei toimi vaaratilanteessa. (Tukemisesta ei vähennetä.)

- Vähennys: 1,0 per voimistelija tukemisesta
- Vähennys: 1,0 per voimistelija avustamisesta (myös 7. voim. etp)
- Vähennys: 1,5 per voimistelija, jos valmentaja ei toimi vaaratilanteessa (myös 7. voim. etp)

11.5.2.8 Virta (0,1) (koskee kaikkia luokkia)

Virran (ajan yksittäisten voimistelijoiden suoritusten välissä) tulee olla tasainen. Vähintään kahden voimistelijan tulee liikkua yhtä aikaa, mutta seuraava voimistelija ei saa aloittaa liikettä, ennen kuin edellinen on tehnyt alastulon.

- Vähennys: 0,1 per voimistelija joka kerta, kun virta on epätasainen tai liian tiheä.

11.5.2.9 Hyppytelineen käyttö (0,6) (Vain 3. luokassa)

Voimistelijan tulee koskettaa hyppytelinettä molemmilla käsillä. Kun voimistelija irtoaa hyppytelineestä, vartalon tulee ojentua (myös jalat, hartiat ja kädet), ja liikkeen tulee kulkea pystytason kautta. Voimistelijan tulee myös tehdä hyppytelineestä selkeä käsityöntö, jonka avulla liike nousee hyppytelineestä. Jos voimistelija ei kosketa hyppytelinettä käsillä lainkaan, vähennetään asusta.

- Vähennys: 0,1 per voimistelija, jos voimistelija irtoaa hyppytelineestä liian aikaisin (ei 45° sisällä pystytasosta trampetin puolella).
- Vähennys: 0,2 per voimistelija, jos voimistelija irtoaa hyppytelineestä liian myöhään (ei 30° sisällä pystytasosta alastulon puolella).
- Vähennys: 0,1 tai 0,2 per voimistelija, jos vartalo ei ojennu, kun voimistelija irtoaa hyppytelineestä.
- Vähennys: 0,2 per voimistelija, jos kädet eivät ojennu, kun voimistelija irtoaa hyppytelineestä.
- Vähennys: 0,6 per voimistelija, jos voimistelija koskee hyppytelineeseen vain yhdellä kädellä.

11.5.3 Erityisvähennykset

11.5.3.1 Läpjuoksu (3,0) – koskee kaikkia voimistelijoita!

Jos voimistelija juoksee läpi suorittamatta yhtään sallittua liikettä (1. luokassa vähintään jännehyppy, 2. ja 3. luokassa vähintään kerävoltti), vähennetään läpjuoksusta. Läpjuoksuvähennyksen lisäksi ei tehdä muita suoritusvähennyksiä.

Vähennys: 3,0 per voimistelija läpjuoksusta.

11.5.3.2 Voimistelijoiden lukumäärä sääntöjenvastainen (1,5)

Jos kierroksella on liian vähän voimistelijoita, vähennetään kultakin kierrokselta sääntöjenvastaisesta voimistelijoiden lukumäärästä.

Vähennys: 1,5 per puuttuva voimistelija.

11.5.4 Suoritusvähennykset (E-paneeli)

Suoritusvähennykset (10,0)	0,1	0,2	0,3 tai enemmän
1. Vartalonasento (0,5) - Lantio- ja/tai polvikulma - Jalat auki/ristikkäin - Pää, nilkat - Kädet eivät lähellä vartaloa/kierteen pyörimisakselia	X X X X	X	X
2. Kierre (0,5) - Aloitus liian aikaisin - Vajaa kierre tai ylirotaatio alastulossa: 30°–45° - Vajaa kierre tai ylirotaatio alastulossa: > 45°	X X	X	X
3. Voltin korkeus (0,2) - Liian matala voltti		X	
4. Voltin avaus ja liikkeen alastuloasento (0,5) - Myöhäinen avaus (90°–135°) tai ei pysy vaakatasoon asti - Myöhäinen avaus (135° jälkeen) tai ei avaista - Kierre ei valmistu vaakatasoon mennessä - Lantio- ja polvikulma > 90°	X X X	X	X
5. Alastulo alastuloalueen ulkopuolelle (0,3) - Osin alueen ulkopuolelle - Kokonaan alueen ulkopuolelle		X	X

