

BEYNƏLXALQ GİMNASTİKA FEDERASIYASI



# YARIŞ QAYDALARI

## 2022 – 2024



### AKROBATİKA GİMNASTİKASI

*BGF-nin İcraiyyə Komitəsi tərəfindən təsdiq edilmişdir*

*Fevral 2020 - Versiya Mart 2022*

# Mündəricat

<b>GİRİŞ</b>	6
<b>I BÖLMƏ – MƏQSƏDLƏR</b>	
Maddə 1 – Məqsədlər	7
<b>II BÖLMƏ – TƏDBİRLƏR VƏ YARIŞLAR</b>	
Maddə 2 – Tədbirlərin və yarışların xüsusiyyətləri	8
<b>III BÖLMƏ – YARIŞLARIN TƏŞKİLİ VƏ İDARƏ EDİLMƏSİ</b>	
Maddə 3 – Yarışların idarə edilməsi	9
Maddə 4 – Apelyasiya kollegiyası	9
Maddə 5 – Baş hakimlər heyəti	9
Maddə 6 – Yarış iştirakçılarının hüquq və öhdəlikləri	10
Maddə 7 – Məşqçilərin hüquq və öhdəlikləri	11
<b>IV BÖLMƏ – HAKİMLƏR</b>	
Maddə 8 – Baş hakimlər heyəti	13
Maddə 9 – Hakimlər briqadalarının tərkibi	13
Maddə 10 – Hakimlərin hüquq və öhdəlikləri	13
Maddə 11 – Hakimlər briqadasının sədrləri	15
Maddə 12 – Çətinlik üzrə hakimlər	16
Maddə 13 – Artistizm və icra üzrə hakimlər	17
Maddə 14 – Hakimlərin forması	17
<b>V BÖLMƏ – HƏRƏKƏTLƏRİN QURULUŞU VƏ TƏRTİBATI</b>	
Maddə 15 – Hərəkətlərin quruluşu	18
Maddə 16 – Hərəkətlərin müddəti	18
Maddə 17 – Hərəkətlərin tərtibatı	19
Maddə 18 – Balans hərəkətlərinin xüsusiyyətləri	19
Maddə 19 – Cütülüklərin icra etdiyi balans hərəkətləri üçün xüsusi tələblər	20
Maddə 20 – Qrupların icra etdiyi balans hərəkətləri üçün xüsusi tələblər	21
Maddə 21 – Cütülüklər, qruplar tərəfindən və fərdi qaydada icra edilən elementlərdə vaxtla uyğunlaşmama ilə əlaqədar səhvlər	23
Maddə 22 – Temp hərəkətlərin xüsusiyyətləri	24
Maddə 23 – Temp hərəkətlər üçün xüsusi tələblər	24
Maddə 24 – Temp hərəkətlərinin icrasında yol verilən səhvlər	25
Maddə 25 – Qarışıq hərəkətlərin xüsusiyyətləri	25
Maddə 26 – Qarışıq hərəkətlər üçün xüsusi tələblər	25
Maddə 27 – Bütün hərəkətlərdə fərdi elementlərin icra edilməsi	26
<b>VI BÖLMƏ – ARTİSTİZM</b>	
Maddə 28 – Artistizm	27
Maddə 29 – Tərəfdaşlıq	27
Maddə 30 – İfadəlilik	28
Maddə 31 – Hərəkətlərin icrası / xoreoqrafiya	28
Maddə 32 – Yaradıcılıq	28

Maddə 33 – Musiqi müşayiəti	28
Maddə 34 – Yarış geyimi	29
Maddə 35 – Aksesuarlar və köməkçi vasitələr	30
<b>VII BÖLMƏ – HƏRƏKƏTLƏRİN İCRASI VƏ İFA TEXNİKASI</b>	
Maddə 36 – Hərəkətlərin icrası və ifa texnikası	30
<b>VIII BÖLMƏ – ÇƏTİNLİK</b>	
Maddə 37 – Çətinlik	31
Maddə 38 – Tarif vərəqələri	31
Maddə 39 – Yeni elementlər	33
<b>IX BÖLMƏ – ÇIXIŞLARIN QIYMƏTLƏNDİRİLMƏSİ</b>	
Maddə 40 – Qiymətləndirilmə	34
Maddə 41 – Xallar	34
Maddə 42 – Ümümi xaldan cərimələr	35
Maddə 43 – Xallara qarşı apelyasiya	35
<b>X BÖLMƏ – CƏRİMƏLƏR VƏ SƏHVLƏRİN CƏVDƏLİ</b>	
Maddə 44 – Hakimlər briqadasının sədri və çətinlik üzrə hakimlərin cərimələri	37
Maddə 45 – Artistizm üzrə hakim	38
Maddə 46 – Texniki səhvlər	39
<b>ƏLAVƏLƏR</b>	
1-ci əlavə – İcra üzrə hakimlər üçün təlimatlar	42
2-ci əlavə – Elementlərin müəyyənləşdirilməsi	47
3-cü əlavə – Ölçmə qaydası	49
4-cü əlavə – Qısa yazılan sözlərin açıqlamaları	52
5-ci əlavə – Geyimlə bağlı təlimatları	58
6-cı əlavə – Terminlər lüğəti	66

# I BÖLMƏ

## MƏQSƏDLƏR

### Maddə 1: MƏQSƏDLƏR

- 1.1 Bu qaydaların əsas məqsədi akrobatika gimnastikasının bütün aspektlərinin inkişafını təmin etmək, ruhlandırmaq və təşviq etməkdir.
- 1.2 Bu qaydalar və çətinlik üzrə cədvəllər akrobatika gimnastikasının yarış intizamının bütün hallarının strukturlaşdırılması, təşkili və qiymətləndirilməsi üçün obyektiv vasitə təmin etmək üçün birlikdə işləyir.
- 1.3 Gimnastlar və məşqçilər qaydalar və onunla əlaqəli sənədlərdə yarış öncəsi məşq və çıxışların yaradılması üçün faydalı təlimatlar tapacaqlar.
- 1.4 Bu qaydalar idmana yeni başlayanlar üçün milli və beynəlxalq yarışlarda iştirak etmək imkanı verəcək, bilik və bacarıqları inkişaf etdirmək üçün çərçivə təmin edir. Bundan əlavə, qaydalar yüksək səviyyəli idmançıların, məşqçilərin və hakimlərin bilik və bacarıqlarının davamlı olaraq təkmilləşdirilməsinə istiqamət və töhfə vermək məqsədi daşıyır.
- 1.5 Müxtəlif gimnastika növləri ilə məşğul olanların anlaşılmasını təkmilləşdirmək məqsədi ilə bu qaydalardakı struktur və terminologiya praktiki olaraq digər növlərdə tətbiq olunanlarla uyğunlaşdırılıb.
- 1.6 Bu qaydaları tamaşaçılara dünya səviyyəli idmançıları izləməkdən həzz almağa və kömək etmək üçün asan anlaşılan qaydaları təmin etmək məqsədi daşıyır.

## II BÖLMƏ

### TƏDBİRLƏR VƏ YARIŞLAR

#### **Maddə 2. TƏDBİRLƏRİN VƏ YARIŞLARIN XÜSUSİYYƏTLƏRİ**

##### **Tədbirlər**

2.1 Akrobatika gimnastikası üzrə yarışlara beş kateqoriya daxildir.

- Qadın cütlükləri
- Kişi cütlükləri
- Qarışıq cütlüklər (Aşağıda kişi, üstdəki qadın)
- Qadın qrupları
- Kişi qrupları

2.2 Yarışların növləri:

- Təsnifat
- Komanda hesabı
- Finallar

2.3 Fərqli tədbir kateqoriyalarının yarana biləcək yarış növləri və yarışların təşkili və idarə edilməsi qaydaları BGF-nin Texniki Reqlamentinin ümumi maddələrində təqdim olunur.

2.4 Yarışlarda iştirak qaydaları BGF-nin Texniki reqlamentində də nəzərdə tutulub. Bəziləri qaydalarda ətraflı təsvir edilmişdir. Akrobatika gimnastikasına xas olan qaydalar akrobatika gimnastikası üçün Xüsusi texniki reqlamentdə təqdim olunur. Təfərrüatlara daxildir:

- Yarış növü
- Yarışların strukturu və təşkili qaydaları
- Alətlərlə istifadə normaları
- İsinmə hərəkətlərinin və yarış məkanının qaydaları
- İştirakçıların yaşları
- Tədbirlərə giriş qaydaları, cədvəllər
- Hakimlərin seçilməsi prinsipləri və rolları
- Reklam
- Dopinq nəzarəti
- Etika qaydaları
- Finalçıların müəyyənləşdirilməsi
- Komanda hesabında yerlərin müəyyən edilməsi
- Səhvlərin həlli
- Qalib və mükafatçıların müəyyən edilməsi

## III BÖLMƏ

### YARIŞLARIN TƏŞKİLİ VƏ İDARƏ EDİLMƏSİ

#### Maddə 3: YARIŞLARIN İDARƏ EDİLMƏSİ

3.1 Beynəlxalq Gimnastika Federasiyasının (BGF) bütün yarışlarında aşağıda göstərilənlər iştirak etməlidir:

- BGF-nin İcraiyyə Komitəsinin nümayəndələri
- BGF-nin akrobatika gimnastikası üzrə Texniki Komitəsi
- Apelyasiya kollegiyası
- Baş hakimlər heyəti
- Hakimlər briqadalarının sədrələri
- Çətinlik üzrə hakimlər
- İcra üzrə hakimlər
- Artistizm üzrə hakimlər
- Təşkilat Komitəsi
- Katiblik
- Tibbi heyət, antropometrist
- Texniki direktor
- Yarış arenasının inzibatçısı
- Nəzarətçilər (xidməti işçilər, könüllülər)
- Texniki heyət
- Mətbuat

#### Maddə 4: APELYASIYA KOLLEGIYASI

- 4.1 Apellyasiya kollegiyası BGF-nin Nizamnaməsinə, Texniki rəqlamentinə, Kütləvi İnformasiya Vasitələri, Reklam və BGF-nin digər qaydaları və rəhbər prinsiplərinə əməl olunmasına nəzarət edir.
- 4.2 Apellyasiya kollegiyasının öhdəlikləri (Bax TR Bölmə1)

#### Maddə 5: BAŞ HAKİMLƏR HEYƏTİ

- 5.1 Baş hakimlər heyətinin vəzifələri (Bax TR Bölmə1)
- 5.2 Baş hakimlər heyəti hazırlıq mərhələsindən başlayaraq yarışlar başa çatana qədər yarışlara hərtərəfli nəzarət edir. Onun fəaliyyətinə daxildir: yarışların təşkilatçısı olan federasiya və 3.1-ci maddədə sadalanan bütün şəxslərlə əlaqə; məşq və yarış avadanlığı və onlara xidmət vasitələrinin hazırlanması; yarış və təlim müddətində idmançılar, məşqçilər, hakim və rəsmilər tərəfindən davranış qaydalarına əməl edilməsinə nəzarət; hakimlərin idarə edilməsi; yarışlar başa çatdıqdan sonra yarışın qiymətləndirilməsi.
- 5.3 BGF-nin yarışlarında Baş hakimlər heyəti, adətən, akrobatika gimnastikası üzrə Texniki Komitənin prezidenti və bu komitənin digər altı üzvündən ibarət olur. Həmçinin, hər bir yarış üçün Xüsusi qaydalara baxın.
- 5.4 Baş hakimlər heyətinin üzvləri bütün yarış müddəti boyunca milli komandalar ilə əlaqədar olan heç bir öhdəlik daşımamalıdır.
- 5.5 İntizam sanksiyaları ilə əlaqədar məsələlər istisna olmaqla, yarış zamanı Baş hakimlər heyətinin verdiyi bütün qərarlar qəti və yekun qərarlardır. Bu qərarlar yarışlardan dərhal sonra tam olaraq dəyərləndirilir və hakimlərin yol verdikləri istənilən ciddi səhvlər müzakirə edilir və düzəldilir.

## ***Baş hakimlər heyətinin vəzifələri***

### ***(TR-in 1-ci Bölməsində göstərilənlərə əlavə olaraq)***

- 5.6 3 sayılı əlavədə göstərilmiş təfərrüatlara uyğun aparılmasını təmin etmək məqsədilə ölçülərin götürülməsi prosesinə nəzarət etmək.
- 5.7 Mübahisəli qərarlar verilməsinə səbəb olan və ya ola biləcək iştirakçıların ölçülərinin yenidən götürülməsində iştirak etmək üçün və ya tibbi heyətin istənilən səbəbdən tələbinə əsasən bir nümayəndə təyin etmək.
- 5.8 Səs sistemində nasazlıq olduqda və yaxud musiqi lazımi yerdən başlamadıqda, Baş hakimlər heyəti çıxışın dayandırılmasına və yenidən başlamasına icazə verə bilər.

## **Maddə 6: YARIŞ İŞTİRAKÇILARININ HÜQUQ VƏ ÖHDƏLİKLƏRİ**

### **Yarış iştirakçılarının hüquqları**

- 6.1 İstənilən yarışda akrobatikanın yalnız bir kateqoriyasında iştirak etmək.
- 6.2 Yarış zamanı istifadə olunacaq şərtlərə uyğun olan təhlükəsiz məşq bazası ilə təmin olunmaq.
- 6.3 Məşq cədvəli barədə öz məşqçisi və nümayəndə heyətinin başçısı tərəfindən məlumatlandırılmaq. Ən azı bir məşq, yarışın keçiriləcəyi zalın yarış xalçasının üzərində və mümkün olarsa, televiziya işıqlandırma sistemi altında keçirilməlidir.
- 6.4 Hər çıxışdan əvvəl, cədvələ uyğun olaraq, yarışların keçirildiyi zala uyğun şəraiti olan zalda xalça üzərində (televiziya işıqlandırılması istisna olmaqla), eyni anda bir meydançada 6 cütlük və ya qrupdan çox olmamaq şərti ilə, isinmə hərəkətlərini icra etmək.
- 6.5 Yarış iştirakçılarından asılı olmayan səbəblərdən çıxışı tamamlamaq mümkün olmadıqda (məsələn, çıxış zamanı işıqların sönməsi) çıxışa yenidən başlamaq.

### **Yarış iştirakçılarının öhdəlikləri**

- 6.6 Qüvvədə olan Nizamnamə, Texniki rəqlament və Anti-doping qaydalarını, hazırkı qaydaları və idmançı andını bilmək, onlara əməl etmək.
- 6.7 Texniki rəqlamentdə konkret yarışlar üçün yaş tələbləri ilə əlaqədar olan təlimatları yerinə yetirmək.
- 6.8 Rəsmilərə, öz məşqçilərinə və digər məşqçilərə və yarış iştirakçılarına, tamaşaçılara qarşı nəzakətli olmaq, hər zaman ləyaqətlə və vicdanla hərəkət etmək.
- 6.9 Məşq və yarış cədvəlini bilmək və onlara əməl etmək.
- 6.10 Proqramda göstərilən vaxtdan ən azı bir saat əvvəl, müvafiq idman forması geyinmiş olaraq yarışa və cədvəldə təyin edilmiş vaxtda çıxışı icra etməyə hazır olmaq. Yarışı tərk etmə halları olduqda, Baş hakimlər heyətinin icazəsi ilə, texniki direktor çıxışın vaxtını qabağa çəkə bilər.
- 6.11 Yarışa nəzarət edən bütün rəsmilərin bütün təlimatlarını yerinə yetirmək.
- 6.12 Çıxışını asanlaşdırmaq məqsədilə meydançada nişanlar qoymamaq.
- 6.13 Mükafatlandırma mərasimində vaxtında və müvafiq geyim formasında iştirak etmək.
- 6.14 Ölçülərin müəyyən edilməsi üçün təyin olunan yerə vaxtında gəlmək.

## **Sanksiyalar**

- 6.15 Cari qaydalardan hər hansı birinə əməl etməyən yarış iştirakçılarında Baş hakimlər briqadasının prezidenti tərəfindən xəbərdarlıq edilir və ya həmin idmançılarla əlaqədar sanksiyalar tətbiq edilir.
- 6.16 Mükafatlandırma mərasimində iştirak etməyən və ya fəxri kürsüdə təqdimat qaydalarına qəsdən əməl etməyən yarış iştirakçılarında, Texniki rəqlamentin 1-ci bölməsinə müvafiq olaraq aşağıdakı sanksiyalar tətbiq edilir:
  - Medal və pul mükafatı ləğv edilir.
  - Yarışda idmançının tutduğu yerə yenidən baxılır və idmançı aşağı pilləyə salınır.
  - Medal və pul mükafatı yenidən nəzərdən keçirilən və dəyişdirilən yarış pillələrinə görə verilir.
- 6.17 Xəstəlik kimi istisna hallar baş verərsə, Baş hakimlər heyətinin prezidenti mükafatlandırma mərasimində iştirak etməyən idmançının üzrünü qəbul edə və ona cərimə verməyə bilər.
- 6.18 Qayda və normaların pozuntusuna ikinci dəfə təkrarən yol verilməsi istənilən halda sanksiyaların tətbiqi ilə nəticələnir.
- 6.19 Tələb olunan vaxtda ölçülərin götürülməsi üçün gəlməyən və ya göstərişlərə əməl etməyərək ölçünü təhrif etməyə çalışan (aldatmağa çalışan) və ya hər hansı bir yolla öz xeyrinə olan ölçülərin əldə edilməsinə cəhd edən idmançılar yarışda iştirakdan uzaqlaşdırılır.

## **Maddə 7: MƏŞQÇİLƏRİN HÜQUQ VƏ ÖHDƏLİKLƏRİ**

### **Məşqçilərin hüquqları**

- 7.1 Yarış iştirakçılarında çıxışlarının püşkatmaya əsasən müəyyən edilən ardıcılığı barədə məlumatlandırılmaq.
- 7.2 Yarışın başlamasından iki gün əvvəl, hər gün bir və ya iki məşq sessiyası üçün ən azı 2 saat vaxt verən məşq cədvəlini almaq.
- 7.3 Təhlükəsiz, yarış zamanı tətbiq edilən şərtlərə uyğun məşq zalları və avadanlığı ilə təchiz edilmək.
- 7.4 Məşq və yarış cədvəli ilə əlaqədar sənədlər almaq və yarış zamanı hər gün idmançıların topladığı xallar haqqında məlumat əldə etmək. Həmçinin, hər bir komandanın məşqçisi yarış müddəti ərzində öz idmançılarındanda çıxışlarını fəxri kürsüyə yaxın müəyyən bir yerdən izləmək hüququna malikdir.
- 7.5 Dünya miqyaslı yarışlarda, yarışlar başlamazdan əvvəl və qabaqcadan müəyyən edilmiş məkan və vaxtda, Tarif vərəqələrində (TV) xüsusi tələblərə və ya çıxışların çətinliyinin qiymətləndirilməsinə təsir edən problemlərin mövcudluğu barədə məlumatlandırılmaq.

### **Məşqçilərin öhdəlikləri**

- 7.6 Həmişə düzgün və vicdanla, idmanın və akrobatika gimnastikasının mənafeyinə uyğun hərəkət etmək.
- 7.7 Bütün yarış iştirakçıları, hakimlər, məşqçilər və rəsmilərlə hörmətlə, nəzakətlə rəftar etmək və İnsan hüquqları, Uşaqların müdafiəsinə aid qanunlar və BGF-nin Etika məcəlləsinə uyğun hərəkət etmək.
- 7.8 Öz təhlükəsizliyini və digər yarış iştirakçılarının təhlükəsizliyini təmin etmək.
- 7.9 Qüvvədə olan Texniki, Anti-doping və Reklam rəqlamentlərini, İntizam məcəlləsinə, Etika məcəlləsinə və hazırkı qaydaları bilmək və onlara ciddi surətdə əməl etmək.



