



TABULKA SRÁŽEK PROVEDENÍ

Požadavky a typ chyby	Srážka za každou chybu (pokaždé/každý prvek, není-li specifikováno jinak)		
	Malá chyba: -0.1	Střední chyba: -0.2	Velká chyba: -0.3
Zdravotní aspekty, postoj a pozice stojné nohy	<ul style="list-style-type: none">- ramena a boky nejsou v linii nebo nesprávná pozice stojné nohy (v rovnováze)- špatný postoj- těžkopádné zakončení zvedačky	<ul style="list-style-type: none">- ztráta kontroly těla během nebo na konci zvedačky	<ul style="list-style-type: none">- dopad ze skoku se stále zakloněným trupem- špatný postoj ve zvedačce, špatná linie mezi zvedanou a podporující gymnastkou
Základní gymnastická technika	<ul style="list-style-type: none">- nedostatečné napětí- drobné rozdíly v provedení gymnastek- nedostatek plynulosti/propojení- nedostatek v lehkosti	-	-
Ztráta rovnováhy (v jakémkoliv pohybu/prvku)	s přidaným pohybem (pokaždé / gymnastka)	s přidaným poskokem (pokaždé / gymnastka)	s podporou ruky, nohy nebo jiné části těla (pokaždé / gymnastka)
Jednota	<ul style="list-style-type: none">- nedostatek synchronizace- neprecizně provedené úrovně, roviny nebo směry- nesoulad mezi pohybem a rytmem hudby- nepřesnost ve formacích	-	-
Kolize mezi gymnastkami	<ul style="list-style-type: none">- provedení není narušeno nebo je mírně narušeno	<ul style="list-style-type: none">- provedení je zřetelně přerušeno 1 gym.	<ul style="list-style-type: none">- provedení je viditelně přerušeno 2 a více gym.
Fyzické charakteristiky: <ul style="list-style-type: none">- nedostatek v některé oblasti (flexibilita, koordinace, rychlost, svalová kontrola, síla, vytrvalost) během celé skladby	mírný nedostatek (tým / každá oblast)	jasný nedostatek (1-2 gymnastky / každá oblast)	jasný nedostatek (celý tým / každá oblast)
	Malá chyba: -0.1	Střední chyba: -0.2	Velká chyba: -0.3
Pohyby těla: <ul style="list-style-type: none">- nesprávná technika- charakteristiky nepředvedené pro základní pohyby těla	Chyby v technice prvku předvedené 1 gymnastkou	Chyby v technice prvku předvedené 2 gymnastkami	Chyby v technice prvku předvedené 3 a více gymnastkami
Skoky a výskoky: <ul style="list-style-type: none">- nesprávná technika- charakteristiky nepředvedené pro skoky (nezafixovaný tvar, nedostatečný rozsah, nedostatečná výška skoku, těžký dopad)			
Rovnováhy: <ul style="list-style-type: none">- nesprávná technika- charakteristiky nepředvedené pro rovnováhy (nezafixovaný tvar, nedostatečná svalová kontrola, nedostatečný rozsah, nedostatečná rotace)			
Akrobatické prvky: <ul style="list-style-type: none">- nesprávná technika- charakteristiky nepředvedené pro akrobatické prvky (tvar, svalová kontrola, rotace)			
Pád se dvěma a více oporami (v každém pohybu/prvku)		-0.4 každá gymnastka / pokaždé	
Pád / zhroucení zvedačky		<ul style="list-style-type: none">- pád / zhroucení zvedačky: -0.5 pokaždé- zvedaná gymnastka spadne na zem: -0.5 pokaždé	
Technika ESG: <ul style="list-style-type: none">- nedostatek pohybů celým tělem (nedostatečná technika ESG)		-0.3 celý program	