6. Hallinnan puute alastulossa (1,0) - Suuri askel (> 60°), suuri pomppu tai molemmat jalat eivät osu alustaan yhtä aikaa - Useita askelia hallinnan saavuttamiseksi - Kevyt kosketus käsillä/polvilla - Kaatuminen (ylirotaatio) - Kaatuminen (alirotaatio)	X	X	0,5 0,8 1,0
7. Hyppytelineen käyttö (0,6) - Irtoaa liian aikaisin (ei 45° sisällä trampetin puolella) - Irtoaa liian myöhään (ei 30° sisällä alastulon puolella) - Vartalo ei ojennu - Kädet eivät ojennu - Kosketus vain yhdellä kädellä	X X	X X X	0,6
8. Valmentajan toiminta (1,5) - Tukeminen - Avustaminen (myös 7. voim. eteenpäin) - Ei toimi vaaratilanteessa (myös 7. voim. eteenpäin)			1,0 1,0 1,5
9. Epätasainen tai liian tiheä virta (0,1)	X		
10. Erityisvähennykset - Läpijuoksu (myös 7. voim. eteenpäin) - Voimistelijoiden lukumäärä sääntöjenvastainen			3,0 1,5

11.5.5 Bonus (max +0,1)

E-tuomari voi antaa joukkueelle bonuksen erityisen näyttävästä kierroksesta, jolla kaikilla voimistelijoilla on esim. samanlainen tekniikka, ja kaikki alastulot ovat hallittuja.

Bonus 0,1 per joukkue jokaisen E-tuomarin omiin pisteisiin.

11.5.6 Ylituomarin (E1) vähennykset

E1-vähennykset tehdään telineen loppupistemäärästä.

11.5.6.1 Musiikki (0,3)

Koko trampettisuoritus tehdään vapaavalintaiseen instrumentaalimusiikkiin. Musiikissa ei saa olla sanoja (koskee myös sanoja, joita ei ymmärretä). Ihmisääntä voidaan kuitenkin käyttää instrumenttina, esimerkiksi hyräillen ja viheltäen.

YT-vähennys: 0,3 musiikin puuttumisesta tai sanoista musiikissa.

11.5.6.2 Sääntöjenvastainen kilpailuasua (0,3)

Jos voimistelija ei noudata kilpailuasussa sääntöjen kohtaa 4.1, vähennetään sääntöjenvastaisesta kilpailuasusta. Myös seuraavista vähennetään tämän otsikon alla:

- irralliset esineet
- vartalomaali
- FIG:n/EG:n tai Voimisteluliiton sääntöjen vastainen mainostaminen

YT-vähennys: 0,3 sääntöjenvastaisesta kilpailuasusta kerran, trampetin loppupisteistä.

11.5.6.3 Valmentajan ohjeet (0,3) (Vain 2. ja 3. luokassa)

1. ja 2. luokassa joukkueen valmentajat saavat ohjeistaa voimistelijoita suorituksen aikana. Valmentajan ohjeista vähennetään 2. luokassa vain, mikäli ohjeita antaa varmistajana toimiva valmentaja.

3. luokassa valmentajat eivät saa antaa mitään verbaalisia tai visuaalisia ohjeita voimistelijoille trampettisuorituksen aikana.

YT-vähennys: 0,3 ohjeiden antamisesta kerran, trampetin loppupisteistä.

Jos valmentaja haluaa joukkueen keskeyttävän suorituksensa teknisen vian tai loukkaantumisen takia, hän saa ohjeistaa keskeyttämisen ilman vähennystä. Valmentaja saa myös puhua loukkaantuneelle voimistelijalle ilman vähennystä, vaikka hän toimisi varmistajana.

11.5.6.4 Korut (0,3)

Kohdan 4 mukaisesti, voimistelijat ja varmistajat eivät saa käyttää mitään näkyviä koruja.

YT-vähennys: 0,3 koruista kerran, trampetin loppupisteistä.

11.5.6.5 Huonosti kiinnitetyt sidokset/tuet (0,3)

Kohdan 4.1 mukaisesti, sidokset ja tuet tulee kiinnittää hyvin.