- 7.10 İsinmə hərəkətləri icra edilərkən və ya yarış zamanı digər komandalardakı hakimlərlə nə şifahi, nə mobil telefon vasitəsilə, nə də digər üsullarla əlaqə qurmamaq. Bu qaydalara əməl edilməməsi hakimlərin müəyyən yarış sessiyasının hakimliyindən kənarlaşdırılması və xüsusi iclasda həm hakimə, həm də məşqçiyə rəsmi xəbərdarlıq edilməsi ilə nəticələnə bilər.
- 7.11 Məşqçi, Tarif və rəqəmlərini təhvil verməzdən əvvəl onların düzgün doldurulmasına görə məsuliyyət daşıyır.
- 7.12 Yarışın başlanmasına ən azı 30 dəqiqə qalmış müstəsna səbəblərdən çıxışların məzmununa ediləcək hər hansı bir kiçik dəyişikliklər barədə baş hakimlər heyətinə şəkillər vasitəsilə, müvafiq qiymətləri göstərərək məlumat vermək.
- 7.13 Yarışlar meydançasında milli forma geymək.

### **Sanksiyalar**

- 7.14 Qaydalara əməl etməyən, aldatmaya yol verən, hakimlərin qərarına təsir etməyə çalışan, nalayiq hərəkətlər və ya təhqiramiz sözlərlə yarış iştirakçılarını, digər məşqçiləri, hakimləri və ya rəsmiləri təhqir edən və ya yarış iştirakçılarının diqqətini çıxışlarından başqa istiqamətə yönəldən məşqçilər Baş hakimlər heyəti tərəfindən dərhal yarış zalından çıxarılır. Həmin məşqçiyə və onun ölkəsinə rəsmi xəbərdarlıq edilir. Məşqçinin daha sonra yarışlara qayıdıb-qayıtmaması barədə qərarı Baş hakimlər heyəti verir.
- 7.15 Qayda və normaların iki dəfə pozulması sanksiyaların tətbiqi ilə nəticələnir.
- 7.16 Xəbərdarlıqlar Beynəlxalq Gimnastika Federasiyasının rəsmi yarışlarının bütün dövrü ərzində qüvvədə olur. Məsələn, əgər hər hansı bir məşqçi dünya çempionatında qaydaların pozulması ilə əlaqədar ciddi xəbərdarlıq alarsa və eyni dövr ərzində BGF-nin digər yarışında ikinci xəbərdarlığı alarsa, İntizam Komissiyasına sanksiyanın tətbiqi üçün avtomatik müraciət daxil olur.
- 7.17 Yarış zamanı milli idman formasında olmayan məşqçilər yarış meydançasından uzaqlaşdırılır.
- 7.18 Məşqçilər və federasiyalar üçün sanksiyalar BGF-nin İntizam məəcəlləsi və Etika məəcəlləsinə müvafiq olaraq təyin edilmişdir.

## IV BÖLMƏ HAKİMLƏR

### Maddə 8: BAŞ HAKİMLƏR HEYƏTİ

8.1 Baş hakimlər heyəti maksimum aşağıdakı şəxslərdən ibarətdir:

- Texniki Komitənin prezidenti
- Çətinlik üzrə 2 ekspert
- Artistizm üzrə 2 ekspert
- İcra üzrə 2 ekspert

8.2 BGF-nin dünya səviyyəli idman yarışları zamanı Baş hakimlər briqadası, adətən, akrobatika gimnastikası üzrə Texniki Komitənin üzvlərindən təşkil edilir. Texniki Komitə üzvləri iştirak edə bilmədikdə, Baş hakimlər briqadası ali dərəcəli, 1-ci və ya 2-ci kateqoriyalı hakimlərdən formalaşdırıla bilər (1-ci kateqoriya üçün üstünlüklə).

### Maddə 9: HAKİMLƏR BRIQADALARININ TƏRKİBİ

9.1 Akrobatika gimnastikası üzrə hakimlər briqadası aşağıdakı şəxslərdən ibarətdir:

9.1.1 Dünya çempionatları, dünya oyunları və yeniyetmələrin Olimpiya oyunlarında:

1 Hakimlər briqadasının sədri	CJP
2 Çətinlik üzrə hakim	DJ
6 İcra üzrə hakim	EJ
6 Artistizm üzrə hakim	AJ
2 Xətt üzrə hakim (istəyə əsasən)	LJ
1 Vaxt üzrə hakim (istəyə əsasən)	TJ

9.1.2 Bütün multi idman yarışları, gənclər arasında dünya çempionatları, qitə çempionatları və dünya kuboklarında:

1 Hakimlər briqadasının sədri	CJP
2 Çətinlik üzrə hakim	DJ
4 və ya 6 İcra üzrə hakim	EJ
4 və ya 6 Artistizm üzrə hakim	AJ
2 Xətt üzrə hakim (istəyə əsasən)	LJ
1 Vaxt üzrə hakim (istəyə əsasən)	TJ

9.2 Hər bir yarış üzrə hakimlərin təyinatı və püşkatma prosedurunun təfərrüatları akrobatika gimnastikası üzrə Xüsusi hakimlik qaydalarının 3-cü maddəsində göstərilmişdir.

9.3 Briqadalarda zəruri sayda hakimlər yığıldıqdan sonra, püşkatma üzrə briqadalara düşməyən hakimlər arasından xətt və vaxt üzrə hakimlər təyin edilir.

9.4 Akrobatika gimnastikası üzrə bütün hakimlər hər hansı bir rəsmi dildə ünsiyyət qura bilmək imkanına malik olmalıdır. Bu ingilis dili deyilsə, əlavə olaraq ən azından texniki səviyyədə ingilis dili biliyi vacibdir.

### Maddə 10: HAKİMLƏRİN HÜQUQ VƏ ÖHDƏLİKLƏRİ

#### Hakimlərin hüquqları

10.1 Bütün hakimlər, fəaliyyətlərinin BGF-nin Etika məəcəlləsinə və İntizam məəcəlləsinə və digər qaydalara uyğun olması şərti ilə, məsul olduqları sahələrdəki bilik və təcrübələrinə, habelə yerinə yetirdikləri vəzifə öhdəliklərinə görə hörmət görmək hüququna malikdirlər.

### **Hakimlərin yarışlardan əvvəlki öhdəlikləri**

- 10.2 BGF-nin etibarlı olan hakimlik kateqoriyasına sahib olmalı.
- 10.3 Hazırkı qaydaları, Texniki rəqlamenti, Hakimlik qaydalarını, Etika və İntizam məcəllələrini öncədən öyrənərək tədbirin keçiriləcəyi yerə gəlməzdən əvvəl artıq yarışa hazır olmalıdır.
- 10.4 Öz milli federasiyalarının məşqçilərinə kömək etməli, yoxlama üçün çətinlik üzrə hakimlərə təqdim etməzdən əvvəl Tarif vərəqələrini yoxlamalıdır.
- 10.5 İcra və artistizm üzrə hakimlərin rəsmi formalarını – vərəqlərini yarışa gətirməlidir.
- 10.6 Yarışdan əvvəl, yarış zamanı və ya yarışdan sonra keçirilməsi əvvəlcədən nəzərdə tutulmuş, hakimliyə aid bütün seminarlarda, təcrübə məşğələlərdə və təlimat toplantılarında iştirak etməlidir. Hakimlərin bu tədbirlərdə iştirak etməməsi, üzrlü səbəblərlə əlaqədar Baş hakimlər briqadasının razılığının alındığı hallar istisna olmaqla, hakimlik səlahiyyətlərinin icrasının dayandırılması ilə nəticələnə bilər.

### **Hakimlərin yarış zamanı öhdəlikləri**

- 10.7 Hakim andını bilmək, bu andda qeyd edilən dəyərlərə əməl etmək, açılış mərasimində həmin andın rəsmi oxunuşunda iştirak etmək.
- 10.8 Texniki rəqlamentə, hazırkı qaydalara, Hakimlik qaydalarına və hakim andına ciddi əməl etməlidir. Yuxarıda sadalananlara əməl edilməməsi Baş hakimlər briqadasının prezidentinin Hakimlər heyətinin sədri vasitəsilə verilən şifahi xəbərdarlığı ilə nəticələnə bilər. Eyni yarışda və ya eyni dövr ərzində keçirilən sonrakı yarışlarda qayda və normaları ikinci dəfə pozan hakimə BGF-nin Hakimlik qaydalarının müddəalarına, Etika və İntizam məcəllələrinə əsasən sanksiyalar tətbiq edilir.
- 10.9 Rəsmi forma geyilməlidir. Müvafiq forma geyinməyən hakimlərə hakimlik etmək qadağan edilir.
- 10.10 Yarışlar zamanı burada sadalananlardan başqa heç bir öhdəliyi yerinə yetirməməlidir.
- 10.11 İsinmə hərəkətləri və yarışlar zamanı hər hansı məşqçilər və ya idmançılarla əlaqə qurmamalıdır. Bu cür əlaqənin aşkar edilməsi hakimin həmin yarış mərhələsindən uzaqlaşdırılması və rəsmi xəbərdarlıq alması ilə nəticələnir.
- 10.12 Baş hakimlər heyətinin və Hakimlər briqadasının sədrinin bütün göstərişlərinə əməl etməlidir. Əks təqdirdə xəbərdarlıq və ya sanksiya ilə nəticələnə bilər.
- 10.13 Hakimlik vəzifəsini icra etdiyi zaman həmişə öz yerində olmalı, öz yerini tərk etməməli, digər hakimlərlə, tamaşaçılarla, və ya yarış iştirakçıları ilə danışmamalı, onlara hər hansı bir şəkildə işarə verməməlidir. Bu maddəyə əməl etməyən hakimlərə dərhal xəbərdarlıq edilir və ya onlara qarşı sanksiyalar tətbiq edilir.
- 10.14 Hərəkətlərin qiymətləndirilməsi barədə bütün yazılı qeydləri, o cümlədən, qiymətləndirilmiş hər bir çıxışın stenoqrafiyasını (bax Əlavə 4) özündə saxlamalıdır. Onlar sorğu əsasında Hakimlər briqadasının sədrinə və ya Baş hakimlər heyətinə təqdim edilməlidir.
- 10.15 ÇıXış başa çatdıqdan dərhal sonra bütün xalları qeyd etmək.
  - Hakimlər briqadası sədrinin icazə verdiyi hallar istisna olmaqla, hakimlər, qeydə alınmış xallarını dəyişdirə bilməzlər (Bütün dəyişikliklər Hakimlər briqadasının sədri tərəfindən qeyd edilir və yarışlardan sonra təhlil edilir).
  - Xalı qeyd edərkən səhvə yol verilmişsə, xalın düzəldilməsini tələb etmək.
- 10.16 Yarışın hər hansı bir mərhələsi başa çatdıqdan sonra və mükafatlandırma mərasimi zamanı, hakim Baş hakimlər heyətinin prezidenti ona yerini tərk etməsi barədə göstəriş verənə qədər hakimlik vəzifəsini icra etdiyi yerdə qalmalıdır.

## **Maddə 22: HAKİMLƏR BRIQADASININ SƏDRLƏRİ**

Hakimlər briqadasının sədrinin təyinat proseduru akrobatika gimnastikası üzrə Xüsusi Hakimlik Qaydalarında ətraflı izah edilmişdir.

- 11.1 Hakimlər briqadasının sədrinin vəzifəyə təyin edilməsi barədə məlumat akrobatika gimnastikası üzrə Texniki Komitənin prezidenti tərəfindən BGF-nin katibliyi vasitəsilə üzv ölkə federasiyalarına və əlaqədar təşkilat komitəsinə göndərilir.
- 11.2 Sədrilər hər zaman nəzakətli rəftar etməli, BGF-nin Etika və İnzibati məcəllələrinə əməl etməlidirlər.
- 11.3 Hakimlər briqadasının sədriləri Baş hakimlər heyətinin göstərişlərinə əməl etməlidirlər.
- 11.4 Hər bir Hakimlər briqadası sədri yarış müddətində öz briqadasında hakimlik fəaliyyətini idarə edir və nəzarət altında saxlayır. Yarışın kateqoriyasından asılı olaraq briqadanın tərkibi dəyişir. Hakimlər briqadasının sədriləri 5 akrobatika kateqoriyası üzrə hakimlik etməyə hazır olmalıdırlar.
- 11.5 BGF-nin yarışında kifayət sayda hakim olarsa, hərəkətlərin müddətini qeyd edən vaxt üzrə hakim və ya çıxış zamanı idmançıların yarış xalçasının kənar xətlərinin üzərindən keçdiyi hallar barədə bayraq qaldıraraq məlumat verən və cərimələri qeydə alan xətt üzrə hakim Hakimlər briqadalarının sədrilərinə kömək edirlər.

### **Hakimlər briqadasının sədrinin yarışdan əvvəlki öhdəlikləri**

- 11.6 Hazırkı qaydaları, Hakimlik qaydalarını, Nizamnamə və müvafiq Texniki rəqlamenti öyrənməlidir.
- 11.7 Yarışlar zamanı icra ediləcək hərəkətlərin Tarif vərəqələrinin dəqiqliyinin yoxlanması zamanı çətinlik üzrə hakimlərin fəaliyyətini təşkil edir, nəzarət altında saxlayır, kömək və rəhbərlik edir.
- 11.8 Çətinlik üzrə hakimlər yarışın başlamasından 8 saat əvvəl artıq Tarif vərəqələrini yoxlayıb, tamamlamasını təmin edir.
- 11.9 Tarif vərəqələrinin yarışın ardıcılığına uyğun olmasını, surətlərinin çıxarılaraq müvafiq şəxslərə paylanmasını təmin edir.
- 11.10 Yarışdan əvvəlki hazırlıq dövrü ərzində həll edilməsi məqsədi ilə, istənilən mübahisəli məsələlər barədə Baş hakimlər heyətinə məlumat verir.

### **Hakimlər briqadasının sədrinin yarış zamanı öhdəlikləri**

Hakimlər briqadasının sədri:

- 11.11 Yarışların hər bir mərhələsindən və ya mükafatlandırma mərasimindən əvvəl yarış arenasına çıxacaq hakimləri toplamalı və Baş hakimlər briqadasının prezidentinin göstərişi ilə onların yarış meydançasını tərk etmələri üçün işarə verməlidir.
- 11.12 Yarış iştirakçılarına xalça üzərinə çıxmaları və çıxışa başlamaları üçün işarə verməlidir.
- 11.13 Əl ilə qısa qeydlər vasitəsilə icra olunan hərəkətlər barədə bütün qeydləri aparmalıdır.
- 11.14 Hərəkətin müddətini və idmançıların xalının kənarına çıxma hallarını müəyyən etməlidir (vaxt və xətt üzrə hakimlər bu işdə ona yardım edə bilər).
- 11.15 44.2-ci maddəyə uyğun olaraq yekun qiymətə cərimələr (xaldan çıxma) tətbiq etməlidir.
- 11.16 Hakimlərdən xalları qəbul etməli, verilmiş xalların obyektivliyini yoxlamalıdır.
- 11.17 Xalların qeyd edilməsində yol verilmiş səhvləri göstərmək üçün ayağa qalxan istənilən hakimə cavab verməlidir.
- 11.18 Aşağıdakı hallarda vəziyyətə müdaxilə etməlidir:

- Çətinlik üzrə hakim elementin çətinlik dərəcəsinin qiymətləndirilməsi və ya 44.3-cü maddəyə uyğun olaraq “D” qiyməti ilə əlaqədar məsələni həll edə bilmədikdə.
- 11.19 Aşağıdakı hallarda vəziyyətə müdaxilə etməlidir:
- Xətt üzrə hakim idmançının meydançadan kənara çıxdığını görmədiyində.
  - Vaxt üzrə hakim hərəkətin icra edildiyi müddəti səhv qeyd etdiyində.
- 11.20 Ciddi problem olmazsa və problemin həlli üçün kifayət qədər vaxt olarsa, növbəti idmançının çıxışına qədər idmançının xalını təyin edir. Əks təqdirdə:
- Hakimlər briqadasının sədri müvəqqəti olaraq ilkin xalları qeyd edir.
  - Hakimlər briqadasının sədri Baş hakimlər heyətinin prezidentinə, əlaqədar yarış mərhələsinin sonunda və mükafatlandırma mərasimindən əvvəl bu tədbirlərin yerinə yetiriləcəyi barədə məlumat verir.
- 11.21 Yol verilən müddət ərzində xalın verilməsi Baş hakimlər briqadasının prezidenti tərəfindən dayandırılmamışdırsa “A”, “E”, “D” xallarını, yekun xalı və cərimə xallarını ekrana verir və ya etiraz şikayətinin qiymətləndirilməsi zamanı ləngimə tələb olunursa, ilkin xalın verilməsini tələb edir.
- 11.22 Yarışların hər bir günü başa çatdıqdan sonra, briqadada aşkar edilmiş istənilən problemlər barədə Baş hakimlər heyətinə məlumat verir.

## **Maddə 12: ÇƏTİNLİK ÜZRƏ HAKİMLƏR**

- 12.1 Dünya çempionatında hər bir yarış kateqoriyası üzrə iki müxtəlif federasiyadan hərəkətlərin çətinliyi üzrə 2 hakim təyin edilir.

### **Çətinlik üzrə hakimlərin yarışdan əvvəlki öhdəlikləri**

- 12.2 BGF-nin yarışlarında, Hakimlər briqadasının sədrinin dəstəyi və rəhbərliyi əsasında hərəkətlərin çətinlik dərəcəsi üzrə hakimlər şətinlik vərəqələri əsasında, iştirakçıların hərəkətlərinə daxil olan bütün elementlərin çətinlik dərəcələrinin təsdiqlənməsi üçün toplanmalıdırlar. Hakimlər briqadasının sədri mübahisəli məsələlərin həlli ilə əlaqədar olaraq Baş hakimlər heyətinin çətinlik üzrə ekspertlərinə kömək üçün müraciət edə bilər.
- 12.3 BGF-nin dünya səviyyəli yarışlarında, qabaqcadan müəyyən olunmuş yerdə və vaxtda, çətinlik üzrə hakimlər icra ediləcək elementlərin elan edilən çətinliyinin qiymətləndirilməsindəki qeyri-dəqiqliklər barədə məşqçilərə məlumat verir. Tarif vərəqələrinə sonradan edilən dəyişikliklər yarışın başlanmasından ən azı 90 dəqiqə əvvəl çətinlik üzrə hakimlərlə razılaşdırılmalıdır.
- 12.4 Məşqçi yarışlardan əvvəl xəbərdar edilmədiyi halda belə, Tarif vərəqələrində yarışlar zamanı aşkar edilmiş qeyri-dəqiqliklərə vaxtlı-vaxtında düzəliş ediləcəkdir. Lakin çətinlik üzrə hakimlərin bu cür səhvləri sanksiyalarla nəticələnmə bilər.
- 12.5 Çətinlik üzrə hakimlər hərəkətin ümumi çətinlik dərəcəsini hesablayır. Çətinlik dərəcəsi müəyyənləşdirildikdən sonra, Çətinlik Vərəqələrinə tarix və çətinlik üzrə hakimlərin imzası qoyulmalıdır.
- 12.6 Çətinlik üzrə hakimlər Tarif vərəqələrinin doldurulmasını təmin edirlər.

