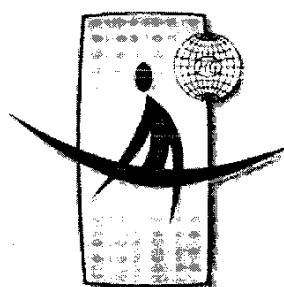




KILPA-AEROBIC SÄÄNTÖKIRJA

Kansalliset säännöt ja ohjeet



päivitetty

12/2024

Sisällys

1 Kilpailujärjestelmä	3
1.1 Lasten sarjat.....	4
1.2 SM-linja	4
1.3 Kilpalinja.....	4
1.4 Harrastekilpalinja	5
1.5 Kilpa-aerodance	5
2 Merkkijärjestelmä	6
2.1 Pronssimerkki	6
2.2 Hopeamerkki	6
2.3 Kultamerkki	7
2.4 Timanttimerkki.....	7
3 Mistä aloittaa kilpaileminen.....	8
4 Säännöt.....	8
4.1 Stara	8
4.2 Lasten sarjat.....	9
4.3 Harrastekilpalinja	9
4.4 Kilpalinja.....	9
4.5 SM-linja	10
4.6 Kilpa-aerodance	10
5 Sukupuolineutraali linjaus	10
6 Ohjelman arviointi	11
7 Siirtyminen linjojen ja sarjojen välillä	11
8 Lisenssit ja vakuutukset.....	12
9 Poikkeusluvut	12
10 Kilpa-aerobicin pelisäännöt	13
11 Valmentajan toiminta kilpailutilanteessa	13

1 Kilpailujärjestelmä

Kilpaileminen aloitetaan lasten sarjoista. Kilpailemisen voi aloittaa aikaisintaan sinä vuonna, kun voimistelija täyttää kahdeksan (8) vuotta. Kilpa-aerobicin kilpailujärjestelmässä on kolme kilpailulinjaa: SM-linja, kilpalinja ja harrastekilpalinja. Kilpailujärjestelmän tukena on lisäksi merkkijärjestelmä, joka auttaa valitsemaan voimistelijalle oikean kilpailulinjan. SM- ja kilpalinjoille voi aikaisintaan siirtyä sinä vuonna, kun voimistelija täyttää 12 vuotta. Harrastekilpalinjalle voi siirtyä aikaisintaan sinä vuonna, kun voimistelija täyttää kymmenen (10) vuotta.

Voimistelijan tulee kauden alussa (syksy/kevät) päättää kilpailulinja, jossa voimistelija kilpailee. Samalla linjalla tulee kilpailla koko kauden ajan niin yksilöllä kuin kokoonpanollakin. Kilpalinjan ja harrastekilpalinjan puolella voi kilpailla esim. yksilöllä 15-17-vuotiaiden sarjassa ja samanaikaisesti kokoonpanossa 12-14-vuotiaiden sarjassa, mutta urheilija ei voi kilpailla samanaikaisesti yksilönä SM-linjalla ja kokoonpanolla kilpalinjalla. Kilpa-aerodance sarjassa voi kilpailla minkä tahansa linjan voimistelija. Seuraavissa luvuissa esitellään kilpailulinjat.



1.1 Lasten sarjat

Lasten sarjoja on kaksi:

- 8-9-vuotiaiden sarja
- 9-11-vuotiaiden sarja

Lasten sarjoissa kilpailevilla tulee olla suoritettuna merkkijärjestelmän hopeamerkki (1.1.2026 alkaen). Lasten sarjoissa seuraavaan ikäsarjaan nousee sinä vuonna, kun täyttää kyseisen ikäsarjan alaikärajan. Kaikkien voimistelijoiden tulee olla iältään sarjan mukaisia. Lasten sarjojen säännöt löytyvät luvusta 4.