YT-vähennys 0,3 huonosti kiinnitetyistä sidoksista/tuista kerran, trampetin loppupistemäärästä.

11.5.6.6 Meikit ja pestävät hiusvärit (0,3)

Meikit ja pestävät hiusvärit ovat kiellettyjä kohdan 4.1. mukaisesti.

YT-vähennys: 0,3 meikistä tai pestävistä hiusväreistä kerran, trampetin loppupisteistä.

11.5.6.7 Aika (0,3) (Vain 3. luokassa)

Suorituksen maksimikesto on 3. luokassa 3:15. Ajanotto käynnistyy musiikin alkaessa ja päättyy, kun viimeinen voimistelija on tehnyt alastulon kolmannella kierroksella.

Ajan ylittymisen jälkeen suoritettavat liikkeet arvioidaan.

E2 huolehtii ajanotosta.

YT-vähennys: 0,3 aikarajan ylittymisestä.

11.5.6.8 Telinekohtaisten vaatimusten tai kilpailusääntöjen rikkominen (0,3/kohta)

Tämän otsikon alla vähennetään seuraavista:

- Sääntöjenvastainen sisääntulo kilpailuareenalle
- Juoksuradan merkitseminen (vaatteilla tai muutoin) tai juoksuvauhdin pidentäminen
- Suorituksen aloittaminen ennen ylituomarin (E1) merkkiä
- Enemmän kuin kaksi valmentajaa alastulomatoilla
- Molemmat valmentajat poistuvat alastulomatoilta kierroksen aikana. (Jos valmentaja poistuu matoilta varmistamisen tai loukkaantumisen vuoksi, poistumisesta ei vähennetä).

YT-vähennys: 0,3 telinekohtaisten vaatimusten tai kilpailusääntöjen rikkomisesta per vaatimus/sääntö, trampetin loppupisteistä.


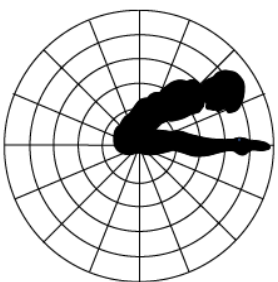
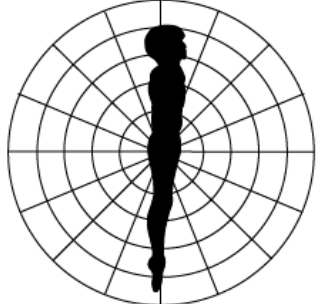
11.5.7 Ylituomarin (E1) vähennykset

E1-vähennykset	Vähennys
1. Musiikki - Musiikin puuttuminen - Musiikissa selkeästi sanoja	0,3 kerran
2. Sääntöjenvastainen kilpailuasua - Kohdan 4.1 vastainen kilpailuasua - Irralliset esineet - Vartalomaali	0,3 kerran
3. Valmentajan ohjeet (<i>vain 2. ja 3. luokassa</i>)	0,3 kerran
4. Korut	0,3 kerran
5. Huonosti kiinnitetyt sidokset/tuet	0,3 kerran
6. Meikit ja pestävät hiusvärit	0,3 kerran
7. Aikarajan ylittäminen (<i>vain 3. luokassa</i>)	0,3
8. Telinekohtaisten vaatimusten tai kilpailusääntöjen rikkominen - Sääntöjenvastainen sisääntulo kilpailualueelle - Juoksuvauhdin merkitseminen tai pidentäminen - Suorituksen aloittaminen ennen E1:n merkkiä - Enemmän kuin kaksi valmentajaa alastulomatoilla - Molemmat varmistajat poistuvat alastulomatoilta	0,3/kohta