### **Çətinlik üzrə hakimlərin yarış zamanı öhdəlikləri**

- 12.7 İcra edilən hərəkətlərin qiymətləndirilən çətinlik dərəcələrini və çətinlik dərəcəsi üzrə verilən xalları, hazırkı qaydalara ciddi uyğun surətdə digər tərəflərlə birgə təsdiqləyir.
- 12.8 Yekun xala tətbiq edilməli olan cərimələr barədə Hakimlər briqadasının sədrinə məsləhət verir.
- 12.9 Çətinlik vərəqəsində aşağıdakılar qeyd edilir:
- Yerinə yetirilmiş elementlər
  - Ehtiyac olduqda çətinlik qiymətinə düzəliş
  - Vaxt üzrə cərimələr (ÇV-də düzgün xanada)
  - Yenidən baxılmış Yekun çətinlik qiyməti və D-xalı
- 12.10 Çətinlik dərəcəsi üzrə hakimlərin 44.3-cü maddəyə əsasən yekun xaldan çıxmalı olduqları cərimələri müəyyən edirlər.
- 12.11 Elementin çətinlik dərəcəsinə və ya çətinlik üzrə verilən xala aid olan mübahisəli məsələ həll edilə bilmirsə, çətinlik üzrə hakimlər kömək üçün Hakimlər briqadasının sədrinə müraciət edir. Sistem kilidləndikdə, yekun qərarı Baş hakimlər heyətinin müvafiq eksperti və prezidenti (ehtiyac olarsa) verir. Mübahisəli məsələ növbəti yarış iştirakçılarının çıxışınadək həll edilməlidir. Bu mümkün olmadıqda, yarış mərhələsinin sonunadək ilkin xal qeydə alınır, lakin yekun xal istənilən mükafatlandırma mərasiminin başlanmasından əvvəl verilməlidir.
- 12.12 Hər bir təsnifat yarışının sonunda və finaldan sonra Tarif vərəqələri yarışlardan sonra təhlil etməsi üçün Baş hakimlər heyətinə qaytarılmalıdır.

### **Maddə 13: ARTİSTİZM VƏ HƏRƏKƏTLƏRİN İCRASI ÜZRƏ HAKİMLƏR**

- 13.1 BGF-nin yarışlarında artistizm və icra üzrə hakimlər briqadalara püşkatma yolu ilə təyin edirlər (Bax: Xüsusi hakimlik qaydaları 2021).
- 13.2 Artistizm üzrə hakimlər yerinə yetirilmiş hərəkətin artistizm məharətini hazırkı qaydalara ciddi uyğun surətdə qiymətləndirirlər.
- 13.3 Hərəkətlərin icrası üzrə hakimlər yerinə yetirilmiş hərəkəti hazırkı qaydalara müvafiq olaraq, yol verilmiş texniki səhvlər baxımından qiymətləndirirlər.
- 13.4 Hərəkətlərin qiymətləndirilməsi hakimliyə aidiyyatı olmayan heç bir şəxslə müzakirə edilmir.
- 13.5 Əgər hakim xalların elektron pultda qeyd edilməsində səhvə yol verərsə, dərhal ayağa qalxaraq səhvi Hakimlər briqadasının sədrinə göstərir və sədr də 11.21-ci maddəyə müvafiq olaraq hərəkət edir. Hakimlər briqadasının sədri, həmin hakimin tələbini əsaslandırması üçün, həmin səhvlər barədə yazılı qeydlərin təqdim edilməsini tələb edir.
- 13.6 Xalın qeydə alınmasından sonra dəyişdirilməsinə icazə verilməyən qaydaya Maddə 13.5-də qeyd edilmiş istisna o zaman mümkündür ki, Hakimlər briqadasının sədri və ya Baş hakimlər briqadasının mütəxəssisi xalın yenidən nəzərdən keçirilməsini hakimdən tələb etməsin. Xallarda dəyişiklik məcburi deyil və hakim dəyişiklikdən imtina edə bilər. Lakin, xalın dəyişdirilməsindən imtina edən hakimlərə sonradan xəbərdarlıq edilə bilər və onlara qarşı sanksiya tətbiq edilə bilər. Hakimin yerinə yetirdiyi xaldan cərimələr haqda yazılı qeydlər götürülür və yarışların təhlilində nəzərdən keçirilir.

### **Maddə 14: HAKİMLƏRİN FORMASI**

- 14.1 Akrobatika gimnastikası üzrə Texniki Komitənin üzvləri bütün yarışlarda və rəsmi tədbirlərdə BGF-nin formasını geyinməlidirlər.

14.2 Həkimlər yarış zamanı xidməti vəzifələrini yerinə yetirərkən Həkimlər üçün Ümumi qaydalara müvafiq olaraq rəsmi forma geyinməlidir. BGF-nin müvafiq sənədinə baxın.

## V BÖLMƏ

### HƏRƏKƏTLƏRİN QURULUŞU VƏ TƏRTİBATI

#### Maddə 15: HƏRƏKƏTLƏRİN QURULUŞU

##### Ümumi prinsiplər

- 15.1 İdmançılar 3 növ hərəkət icra edir: Balans və temp hərəkətləri, qarışıq hərəkətlər, onlardan hər biri öz xüsusiyyətlərinə malikdir.
- 15.2 Bütün hərəkətlər, BGF-nin Avadanlıq normalarına müvafiq olan 12x12 m ölçülü gimnastika xalçası üzərində musiqi müşayiəti ilə icra edilir. Balans hərəkətləri və qarışıq hərəkətlər icra edən kişilərdən ibarət qruplar, idmançıların formalaşdırdığı piramidalardan düşərkən enmə matından (Ləvazimat normalarına baxın) istifadə edə bilər (20.20-ci maddədəki məhdudiyətlərə baxın).
- 15.3 Hərəkətlər hərəkətsiz bədən duruşundan başlamalı, musiqi müşayiəti ilə davam edərək, yenə hərəkətsiz bədən duruşu ilə başa çatmalıdır. Bu hərəkətsiz bədən duruşları çətinlik elementinin bir hissəsi ola bilməz.
- 15.4 Hərəkətin quruluşu onun artistizm cəhətini formalaşdıran hissəsidir.
- 15.5 Hər bir hərəkətin quruluşu üçün irəli sürülən xüsusi tələblər və məhdudiyətlər mövcuddur. Bütün xüsusi tələblər Çətinlik vərəqəsinə daxil edilmiş bəyan olunmuş elementlərdə mövcud olmalıdır.  
İstisna: Əgər Çətinlik vərəqəsində çətinlik dərəcəsi üçün bəyan edilmiş elementin əvəzinə başqa element yerinə yetirilərsə, bu halda idmançılar bu elementin çətinlik dərəcəsini **almayacaqlar**, lakin element xüsusi tələblərə cavab vermiş hesab ediləcəkdir.
- 15.6 Heç bir element (çətinlik qiyməti ilə) yerinə yetirilmədiyi halda, yekun nəticə DNS olacaq və heç bir xal verilməyəcəkdir.

#### Maddə 16: HƏRƏKƏTLƏRİN MÜDDƏTİ

- 16.1 Bütün balans hərəkətlərinin və qarışıq hərəkətlərin müddəti 2 dəqiqə 30 saniyədir. Temp hərəkətləri isə ən çoxu 2 dəqiqə davam edir. Minimum nəzərdə tutulmamışdır. Bütün hərəkətlərə dair xronometraj (hərəkətin başlanğıcı, hərəkətin müddəti) Hakimlər briqadasının sədri tərəfindən cərimə tətbiq edilmədən əvvəl saniyəlik hesabla icra olunacaqdır.
- 16.2 Musiqinin ilk akkordları hərəkət müddətinin başlandığını bildirir (səsli siqnal deyil). Hərəkətin sonu tərəfdaş idmançıların hərəkətsiz vəziyyətidir və bu, musiqinin bitməsi ilə üst-üstə düşməlidir.

#### Maddə 17: HƏRƏKƏTLƏRİN TƏRTİBATI

- 17.1 Bütün hərəkətlər bu hərəkət üçün səciyyəvi olan cütlüklərin və ya qrupların icra etdiyi elementlərdən ibarətdir.
- 17.2 Balans hərəkətləri idmançının gücünü, tarazlıq hissini, elastikliyi və cəldliyini nümayiş etdirməlidir.
- 17.3 Temp hərəkətləri idmançıların atılandan sonra havadakı uçuşunu, dayanıqlıq göstərməsini



- (tutması) və kulminasiya nöqtəsinə çatması və tutmazdan əvvəl uçuşu əks etdirir.
- 17.4 Qarışıq hərəkətlərdə həm balans hərəkətlərinə, həm də temp hərəkətlərinə xas elementlər olmalıdır.
- 17.5 Çətinlik dərəcəsi elementlərinin sayı məhduddur: hər bir hərəkətdə maksimum 8 cütlük / qrup elementi vardır.
- 17.6 Hər bir hərəkətin tərtibatı üçün irəli sürülən Xüsusi tələblər (XT) mövcuddur.
- 17.7 Cütlük və qruplar, bütün hərəkətlər zamanı, həmin hərəkət üçün səciyyəvi olan, tələb olunan sayda və növdə cütlük-qrup elementlərini icra etməlidir.
- 17.8 Bütün hərəkətlərdə fərdi elementlər çətinlik xalı toplamaq üçün icra edilə bilər. Lakin onların icrası mütləq deyildir. Onlar çətinlik dərəcəsi cədvəllərindən seçilməlidir.
- 17.9 **Bütün** hərəkətlərdə, hər bir tərəfdaş idmançı tərəfindən çətinlik xalı toplamaq üçün icra edilən fərdi elementlərin sayı **maksimum 3 olmalıdır**.
- Sabit duruşlu elementlər (məsələn, bir ayaq üstə duraraq digər ayağı arxaya aparmaq və ya qollar üzərində durmaq), çətinlik xalı almaq məqsədilə edilirsə, tərəfdaş idmançı tərəfindən kömək olmadan icra edilməlidir. Bu cür elementlərə 2 saniyə ərzində davam gətirilməlidir.
- Fərdi elementlər tək-tək və ya ardıcıl icra edilsə də, üst-üstə düşməməlidir. Məsələn, şpaqat açmaq məqsədilə arxa tərəfə yavaş-yavaş dönmək və daha sonra şpaqat açmaq iki ayrı element kimi deyil, bir element kimi qiymətləndirilir.
- 17.10 Bütün hərəkətlərdə icra edilən hər qadağan edilmiş element üçün idmançıların 1.0 cərimə xalı silinir. Qadağan edilmiş elementlərin icrasına görə çətinlik dərəcəsi verilmir və onlar xüsusi tələblərin yerinə yetirilməsini təmin etmirlər.
- 17.11 Bir hərəkətdə eyni element və ya bənd (icra edilən cütlük, qrup və ya fərdi elementlər) yalnız **bir dəfə** çətinlik xalı toplamaq üçün hesablanır. Dəfələrlə təkrar edilən eyni elementlər hərəkət üçün irəli sürülən xüsusi tələblərin yerinə yetirilməsini təmin etmir. Eyni element **bütün cəhətlərdən** eyni olmalıdır.
- 17.12 Cütlüklər, qruplar tərəfindən və fərdi qaydada yerinə yetirilən elementlərin çətinlik dərəcəsi, çətinlik dərəcəsi cədvəllərində müəyyən edilmişdir.

## **Maddə 18: BALANS HƏRƏKƏTLƏRİNİN XÜSUSİYYƏTLƏRİ**

- 18.1 Balans hərəkətlərinin əsas xüsusiyyəti odur ki, birgə çıxış edən tərəfdaş idmançılar qrup və ya cütlük elementlərinin icrası ərzində bir-biri ilə təmas halında olmalıdır.
- 18.2 Çətinlik xalının toplanması üçün cütlüklərin / qrupların yerinə yetirdikləri bütün elementlər Çətinlik vərəqələrində bəyan edilməli və ən azı 3 saniyə müəyyən edilməlidirlər.

### İzahat

- 18.3 Çətinlik xalının toplanması üçün icra edilən tullanma və ya hərəkət Çətinlik vərəqələrində bəyan edildiyi halda, yekun vəziyyət 3 saniyə müəyyən edilməlidir.
- 18.4 Üstdəki və aşağıdakı idmançılar, təkrarlanma və ya məhdudiyyət səbəbindən və ya Çətinlik dərəcəsi cədvəlləri üzrə çətinlik dərəcəsi "0" olduğu üçün qiymətləndirilməyən vəziyyətdə olduqları halda, tərəfdaş idmançının hərəkətsiz vəziyyəti və ya hərəkəti üçün əlavə çətinlik xalı verilmir. (İstisna: Maddə 20.17).

**Maddə 19: CÜTLÜKLƏRİN İCRA ETDİYİ BALANS HƏRƏKƏTLƏRİ ÜÇÜN XÜSUSİ  
TƏLƏBLƏR**

- 19.1 Cütlüklərin icra etdikləri hərəkətlərə ən azı 5 balans elementi daxil olmalıdır. Hər bir elementin ən azı 1 çətinlik xalı olmalıdır.  
Bu XT yerinə yetirilmədikdə, hər çatışmayan elementə görə 1.0 xal cərimə tətbiq olunacaq.
- 19.2 Çətinlik dərəcəsi cədvəllərinin “Duruşlar kateqoriyası” əlavəsindən istənilən mövqedə seçilmiş, dəstək olmadan əllər üzərində ən azı 1 durma hərəkəti üstdəki idmançılar tərəfindən icra olunmalıdır.  
Bu XT yerinə yetirilmədikdə, 1.0 xal cərimə tətbiq olunacaq.

### **Cütlüklər üçün məhdudiyətlər**

- 19.3 Üstdəki idmançı bütün hərəkət ərzində eyni vəziyyətə görə çətinlik xalı ala bilər:
- 2 dəfə hərəkətsiz vəziyyətdə qalma
  - 2 dəfə aşağıdakı idmançının hərəkəti zamanı
- Üstdəki idmançı çətinlik xalı verən digər duruşa keçənə qədər nə yuxarıdakı, nə də ki aşağıdakı idmançıya əlavə çətinlik xalı verilmir.
- 19.4 Çətinlik xalı toplamaq üçün seriyada və ya bilavasitə ardıcılıqda ən çoxu 4 element yerinə yetirilə bilər.
- 19.5 Üstdəki idmançının hərəkətsiz vəziyyətdə mövqeyindən asılı olmayaraq, aşağıdakı idmançı bir hərəkətdə eyni hərəkəti / dırmanmanı təkrarlama bilməz.
- 19.6 Aşağıdakı və üstdəki idmançı hərəkət zamanı dayaq nöqtəsini dəyişə bilməz.
- 19.7 Üstdəki idmançı öz mövqeyini aşağıdakı idmançının hərəkəti müddətində bir dəfə dəyişə bilər.

### **Cütlüklərlə əlaqədar izahatlar**

- 19.8 Çətinlik elementinin müəyyənləşdirilməsi: (Baxın: Əlavə 2).
- Üstdəki idmançının hərəkətsiz vəziyyətdə saxlanması + aşağıdakı idmançının vəziyyəti.
  - Dırmanma (üstdəki idmançının hərəkətsiz vəziyyətdə saxlanması və aşağıdakı idmançının vəziyyəti də daxil olmaqla).
  - Üstdəki idmançının hərəkəti + üstdəki idmançının hərəkətsiz vəziyyətdə saxlanması + aşağıdakı idmançının vəziyyəti.
  - Üstdəki idmançının ilkin hərəkətsiz duruş vəziyyəti + aşağıdakı idmançının hərəkəti + üstdəki idmançının hərəkətsiz vəziyyətdə saxlanması + aşağıdakı idmançının vəziyyəti.
  - Üstdəki idmançının ilkin hərəkətsiz duruş vəziyyəti + üstdəki idmançının hərəkəti + aşağıdakı idmançının hərəkəti + üstdəki idmançının hərəkətsiz vəziyyətdə saxlanması + aşağıdakı idmançının vəziyyəti.
- 19.9 Aşağıdakı idmançının xalça üzərində hərəkətinin sonunda (məsələn, oturuş və ya şpaqat), hərəkətə dəstək məqsədilə xalçaya dirənən əl və ya əllər qaldırılmalı, bundan sonra idmançı sabit

- duruş vəziyyətində xalçaya toxunmamalıdır. Sabit duruş zamanı idmançının əli xalça üzərində olarsa, bu, əlavə dayaq kimi qiymətləndirilir və buna görə 0.5 xal silinir.
- 20.1 Çətinlik dərəcələri cədvəlinin iki müxtəlif kateqoriyasından seçilmiş ən azı 2 ayrı piramida (ayrı konstruksiya) formalaşdırılmalıdır.  
Bu XT yerinə yetirilmədikdə, hər çatışmayan piramidaya görə 1.0 xal cərimə tətbiq olunacaq.
- 20.2 Minimum 3 hərəkətsiz qalma elementi olmalıdır.  
Bu XT yerinə yetirilmədikdə, hər çatışmayan elementə görə 1.0 xal cərimə tətbiq olunacaq.
- 20.3 Ən azı bir piramidanın icrası zamanı piramidanın zirvəsindəki idmançı tərəfindən Çətinlik dərəcələri cədvəlindən seçilən, dəstək olmadan əlüstü duruş elementi icra edilməlidir (Bu Xüsusi tələb üstdəki idmançı rolunda çıxış edən ortadakı idmançı tərəfindən yerinə yetirilə bilməz).  
Bu XT yerinə yetirilmədikdə, 1.0 xal cərimə tətbiq olunacaq.

### **Qruplar üçün məhdudiyyətlər**

- 20.4 1 hərəkətsiz piramidada və ya maksimum 3 baza quruluşuna yol verilən keçid piramidasında çətinlik xalı, aşağıdakı istisna ilə, maksimum 4 hərəkətsiz vəziyyətdə qalmaya görə verilir: 2-ci kateqoriyadan olan piramidalarda (2 üstdəki idmançının işi ilə) ən çoxu 3 hərəkətsiz vəziyyətdə qalma icra edilə bilər.
- 20.5 Üstdəki idmançı bütün hərəkət ərzində eyni vəziyyətə görə çətinlik xalı ala bilər:  
■ 2 dəfə hərəkətsiz vəziyyətdə qalma  
■ 2 dəfə keçidə görə
- 20.6 Bütün hərəkət ərzində ayrı-ayrı piramidaların maksimal sayı **4-dür**.
- 20.7 1-ci kateqoriya qadın qrupu: bu kateqoriyada yalnız 1 keçidə icazə verilir.

### **Qruplarla bağlı izahatlar**

- 20.8 XT-lər (20.1) yerinə yetirildikdə, hərəkət ərzində əlavə piramidaların icrasına icazə verilir. Lakin, yerinə yetirilən bütün piramidalar fərqli kateqoriyadan olmalıdır.
- 20.9 Balans hərəkətlərində və qarışıq hərəkətlərdə bütün hərəkət ərzində çətinlik xalı yalnız Çətinlik cədvəlinin bir xanasından bir baza vəziyyətinə münasibətdə tələb edilə bilər.
- 20.10 Eyni xanadan birdən artıq əsas duruşlu piramidalarda ən yüksək əsas çətinlik xalı verilir.
- 20.11 Keçid piramidası 1 piramida hesab edilir.
- 20.12 Keçid piramidalarında icra olunan ilk əsas piramida piramidanın kateqoriyasını müəyyən edir.
- 20.13 2-ci kateqoriyadan olan piramidalar, zirvəsində iki idmançı olan piramidalardır. Bu xüsusi kateqoriyada zirvədəki idmançılardan biri, duruşunu dəyişdirə bilər və zirvədəki ikinci idmançının və piramidanın əsasındakı idmançıların duruşu sabit qalsa belə, bu hərəkət və yeni sabit duruş üçün tam çətinlik xalı ala bilər. Duruşunu dəyişməyən zirvədəki ikinci idmançı birinci sabit duruş üçün ancaq bir dəfə çətinlik xalı ala bilər (Aşağıdakı idmançının vəziyyəti də yalnız bir dəfə qiymətləndirilir).
- 20.14 Tərəfdaş idmançıların eyni vaxtda icra etdikləri hərəkətlər 1 hərəkət hesab edilir. Tərəfdaş idmançıların fərqli vaxtda icra etdikləri hərəkətlər isə fərqli hərəkətlər hesab olunur (məsələn, əvvəlcə üstdəki, daha sonra ortadakı, sonra isə aşağıdakı idmançı hərəkət edərsə, bu 3 hərəkət hesab edilir).

