



## Technická hodnota – Dlouhý program

### Kategorie Děti 6 let a mladší

max. 4.0 body

Požadované prvky	Hodnota	
<b>Pohyby těla &amp; série pohybů těla (Max. 1.9)</b>		
1 vlna celého těla	0.3	
1 swing celým tělem	0.3	
1 výpad/linie	0.2	
1 rotace	0.2	
1 uvolnění	0.2	
A-série pohybů těla	0.3	
B-série pohybů těla	0.4	
<b>Rovnováhy (Max. 0.4)</b>		
1 rovnováha	0.2	
1 rovnováha	0.2	
<b>Skoky/výskoky (Max. 0.4)</b>		
1 skok/výskok	0.2	
1 skok/výskok	0.2	
<b>Série kroků, skoků a poskoků (Max. 0.6)</b>		
VVVV se změnou směru a otočením	0.3	
VVVV se změnou rytmu NEBO kombinovaná s jinou pohybovou skupinou	0.3	
<b>Akrobatické prvky (Max. 0.4)</b>		
akrobatický prvek	0.2	
akrobatický prvek	0.2	
<b>Prvky flexibility - výběr 3 prvků ze 4 možných (Max 0.3)</b>		
1 flexibilita v přední linii P	0.1	
1 flexibilita v přední linii L	0.1	
1 flexibilita v boční linii (stranou)	0.1	
1 flexibilita v zadní linii	0.1	
<b>CELKEM</b>	<b>Max 4.0</b>	

- Aby byl požadovaný prvek započítán do technické hodnoty, musí jej přijatelně provést alespoň 2/3 týmu.
- Požadované pohyby těla mohou být zahrnuty do série pohybů těla nebo kombinované série.
- Požadované prvky flexibility mohou být zahrnuty do rovnováhy, skoků nebo výskoků, akrobatických prvků nebo jiných pohybů.