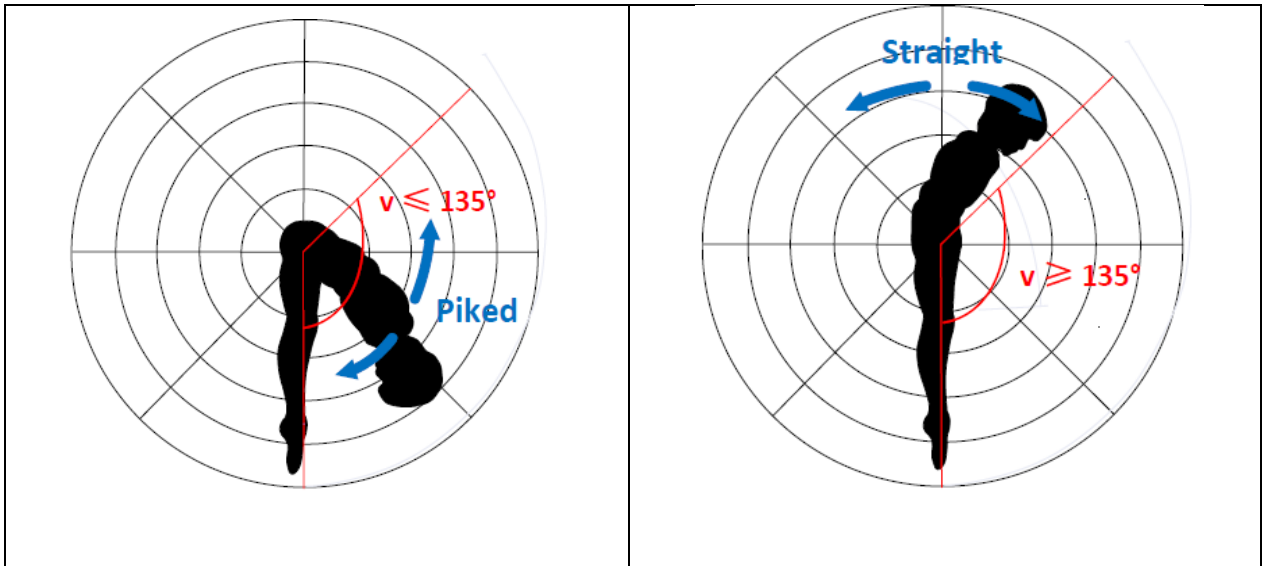
Liitteet

Liite 1 Vaaditut vartalonasennot volteissa

Liikkeestä riippuen vartalonasennon tulee olla kussakin voltissa joko kerä, taitto tai suora.

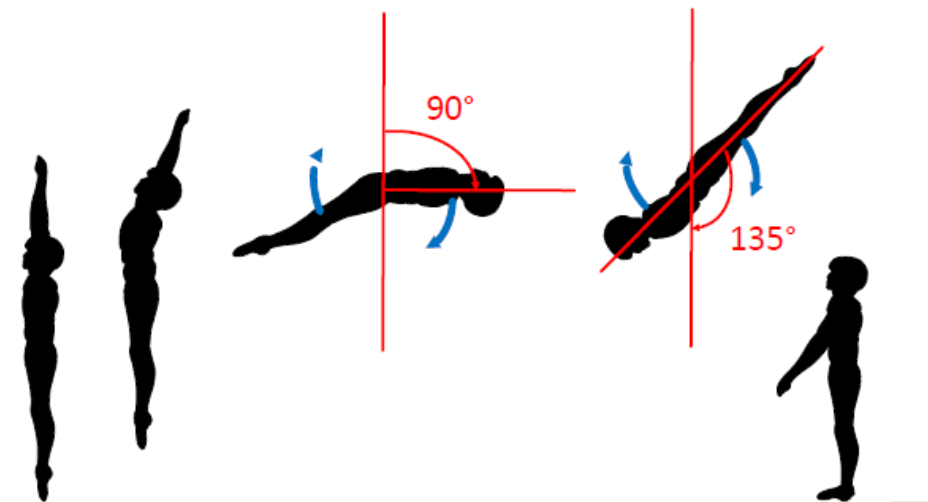
Kerä	Taitto	Suora
		
<p>Kerässä on sekä polvi- että lantiokulma. Polvet ja lantio viedään kohti rintakehää.</p> <p>Keräasennossa hyväksytään maksimissaan</p> <ul style="list-style-type: none">- lantiokulma 135°- polvikulma 135° <p>Kaikki vartalonasennot, joissa polvet ovat koukussa $\leq 90^\circ$ kulmassa, lasketaan keräasenneiksi.</p>	<p>Taitossa on lantiokulma ja polvet ovat suorat.</p> <p>Taittoasennossa hyväksytään maksimissaan</p> <ul style="list-style-type: none">- lantiokulma 135°* <p>Vähäinen polvien koukistus (max. 30°) on sallittu.</p>	<p>Suorassa asennossa lantio ja polvet ovat suorat (180°).</p> <p>Suorassa asennossa hyväksytään maksimissaan</p> <ul style="list-style-type: none">- lantiokulma 135°*

* Vartalonasento, jossa lantio on 135°, lasketaan joukkueen edun mukaisesti huomioiden sommittelu ja vaikeusarvo. Suoritusvähennykset: ks. liite 3.