## Keçid piramidaları

20.15 Tərif:

Keçid piramidasında alt vəziyyət bir xanadan o biri xanaya dəyişməlidir. Keçid piramidasının bütövlükdə qiymətləndirilməsi məqsədilə (maksimum 3 baza vəziyyətinə icazə verilir) bütün baza xalları verilir.

20.16 Alt idmançıların keçidi üçün əlavə çətinlik xalı yalnız o halda verilir ki, bu keçid 3 saniyəlik hərəkətsiz saxlama vəziyyətindən növbəti 3 saniyəlik hərəkətsiz saxlama vəziyyətində icra edilsin.

20.17 Keçidlər tərəfdaş idmançılardan hər hansı biri tərəfindən piramidanın tamlığı pozulmadan, xalça üzərinə enmədən və ya xalça üzərindən tərəfdaşının üzərinə qalxmadan yerinə yetirilməlidir.

Keçid zamanı üst idmançılar:

- Çətinlik dərəcəsinin sabit vəziyyətində ola bilər.
- Çətinlik dərəcəsi olmayan vəziyyətdə ola bilər. (Bu 18.4-cü maddədən istisnadır)
- Növbəti sabit vəziyyətə hərəkət edə (xal verilməklə və ya verilməməklə) bilər.

20.18 Keçid piramidasında:

- Piramidanın zirvəsindəki idmançı aşağıdakı idmançının hərəkəti zamanı duruşunu dəyişməzsə, üstdəki idmançıya verilən çətinlik xalının müəyyən edilməsi üçün onun başlanğıc vəziyyəti nəzərə alınır.

Piramidanın zirvəsindəki idmançının hərəkət zamanı və piramidanın son halında eyni duruşda olması məcburi deyildir. Məsələn, zirvədəki idmançının keçid zamanı ayaqları aralı ola bilər və o, son duruş üçün güc verərək əlləri üstə keçə bilər.

- Piramidanın zirvəsindəki idmançı keçid zamanı duruşunu dəyişərsə, keçidin Çətinlik xalı belə hesablanır:
  - > üstdəki idmançının başlanğıc vəziyyətinin çətinlik dərəcəsi,
  - > üstəgəl üstdəki idmançının hərəkəti,
  - > üstəgəl altdakı idmançıların keçid xalı,
  - > üstəgəl yekun sabit vəziyyət və baza quruluşuna görə xal.
- Üstdəki idmançı keçid zamanı qiymət verilməyən vəziyyətdə olduqda, üstdəki idmançının çətinlik xalı sıfır (0) təşkil edir, LAKİN alt idmançılara keçid xalı verilir.
- Üst/alt idmançıya çətinlik xalı veriləcək keçid zamanı sabit duruşda əlavə/digər dayaq nöqtəsindən istifadə etməyə icazə verilmir.

20.19 Elementin tərif: (Bax Əlavə 2)

- Üst idmançının sabit vəziyyəti + Alt idmançının vəziyyəti.
- Üst və/və ya Orta idmançının sabit vəziyyəti + Alt idmançının vəziyyəti.
- Üst və/və ya Orta idmançının hərəkəti + Üst və/və ya Orta idmançının sabit vəziyyəti + Alt idmançının vəziyyəti.
- Üst idmançının start vəziyyəti + Alt idmançı(lar)ın keçidi + Üst idmançının sabit vəziyyəti +

Alt idmançının yeni vəziyyəti.

- Üst idmançının start vəziyyəti + Üst idmançının hərəkəti + Alt idmançı(lar)ın keçidi + Üst idmançının sabit vəziyyəti + Alt idmançının yeni vəziyyəti.
- Dırmanma + Üst idmançının sabit vəziyyəti + Alt idmançının vəziyyəti.

20.20 Kişi qrupu: balans hərəkətləri və qarışıq hərəkətlər zamanı icra edilən piramidalardan düşə bilmək üçün, xalçanın kənarı ilə təmas edəcək şəkildə salınan bir enmə matına icazə verilir. Mat, bütün çıxış boyunca yerində qalmalıdır. Məşqçi matın çıxışdan əvvəl yerləşdirilməsi və sonra dərhal yığışdırılması üçün məsuliyyət daşıyır.

## **Maddə 21: CÜTLÜKLƏR, QRUPLAR TƏRƏFİNDƏN VƏ FƏRDİ QAYDADA İCRA EDİLƏN ELEMENTLƏRDƏ VAXTLA UYGUNLAŞMAMA İLƏ ƏLAQƏDAR SƏHVLƏR**

- 21.1 Əgər 3 saniyəlik hərəkətsiz qalma elan edilərsə və 1 və ya 2 saniyə ərzində saxlama icra olunarsa,
- Vaxtla uyğunlaşmama ilə əlaqədar müvafiq olaraq 0.6 və 0.3 xalla cərimə tətbiq edilir.
  - Həmin element çətinlik xalı alır.
  - Element xüsusi tələblərə cavab vermiş hesab edilir. Bu qayda hərəkətlərdən sonrakı hərəkətsiz duruşlara da şamil edilir.
  - Texniki səhv baş verərsə, cərimələr hərəkətlərin icrası üzrə hakimlər tərəfindən tətbiq edilir.
- 21.2 Cütlük və ya qrup sabit duruşa cəhd etmiş, lakin tamamlamamışsa,
- Çətinlik hakimləri tərəfindən heç bir çətinlik xalı verilmir və maksimal vaxt cəriməsi (0.9) tətbiq olunur
  - Həmin element xüsusi tələblərə cavab verməyən element hesab edilir.
  - Hərəkətlərin icrası üzrə hakimlər hərəkətlərin icra texnikasında yol verilən səhvlərə görə müvafiq cərimə xalları çıxır, habelə elementin başa çatdırılmamasına görə 0.5 cərimə xalı və ya idmançıların yıxılmasına görə 1.0 cərimə xalı tətbiq edilir.
- 21.3 Cütlüklər və ya qruplar tərəfindən tarazlıq elementi qurularkən, tərəfdaş idmançılar öz yerlərini tutana *qədər* və üstdəki idmançının çətinlik dərəcəsi vəziyyəti almasına *qədər* (çətinlik dərəcəsi elementinin çətinlik üzrə tələb olunub-olunmamasından asılı olmayaraq), idmançılar həmin dırmanma və ya quruluş mərhələsində “sürüşərsə” və ya yıxılırsa, vaxtla uyğunlaşmama cəriməsi tətbiq edilmir. Texniki səhvlərə görə müvafiq cərimələr tətbiq edilir. Çətinlik xalı almaq üçün element təkrar icra edilə bilər.

### **Fərdi elementlər**

- 21.4 Hərəkətsiz saxlamaqla fərdi elementin icra edilməsinə cəhd göstərilərsə və ancaq 1 saniyə davam edərsə, çətinlik xalı verilir. Lakin, 0.3 xal vaxtla uyğunlaşmama cəriməsi (Maddə 44.3) tətbiq olunur və hərəkətlərin çətinlik dərəcəsi üzrə hakimlər baş verən texniki səhvlərə görə müvafiq cərimə xalları çıxırlar.
- 21.5 Hərəkətsiz saxlamaqla fərdi elementin icra edilməsinə başlanarsa lakin sona qədər icra olunmazsa, həmin element çətinlik sayılmır. Bu elementlərlə əlaqədar olaraq, hərəkətlərin çətinlik dərəcələri üzrə hakimlər tərəfindən 0.6 xalla vaxtla uyğunlaşmamağa görə cərimə tətbiq edilir (Maddə 44.3). Hərəkətlərin icrası üzrə hakimlər baş verən texniki səhvlərə görə cərimə xalları təyin edir, habelə elementin başa çatdırılmamasına görə 0.5 cərimə xalı və ya idmançıların yıxılmasına görə 1.0 cərimə xalı tətbiq edilir.

### **Maddə 22: TEMP HƏRƏKƏTLƏRİNİN XÜSUSİYYƏTLƏRİ**

- 22.1 Yarış iştirakçıları istiqamətlərin, fırlanmaların, dönmələrin müxtəlifliyindən və bədəni müxtəlif formalara salma qabiliyyətindən istifadə edərək, həm fərdi qaydada, həm də digər tərəfdaş idmançıların köməyi ilə havada uçuşlar nümayiş etdirməlidirlər.
- 22.2 Temp elementlərinin səciyyəvi xüsusiyyəti tərəfdaş idmançılar arasında kömək və qısamüddətli təmas vasitəsilə icra edilmiş uçuşdur, bu təmas uçuşu dayandırmaq və ya uçuşa kömək etmək məqsədilə edilir.
- 22.3 Xalçaya enişlər tərəfdaş idmançıların köməyi ilə və ya köməyi olmadan baş tuta bilər. Lakin hərəkətə nəzarət nümayiş etdirilməlidir.
- 22.4 İdmançını tutan tərəfdaş idmançılar hərəkətə nəzarət edə bilməlidirlər. Bu cür nəzarətin əskikliyi texniki səhv sayılır və müvafiq cərimə xallarının verilməsi ilə nəticələnir.
- 22.5 Temp əlaqəli hərəkətlərdə temp elementləri yubadılmaz ardıcılıqla (templə), yəni dayanmadan və 1 elementdən digərinə keçid zamanı əlavə hazırlıq aparılmadan icra edilir.

### **Maddə 23: TEMP HƏRƏKƏTLƏRİ ÜÇÜN XÜSUSİ TƏLƏBLƏR**

- 23.1 Ən azı 1 çətinlik dərəcəsi ilə, cütlüklərin və ya qrupların icra etdiyi dinamik hərəkətlərdə havada uçuş mərhələsi ilə ən azı 6 element olmalıdır.  
Bu XT yerinə yetirilmədikdə, hər çatışmayan elementə görə 1.0 cərimə xalı tətbiq olunacaq.
- 23.2 Ən azı 2 tutma olmalıdır.  
Bu XT yerinə yetirilmədikdə, hər çatışmayan tutma hərəkətinə görə 1.0 cərimə balı tətbiq olunacaq.

#### Cütlük və qruplara qoyulan məhdudiyətlər

- 23.3 Aşağıda göstərilən məhdudiyətlər hərəkətin Çətinlik dərəcəsinin qiymətləndirilməsinə təsir edir.
- Ən çoxu 3 aşağı enmə üçün çətinlik xalı verilir (halbuki aşağı enmələr məcburi deyildir)
  - Ən çoxu 3 “üfqi tutmaya” görə çətinlik xalı verilir (budlardan, çiyinlərdən yapışma...)
  - Yellənmə və “top atəşi” üçün başlanğıc və yekun vəziyyətlər üfqi vəziyyətlər SAYILMIR
  - Bir hərəkətdə ən çoxu 3 birləşdirici element qiymətləndiriləcəkdir.
  - Ən çoxu 3 eyni başlanğıc vəziyyətinə görə çətinlik xalı verilir.  
İstisnalar:  
1) Platformanın qruplarda başlanğıc vəziyyəti üçün istifadə olunmasına heç bir məhdudiyət qoyulmur.  
2) Çətinlik baxımından qiymətləndirilən “Yarım qol”dan başlayan 4 eyni başlanğıc nöqtəsi vardır.  
(yarım qol: qısa əllər ilə bağlı 4 sayılı əlavəyə baxın)
  - Çətinlik xalı toplamaq üçün seriyada və ya bilavasitə ardıcılıqda ən çoxu 4 element yerinə yetirilə bilər.
  - Çətinlik xalı almaq üçün ən çoxu 5 xalçaya enmə hərəkəti (aşağı enmələr + dinamik elementlər) icra edilə bilər.

#### Qadın qrupları üçün əlavə məhdudiyətlər

- 23.4 Aşağıda göstərilən məhdudiyətlər qadın qruplarında hərəkətlərin çətinliyinin



qiymətləndirilməsinə təsir edir.

■ Çətinliyi dəyərləndirilən hərəkət elementlərinin icrasında hər 3 tərəfdaş idmançı aktiv şəkildə iştirak etməlidir. Məsələn, 1 piramidanın əsasında idmançı zirvədəki idmançını digər əsasdakı idmançıya “ötürə” bilər və bunun üçün çətinlik xalı ala bilər. Aşağı enən idmançıya yardım etmək elementin icrasında aktiv iştirak sayılmır. Həmin element üçün çətinlik xalı verilmir və elementin xüsusi tələblərə cavab vermədiyi hesab edilir.

23.5 Aşağıda göstərilən məhdudiyyətlər kişi qruplarında hərəkətlərin çətinliyinin qiymətləndirilməsinə təsir edir.

- Uçuş mərhələsində tərəfdaşların dəyişməsi, tərəfdaşların dəyişməməsi ilə eyni elementlər – eyni hərəkət eyni element kimi nəzərdən keçirilməyəcəkdir.
- Bir idmançının, birgə hərəkət edən digər 3 tərəfdaş idmançı tərəfindən havaya (irəliyə) atılması ilə icra edilən ancaq 1 elementə görə çətinlik xalı verilir bilər.
- Bir idmançının, birgə hərəkət edən digər 3 tərəfdaş idmançı tərəfindən tutulması ilə icra edilən ancaq 1 temp elementinə görə çətinlik xalı verilir bilər.
- Üfüqi istiqamətdə havada hərəkət edən idmançının tutulması ilə icra edilən ancaq 1 elementə görə çətinlik xalı verilir bilər.
- Sinxron olaraq cütlük kimi çıxış edən kişi qrupu tərəfindən icra olunan yalnız 1 elementə görə çətinlik xalı verilir bilər. Cütlük elementlərinin çətinlik qiyməti birlikdə toplanıb ikiyə bölünür (Elementlərin çətinlik dərəcələri cütlüklər üçün Çətinlik dərəcələri cədvəlindən götürülür). Birgə hərəkət edən 3 və hərəkətdə iştirak etməyən dördüncü idmançının olduğu ancaq 1 element üçün çətinlik xalı verilir bilər. Aşağı enən idmançıya yardım etmək elementin icrasında aktiv iştirak SAYILMIR.

## **Maddə 24: TEMP HƏRƏKƏTLƏRİNİN İCRASINDA YOL VERİLƏN SƏHVLƏR**

24.1 Temp hərəkəti elementinin başlanıb başa çatdırılmadığı hallarda:

- Həmin elementə çətinlik xalı verilmir.
- Həmin element xüsusi tələblərə cavab verməyən element hesab edilir.
- Hərəkətlərin icrası üzrə hakimlər aşkar edilmiş texniki səhvlərə görə müvafiq cərimə xalları çıxır - üstəlik elementin başa çatdırılmaması üçün 0.5, idmançının yıxılması üçün isə 1.0 xal çıxılır.

24.2 Dinamik hərəkət elementinin bütün mərhələləri tamamlansa da, havada hərəkət edən partnyor idmançının tutulması zamanı nəzarət itirilərsə:

- Elementin icrasına görə çətinlik xalı verilir
- Həmin element xüsusi tələblərə cavab verən element hesab edilir.
- Hərəkətlərin icrası üzrə hakimlər bu kobud səhv üçün 0.5 xal çıxır. İdmançı tutulmadığına görə və ya yerə enərkən yıxılırsa, yıxılmaya görə 1.0 xal çıxılır.

## **Maddə 25: QARIŞIQ HƏRƏKƏTLƏRİN XÜSUSİYYƏTLƏRİ**

25.1 Qarışıq hərəkətlər həm balans hərəkətləri, həm də temp hərəkətləri üçün səciyyəvi elementlərdən ibarət olur.

25.2 Cütlüklər və ya qrupların icra etdiyi balans hərəkəti elementləri üçün çətinlik xalı temp hərəkəti elementləri üçün verilən çətinlik xallarından maksimum 2 dəfə çox ola bilər və ya, əksinə olaraq, dinamik hərəkət elementləri üçün verilən çətinlik xalı tarazlıq hərəkəti elementlərinin çətinlik xalından maksimum 2 dəfə çox ola bilər.

Məsələn, cütlüklər və ya qrupların icra etdiyi dinamik hərəkət elementləri üçün 60 çətinlik xalı verilmişdirsə, balans hərəkəti elementlərinin ümumi çətinlik xalı 120-ni keçməməlidir və

əksinə. Bu nisbəti əldə etmək mümkün olmazsa və qayda pozularsa, bu nisbəti pozan çətinlik dərəcəsi hesaba alınmır.

## **Maddə 26: QARIŞIQ HƏRƏKƏTLƏR ÜÇÜN XÜSUSİ TƏLƏBLƏR**

- 26.1 Minimum 3 hərəkətsiz saxlama, 3 dinamik element olmalıdır. Hər bir element ən azı 1 çətinlik qiymətinə malik olmalıdır.  
Bu XT yerinə yetirilmədikdə, hər çatışmayan elementə görə 1.0 cərimə xalı veriləcək.
- 26.2 Minimum 1 tutma hərəkəti olmalıdır.  
Bu XT yerinə yetirilmədikdə, 1.0 xal cərimə tətbiq ediləcək.
- 26.3 Üstdəki idmançı ən azı 1 dəfə dəstək olmadan əllər üstə istənilən duruş vəziyyətini icra etməlidir, bu hərəkət “Duruşlar kateqoriyasından” seçilməlidir. Bu xüsusi tələb qruplarda üstdəki idmançının rolunu icra edən ortadakı idmançı tərəfindən yerinə yetirilə bilməz.  
Bu XT yerinə yetirilmədikdə, 1.0 xal cərimə tətbiq ediləcək.

- 26.4 Balans hərəkətlərinə və dinamik hərəkətlərə aid bütün məhdudiyətlər tətbiq edilir.
- 26.5 Qarışıq hərəkətlərdə ən çox iki aşağı enmə üçün çətinlik xalı verilir.

## **Maddə 27: BÜTÜN HƏRƏKƏTLƏRDƏ FƏRDİ ELEMENTLƏRİN İCRA EDİLMƏSİ**

- 27.1 Yalnız partnyor idmançılar tərəfindən eyni zamanda ya da “şəlalə” formasında icra edilən fərdi elementlər üçün çətinlik xalı verilə bilər. Tərəfdaşlardan hər birinin icra etdiyi elementlər və element sayı müxtəlif ola bilər.

NÜMUNƏ:

- QQ: Alt idmançı 1: **RF<sup>0</sup>** (3 element)  
Alt idmançı 2: əllərin ardıcıl dəstəyi ilə yavaş geriyyə dönmə (1 element)  
Üst idmançı: Şpaqat (1 element)

Elementlərin ümumi sayı = 3 (1-ci alt idmançı yol verilən maksimal sayda 3 elementi qarşılayır)

- 27.2 Çətinlik xalı alan hər 3 element Çətinlik vərəqəsində bəyan edilməlidir. Seriyada icra edilən bütün fərdi elementlər çətinlik xalı alması üçün Çətinlik vərəqələrində bəyan edilməlidir. Əgər fərdi element təkrarlanırsa və ya bəyan edilməmişdirsə, sonrakı elementlərə də çətinlik xalı verilməyəcəkdir.