1.2 SM-linja

SM-linjan sarjoja ovat:

- 12-14-vuotiaat
- 15-17-vuotiaat (nuoret)
- Yli 18-vuotiaat (aikuiset)

SM-linjan sarjoissa kilpailevilla tulee olla suoritettuna kilpa-aerobicin merkkijärjestelmän timanttimerkki (1.1.2026 alkaen sarjassa kilpailemaan aloittavat). Timanttimerkki tulee olla suoritettuna silloin, kun voimistelija nousee 12–14-vuotiaiden sarjaan tai siirtyy toisen kilpailulinjan sarjasta SM-linjan sarjaan (1.1.2026 alkaen). Ennen vuotta 2026 kyseisen linjan sarjoissa kilpailleiden ei tarvitse suorittaa merkkiä takautuvasti. SM-linjan säännöt löytyvät luvusta 4.

SM-linjan sarjoissa sarjasta toiseen siirrytään iän mukaan ja niissä noudatetaan kansainvälisen sääntökirjan (FIG AER Code of Points, CoP) sääntöjä. Seuraavaan ikäsarjaan nousee sinä vuonna, kun täyttää kyseisen ikäsarjan alaikärajan. SM-arvo on nuorten 15–17-vuotiaat sekä aikuiset yli 18-vuotiaat IW, IM, MP, TR ja GR sarjoilla. 12-14-vuotiaiden sarjoissa, 15-17v AD ja yli 18v AD sarjoissa jaetaan Voimisteluliiton mestaruus.

1.3 Kilpalinja

Kilpalinjan sarjoja ovat:

- 12-14-vuotiaat
- 15-17-vuotiaat
- Yli 18-vuotiaat

Kilpalinjan sarjoissa kilpailevilla tulee olla suoritettuna kilpa-aerobicin merkkijärjestelmän kultamerkki (1.1.2026 alkaen sarjassa kilpailemaan aloittavat). Kultamerkki tulee olla

suoritettuna silloin, kun voimistelija nousee 12–14-vuotiaiden sarjaan tai siirtyy toisen kilpailulinjan sarjasta kilpalinjan sarjaan (1.1.2026 alkaen). Ennen vuotta 2026 kyseisen linjan sarjoissa kilpailleiden ei tarvitse suorittaa merkkiä takautuvasti. Kilpalinjan säännöt löytyvät luvusta 4.

Sarjasta toiseen siirrytään iän mukaan. Seuraavaan ikäsarjaan noustaán sinä vuonna, kun täyttää kyseisen ikäsarjan alaikärajan. Jos kokoonpanossa on eri ikäisiä voimisteliijoita, kilpailee kokoonpano enemmistön iän mukaisessa sarjassa. Mikäli voimisteliijoita on yhtä paljon kahdesta tai useammasta ikäsarjasta, valitaan kilpailusarja joukkueen vanhimpien mukaan (esim. Kokoonpano, jossa kaksi 12-14-vuotiasta ja kaksi 15-17-vuotiasta kilpailee 15-17-vuotiaiden sarjassa). Kilpalinjan sarjoissa jaetaan Voimisteluliiton mestaruus.

1.4 Harrastekilpalinja

Harrastekilpalinjan sarjoja ovat:

- 10-14-vuotiaat
- Yli 15-vuotiaat

Harrastekilpalinjan sarjoissa kilpailevilla tulee olla suoritettuna kilpa-aerobicin merkkijärjestelmän hopeamerkki (1.1.2026 alkaen sarjassa kilpailemaan aloittavat). Hopeamerkki tulee olla suoritettuna silloin, kun voimistelija nousee 10-14-vuotiaiden sarjaan tai siirtyy toisen kilpailulinjan sarjasta harrastekilpalinjan sarjaan (1.1.2026 alkaen). Ennen vuotta 2026 kyseisen linjan sarjoissa kilpailleiden ei tarvitse suorittaa merkkiä takautuvasti. Harrastekilpalinjan säännöt löytyvät luvusta 4.