Lantiokulma: Vasemmalla taitto, oikealla suora. Punaiset viivat osoittavat 135° lantiokulman.

Vartalonasento voltissa arvioidaan lentovaiheen aikana: 90° ponnistuksen jälkeen - 135° ennen alastuloa (ks. kuva alla). Samat asteluvut pätevät sekä eteen- että taaksevoltteihin. Lentovaiheen aikana näytetty helpoin vartalonasento määrittää liikkeen arvon. Suora asento tulee pitää koko lentovaiheen ajan.



Kierteen vaatimukset

Kierteen tulee valmistua täsmällisesti, tai olla enintään 45° vajaa/yli. Jos kierre on enemmän kuin 45° vajaa, annetaan arvo edellisen täyttyneen puolikierteen mukaan. Kierteen valmistuminen katsotaan lantiosta. E-tuomarit vähentävät vajaasta/yliyöriävästä kierteestä.

Liite 2 Vapaaohjelma: taulukon mukaan tehtävät suoritusvähennykset

Vapaaohjelman suoritusvähennykset	Pieni	Keskisuuri	Suuri
1.1 Yhdenaikaisuus			
Vähennys, jos voimistelija ei suorita ohjelmaa yhdenaikaisesti muun joukkueen kanssa, kun koreografiassa on niin tarkoitettu	Voimistelija noin yhden laskun edellä/jäljessä	Voimistelija noin kaksi laskua edellä/jäljessä (esim. tulee alas tasapainosta ennen muita)	Voimistelija "hukassa", suorittaa täysin eriaikaisesti tai ei suorita lainkaan
1.2 Suorituksen yhdenmukaisuus			
Vähennys, jos samoiksi tarkoitettuja liikkeitä suoritetaan eri tavoin	Pieniä eroja	Hyvin selkeitä eroja	
1.4 Liikelaajuus ja viimeistely			
Vähennys puutteellisesta liikelaajuudesta ja/tai viimeistelystä	Suppea suorittaminen Puutteellinen viimeistely (esim. nilkat koukussa)		
1.5 Tasapaino ja hallinta			
Vähennys puutteellisesta tasapainosta tai hallinnasta. Ks. Vaikeusosiin liittyvät vähennykset kohdasta 1.8 Vaikeusosien suoritus	Ylimääräiset liikkeet, pieni askel tai hypähdys tasapainon säilyttämiseksi	Merkittävä korjausaskel tai hyppy tasapainon säilyttämiseksi Monta askelta tai käsituki	
Vapaaohjelman suoritusvähennykset	Pieni	Keskisuuri	Suuri
1.6 Kuvioden tarkkuus			
Vähennys, jos voimistelijat eivät ole niillä paikoilla, jotka arvostelulomakkeeseen on merkitty	Voimistelija ulkona kuviosta		
1.7 Oman paikan saavuttaminen siirtymisissä (Vähennys vain 3. luokassa)			
Vähennys, jos voimistelija ei saavuta paikkaansa helposti tai jos koreografialle on liian vähän tilaa	Liian pitkä matka kuvioon tai liian vähän tilaa siirtymiseen		