Nümunə:

1) Rondat – arxaya aşma – dönərək salto = seriya = 3 element.

Bu seriyaya maksimal sayda element daxildir və hər üç element çətinlik xalı alması üçün Çətinlik vərəqələrində bəyan edilməlidir.

- 27.3 Əgər tərəfdaş idmançılardan biri fərdi elementi icra etmirsə, digər partnyor idmançı / idmançılar tərəfindən icra edilmiş elementlərə də çətinlik xalı verilmir.
- 27.4 Bir hərəkətə daxil olan, fərdi icra edilən və çətinlik xalı verilən bütün müxtəlif fərdi elementlər toplanır və partnyor idmançıların sayına bölünür, beləliklə, fərdi işin çətinlik dərəcəsi müəyyənləşdirilir. Alınan nəticə ən yaxın tam ədədə qədər, 0.5 xal olduqda isə artan istiqamətdə yuvarlaqlaşdırılır:

yəni, İcra olunan elementlərin cəmi

Tərəfdaşların sayı

- 27.5 Hər tərəfdaş idmançının icra etdiyi fərdi elementlərin icra texnikası (tək və ya silsilə şəklində), hər tərəfdaşa münasibətdə maksimum 1.0 cərimə xalı olmaqla, ayrı-ayrılıqda qiymətləndirilir.
- 27.6 Fərdi icra edilən element başlanıb başa çatdırılmadığı hallarda:
- Element çətinlik xalı almır.
  - Hərəkətlərin icrası üzrə hakimlər tamamlanmamış elementə görə 0.5 cərimə xalı çıxır (idmançı yıxıldıqda isə 1.0 xal)
- Bəzi hallarda sabit duruş vəziyyəti, məsələn, baş üstə durmaq tələb edən fərdi elementlərə vaxtla uyğunlaşmama ilə əlaqədar cərimə xalları tətbiq edilir.

## VI BÖLMƏ ARTİSTİZM

### Maddə 28: ARTİSTİZM

#### Ümumi prinsiplər

- 28.1 Artistizm anlayışı icra edilən hərəkətin xoreoqrafik quruluşu, tərtibatı, habelə çətinlik elementlərinin seçimi və hətta çıxış boyu bərabər paylanması da daxil olmaqla, məzmununun müxtəlifliyi ilə əlaqəlidir. Artistizm həmçinin partnyor idmançılar, hərəkətlər və musiqi arasında qarşılıqlı əlaqəni də əhatə edir.
- 28.2 Artistizm, hərəkəti icra edən qrupun və ya cütlüyün özünəməxsus xüsusiyyətlərini və üslubunu, ifadə tərzini və musiqi duyumunu əks etdirir. Bu, idmanın bütün tələblərini üstələyərək, tamaşaçıların diqqətini cəlb etmək deməkdir.
- 28.3 Çıxış tamaşaçılara və hakimlərə təqdim edilir. O, hər bir cütlüyə və ya qrupa xas cəhətləri göstərməli və xoreoqrafik ifa ilə gücləndirilməlidir.
- 28.4 Cütlük / qrup öz başlanğıc mövqeyinə ən sürətli yolla çatmalıdır. Son duruşdan sonra idmançılar tamaşaçılara baş əyər, əl edər və meydançanı tərk edə bilərlər.
- 28.5 Artistizm üzrə qiymətləndirmə hərəkətin başlanması ilə eyni vaxtda başlayır və bitməsi ilə başa çatır. Xalça üzərinə çıxış qısa və sadə olmalı, hər hansı xoreoqrafiya və musiqi ilə müşayiət olunmamalıdır.
- 28.6 Hərəkətin sonu musiqinin bitməsi ilə üst-üstə düşməli və bir anlıq sabitlənmiş hərəkətsiz duruş vəziyyəti ilə başa çatmalıdır.
- 28.7 Xalça üzərində çıxışa yardım edən hər hansı işarələmələr etmək qadağandır.
- 28.8 İdmançıların çıxışları zamanı məşqçilər köməkçi işarələr verməməli və ya digər idmançıların fiziki yardımından istifadə edilməməlidir.
- 28.9 Yarış arenasında layiqli idmançı davranışına bütün müddət ərzində əməl edilməlidir.

### Maddə 29: TƏRƏFDAŞLIQ

- 29.1 İdmançılar arasında öz tərəfdaşlıqları çərçivəsində məntiqli münasibət (yetkinlik, bacarıq, musiqi və hərəkətlərdə fiziki və texniki hazırlıq səviyyəsi, tərəfdaşlıq daxilində icra balansı) və əlaqə proyeksiyası olmalıdır.
- 29.2 Tərəfdaşlar auditoriyaya təsir edə bilmək üçün öz şəxsi münasibətləri çərçivəsindən kənara çıxmağı bacarmalıdırlar.
- 29.3 Bütün tərəfdaşlar arasında fokus, proyeksiya, vurğu və ifadə nümayiş etdirilməlidir.

#### BOY FƏRQLƏRİ

- 29.4 Tərəfdaşlar arasında boy fərqləri səviyyə və kateqoriyaya uyğun olaraq estetik baxımdan məntiqli olmalıdır.
- 29.5 Yarış iştirakçılarının boyları tibbi personal tərəfindən, nümayəndə heyətinin başçısı və ya məşqçinin iştirakı ilə, 3 saylı Əlavədə təsvir edilən prosedur əsasında, yarışdan əvvəl ölçülür. Etirazların olması gözlənilən bütün ölçülərin götürülməsində akrobatika gimnastikası üzrə Texniki Komitənin ən az bir üzvü iştirak etməlidir. Düzgün ölçmədən yayınmaq cəhdi barədə şübhələr olarsa, prezident daxil olmaqla Baş hakimler heyətinin 3 üzvü ölçülərin götürülməsində iştirak etməlidir.
- 29.6 3 saylı Əlavəyə uyğun olaraq Hakimler briqadasının sədri yekun xala cərimə xalları tətbiq edir.

## Madda 30: ÍFADƏLILIK

- 30.1 Cütlük/qrup bütün çıxış ərzində emosiyalarını ötürmək bacarığını nümayiş etdirməlidir.
- 30.2 Tərəfdaş idmançılar arasında hərəkətlərin ifadəliliyində ahəngdarlıq olmalıdır.

### **Maddə 31: HƏRƏKƏTLƏRİN İCRASI / XOREOQRAFIYA**

- 31.1 Xoreoqrafiya məkan, səviyyə və zaman baxımından və digər tərəfdaş idmançılara nisbətən bədənin gimnastika və bədii hərəkətlərindən ibarətdir. Bu, çətinlik elementlərinin davamlı axın, əlaqələndirici elementlər və hərəkətlər, məsələn, giriş və çıxışlar, xoreoqrafiya addımları, tullanırlar və dönmələr vasitəsilə estetik şəkildə əlaqələndirilməsidir. Bu, məkandan yaradıcılıqla istifadə edilməsini, yerdəyişmələr, səviyyələr, istiqamətlər üzrə hərəkətlərin müxtəlifliyini, bədənin müxtəlif formalar almasını, müxtəlif ritm və sürətlə hərəkətini tələb edir.
- 31.2 Çətinlik elementləri və xoreoqrafiya məkandan və meydançadan tam istifadəni tələb edir.
- 31.3 Xoreoqrafiya cütlüyün və ya qrupun orijinallığını nümayiş etdirməli və onların fərdi təkrarolunmazlığı barədə təsir bağışlamalıdır.
- 31.4 Hərəkətlər bütün məkandan maksimal istifadə edilməklə amplituda ilə və ya musiqinin müəyyənləşdirdiyi incəlik və nüanslarla icra edilməlidir.

### **Maddə 32: YARADICILIQ**

- 32.1 Təxəyyülün, orijinallığın, ixtiraçılıq qabiliyyətinin, ilhamlanmanın nümayiş etdirilməsidir.
- 32.2 Kompozisiyada dəyişikliklər
- 32.3 Elementlərə xüsusi və fərqli giriş və çıxış yolları (girişlər və çıxışlar)
- 32.4 Müxtəlif növ elementlər və nadirən mərhələli elementlər.

### **Maddə 33: MUSIQİ MÜŞAYİƏTİ**

- 33.1 Bütün hərəkətlər musiqi sədaları altında yerinə yetirilir. Musiqi və mahnı sözləri BGF-nin Etika qaydalarına uyğun olaraq istifadə edilə bilər. Qeyri-münasib (məsələn, seksual xarakterli, təhqiramiz, aqressiv, qəddarlıq, zorakılıq ifadə edən və s.) mahnı sözləri qadağandır.
- 33.2 Musiqi ifası ən yüksək səviyyədə olmalıdır.
- 33.3 Əgər yarış iştirakçıları musiqinin qeyri-düzgünlüyü və ya digər texniki səhv səbəbindən hərəkətə başlamaz və ya onu dayandırarsa, onlara cərimə tətbiq olmadan hərəkəti yenidən başlatmağa icazə verilir. Əgər problemin dərhal həll edilməsi mümkün deyilsə, Baş hakimlər heyətinin prezidentinin icazəsi ilə texniki direktor öz mülahizəsinə uyğun olaraq hərəkətin icrasını yarış sessiyasının sonuna keçirə bilər.
- 33.4 Artıq yerinə yetirilmiş hərəkətin təkrarən icra edilməsinə icazə verilmir.

### **MUSIQİ DUYUMU**

- 33.5 Yaxşı seçilmiş musiqi kompozisiyanın quruluşunu, ritmini və mövzusunu təyin etməyə kömək edir.
- 33.6 Bütün hərəkətlər xoreoqrafiya baxımından ahəngdar, məntiqli olmalı və estetik cəhətdən musiqi müşayiətinin ritmi və əhvalı ilə uyğunlaşmalıdır.
- 33.7 Hərəkətin fasiləsizliyi xoreoqrafiya ilə çətinlik dərəcəsinə malik elementlər arasında fasilələr və ya dayanmalarla pozulmamalıdır. Hərəkətin fasiləsizliyini pozmayan məntiqli fasilələrə icazə verilir.

## **Maddə 34: YARIŞ KOSTYUMU**

- 34.1 Yarış iştirakçılarının geydiyi kostyumun, aksesuarların və köməkçi vasitələrin seçimi Hakimlər briqadasının sədri tərəfindən qiymətləndirilir. Bunlar xarakter və dizayn baxımından gimnastikaya uyğun olmalıdır. Kostyum zərif və gözəl olmalı, çıxışı artistizm cəhətdən tamamlamalıdır. Kostyum eyni zamanda gimnastların diqqətini çıxışdan yayındırmamalı, hərəkətin icrası zamanı kostyumun düzəldilməsinə ehtiyac olmamalıdır.
- 34.2 Tərəfdaş idmançılar eyni, ya da bir-birini tamamlayan kostyumlar geyməlidir.
- 34.3 Qadınlar leotard (triko, akrobatın çıxış kostyumu), unitard (leggingsli triko) və ya ətkli leotard geyə bilər. Leotardlar qollu və ya qolsuz ola bilsə də, dar kəmərlili rəqs leotardları geyməyə icazə verilmir.
- 34.4 Ətəklər leotardın, taytın və ya unitardın çanaq sümüyünə təsadüf edən hissəsini örtərsə də, daha aşağıya qədər uzanmamalı, bədənə boş və ya sıx yapışmalıdır.
- Ətəyin üslubunu (kəsik və ya bəzəkli) idmançılar özü seçə bilər, lakin əmək hər zaman idmançının budlarına doğru qayıtmalıdır.
  - “Balet tutu”, “papas otları” şəklində və geyim üslubunda olan modellərə icazə verilmir.
  - Əmək leotarda tikilmiş olmalıdır (ondan ayrılmalıdır).
- 34.5 Kişilər leotard və ya gimnast köynəyi ilə şortiklərdə ya da uzun gimnast şalvarında çıxış edə bilər. Kombinezon kimi tək hissədən ibarət kostyum və ya leotard geyməyə icazə verilir.
- 34.6 Kombinezon, şalvar və trikoların tünd rəngdə olmasına icazə verilir, bu şərtlə ki, bu rənglər buddan topuğa qədər açıq rəngli dekorativ naxışlar və ya applikasiyalarla bəzədilmiş olsun. Kəsim ayaqlar tərəfdən olmalı və həddini aşmamalıdır. Ayaqları örtün parçanın uzunluğu və növü hər iki ayaqda eyni olmalıdır, yalnız naxışlar fərqlənə bilər.
- 34.7 Atletlərin təhlükəsizliyini təmin etmək məqsədilə boş duran paltar, bağlar və aksesuarlara icazə verilmir. Qadın və kişilərin geydiyi bütün kostyumlar bədənə kəp oturmalıdır ki, hakimlər bədən xətlərini dəyərləndirə bilsin.
- 34.8 Bütün kostyumlar əxlaqa zidd olmamalı, müvafiq alt paltarlarından istifadə edilməlidir. Sınədəki açıq yeri döş sümüyünün ortasına qədər, arxa tərəfdə isə kürəklərin aşağısına qədər davam etməlidir. Bədəni örtən krujevalı və şəffaf materialın altından altlıq geyinilməlidir.
- 34.9 Təhrikedici-cəlbədicə, çimərlik geyiminə oxşayan, habelə dizaynında fotoreproduksiya məhsullarından istifadə edilən modellər qadağandır.
- 34.10 Yarış iştirakçıları ayaqyalın və ya bədən rəngində, yaxud ağ rəngdə və ya şalvarın rəngində, təmiz və yaxşı vəziyyətdə olan gimnastika ayaqqabısında çıxış edə bilər. Şalvar geyinmiş kişi iştirakçılar gimnastika ayaqqabısında çıxış etməlidirlər (çust, corab).
- 34.11 İdmançının milli federasiyasının nişanı yarış kostyumu üzərində aydın görünməlidir. İdmançılar öz yarış formalarının üzərində milli bayraqlarının təsvirini və ölkələrinin adını və ya qısaltılmış adını (məs., SUI) daşımalıdır. Təsvir üçün minimal ümumi sahə 30 kvadrat sm təşkil edir. Sözügedən təsvir habelə parçanın toxunuşuna həkk edilə və ya onun dizaynının bir hissəsini təşkil edə bilər (baxın: BGF-nin Yarış geyimi və reklam qaydaları 2021-2024).
- 34.12 Reklam hüququ Beynəlxalq Gimnastika Federasiyasının yarış geyiminə və Reklama dair qaydalarında müəyyənləşdirilmişdir.
- 34.13 Yarış kostyumuna aid olan hər bir pozuntu Hakimlər briqadasının sədri tərəfindən cərimə xallarının tətbiqi ilə nəticələnir.

## **Maddə 35: Aksesuarlar və köməkçi vasitələr**

- 35.1 Sancaqlar da daxil olmaqla, görünən zərgərlik əşyalarının taxılmasına icazə verilmir.
- 35.2 Parıldayan bəzək əşyaları, daşlar, kəmərlər və krujeva kostyumun parçası ilə vəhdət təşkil etməli və ona möhkəm tikilməlidirlər, lakin əgər onlar yarış iştirakçılarının zədələnməsinə səbəb olarsa, buna görə məşqçilər və idmançılar məsuliyyət daşıyır.
- 35.3 Saçların yığılması üçün istifadə edilən saç sancaqları, lentlər, rezinlər, bantlar təhlükəsiz olmalıdırlar. Digər aksesuarlardan (diademalar, lələklər, güllər) istifadəyə icazə verilmir.
- 35.4 Üzün rənglənməsinə icazə verilmir. Makyaj sadə olmalı, cəlbedici olmamalı, teatr (heyvan və ya insan) obrazını canlandırmamalıdır.
- 35.5 Kəmərlər və baş üçün altlıqlar kimi hərəkətlərin icrasını asanlaşdıran vasitələrə icazə verilmir. Teyplər (bintlər, plastırlar) və dəstəkləyici bandajlar neytral rəngli olmalıdırlar. Neytral rəngdə olmayan istənilən müstəsna zəruri təsbitedici vasitələr, məsələn, dizdə pərçimlər, cərimə tətbiq edilmədən geyinilə bilər, bu halda federasiya Texniki Komitəyə xüsusi icazə üçün rəsmi müraciət etməlidir.
- 35.6 Hər bir pozuntu Hakimler briqadasının sədri tərəfindən cərimə xallarının tətbiqi ilə nəticələnir.

## VII BÖLMƏ

### HƏRƏKƏTLƏRİN İCRASI VƏ İFA TEXNİKASI

#### Maddə 36: HƏRƏKƏTLƏRİN İCRASI VƏ İFA TEXNİKASI

##### Ümumi prinsiplər

- 36.1 İfa texnikası (hərəkətlərin icrası) yerinə yetirilən hərəkətin keyfiyyəti ilə müəyyənləşdirilir.
- 36.2 Hər bir hərəkət ideal icra meyarları baxımından qiymətləndirilir.
- 36.3 Hərəkətlərin icrası üzrə hakimler yerinə yetirilmiş hər bir elementin amplitudasını və texniki dəqiqliyini nəzərə alır. Buraya bədənin elastikliyi, gərilərək uzanması, hərəkətin tam icra edilə bilməsi, yəni elementin yerinə yetirilməsi zamanı məkandan maksimal istifadə aiddir.
- 36.4 Qiymətləndirmə meyarları
- İcra texnikasının effektivliyi.
  - Bədən xətlərinin və formalarının dəqiqliyi.
  - Cütlük və qruplar tərəfindən icra edilən elementlərin, fərdi elementlərin və xoreoqrafik elementlərin icra amplitudası: balans elementlərində tam elastiklik və dinamik elementlərdə maksimal hündürlük.
  - Hərəkətsiz elementlərin sabitliyi.
  - Özünə əminliklə havada hərəkət edən idmançıların tutulması, atılması və itələnməsi.
  - Xalçaya enərkən səhvə yol verməmək.

## VIII BÖLMƏ



## ÇƏTİNLİK

### Maddə 37: ÇƏTİNLİK

37.1 Hərəkətin çətinliyi kompozisiyada istifadə olunan elementlərlə müəyyən edilir.

37.2 Çətinliyə görə yalnız cütlük, qrup və fərdi elementlər qiymətləndirilir.

37.3 Cütlük, qrup və fərdi elementlər üçün Çətinlik dəyərləri ayrıca nəşr olunan akrobatika gimnastikası üçün BGF-nin Çətinlik cədvəllərində verilmişdir.

37.4 Böyüklər arasında keçirilən yarışlarda məşqin çətinliyi məhdudlaşdırılmır (“açıq”). Bununla belə, yüksək riskli elementlərin mürəkkəbliyi onların zəif performansını kompensasiya edə bilməz, texniki səhvlər cədvəlinə uyğun olaraq cəzalandırılır.

37.5 Çətinlik yalnız TV-də elan edilmiş və yerinə yetirilən elementlər üçün verilir. Onlar ÇC-dən seçilməlidir.

37.6 Qarışıq hərəkətlərin xüsusi təlimatları var (25.2).

37.7 Bütün hərəkətlərdə ÇH hər bir xüsusi tələblərin pozuntusu üçün yekun xaldan çıxılmalar tətbiq edir, qadağan edilmiş elementlərin icrası üçün, fərdi və cütlük/qrup üçün tələb olunan vaxt üçün sabitləşdirilməmiş elementlər və elementlərin TV üçün yerinə yetirilmə ardıcılığı olmadığı.