Sarjasta toiseen siirrytään iän mukaan. Seuraavaan ikäsarjaan noustaán sinä vuonna, kun täyttää kyseisen ikäsarjan alaikärajan. Jos kokoonpanossa on eri ikäisiä voimisteliijoita, kilpailee kokoonpano enemmistön iän mukaisessa sarjassa. Mikäli voimisteliijoita on yhtä paljon kahdesta ikäsarjasta, valitaan kilpailusarja joukkueen vanhimpien mukaan (esim. Kokoonpano, jossa kaksi 10-14-vuotiasta ja kaksi yli 15-vuotiasta kilpailee yli 15-vuotiaiden sarjassa).

1.5 Kilpa-aerodance

Aerodance Kilpa -sarjoja on kaksi:

- 10-14-vuotiaat
- Yli 15-vuotiaat

Aerodance-sarjassa kilpailevassa kokoonpanossa tulee olla 5-10 voimistelijaa, joista kaikkien tulee olla iältään vähintään 10-vuotiaita kilpailuvuonna. Sarjasta toiseen siirrytään iän mukaan. Seuraavaan ikäsarjaan noustaán sinä vuonna, kun täyttää kyseisen ikäsarjan alaikärajan. Jos kokoonpanossa on eri ikäisiä voimisteliijoita, kilpailee kokoonpano enemmistön iän mukaisessa sarjassa. Mikäli voimisteliijoita on yhtä paljon kahdesta

ikäsarjasta, valitaan kilpailusarja joukkueen vanhimpien mukaan (esim. Kokoonpano, jossa kolme 10-14-vuotiasta ja kolme yli 15-vuotiasta kilpailee yli 15-vuotiaiden sarjassa). Kilpa-aerodancen säännöt löytyvät luvusta 4.

2 Merkkijärjestelmä

Merkkijärjestelmä otetaan käyttöön vuodesta 2025 alkaen. Merkkijärjestelmä on tukena oikean kilpailulinjan valinnassa. Vuosi 2025 on siirtymävuosi. Vuonna 2026 merkkijärjestelmä muuttuu pakolliseksi osaksi kilpailujärjestelmää. Merkkijärjestelmässä on neljä merkkiä: pronssi-, hopea-, kulta- ja timanttimerkki.

2.1 Pronssimerkki

Pronssimerkki tulee olla suoritettuna ennen kilpailemaan siirtymistä lasten sarjoihin tai harrastekilpasarjoihin. Pronssimerkkiliikkeiden suorittamiselle ei ole ala- eikä yläikärajaa. Ennen pronssimerkin suorittamista suositellaan stamerkin suorittamista.

Merkkiliikesuoritukset voi tehdä kotisalilla oman seuran valmentajan suorittaessa arvioinnin. Arvioiva valmentaja voi olla myös voimistelijan oma valmentaja. Suoritukset voi vaihtoehtoisesti tehdä toisen seuran järjestämässä vapaamuotoisessa merkkien suoritustilaisuudessa. Voimistelijan on suoritettava hyväksytysti vähintään 2 liikettä/liikeryhmä ja yhteensä 10 liikettä. Voimistelija saa samalla testikerralla yrittää jokaista suoritusta kolme kertaa. Pronssimerkin suoritettuaan voimistelija voi alkaa suorittaa hopeamerkin liikkeitä.

2.2 Hopeamerkki

Hopeamerkki tulee olla suoritettuna ennen kilpailemaan siirtymistä lasten sarjoihin tai harrastekilpasarjoihin. Hopeamerkkiliikkeiden suorittamiselle ei ole ala- eikä yläikärajaa. Ennen hopeamerkin liikkeiden suorittamista tulee suorittaa pronssimerkki.

Merkkiliikesuoritukset voi tehdä kotisalilla oman seuran valmentajan suorittaessa arvioinnin. Arvioiva valmentaja voi olla myös voimistelijan oma valmentaja. Suoritukset voi vaihtoehtoisesti tehdä toisen seuran järjestämässä vapaamuotoisessa merkkien suoritustilaisuudessa. Voimistelijan on suoritettava hyväksytysti vähintään 2 liikettä/liikeryhmä ja yhteensä 10 liikettä. Voimistelija saa samalla testikerralla yrittää jokaista suoritusta kolme kertaa.