Vapaaohjelman suoritusvähennykset	Liikeryhmät	Pieni	Keskisuuri	Suuri
1.8 Vaikeusosien suoritus				
1.8.1 Koko vartaloa koskevat vähennykset				
Vartalonasennon tulee olla määritelmien mukainen				
Vähennys, jos virheitä vartalonasennossa	Kaikki vaikeusosat	Pieniä virheitä vartalonasennossa	Virheitä vartalonasennossa	Suuria virheitä vartalonasennossa
Vartalon tulee olla suora, kun niin on tarkoitettu				
Vähennys, jos vartalo on kaarella/taitossa	DB, HB, SB, A		Vartalon-asento poikkeaa > 20°	
Koko vartalon tulee pysyä paikallaan vähintään 2 sekuntia				
Vähennys, jos voimistelija liikkuu tasapainon aikana	SB, HB	Voimistelija liikkuu hieman, mutta tukijalka/kämmenet pysyvät paikoillaan	Voimistelija liikkuu selvästi tai ottaa askeleen/hypähtää	Useita askelia/hypähdyksiä
Vartalon tulee olla pystysuorassa, kun niin on tarkoitettu				
Vähennys, jos vartalo ei ole pystysuorassa	DB, SB, HB	Vartalo nojaa eteen/sivulle/taakse $\geq 15^\circ$	Vartalo nojaa eteen/sivulle/taakse > 30°	
Vartalon tulee olla vaakatasossa, kun niin on tarkoitettu				
Vähennys, jos vartalon linja ei ole vaakatasossa	HB		Vartalon linja > 20° yli vaakatason	
1.8.2 Ylävartaloa koskevat vähennykset				
Ylävartalon tulee olla vaakatasossa, kun niin on tarkoitettu				
Vähennys, jos ylävartalo ei ole vaakatasossa (sivuvaaka, SBX05)	HB, SB, J	Ylävartalo yli/alle vaakatason $\leq 15^\circ$	Ylävartalo yli/alle vaakatason > 15°	

Vapaaohjelman suoritusvähennykset	Liikeryhmät	Pieni	Keskisuuri	Suuri
1.8.3 Lantiota koskevat vähennykset				
Lantiokulmavaatimuksen tulee täytyä				
Vähennys, jos lantiokulmavaatimus ei täyty	DB, SB, HB, J	Pieni virhe lantiokulmassa $\leq 15^\circ$	Virhe lantiokulmassa $> 15^\circ - 45^\circ$	Suuri virhe lantiokulmassa $> 45^\circ$
1.8.4 Jalkoja/polvia/jalkateriä koskevat vähennykset				
Jalkojen tulee olla suorat, kun niin on tarkoitettu				
Vähennys, jos jalat ovat koukussa	Kaikki vaikeusosat	Polvet hieman koukussa $\leq 15^\circ$	Polvet koukussa $> 15^\circ - 45^\circ$	Polvet koukussa $> 45^\circ$
Jalkojen/polvien tulee olla yhdessä, kun niin on tarkoitettu				
Vähennys, jos jalat ovat auki	Kaikki vaikeusosat	Jalat auki $\leq 15^\circ$	Jalat auki $> 15^\circ - 45^\circ$	Jalat auki $> 45^\circ$
Jalkojen tulee pysyä irti alustasta, kun niin on tarkoitettu				
Vähennys, jos jalat koskevat alustaan	DB612	Jalat hipaisevat alustaa (ei painoa jaloilla)		Jalat koskevat alustaan (jaloilla painoa)
Jalkojen avausvaatimuksen tulee täytyä				
Vähennys, jos jalkojen avaus on liian pieni	DB, HB, SB, J, F	Jalkojen avaus liian pieni $\leq 15^\circ$	Jalkojen avaus liian pieni $> 15^\circ - 45^\circ$	Jalkojen avaus liian pieni $> 45^\circ$
Vapaan jalan tulee olla vaaditulla korkeudella				
Vähennys, jos vapaa jalka (kukkoasennossa polvi) on liian matalalla	DB, SB	$\leq 15^\circ$ vaaditusta korkeudesta	$> 15^\circ - 45^\circ$ vaaditusta korkeudesta	$> 45^\circ$ vaaditusta korkeudesta
Liike tulee suorittaa päkiällä, kun niin on tarkoitettu				
Vähennys, jos ei päkiällä, kun niin on tarkoitettu	DB, SB	Kantapää hipaisee alustaa tasapainon aikana (ei painoa kantapäällä)	Koko jalkapohja alustassa/laskeutuminen koko jalalle (kantapäällä on painoa)	