37.8 Balans və qarışıq hərəkətlərdə TV-də elan edilmiş elementlər 3 saniyə tutma ÇH tərəfindən 3 saniyəlik tutma kimi hesablanacaq. Əgər element 3 saniyəyə qədər sabitlənərsə, ÇH-lər müvafiq vaxt ayırmaları yerinə yetirəcək. Vaxt üçün ayırmalar yekun hesabdən çıxılır.

### MADDƏ 38: TARİF VƏRƏQƏLƏRİ (TV)

38.1 Tarif vərəqi – kompüter formatında təsvir edilmiş və yerinə yetirilməli cüt, qrup və fərdi elementlərin rəsmi rəsmlərdən istifadə edilməsidir. ÇC çətinlik, səhifə nömrəsi və element nömrəsi hər bir elementi müşayiət etməlidir. Bundan əlavə, planlaşdırılan statik tutacaqların fiksasiya müddəti, həmçinin fırlanmaların istiqaməti və sayı saltolarda və piruətlərdə dönmələr.

38.2 Düzgün və səliqəli tərtib edilmiş TV-nin hazırlanması məşqçinin üzərinə düşür

38.3 Nümayəndə heyətləri milli komandaya daxil olan cütlüklər və ya qrupların hər bir hərəkət üçün TV-nin bir nüsxəsini təqdim etməlidirlər.

Təsnifat və Final – akkreditasiya zamanı

Finallar üçün dəyişikliklər – təsnifat bitdikdən sonra 1 saat ərzində (iş planında başqa məlumatlar olduqda, istisna olmaqla).

38.4 Nümayəndə heyətinin rəhbəri (və ya təyin edilmiş nümayəndə) akkreditasiyadan sonra TV təqdim etməlidir. Onların təqdimatı Təşkilat Komitəsi tərəfindən qeydə alınır.

TV-nin gec təqdim edilməsinə görə cərimələr

- a) Bir gün (24 saat) ərzində təqdim edilməyən hər TV üçün, təsdiq edilmiş təhvil verilmə tarixi və vaxtından sonra, hər çatışmayan TV üçün 100 ABŞ dolları məbləğində milli federasiya üçün cərimə tətbiq olunacaq.
- b) TV yarışın başlamasına 24 saatdan az vaxt qalmış təqdim olunarsa, o zaman komanda (cütlük/qrup) yarışmasına icazə verilməyəcək.

Xüsusi hallarda TV e-poçt vasitəsilə qəbul edilə bilər.

38.5 Rəsmi TV düzgün istifadə edilməli və icra edilməlidir. Nümunə ÇC-də yerləşir. Qeyri-rəsmi və oxunmayan TV düzəlişlər üçün geri qaytarılacaq. (Acro Companion-dan TV-ri icazə verilir).

38.6 TV-nin əvvəlində cütlük / qrup elementləri və yerinə yetirəcək ardıcılıqları olmalıdır. Fərdi elementlər ayrı-ayrılıqda və eyni qaydada sadalanır, cütlük/qrup elementləri və fərdi elementlər birlikdə və düzgün ardıcılıqla göstərilməlidir. Əgər elementlər TV olunduğu ardıcılıqla yerinə yetirilmirsə, o zaman ÇH yekun xaldan 0.3 xalın çıxılmasını yerinə yetirəcək.

38.7 Çətinlik üçün yalnız istifadə olunan elementlər TV-nə daxil edilməlidir. Əgər daha çox element daxil edilərsə, ilk 8 çətinliyə hesablanacaq.

38.8 Yalnız TV-də bəyan edilmiş və yerinə yetirilən elementlər çətinlik və Xüsusi tələblər üçün hesab ediləcək. Temp hərəkətdə maksimum 1 alternativ element TV-nə daxil edilə bilər. Qarışıq hərəkətlərdə maksimum 1 alternativ temp element TV-də elan edilə bilər. Əgər 1-dən çox qeyd olunarsa, TV düzəliş üçün geri qaytarılır.

38.9 Dünya səviyyəli yarışların başlamasına ən azı 12 saat qalmış məşqçilər ÇH-ləri tərəfindən müəyyən edilmiş vaxtda və yerdə TV-nin yoxlanılması ilə əlaqədar problemlər barədə məlumatlandırılacaq. Məşqçi bu problemin həllinə cavabdehdir. ÇH-ləri düzəliş edilmiş TV-nin yenidən təqdim edilməsinə icazə verir, lakin yarışın başlanmasından 90 dəqiqə gec olmayaraq.

Yarış zamanı TV-də problemlər aşkar edilərsə, çətinlik düzgün müəyyən edilməlidir. Bu halda, əvvəlcədən yoxlama zamanı aşkar edilməmiş səhvlər üçün ÇH cəzalandırıla bilər.

38.10 İstisna hallarda (məsələn, xəsarət) yarışın başlamasına 30 dəqiqə qalmış Ali münisflər briqadası (AMB) TV-də dəyişikliklərə icazə vermək hüququna malikdir. Bu illüstrasiya ilə edilir əvəz olunan elementi və onun çətinliyini, nömrəsini və ÇC-də səhifəsini göstərir. Bu barədə Hakimler kollegiyasının sədri (HKS) AMB-ya məlumat verir. AMB çətinlik xalını təsdiq edəcək və ÇH-nə dəyişikliklər haqqında məlumat verəcək.

38.11 Əgər finalda ayrı-ayrı elementlər dəyişdirildikdə və ya digər hərəkət icra olunacaqsa, yeni TV və ya dəyişikliklərin vurğulandığı köhnə TV-nə daxil olduğu çətinlik, müəyyən bir vaxt və məkan daxilində yoxlanılmaq üçün təsnifat yarışının bitməsindən sonra 1 saat ərzində təqdim edilməlidir. ÇH-ləri yeni TV-ni yoxlayır və onları HKS-ə ötürür, bu da öz növbəsində AMB-ni final yarışlarının başlamasından əvvəl nüsxələrlə təmin edir.

## **MADDƏ 39: YENİ ELEMENTLƏR**

39.1 Akrobatika gimnastikası üzrə Texniki Komitəsinin (TK) öz iclaslarında yeni elementləri qiymətləndirəcək. Element mövcud ÇC-də və ya dərc olunan xəbər bülletenlərində tapılmadıqda yeni kimi hesab olunur və qadağan deyil.

39.2 Kiçik üslub dəyişiklikləri ilə yerinə yetirilən elementlər, Cədvəldə yerləşdirilmiş elementdən əsaslı şəkildə fərqlənməyən yeni elementlər hesab edilmir. TV-də qeyd edərkən, onlar üçün eyni identifikasiya (İD) (#) nömrəsi istifadə olunur mövcud elementlə eyni çətinliklə.

39.3 Elementin qiymət sorğusu rəsmi blankda ÇC yerləşdirilmiş, akrobatika gimnastikası üzrə TK prezidenti və katibinə elektron məktubla təqdim edilməlidir. Bu sorğuya təklif olunan element çətinlik və video çəkiliş də daxil olmaqla ətraflı rəsm əlavə edilib, e-poçtla göndərilir.

39.4 Yeni elementin qiymət sorğusu əlavə edilmiş sənədlərlə birlikdə milli federasiya tərəfindən təqdim olunmalıdır.

39.5 Yuxarıda göstərilən tələblərə cavab verməyən qiymət sorğuları, nəzərə alınmayacaq.

39.6 Akrobatika gimnastikası üzrə TK-nin iclasında qiymətləndirilən elementlərin bu növ üzrə Xəbər kitabçasında dərc olunduqdan 6 ay sonra yerinə yetirilməsi üçün etibarlı olacaq.

## ÇIXIŞLARIN QIYMƏTLƏNDİRİLMƏSİ

### MADDƏ 40: QIYMƏTLƏNDİRMƏ

#### Əsas prinsiplər

40.1 Hər 3 hərəkətlərin (balans, temp və qarışıq) biri: müxtəlif xarakter daşıyır və artistizm bacarığının, çətinlik qiymətinin və texniki icrasına görə qiymətlənir.

40.2 HKS bütün briqada hakimlərinin qaydalara uyğun qiymət verməsini təmin etmək üçün məsuliyyət daşıyır.

40.3 İcra hakimləri "E" icra xalını müəyyən etmək üçün yerinə yetirilən hərəkətin texniki bacarığını qiymətləndirirlər.

40.4 Artistizm hakimləri "A" artistizm xalını müəyyən etmək üçün icra edilən hərəkətin artistik sənətkarlıq bacarığını qiymətləndirirlər.

40.5 Çətinlik hakimləri birlikdə hərəkətin çətinliyini müəyyən edirlər. Ümumi çətinlik xalı Ç-xalına çevrilir.

40.6 HKS "E", "A" və "D" xallarının cəmindən ibarət Ümumi xaldan "P" (cərimə) çıxarır.

### MADDƏ 41: QIYMƏT VƏ QIYMƏTLƏNDİRMƏ

41.1 Tamaşaçılara "E", "A", "D" qiymətləri, çıxmaları, yekun qiymət və yer göstərilir.

41.2 Bütün yarışlarda, hər bir hərəkətdə icra və artistizm 0.001 bal dəqiqliklə 0-dan 10.0-a qədər bal toplanır.

41.3 Böyüklərin yerini yetirdiyi hərəkətdə çətinlik dərəcəsi məhdud deyil, "açıq"dır. (Gənclər və yaş qrupları yarışları üçün maksimum qabiliyyət ciddi şəkildə məhduddur. Yaş qrupu qaydalarına baxın).

#### "E" QIYMƏTİ

41.4 İcra edilmiş hərəkət üçün "E" icra xalı 6 və ya 4 icra hakiminin iki xalının arifmetik ortası kimi müəyyən edilir: 6 xaldan iki ən yüksək və iki ən aşağı, 4 xaldan ən yüksək və ən aşağı xal silindikdən sonra. Orta xal daha sonra yekun rəqəmi yuvarlaqlaşdırmadan iki (x2) ilə 0.001-ə vurulur. (müstəsna hallarda, 3 icra hakimi istisna olmaqla, "E" qiyməti ən yüksək və ən aşağı bal çıxarıldıqdan sonra orta xaldır.)

#### "A" QIYMƏTİ

41.5 İcra edilmiş hərəkət üçün "A" artistizm xalı 6 və ya 4 artistizm hakiminin iki xalının arifmetik ortası kimi müəyyən edilir: 6 xaldan iki ən yüksək və iki ən aşağı, 4 xaldan ən yüksək və ən aşağı xal silindikdən sonra. Dəqiqlik son rəqəmi yuvarlaqlaşdırmadan 0.001-ə qədər olmalıdır. (müstəsna hallarda, əgər yalnız 3 artistizm hakimi varsa, "A" qiymətini ən yüksək və ən aşağı qiymət çıxarıldıqdan sonra orta qiymətdir.)

## **“D” QIYMƏTİ**

41.6 Hərəkətdə yerinə yetirilən ayrı-ayrı elementlərin çətinliyinin cəmi onun ümumi mürəkkəbliyini təmin edir ki, bu da bütün hərəkətin (ÇQ) müəyyən edir.

41.7 Qiymətləndirilmiş çətinlik çətinlik xalına çevrilir. Çətinlik qiyməti 100-ə bölünür = “D” qiyməti.

41.8 Çətinlik üzrə hakimlər tərəfindən təsdiqləndikdən sonra hərəkətin çətinlik xalı göstərilir.

## **ÜMUMİ QIYMƏT**

41.9 Ümumi xal HKS və/və ya ÇH-lərin hər hansı çıxılmalar tətbiq etməzdən əvvəlki xaldır.

41.10 Böyüklər tərəfindən yerinə yetirilən hərəkət üçün maksimum qiymət həddi yoxdur.

41.11 Tamamlanmış hərəkət üçün ümumi xal aşağıdakı düsturla hesablanır:

$$\text{“E” QIYMƏTİ} + \text{“A” QIYMƏTİ} + \text{“D” QIYMƏTİ} = \text{Ümumi icra qiyməti}$$

## **MADDƏ 42: ÜMUMİ BALDAN AZALMALAR**

42.1 HBS çıxılanları toplayır və ümumi baldan çıxarır. Bu formula ilə təmsil olunur:

$$\text{ÜMUMİ XAL} - \text{PENALTİLƏR (CƏRİMƏLƏR)} = \text{YEKUN QIYMƏT}$$

42.2 HKS ümumi xaldan aşağıdakılar üçün çıxılmalar edir:

- Tərəfdaşlar arasında icazə verilən hündürlük qaydalarından kənara çıxma.
- Hərəkət müddəti üçün vaxt həddini aşmaq.
- Xalçanın sərhəd xəttindən kənara addımlar, enişlər və düşmələr.
- Geyim və aksesuarlarla bağlı pozuntular.

42.3 Çətinlik üzrə hakimlər ümumi xaldan çıxılmalar tətbiq edirlər:

- Statik durmalar elan edilmiş vaxt və ya tələb olunan vaxtla müəyyən edilmir.
- Xüsusi tələblərə əməl edilməməsi.
- Qadağan edilmiş elementlərin icrası.
- Elementlərin bəyan edilmə qaydasında yerinə yetirilməməsi.

## **MADDƏ 43: QIYMƏTLƏNMƏ ÜÇÜN ETİRAZLAR**

43.1 Ədalət naminə, çətinlik xalı yerinə yetirilənlə uyğun gəlmirsə və ya təxmini çətinliyin hesablanmasında, onu çətinlik xala çevrilməsində və ya yekun xalın hesablanmasında arifmetik səhvlərə yol verilsə, o zaman AMB-na etiraz edilə bilər.

43.2 Əgər çətinlik xalı etirazdan sonra dəyişdirilsə, o zaman çətinlik hakiminin əvvəl tətbiq etdiyi cəzalara yenidən baxmaq lazım gələ bilər.

43.3 Etiraz yalnız öz federasiyasının idmançılarına qarşı verilə bilər.

43.4 İcra və ya artistizm xalları, vaxt kəsirləri və ya digər cəzalardan şikayət (apellasiya) verilə bilməz.

43.5 Çətinlik xalı göstərildiyi andan hər hansı etirazlar qiymət verildikdən sonra gələn hərəkətin bitməsindən gec olmayaraq təqdim olunarsa, baxılmaq üçün qəbul ediləcəkdir. Federasiya (komanda) tərəfindən rəsmi elan edilmiş nümayəndə təyin olunmuş məsul şəxsin masasının üstündə xüsusi etiraz blankı götürə bilər.

- Hesablama lövhəsi etirazın baxılmaq üçün qəbul edildiyini göstərəcək.
- Etirazda onun əsasını göstərən yazılı izahat olmalıdır.
- Apellyasiya şikayəti vərəqəsi götürüldükdən sonra 4 dəqiqə ərzində yazılı protest verilməlidir, əks halda protestin vaxtı keçmiş olur.
- Etirazın verilməsi federasiyanın maliyyə yardımı ilə müşayiət olunur və hər növbəti müraciətlə bu məbləğ artır.
- Qəbul olunan müraciət forması müsabiqənin sonunda baş katibə və ya onun nümayəndəsinə müvafiq rüsumun ödənilməsi üçün müqaviləyə çevrilir.

43.6 AMB sədri (və ya nümayəndəsi) dərhal AMB-ların çətinlik üzrə ekspertlərinə və daxil olmuş etirazın müvafiq kollegiyasına məlumat verməlidir. HKS dərhal çətinlik hakimlərindən çətinlik xalını yenidən yoxlamağı tələb edəcək.

43.7 Növbəti yarışçıların hərəkətinə başlamazdan əvvəl qərar qəbul etmək mümkün olmadıqda, ilkin hesablanmış xal “müvəqqəti” kimi qeyd olunacaq və yarış axınının sonunda, lakin hər hansı bir mükafatlandırma mərasiminin başlamasından gec olmayaraq nəzərə alınacaqdır.

43.8 Etiraz özünü doğrultduqda rüsum geri qaytarılır. Etiraz rədd edilərsə, rüsum müsadirə olunacaq və BGF-nin Təsis Fonduna göndəriləcək.

## **X BÖLMƏ**

### **SƏHVLƏR VƏ CƏRİMƏLƏR CƏDVƏLLƏRİ**

#### **MADDƏ 44: HKS VƏ ÇH TƏRƏFİNDƏN EDİLƏCƏK CƏRİMƏLƏR**

44.1 0.1 ilə 1.00 arasında dəyişən çıxılmalar Səhvlər Cədvəlində göstərilir.

#### 44.2 HKS TƏRƏFİNDƏN YEKUN QİYMƏTİN CƏRİMƏLƏRİ

HKS-nin cərimələri	Cərimə
1. Müddətdən artıq musiqi müşayiəti	Hər saniyə üçün 0.1
2. Əlavə 3-ə uyğun olaraq növbəti hündür partnoyrdan digərlərin hündürlük artımında (boy) fərq	0.5 və ya 1.0
3. Yarış xalçasında qeyri-idman davranışı	0.5
4. Musiqidə pozuntular (məsələn, uyğun olmayan sözlər)	0.5
5. Sərhəd xəttini aşmaq	Hər dəfə 0.1
6. Xalçanın arxasına enmə və ya xalçadan kənara düşmə	Hər dəfə 0.5
7. Musiqi başlamazdan əvvəl hərəkətə başlamaq və ya musiqi bitməzdən əvvəl və ya sonra tamamlamaq	0.3
8. Yayım qaydalarına əməl edilməməsi (geyimin üzərində dövlət nişanı zəif görünür).	0.3
9. Geyimin tənzimlənməsi. Aksesuarların itirilməsi.	Hər dəfə 0.1
10. Bu cədvəldə göstərilməyən geyim pozuntularına görə bütün cəzalar.	0.3
11. Qadağan və ya təvazökar geyim (məsələn, sinədə çox dərin boyun xətti, omba arasında kostyum)	0.5
12. Qeydlər, əlavə döşək (mat), (balans və qarışıq hərəkətlərdə KÇ istisna olmaqla).	0.5
13. Ədəbsiz müddəalar.	0.3
14. Məşqçinin xalçada olması	1.0

#### 44.3 ÇH-lərin TƏRƏFİNDƏN YEKUN QİYMƏTİN CƏRİMƏLƏRİ

ÇH-lərin CƏRİMƏLƏRİ	Penalty
1. Hər bir statik cütlik / qrup elementinin saxlanma müddəti elan ediləndən azdır.	Hər çatışmayan saniyə üçün 0.3
2. Statik cütlik / qrup elementi 1 saniyədən az saxlanılır.	0.9 vaxt səhvi Çətinlik yoxdur Xüsusi tələblər yoxdur
3. Fərdi statik element 1 saniyə saxlanılır	0.3 vaxt səhvi
4. Fərdi statik element 1 saniyədən az saxlanılır	0.6 vaxt səhvi Çətinlik yoxdur
5. Hər hansı element başlamış, lakin tamamlanmamış	Çətinlik yoxdur Xüsusi tələblər yoxdur
6. Kompozisiyaya dair Xüsusi tələblərin hər bir pozulması	Hər bir pozuntu üçün 1.0
7. Qadağan olunmuş elementin icrası	Hər biri üçün 1.0
8. Elementlər bildirildikləri ardıcılıqla hazırlanmış və səhv ardıcılıqla icra edilmiş	0.3

#### MADDƏ 45: ARTİSTİZM ÜZRƏ HAKİMLİK

Artistizmin qiymətləndirilməsi yalnız iştirakçı (-ların) “NƏ” etmələri ilə bağlı deyil, həm də “NECƏ” və “HARADA” etdikləri ilə bağlıdır.