Hopeamerkin suoritettuaan voimistelija voi alkaa suorittaa kultamerkin liikkeitä. Hopeamerkin suoritettuaan ja osallistuttuaan vähintään kerran avoimeen Staraan voi voimistelija siirtyä kilpailemaan lasten sarjoihin (aikaisintaan sinä vuonna, jolloin täyttää 8

vuotta), kilpa- aerodanceen (aikaisintaan sinä vuonna, jolloin täyttää 10 vuotta) tai harrastekilpasarjaan (aikaisintaan sinä vuonna, jolloin täyttää 10 vuotta).

2.3 Kultamerkki

Kultamerkkiliikkeiden suorittamiselle ei ole ala- eikä yläikärajaa. Ennen kultamerkin liikkeiden suorittamista tulee suorittaa hopeamerkki. Poikkeuksena vuonna 2024 tai aiemmin kilpa- aerobicissa kilpailemisen aloittaneet, jotka voivat halutessaan aloittaa merkkisuoritukset suoraan kultamerkistä.

Merkkiliikesuoritukset voi tehdä kotisalilla oman tai toisen seuran vähintään 2. tason tuomarin suorittaessa arvioinnin. Arvioiva tuomari ei voi olla voimistelijan vastuuvaimentaja. Suoritukset voi vaihtoehtoisesti tehdä toisen seuran järjestämässä vapaamuotoisessa merkkien suoritustilaisuudessa. Voimistelijan on suoritettava hyväksytysti vähintään 2 liikettä/liikeryhmä ja yhteensä 15 liikettä. Voimistelija saa samalla testikerralla yrittää jokaista suoritusta kolme kertaa.

Kultamerkin suoritettuaan voimistelija voi alkaa suorittaa timanttimerkin liikeitä, kuitenkin aikaisintaan sinä vuonna, jolloin voimistelija täyttää 8-vuotta. Kultamerkin suoritettuaan, osallistuttuaan vähintään kerran avoimeen Staraan voi voimistelija siirtyä kilpailemaan kilpasarjaan (aikaisintaan sinä vuonna, jolloin täyttää 12 vuotta).

2.4 Timanttimerkki

Timanttimerkin suorittamisen voi aloittaa aikaisintaan sinä vuonna, jona voimistelija täyttää kahdeksan (8) vuotta. Ennen timanttimerkin liikkeiden suorittamista tulee suorittaa kultamerkki.

Timanttimerkki suoritetaan erillisissä arviointitilaisuuksissa. Testitilaisuus kestää kerrallaan enintään kaksi tuntia. Voimistelija voi osallistua useampaan eri testitilaisuuteen. Arvioinnit tekevät tehtävään nimetyt ja koulutetut timanttiarvioijat. Voimistelijan on suoritettava hyväksytysti vähintään 2 liikettä/liikeryhmä ja yhteensä 15 liikettä. Voimistelija saa samalla testikerralla yrittää jokaista suoritusta kolme kertaa. Suositellaan, että voimistelija esittää testeissä vain liikeitä, joita oma valmentaja on jo arvioinut hänen osaavan.

Timanttimerkin suoritettuaan ja kilpailtuaan kilpa-aerobicin lasten sarjoissa tai kilpasarjassa voimistelija voi siirtyä kilpailemaan SM-linjaan (aikaisintaan sinä vuonna, jolloin täyttää 12 vuotta).