Vapaaohjelman suoritusvähennykset	Liikeryhmät	Pieni	Keskisuuri	Suuri
1.8.5 Hartioita koskevat vähennykset				
Hartiakulman tulee olla suora, kun niin on tarkoitettu				
Vähennys, jos hartiakulma ei ole suora	HB, F	Hartiakulma > 30° - 45°	Hartiakulma > 45°	
1.8.6 Käsiä koskevat vähennykset				
Käsien tulee olla suorat, kun niin on tarkoitettu				
Vähennys, jos kädet ovat koukussa	Kaikki vaikeusosat	Kädet hieman koukussa ≤ 15°	Kädet koukussa > 15° - 45°	Kädet koukussa > 45°
Ei askelia käsillä liikkeen aikana				
Vähennys askeleista käsillä liikkeen aikana	DB, A	1 askel kädellä tasapainon säilyttämiseksi	> 2 askelta käsillä tasapainon säilyttämiseksi	
1.8.7 Alastuloa koskevat vähennykset				
Alastulon tulee olla hallittu				
Vähennys virheistä alastulossa	J, A, G	Pieniä virheitä alastulossa (esim. hieman epätasapainossa, ylimääräisiä liikkeitä seuraavaan liikkeeseen jatkamiseksi)	Raskas alastulo (vaikeaa jatkaa seuraavaan liikkeeseen)	
Alastulon etunojan kautta päinmakuulle tulee olla määritelmien mukainen				
Vähennys, jos virheitä alastulossa etunojan kautta päinmakuulle.	J		Ei hallittua nojavaihetta ennen koko vartalon osumista alustaan, kimpoaminen alustasta	Vartalo ei ole vaakatasossa ennen alastuloa

Vapaaohjelman suoritusvähennykset	Liikeryhmät	Pieni	Keskisuuri	Suuri
1.8.8 Rotaatiota koskevat vähennykset				
<p>Rotaation tulee valmistua määritelmien mukaisesti. Liikkeen aloitus- ja lopetussuunnat määritetään voimistelijan rintamasuunnasta ennen liikkeen suorittamista. (Piruetit ja tasajalkaa ponnistavat hyppy: ks. Liite A1: 1.1A ja 2.1, aloitussuunta katsotaan koko joukkueen rintamasuunnasta.)</p>				
Vähennys, jos käännös/kierre ei valmistu määritelmien mukaisesti. Poikkeaminen aloitus-/lopetussuuntaan nähden.	DB, J, A	Rotaatio vajaa tai/ja yli 30 - 45°	Rotaatio vajaa tai/ja yli > 45° - 90°	Rotaatio vajaa tai/ja yli > 90°
1.8.9 Erityisvähennykset, koskevat vain yhtä liikeryhmää				
Piruetti tulee suorittaa yhdellä jalalla				
Vähennys, jos molemmat jalat ovat alustassa.	DB			Piruetti pyörii kahdella jalalla jossakin vaiheessa käännöstä
Voimaosat: liikkeen tulee olla hallittu				
Vähennys, jos liike ei ole hallittu tai laskeutuminen tapahtuu liian nopeasti	DB		Nopea laskeutuminen käsinseisonnasta, kuitenkin selkeä loppuasento Tai esim. kuppiasento ei pysy punnerrus-asennosta vedossa haaraseisontaan	Nopea laskeutuminen käsinseisonnasta, ei selkeää loppuasentoa
Voimaosat: ei taukoa tai pysähdystä liikkeen aikana				
Vähennys jos tauko/pysähdys voimaosan aikana	DB	Lyhyt tauko (< 3 s) tai vartalon edestakainen liike	Pysähdys (≥ 3 s)	
Liikkuvuusliike: liikkuvuuden osoittaminen määritelmien mukaisesti				
Vähennys puutteellisesta liikkuvuudesta	F	Lantio ei suoraan eteenpäin spagaatissa etp. Selkä ei ole suora eteen-taivutuksessa haara-istunnassa	Lantio selvästi kääntyneenä spagaatissa etp.	Eteentaivutus haaraistunnassa > 20° lattiatasosta Rintakehä ei ole kiinni suorissa jaloissa eteen-taivutuksessa täysistunnassa

Liite 3: Volttiradan ja trampetin liikekohtainen virhevähennystaulukko erillisenä tiedostona