45.1 Artistizm üçün aşağıdakı Artistizm meyarlar təqdim olunan strukturdan istifadə edərək müsbət şəkildə qiymətləndirilir:

<b>TƏRƏFDAŞLIQ</b>	<b>MAKSİMUM 2.0</b>
<b>İFADƏLİLİK</b>	<b>MAKSİMUM 2.0</b>
<b>İCRA</b>	<b>MAKSİMUM 2.0</b>
<b>YARADICILIQ</b>	<b>MAKSİMUM 2.0</b>
<b>MUSİQİLİLİK</b>	<b>MAKSİMUM 2.0</b>

Artistizm şkaladan istifadə etməklə qaydalar məcəlləsinin artistizm hissəsindəki bütün meyarlar üzrə qiymətləndirilir.

## **45.2 MEYARLARIN TƏSVİRİ:**

### **1. Tərəfdaşlıq**

**Cüt və ya qrup şəklində fərdilər arasında məntiqi əlaqələr yaradan tərəfdaşlıq seçimi:**

- Yetkinlik.
- Hazırlıq səviyyəsi.
- Tərəfdaşlıq daxilində performans (icra) balansı.
- Görünən əlaqə ilə xarakterizə edilməlidir.

### **2. İfadəlilik**

- Təmaşaçılara fikirlərinizi və ya hisslərinizi, xarakterinizi, əhvalınızı anlamağa kömək edir.
- İdmançının bu və ya digər emosiyasını çatdırır.

### **3. İcra**

Amplituda, məkan, çığırdan, səviyyələrdən istifadə edərək icra etmə hərəkəti, prosesi və ya sənəti.

Tərəfdaşlar arasında sinxronlaşma:

İki və ya daha çox ayrı-ayrı idmançı kimi deyil, vahid olaraq çıxış etmək.

### **4. Yaradıcılıq**

Təsəvvür, orijinallıq, ixtiraçılıq, ilham təzahürü

**MÜXTƏLİFLİK:**

- Kompozisiyalar.
- Giriş / çıxışlar
- Elementlər.



## 5. Musiqililik

İştirakçılar çıxış boyu musiqini ifadə edirlər:

- Bədənin hərəkət və formalarını ritmə, tempə, melodiya və əhval-ruhiyyəyə tabe etmək, musiqi ilə üst-üstə düşmək;
- Musiqi vurğuları ilə sinxronizasiya;
- Musiqi ilə hərəkətlərin böyüklüyünü/gücünü və ya sürətini/ tempini dəyişdirərək;
- Melodiya, onun ritm və əhval dəyişikliyindən təsirlənən müxtəlif kombinasiyalarda (birləşmələrdə) ifadəli hərəkətlərdən istifadə etmək.

### 45.3 HƏR KRİTERİYA ÜÇÜN SƏVİYYƏLƏRİN MİQYASI

<b>Mükəmməl: 2.0</b>	Kompozisiya MÜSTƏSNA meyarlar səviyyəsini ehtiva edir/göstərir
<b>Əla: 1.8-1.9</b>	Kompozisiya YÜKSƏK səviyyəli meyarları ehtiva edir/göstərir
<b>Çox yaxşı: 1.6-1.7</b>	Kompozisiyaya ÇOX YAXŞI səviyyədə meyarlar daxildir/göstərilir
<b>Yaxşı: 1.4-1.5</b>	Kompozisiyaya YAXŞI / ORTA səviyyəli meyar daxildir/göstərilir
<b>Qənaətbəxş: 1.2-1.3</b>	Kompozisiya AŞAĞI səviyyəli meyarları ehtiva edir/göstərir
<b>Zəif: 1.0-1.1</b>	Kompozisiya ÇOX AŞAĞI meyar səviyyəsini ehtiva edir/göstərir

### 45.4 TÖVSIYƏ EDİLƏN ARTİSTİZM QİYMƏTLƏNDİRMƏ ARALIĞI (DİAPAZONU):

- **Mükəmməl çıxış** 9.6 ilə 10.0 arasında xal
- **Əla çıxış** 9.0 ilə 9.5 arasında xal
- **Çox yaxşı çıxış** 8.0 ilə 8.9 arasında xal
- **Yaxşı çıxış** 7.0 ilə 7.9 arasında xal
- **Qənaətbəxş çıxış** 6.0 ilə 6.9 arasında xal
- **Zəif çıxış** 5.0 ilə 5.9 arasında xal

## MADDƏ 46: TEXNİKİ SƏHVLƏR

46.1 Cədvəllərdə ciddilik dərəcəsinə görə qruplaşdırılmış müxtəlif növ texniki xətalər 46-cı maddədə verilmişdir.

46.2 İcra xətaləri aşağıdakı şkala nəzərə alınmaqla, hər dəfə törədildikdə maksimum 10.00 baldan tutulmaqla cəzalandırılır:

- KİÇİK SƏHVLƏR 0.1
- ƏHƏMİYYƏTLİ SƏHVLƏR 0.2-0.3
- KOBUD SƏHVLƏR 0.5
- DÜŞMƏK (YIXILMAQ) 1.0

**46.3 Bir cütlük/qrup elementinin yerinə yetirilməsinə görə cərimələr 1.0 xaldan çox ola bilməz.**

#### **46.4 TEXNİKİ XƏTALAR CƏDVƏLİ**

Aşağıdakı Cədvəllər cütlük/qrup, fərdi elementlər və xoreoqrafiya üzrə Texniki xətalara tətbiq edilə bilən çıxılmalar üçün ümumi təlimat kimi təqdim edilmişdir. Hər bir texniki səhvi nəzərə alıb yazmaq mümkün deyil. Hakimlər bu cədvəllərə daxil edilməyən xətalara görə cəzaların tətbiqi üçün əsas kimi bu təlimatdan istifadə etmələri gözlənilir.

#### **46.5 AMPLİTUDA**

<b>QIYMƏTLƏNDİRMƏ MEYARLARI</b>	<b>ÇIXARMALAR</b>		
	<b>Kiçik</b>	<b>Əhəmiyyətli</b>	<b>Kobud</b>
1. Bir elementi yerinə yetirərkən bədənin elastikliyi və ya amplitudasını və ya sıxlığını itirməsi (ayaqlar, pəncələr, dizlər, qollar, bel...)	<b>0.1</b>	<b>0.2-0.3</b>	<b>0.5</b>
2. Dinamik elementlərdə uçuş zamanı amplitudanın olmaması, bütün elementlərdə düzgün istiqamətdən (trayektoriyadan) yayınma (balans, temp, fərdi)	<b>0.1</b>	<b>0.2-0.3</b>	<b>0.5</b>

#### **46.6 BƏDƏN FORMALARI, BUCAQLARI VƏ XƏTLƏR QIYMƏTLƏNDİRMƏ MEYARLARI ÇIXARMALAR**

<b>QIYMƏTLƏNDİRMƏ MEYARLARI</b>	<b>ÇIXARMALAR</b>		
	<b>Kiçik</b>	<b>Əhəmiyyətli</b>	<b>Kobud</b>
1. Şaquli və ya ideal vəziyyətdən kənara çıxma ilə yerinə yetirilən əl üzərində durma	<b>0.1</b>	<b>0.2-0.3</b>	<b>0.5</b>
2. Düz xətləri saxlamağa çalışarkən arxaya əyilmə və/yaxud bükülmə	<b>0.1</b>	<b>0.2-0.3</b>	<b>0.5</b>
3. Əl üzərində durmağında/əl dayağında və / və ya ayaq dayağında qolların əyilməsi (bükülməsi), pəncələr və biləklər üzərində bucaqların elementin formasına uyğun gəlməməsi	<b>0.1</b>	<b>0.2-0.3</b>	<b>0.5</b>
4. Ayaqlar ideal mövqedən yuxarı və ya aşağıda (məsələn, bucaq dayağında horizontaldan aşağıda)	<b>0.1</b>	<b>0.2-0.3</b>	<b>0.5</b>
5. Ayaqlar 180* dərəcədən az bucaq açılması təşkil edir	<b>0.1</b>	<b>0.2-0.3</b>	

#### 46.7 DALĞALANMALAR, ADDIMLAR, SÜRÜŞMƏLƏR

QIYMƏTLƏNDİRMƏ MEYARLARI	ÇIXARMALAR		
	Kiçik	Əhəmiyyətli	Kobud
1. Qurulmalar və keçidlər zamanı “Yuxarı”-dakı gimnastın düzəlişləri və ya qeyri-sabitliyi	0.1	0.2-0.3	
2. Hərəkət fazasında elementin icrasının hamarlığını pozan qeyri-sabitlik	0.1	0.2-0.3	
3. İcra zamanı güc itkisi səbəbindən hərəkətin yenidən başlaması		0.3	
4. Dəstək, tutma və ya enişdə atlamalar (tullanma) və ya addımlar: 1 addım:kiçik; 2-3 addım: - əhəmiyyətli; 4 addım +: Kobud	0.1	0.2-0.3	0.5
5. Dırmanma, tarazlıq, keçid və ya enərək tutma zamanı ayağın, əlin və ya qolun sürüşməsi.		0.3	
6. 1 ayaq, qol və ya bədənin digər hissəsi sürüşür, “barmaqlıqlar” arasından və ya digər dayaq nöqtəsindən uğursuz keçir, templi tutma/partnyorun üzərinə enmə		0.3	
7. Elementlərdən kənarında hərəkətin hər hansı bir hissəsində büdrəmək		0.3	0.5

#### 46.8 QEYRİ-SABİTLİK

QIYMƏTLƏNDİRMƏ MEYARLARI	ÇIXARMALAR		
	Kiçik	Əhəmiyyətli	Kobud
1. Balans və ya temp elementlərin icrası zamanı “Aşağı” gimnastın/ların, “Orta” gimnastın/ların və ya “Yuxarı” gimnastın qeyri-sabitliyi və titrəməsi	0.1	0.2-0.3	0.5
2. Elementi sabitləşdirməyə çalışarkən “Aşağı” gimnastların pəncə üzərində yuvarlanmaqları və addımları	0.1	0.2-0.3	3 addımda n çox 0.5
3. Tutduqdan sonra və ya təkandan, atmadan əvvəl və ya tarazlığı sabitləşdirmək üçün duruşun düzəldilməsi	0.1		
4. Tərəfdaşa toxunmaq və ya yerə dəstək və ya əhəmiyyətli dəstək və ya partnyorda və ya eniş zamanı tarazlığı qorumaq		0.3	
5. İstəmədən olaraq bir dizi və ya bir əli üzərinə yerə dayaq və ya bir ayağı, başı və ya çiyinlə partnyora və ya partnyorun üzərinə			0.5
6. “Yuxarı” gimnasti saxlamaq üçün, “Yuxarı” gimnasta “Aşağı” gimnast/lar bədəni və ya çiyinləri ilə ani dəstək		0.3	

7. Ciddi sabitlik problemlərinin qarşısını almaq və ya yıxılmanın qarşısını almaq üçün "Aşağı" gimnast/ların gövdəsi (bədəni) və ya çiyinləri tərəfindən "Yuxarı" gimnasta qısa dəstək			<b>0.5</b>
8. Tərəfdaş (-lar) tərəfindən yaradılan və yıxılmanın qarşısını alan əlavə dəstək (məsələn, tutmanın pozulması zamanı və ya dəqiq enmə effekti üçün)			<b>0.5</b>

#### 46.9 FIRLANMA (DÖNMƏ)

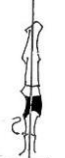
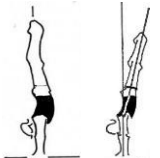


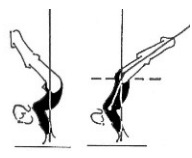



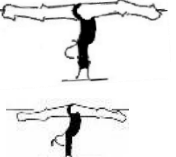
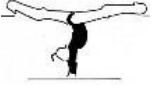

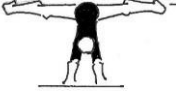













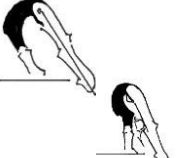
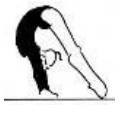


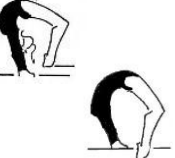
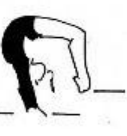
QIYMƏTLƏNDİRMƏ MEYARLARI	ÇIXARMALAR		
	Kiçik	Əhəmiyyətli	Kobud
1. Dönmə, piruetlər və ya salto zamanı az fırlanma və ya həddindən artıq fırlanma	<b>0.1</b>	<b>0.2-0.3</b>	<b>0.5</b>
2. Saltoda az fırlanma olduqda, başa çatdırmaq üçün tərəfdaş (-ların) müəyyən köməyi tələb olunduqda		<b>0.3</b>	
3. Saltoda az fırlanma/çox fırlanma olduqda, başa çatdırmaq və/yaxud yıxılmağın qarşısını almaq üçün tərəfdaş (-lardan) tam dəstək tələb edən			<b>0.5</b>

#### 46.10 TAMAMLANMAMIŞ ELEMENTLƏR VƏ DÜŞMƏKLƏR (YIXILMALAR)

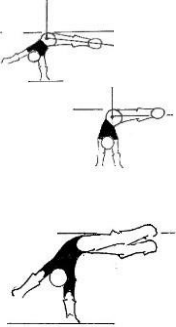
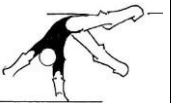



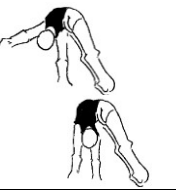





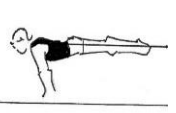
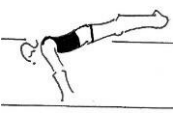
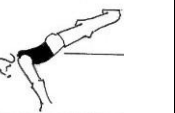
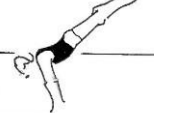
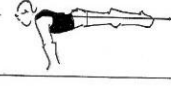
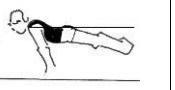
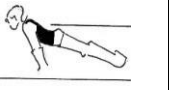
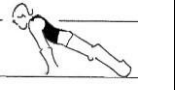
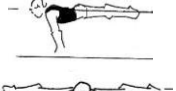

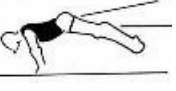

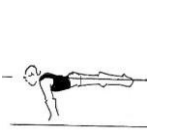
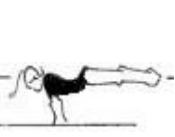
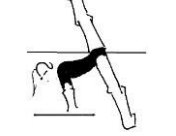

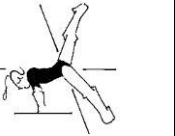
QIYMƏTLƏNDİRMƏ MEYARLARI	ÇIXARMALAR		
	Kiçik	Əhəmiyyətli	Kobud
1. Elementin yıxılmadan tamamlanmaması			<b>0.5</b>
2. Partnyor, tarazlığa və ya dayağa nəzarət etmədən, lakin yıxılmadan düşülməmiş və ya məntiqsiz olaraq yerə düşür və ya enir			<b>0.5</b>
3. 1 ayaq və ya qol partnyorun dayaq nöqtəsindən sürüşür və yıxılmanın qarşısını almaq üçün qollar istifadə olunur			<b>0.5</b>
4. Balans tutmağa və ya tutmağa çalışarkən 2 ayaq və ya hər iki əl barmaqlıqlardan, çiyinlərdən və ya digər dayaqlardan sürüşərək partnyorların bədəninə düşür = DÜŞMƏ (YIXILMA)			<b>1.0</b>
5. Nəzarət olunmayan və ya məntiqi eniş olmadan piramidadan və ya cüt elementdən yerə və ya partnyora/lara düşmək və ya platformanın yanından keçmək = DÜŞMƏ (YIXILMA)			<b>1.0</b>
6. Nəzarətsiz enmə və ya baş üstə, oturaq vəziyyətə, arxa (bel), qarın, yan və ya dördayaqda, həmçinin dayaqda 2 əl və 2 ayaq və ya 2 diz üstə yerə yıxılma = DÜŞMƏ (YIXILMA)			<b>1.0</b>
7. Ayaq üstə durmağı göstərməmiş, yerə endikdən sonra irəli/geri yuvarlanma = DÜŞMƏ (YIXILMA)			<b>1.0</b>

**ƏLAVƏ 1**  
**İCRA HAKİMİ ÜÇÜN TƏLİMATLAR**

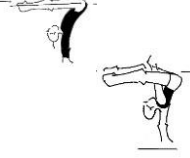
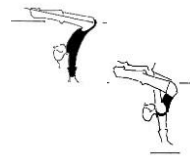
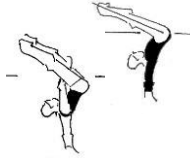

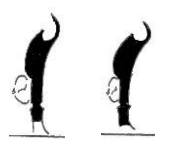
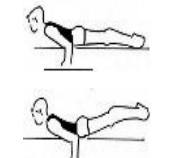
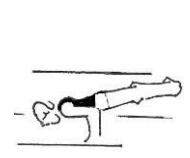


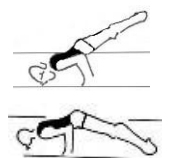



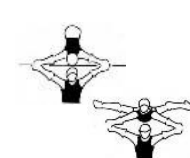




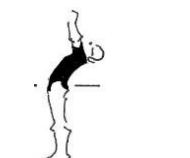
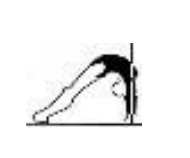

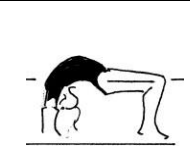
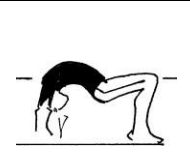
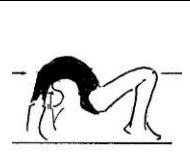
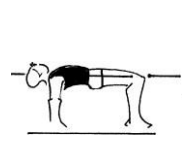

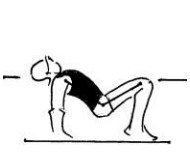


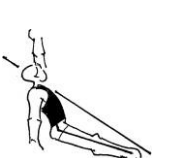
# Səhv balans

		Səhv balans				
Element		İdeal	0.1	0.2	0.3	0.5
1	Əllər üzərində duruş					
						
						
						
2	Qövsvari					
						
						
						
						

## Səhv balans

		Səhv balans				
	Element	İdeal	0.1	0.2	0.3	0.5
3	Bayraq ("Flag")					
	Dərin Bayraq ("Deep Flag")					
	Spaət vəziyyətində bayraq ("Split Flag")					
4	Planş					
						
						
						
						

Səhv balans						
Element	İdeal	0.1	0.2	0.3	0.5	

5	Yogi/Disloc					
						
6	Timsah vəziyyəti ("Crocodile")					
	Pankeyk					
7	Əllər geniş vəziyyətində					
8	Bək bend					
9	Körpü hərəkəti					
						
10	Masa vəziyyəti					
						



**Səhv balans**

Mistakes Balance						
Element	İdeal	0.1	0.2	0.3	0.5	
11	Dayaq vəziyyəti / beli bükülmüş					
	Rus bucağı					Top: Rus bucaq vəziyyətində uzadılmış ayaqları uzatmaq
<b>Balans və temp hərəkətlərində səhvlər</b>						
12	Qollar					
13	Dizlər/ayaqlar					

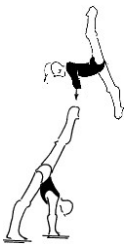
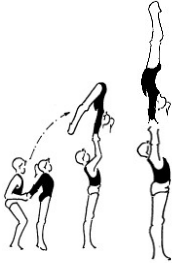
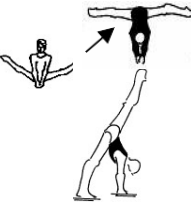
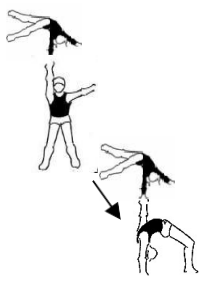