3 Mistä aloittaa kilpaileminen

Kaikkien alle 12-vuotiaiden ensimmäistä kertaa kilpailuihin osallistuvien tulee osallistua ensin vähintään yhteen Stara-tapahtumaan ennen kuin aloittaa kilpailemisen muissa sarjoissa sekä suorittaa kilpailulinjaan vaadittava merkkijärjestelmän merkki (1.1.2026 alkaen). Sen jälkeen uudet kilpailijat aloittavat kilpailemisen seuraavasti:

- Kilpailuvuonna 8-vuotta täyttävät: 8-9v sarja
- Kilpailuvuonna 9-vuotta täyttävät: 8-9v sarja ja/tai 9-11v sarja
- Kilpailuvuonna 10-11-vuotta täyttävät: 9-11v sarja tai 10-14v (tai kokoonpanon suurimman osan iän mukainen) harrastekilpasarja ja/tai 10-14v (tai kokoonpanon suurimman osan iän mukainen) kilpa-aerodance sarja
- Kilpailuvuonna 12-vuotta tai enemmän täyttävät: oman tai kokoonpanon suurimman osan iän mukainen harrastekilpasarja ja/tai kilpa-aerodance sarja

Toisessa Voimisteluliiton alaisessa voimistelulajissa kilpailleelta voimistelijalta ei vaadita pronssi- ja hopeamerkkiä ennen kilpa-aerobicin kilpailuihin osallistumista. Toisessa voimistelulajissa kilpaillut voimistelija voi aloittaa merkkisuoritusjärjestelmän suoritukset poikkeuksellisesti kultamerkistä halutessaan. Jos voimistelija on kilpaillut toisessa voimistelulajissa, voi hän aloittaa kilpailemisen valmentajan harkinnan mukaan ja vaadittavat merkkijärjestelmän merkit (1.1.2026 alkaen) suoritettuaan myös kilpa- tai SM-linjassa. Voimistelija voi aloittaa kilpailemisen korkeintaan samalta tasolta (SM/kilpa/harrastekilpa), kuin millä hän on kilpaillut toisessa Voimisteluliiton alaisessa voimistelulajissa. Mikäli toisessa voimistelulajissa ei ole käytössä SM-linja, kilpalinja ja harrastekilpalinja nimitykset, auttaa LAR määrittelemään tarvittaessa kyseisen korkeimman tason.

4 Säännöt

4.1 Stara

Stara-tapahtumat on tarkoitettu lapsille ja nuorille 6-vuotiaasta alkaen. Se on tilaisuus esiintyä ja näyttää kauden aikana opittuja taitoja yleisölle. Kilpailuihin tähtäävät pääsevät Stara-tapahtumissa harjoittelemaan kilpailutilanteessa esiintymistä. Kaikkien alle 12-vuotiaiden tulee ennen muihin sarjoihin siirtymistä osallistua vähintään yhteen Stara-tapahtumaan. Stara-tapahtumassa esiintyjät saavat kirjallisen palautteen ja mitalin. Missä tahansa kilpa-aerobicin kilpailulinjassa kilpaileva voimistelija on oikeutettu kilpailemisen lisäksi osallistumaan halutessaan myös Stara-tapahtumiin.

4.2 Lasten sarjat

Lasten sarjoissa kilpaillaan luokissa 8–9 v. ja 9-11v. Lasten sarjoissa noudatetaan CoP:n ND-sääntöjä, sekä [Voimisteluliiton lapsille ja kansallisille sarjoille suunnattua sukupuolineutraalia linjausta](#). Tutustu linjaukseen kohdassa 5.

8–9-vuotiaat	Ikä:	8-9-vuotias kilpailuvuonna. Ei ikäpoikkeuksia
	Sarjat:	Joukkue (2–6 hlö). Ei poikkeuksia kokoonpanon koossa.
	Säännöt:	CoP ND-säännöt seuraavin poikkeuksin: Sukupuolineutraalius (kts. luku 5) Tuloksista julkaistaan vain kategoriat, ei pisteitä Ei yksilösarjoja
10-11-vuotiaat	Ikä:	9-11-vuotias kilpailuvuonna. Ei ikäpoikkeuksia.
	Sarjat:	Yksilö (sukupuoliriippumaton), joukkue (3 hlö), ryhmä (5 hlö). Ei poikkeuksia kokoonpanojen koissa.
	Säännöt:	CoP ND-säännöt seuraavin poikkeuksin: Sukupuolineutraalius (kts. luku 5)

4.3 Harrastekilpalinja

- 10-14 v. yksilöt, kokoonpanot (2-6 hlö)
- yli 15 v. yksilöt, kokoonpanot (2-6 hlö)

Kokoonpanot suurimman osan iän mukaan. Ei poikkeuksia kokoonpanojen koissa.

Harrastekilpalinjassa noudatetaan CoP:n ND-sääntöjä (*ei pakollisia liikkeitä*) sekä [Voimisteluliiton lapsille ja kansallisille sarjoille suunnattua sukupuolineutraalia linjausta](#) (kts. luku 5).

4.4 Kilpalinja

- 12-14 v. yksilöt, kokoonpanot (3-6 hlö)
- 15-17 v. yksilöt, kokoonpanot (3-6 hlö)
- yli 18 v. yksilöt, kokoonpanot (3-6 hlö)

Kokoonpanot suurimman osan iän mukaan. Kuitenkin vähintään 12 v. Ei poikkeuksia kokoonpanojen koissa.

Kilpalinjassa noudatetaan CoP-sääntöjä ikäsarjan mukaisesti (*ei pakollisia liikkeitä*), CoP:n rajaamia liikkeiden arvoja noudatetaan. [Voimisteluliiton lapsille ja kansallisille sarjoille suunnattua sukupuolineutraalia linjausta](#) (kts. luku 5).

4.5 SM-linja

SM-linjassa noudatetaan CoP-sääntöjä sellaisenaan. Ei ikäpoikkeuksia eikä poikkeuksia kokoonpanojen koissa.

- 12-14 v. YOUTH - säännöt
- 15 –17 . JUNIOR - säännöt
- Yli 18 v. SENIOR – säännöt

4.6 Kilpa-aerodance

- 10-14 v. CoP:n 12-14 v. säännöt*
- yli 15 v. CoP:n 15-17 v. säännöt*

*Poikkeuksena ikävaatimus. Kilpa-aerodance sarjan kokoonpano kilpailee suurimman osan iän mukaisessa sarjassa. Jokaisen voimistelijan tulee olla kuitenkin vähintään 10-vuotias.

5 Sukupuolineutraali linjaus

Voimisteluliiton linjauksen mukaisesti voimistelijalla on oikeus kilpailla missä tahansa lajissa sukupuolesta tai sukupuoli-identiteetistä huolimatta. Voimistelijan toiveita vaihtaa kilpailulajia tai -luokkaa tulee kunnioittaa ja vaihto mahdollistaa.

Voimisteluliiton linjausta noudatetaan kaikissa kansallisissa sarjoissa, eli lasten sarjoissa, harrastekilpalinjassa sekä kilpalinjassa. Näin ollen CoP:n sukupuoleen liittyviä rajauksia ei noudateta kansallisissa sarjoissa.

Tällaisia ovat:

- Voimistelijalla on oikeus käyttää CoP -sääntökirjan mukaisia kilpailuasuja sukupuolesta riippumatta.
- Voimistelijalla on oikeus meikata CoP -sääntöjä sekä Voimisteluliiton sääntöjä noudattaen sukupuolesta riippumatta.
- Kansallisissa sarjoissa ei ole sukupuoleen sidonnaisia kiellettyjä liikkeitä.

- Kansallisissa sarjoissa ei ole sukupuoleen sidottuja sarjoja. Yksilösarjoja on vain yksi jokaista ikäluokkaa kohden.

Kansallisissa sarjoissa kaikki kilpailevat siis samoissa sarjoissa ja samoin säännöin sukupuolesta riippumatta.

6 Ohjelman arviointi

Tuomarit arvioivat ohjelmaa osa-alueittain (tekniikka, vaikeus, taiteellisuus ja päätuomari) kansainvälisen voimisteluliiton FIG:n sääntöjen mukaisesti. Pisteet määräävät sijoituksen. Tie Break -sääntö (koskee kaikkia kilpailusarjoja ja -luokkia): pisteiden ollessa tasan, sijoitus ratkeaa seuraavassa järjestyksessä:

- korkeammat E-pisteet
- korkeammat A-pisteet
- korkeammat D-pisteet

Mikäli pisteet ovat tämänkin jälkeen tasan, sijoitus jaetaan.

8–9-vuotiaiden sarjassa tuloksista julkaistaan kategoriat, ei pistesijoja. Kaikki osallistujat palkitaan.

Tuomaristo koostuu kansallisen ja/tai kansainvälisen tuomarikurssin läpäisseistä tuomareista niin, että SM-sarjoissa ohjelmaa arvioivat vähintään 3-tason suorittaneet tuomarit (= SM-tuomari). Mikäli seurat eivät ilmoita tarpeeksi SM-tason tuomareita kilpailuihin, otetaan tuomaripaneeliin SM-sarjojen osalta mukaan myös 2-tason tuomareita.

Tuomarinpaneelin koko on seuraava: 1 päätuomari, 2 vaikeustuomaria, 2–4 tekniikkatuomaria, 2–4 taiteellisuustuomaria, 2 rajatuomaria ja 1 aikatuomari.

Kansallisissa kilpailuissa julkaistaan osa-aluepisteet (tekniikka, taiteellisuus, vaikeus ja päätuomari) sekä sijoitus (pl. 8–9 vuotiaiden sarja, jossa julkaistaan vain kategoriat).

Tuomarikohtaisia pisteitä ei julkaista (paitsi arvokilpailuissa, ks. Voimisteluliiton Yleiset kilpailu- ja kurinpitösäännöt).

7 Siirtyminen linjojen ja sarjojen välillä

Kilpailulinjalta toiselle voi siirtyä kauden vaihteessa (kevät/syky). Siirtyä voi valmentajan harkinnan mukaan silloin, kun vaadittava merkkijärjestelmän merkki on suoritettu (merkkisuoritus vaaditaan 1.1.2026 alken). Hyväksytyn merkkisuorituksen saatuaan urheilijan ei ole välttämätöntä siirtyä toiseen kilpailulinjaan.

Voimistelijan valmentaja on vastuussa urheilijan ohjaamisesta sopivaan kilpailulinjaan huomioiden fyysisten ominaisuuksien ja taitotason (merkkijärjestelmä tukena) sekä tavoitetason. Voimistelijan tulee voida turvallisesti suorittaa sääntöjen mukaista kilpailuohjelmaa ja sen vaikeusliikkeitä

kilpailusarjassaan.

Kilpailulinjojen sisällä seuraavaan ikäsarjaan nousee sinä vuonna, kun täyttää kyseisen ikäsarjan alaikärajan, esim. kilpailija siirtyy 10–11-vuotiaiden sarjasta 12–14-vuotiaiden sarjaan keväällä, vaikka hän täyttäisi 12 vuotta vasta syksyllä.

8 Lisenssit ja vakuutukset

Suomen Voimisteluliiton Yleisten kilpailusääntöjen perusteella jokaisella Voimisteluliiton alaisiin kilpailuihin osallistuvalla urheilijalla on oltava voimassa oleva kilpailulupa eli lisenssi sekä vakuutus. Lisenssien ostota tapahtuu seuran Hoika- jäsenpalveluohjelmalla. Kilpailulisenssi tulee uusiksi vuosittain (lenssikausi 1.9.–31.8.).

Kilpa-aerobicin lisenssivaihtoehtoja on kolme ja lisenssi valitaan sen mukaan mihin luokkaan tai sarjaan urheilija kauden aikana osallistuu. Stara-tapahtumia varten ostetaan Stara-lisenssi. Kilpa-aerobicin Kilpa B-lisenssillä voi kilpailla 8–9-vuotiaiden sarjassa. Kaikkiin muihin luokkiin ja sarjoihin tulee hankkia kilpa-aerobicin Kilpa A-lisenssi.

Lisenssin voi hankkia joko vakuutuksella tai ilman vakuutusta. Mikäli urheilijalla on oma, urheilutapaturmakorvaavuusehdon sisältävä vakuutus, voi hän ottaa vakuutuksettoman lisenssin. Huomioitahan, että Voimisteluliiton kautta hankittava Jumppaturva-vakuutus ei kelpaa lajilisenssin kanssa. Vakuutuksen kattavuus pitää selvittää omasta vakuutusyhtiöstä ennen lisenssin hankkimista. Maksamalla vakuutuksettoman lisenssin lisenssinhaltija vakuuttaa, että hänellä on voimassa oleva vakuutus, joka kattaa lajin kilpailu- ja harjoittelutoiminnan sekä niihin liittyvien matkojen yhteydessä sattuneet tapaturmat kotimaassa ja ulkomailla.

Lisätietoa eri lisensseistä ja niiden ostosta löytyy Voimisteluliiton nettisivuilta:

www.voimistelu.fi -> Tapahtumat ja kilpailut -> Lisenssit ja vakuutukset

9 Poikkeusluvut

Näistä kansallisista säännöistä poiketen LAR voi erityisissä poikkeustapauksissa myöntää kilpailemiseen liittyviä poikkeuslupia. Poikkeusluvalle täytyy olla erityisen painavat perusteet eikä poikkeuslupan myöntäminen saa loukata muiden voimistelijoiden oikeusturvaa eikä tasapuolisen kohtelun vaatimusta. Näissä erityisissä poikkeustapauksissa edellytyksenä on määrääjässä (esim. ennen kilpailuihin ilmoittautumista) tehty poikkeusanomus. Poikkeusanomuksen tekee voimistelijan seura ja se toimitetaan LAR puheenjohtajalle.

Poikkeuslupia ei myönnetä:

- kilpailukokoonpanon kokoon
- ikäsääntöihin
- kilpailulinjan vaihtoon kauden aikana
- eri kilpailulinjoissa kisaamiseen saman kauden aikana
- kilpailusuorituksen säännöistä poikkeavaan arviointiin (esim. vähennyksen ottamatta jättäminen)
- ilman vaadittua merkkisuoritusta (1.1.2026 alkaen) kilpailulinjaan siirtymiseen

10 Kilpa-aerobicin pelisäännöt

Kilpa-aerobicin pelisäännöt on laadittu takaamaan positiivinen ilmapiiri ja turvallinen toimintaympäristö kaikille lajin parissa toimiville. Lajin pelisääntöjen noudattamiseen sitoutuvat kaikki voimistelijat, valmentajat, tuomarit, seuratoimijat, vanhemmat sekä lajin kehittämisryhmä. Pelisäännöt ovat laatineet kilpa-aerobicin seurafoorumi. Seurafoorumi on avoin tapaaminen, jonne kaikki lajin valmentajat, tuomarit ja seuratoimijat ovat tervetulleita. Jos sääntöjä ei noudateta, on kaikilla velvollisuus puuttua tällaisiin tilanteisiin.

Me Voimistelussa materiaalin löydät täältä Kilpa-aerobicin pelisäännöt ovat luettavissa Voimisteluliiton nettisivuilta: www.voimistelu.fi -> Kilpailutoiminta -> Kilpa-aerobic -> Säännöt ja ohjeet.

Yleisön tulee kannustaa suorituksia maltillisesti, jotta tuomareilla voivat keskittyä tuomarointiin ja kilpailumusiikin kuuleminen on mahdollista.

11 Valmentajan toiminta kilpailutilanteessa

Valmentaja ei saa kilpailusuorituksen aikana auttaa/ antaa palautetta urheilijalle esim. taputtaen tai huutaen. Tarkennus (ja sääntöön liittyvät vähennykset) tulee suoraan FIG:n kansainvälisistä säännöistä sekä ohjeistuksista.

Kilpailun jokaisen valmentajan tulee seistä kilpailuissa erikseen merkityillä alueilla. Näillä alueilla kannustaminen, taputtaminen ja ohjeiden antaminen suoritusta tekeväälle voimistelijalle on kiellettyä. Kilpailun valmentaja ei voi siirtyä katsomoon suorituksen ajaksi.