Temp hərəkətlərində səhvlər							
	Element	Ideal Position	0.1	0.2	0.3	0.5	1.0
1	"Tuke"						
2	Bükülme						
3	Düz						bədən gərginliyi yoxdur
4	Dayaqsız addımlar və enmələr						
5	Dayaqla enmə						

## Elementlərin TƏRİFİ

### Cütlüklər

Çətinlik elementinin tərifi:

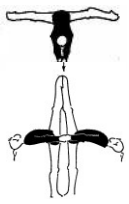



1. Üst statik vəziyyətin saxlanılması + əsas vəziyyət
2. Qalxmaq (üst statik və əsas vəziyyəti daxil olmaqla)
3. Üstdə hərəkət + Üst statik vəziyyətin saxlanılması + əsas vəziyyət
4. Üstün başlanğıc vəziyyəti + Əsasın hərəkəti + Üst statik vəziyyətin saxlanılması + Əsas vəziyyət
5. Üstün başlanğıc vəziyyəti + Üstdə hərəkət + Əsasın hərəkəti + Üst statik vəziyyətin saxlanılması + Əsas vəziyyət

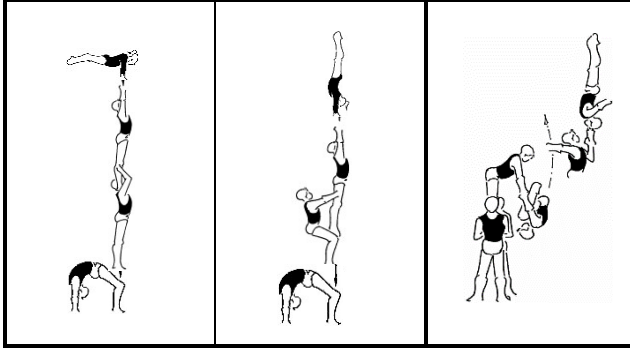
Nr 1	Nr 2	Nr 3	Nr 4	Nr 5
3"	3"	3"	3"	3"
				

### Qruplar

Çətinlik elementinin tərifi:

1. Üstdə statik vəziyyət + əsas vəziyyət
2. Üstdə statik vəziyyət və/və ya Orta + əsas vəziyyət
3. Üstdə hərəkət və/və ya Orta + Üstdə statik vəziyyət və/və ya Orta + əsas vəziyyət
4. Üstün başlanğıc vəziyyəti + keçid + üstə son vəziyyəti + yeni əsas vəziyyət
5. Üstün başlanğıc vəziyyəti + üstə hərəkəti+ keçid+ üstə son vəziyyəti + yeni əsas vəziyyət
6. Qalxmaq + son vəziyyəti + əsas vəziyyət

Nr 1	Nr 2	Nr 3	Nr 4
3"	3" 3"	3"	3"
			
Nr 5	Nr 6		
3"	3"		



### **Fərdi elementlər**

Çətinliyə görə hesablanan hər 3 fərdi element Tarif mərəqlərində bəyan edilməlidir.

Seriyadakı bütün fərdi elementlər TV-də bəyan edilib, çətinliyin nəticəsi əldə olunur. Əgər fərdi element təkrarlanırsa və ya elan olunmursa, sonrakı elementə (-lərə) də çətinlik verilmir.

### **NÜMUNƏ:**

2) Rondat\_Flyik-Flyak\_irəliyə doğru salto = 3 element

Bu seriya maksimum sayı yerinə yetirir və çətinliyi qəbul etmək üçün bütün 3 element TV-də elan edilməlidir.

## ÖLCÜLMƏ PROSEDURU

Yarışlardan əvvəl idmançılar üzv federasiyanın **BİR** rəsmisinin və bütün ölçmələri qeyd edən akrobatika gimnastikası üzrə Texniki Komitəsinin təyin olunmuş nümayəndəsinin (-lərin) iştirakı ilə tibb üzrə həkim və ya fizioterapevt tərəfindən millimetmə qədər ölçüləcək.

1. Federasiya rəsmisi və TK nümayəndəsi qeydə alınmış ölçməni təsdiq edən protokolu imzalayır.

2. Mübahisə oluna biləcək hər hansı yenidən ölçmə və ya ölçmə üçün akrobatika gimnastikası üzrə TK-nin ən azı 1 üzvü iştirak etməlidir. Düzgün ölçmənin qarşısını almaq cəhdinə dair hər hansı bir şübhə yaranarsa, Ali Münsiflər Briqadasının 3 üzvü, o cümlədən Prezident iştirak etməlidir.

3. Tərəfdaşlıqdakı idmançılar eyni vaxtda ölçmə üçün təqdim etməyə borcludurlar və özlərində akkreditasiya kartları və pasportları olmalıdır. Bunlar tərəfdaşlıq üçün müsabiqə qeydiyyat nömrəsi ilə yoxlanılır.

4. Nümayəndə heyətinin rəhbəri və məşqçi öz rəqiblərinin ölçmə üçün təqdimatını təmin etmək üçün məsuliyyət daşıyırlar.

- Ölçmə, ölçmə üçün nəzərdə tutulmuş günlərdə məşqdən əvvəl və ya sonra həyata keçirilə bilər.
- Təyin olunmuş günlərdə ölçmə üçün gəlməyən idmançılar yarışda iştirakdan kənarlaşdırılacaqlar. Xəstəlik kimi müstəsna hallar üçün Ali münsiflər briqadasının sədri idmançının başqa vaxt ölçülməsi üçün tədbirlər görə bilər.

5. Tələb olunduqda ölçmə məşqçi və ya idmançı üçün seçim deyil. AMB, ölçü ilə bağlı sual yaranarsa və ya texniki işçilər tərəfindən təqdim edilən məlumatların düzgünlüyünə şübhə yaranarsa, yarış zamanı hər hansı tərəfdaşlığı ölçə və ya yenidən ölçə bilər.

6. Yenidən ölçmə, tələb olunarsa və ya zəruri olarsa, birinci təsnifat çıxışının yekunu ilə aparılmalıdır. Əks təqdirdə, orijinal ölçmə bütün yarış üçün dayanır və daha şübhə altına alınmaz.

- Yenidən ölçmə orijinal və digər 2 ölçüdə ən yaxşısı kimi götürülür. Bu 3-dən artıq ölçüyə icazə verilməyəcək. Əgər idmançı ölçmənin aparılmasına mane olarsa, bir xəbərdarlıqdan sonra ölçmə prosesi dayandırılacaq və AMB-nin sədri diskvalifikasiya tədbirləri görəcək.

7. Dəstək tərəfdaşları (əsaslar), ortalar (ikinci və ya üçüncülər) və ya zirvələr kimi çıxış edən bütün idmançılar ölçülür:

- köynək və ya yarış paltarında yalnız ayaqda.
- İdmançılar arxa üstə uzanmalı, düz, yerdə bir xətt üzərində, normal duruşda ayaqları birləşərək dizləri arxaya sıxılmalıdır. Çiyinlər rahatdır.
- Ayaqdan (daban) başın yuxarı hissəsinə qədər olan üfüqi uzunluq Elektron uzunluq ölçmə cihazı ilə ölçülür.

8. Hər hansı səbəbdən texnikinin göstərişləri ilə əməkdaşlıq etməyən idmançılar yalnız AMB-nin nümayəndəsi tərəfindən bir xəbərdarlıq alacaqlar. Hər hansı əlavə əməkdaşlıq olmaması yarışdan kənarlaşdırılma ilə nəticələnəcək.

9. Bütün göstəricilər və ölçülər texniki işçi tərəfindən düzgün olaraq qeyd alınır və imzalanır, həmçinin AMB-ə çatdırılır. AMB, yerinə yetirilən hər bir çıxışın yekun hesabından hansı idmançıların dözümlülük ölçüsünə görə cəza alacağını müəyyən edir.

10. İcazə verilən tərəfdaşlar arasında yerinə yetirilən hər bir çıxışın yekun xalından fərq 29 sm-dir (təxminən 29,99-a qədər).

- 30 sm-dən 34,99-a qədər fərq aşağıdakı cərimələrə malikdir:  
BÖYÜKLƏR 0.5
- Tərəfdaşlar arasında 35 sm və daha çox fərq aşağıdakı çıxılımlara malikdir:  
BÖYÜKLƏR 1.0

11. Qruplara tətbiq olunarkən, ən hündür partnyora nisbətən, növbəti ən hündür partnyorla fərq yuxarıdakı qaydalara uyğun olaraq ölçüləcək. Eyni şey növbəti üçün də keçərlidir.

12. İdmançı ölçmə prosesinə mane olmağa çalışarsa:

- Cütlük/qrup müsabiqədə iştirakdan kənarlaşdırılacaq.
- Yarış zamanı müvafiq federasiyaya xəbərdarlıq ediləcək.
- Tədbirdən sonra məsələ İntizam Komissiyasına göndəriləcək.
- Yarış dövrü ərzində istənilən vaxt eyni federasiyadan olan rəqiblər tərəfindən saxtakarlığın təkrarlanması federasiyanın sanksiyasına səbəb olacaq.

13. Alət aşağıdakı növlərə və standartlara cavab verməlidir:

1. Uzunluğa görə elektron lazer cihazı.
2. Bu cihazın uc tərəfi ştativin şaquli plitəsinə qarşı bərkidilmiş olmalıdır

**Nümunə:**



**Prototiplər:**

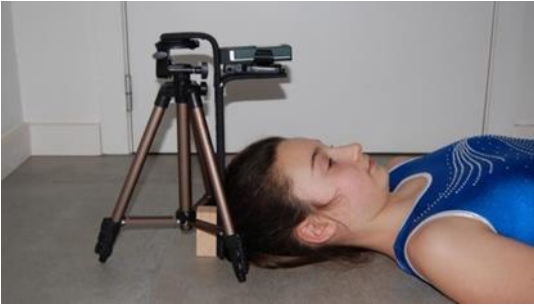


**Ölçmə üçün düzgün mövqelər**



1. Divara syknn topuqlar (ayaqlar yilir)
2. Dizlr geriy sxılır.
3. Bař neytral vziyytd.
4. iyinlr rahatdır.

### **lm n mvq shvlri**






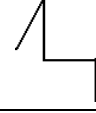

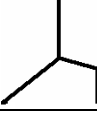



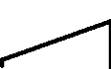





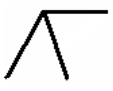

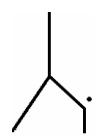



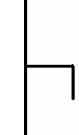

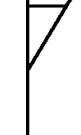




















- Shv 1: Divara dymmk v ayaq barmaqları il itlmk.  
Shv 2: Dizlr yilmiř.  
Shv 3: İrli kifoz (dairvi arxa).  
Shv 4: Lordoziz. (anaq yilmsindn kinin, omba n doęru aparılısın)  
Shv 5: Bařınızı yer qoymayın.






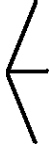

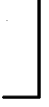






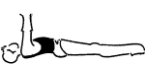


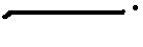

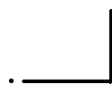








### **LAV 4**

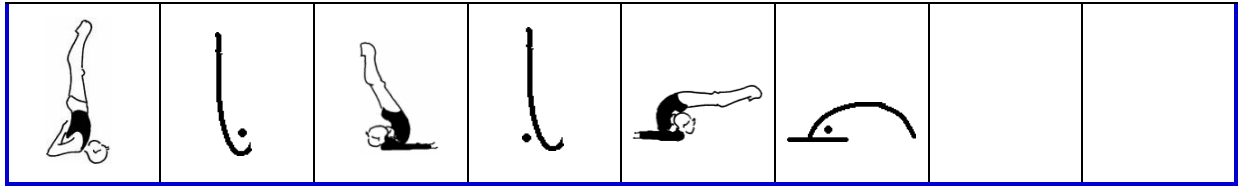
### **Kiik Qeydlr**



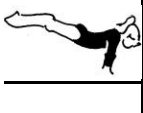
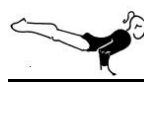


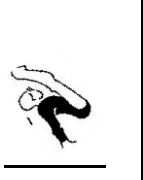
<b>1. Duruş</b>							
Əsas duruş		Oturaq vəziyyəti		Azad oturaq vəziyyət		Lunje	
							
Ayaqlar aralı		Ön dayaq		Körpü hərəkəti		Tripod vəziyyəti	
							
Azad tripod vəziyyəti		Yarım nidl vəziyyəti					
							
<b>2. Arabesk</b>							
arabesk		Attitude vəziyyəti		Stəkan forması		Göydə şpaqat vəziyyətində stəkan forması	
							
Arxaya əyilmə		Arxaya dərin əyilmə		Arxada müvazinet		Göz hərəkəti	
							
Bir ayaq göydə olaraq duruş		Ondə bir ayaq göydə duruş					
							
<b>3. şpaqat</b>							
Qutu vəziyyəti / ayaqlar yana şpaqat		Ayaqlar aralı şəkildə önə şpaqat					

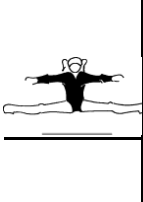

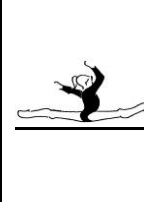
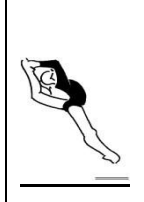
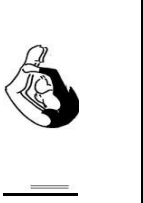

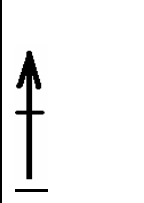
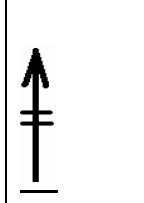
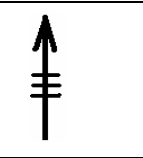
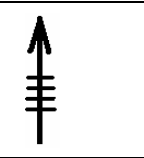

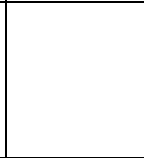
							








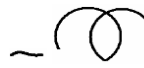

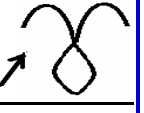
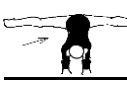

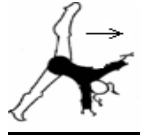

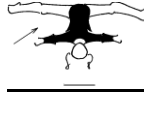

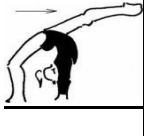


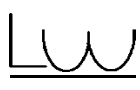
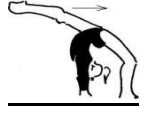
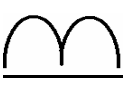
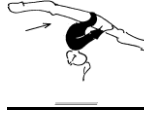


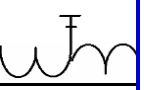




4.Oturuş							
Ayaqlar aralı		Ayağın biri hündürə qalxır		Yaponka / pankeyk vəziyyəti		Dizlər üstə duruş	
							
Dizlər üstə oturuş		1 ayaq üstə		Dizlər üstə başı arxaya aparmaqla ox vəziyyətini almaq			
							
5.Uzanma							
Bel üstə		Önə		Bel üstə uzanaraq ayaqlar qalxmış vəziyyətdə		Önə mələk vəziyyəti	
							
Bel üstə mələk vəziyyəti							
							
6.Baş							
Baş üzərində duruş		Baş üzərində dayaq					
							
7.Çiyinlər / sinə							
Çiyinlər üzərində duruş		Sinə üzərində duruş		Böyük "C" vəziyyəti			

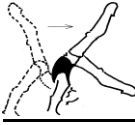
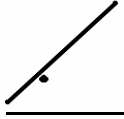




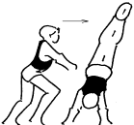


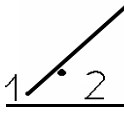
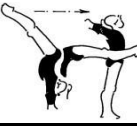
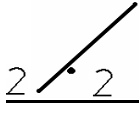
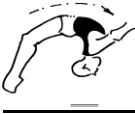





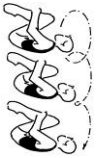












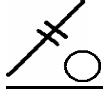


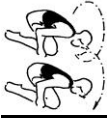
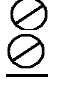





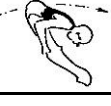









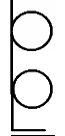

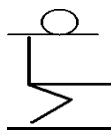


<u>8.Qol</u>							
<u>Yarım qol</u>		<u>Yarım 1 qol</u>		<u>Uzun qol</u>		<u>Uzun 1 qol</u>	
<u>Qollar bitişir</u>		<u>“Y” dayağı</u>		<u>Azad</u>			
<u>9.Əl üzərində duruş</u>							
<u>2 Əllər düz</u>		<u>Bir əl düz</u>		<u>Əllər bitişir</u>		<u>İki əllə “Meksikan vəziyyəti”</u>	
<u>1 Əl ilə meksikan vəziyyəti</u>		<u>İki əllə spaqat vəziyyəti</u>		<u>2 Dislok vəziyyəti</u>		<u>2 Bayraq vəziyyəti</u>	


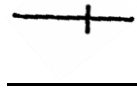

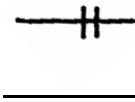

<u>Plans</u>	<u>2 Timsah vəziyyəti</u>	<u>2 Ayaqlar uzatmaq</u>	<u>Əllər yerdə ayaqları biryerdə bucaq vəziyyətinə gətirmək</u>
			
<u>Əllər yerdə ayaqları biryerdə bucaq vəziyyətinə gətirmək (rus)</u>			
			

<u>10. Tullanma</u>			
<u>Ayaqlar yana</u>	<u>Şpaqata</u>	<u>Ayaqların mövqeyini dəyişməklə şpaqat</u>	<u>1 Ayağın dabandan tutmaqla tullanma</u>
			
<u>2 Ayağın dabandan tutmaqla tullanma</u>	<u>Düz</u>	<u>180°</u>	<u>360°</u>
			
<u>540°</u>	<u>720°</u>	<u>Tullanıb ayaqları yana aparmaq</u>	
			






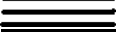

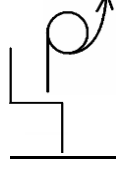

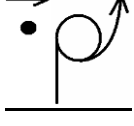



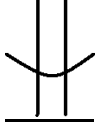



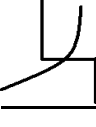





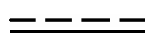





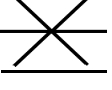
<b>11.Qolaylanma</b>							
<b>“cannonball” hərəkəti/...</b>							
							
<b>12.yuvarlanma</b>							
<b>İrəliyə</b>		<b>Arxaya</b>		<b>Yana</b>		<b>Mayallaq aşma</b>	
							
<b>13.Çarx hərəkəti</b>							
<b>Çarx hərəkəti</b>		<b>Yanaki çarx hərəkəti</b>		<b>Çarx hərəkəti “aerial”</b>		<b>Arxaya aşma</b>	
							
<b>Arxaya doğru yanaki aşma</b>		<b>İrəliyə doğru aşma</b>		<b>Sərbəst aşma</b>		<b>Rus aşması</b>	
							
<b>Valdez</b>		<b>Aşıb durmaq</b>					
							
<b>14.Yaya bənzər hərəkət</b>							


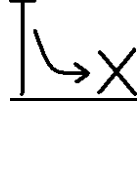
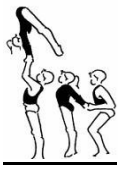

<u>Aşma</u>		<u>Flyak</u>		<u>Baş üzərindən aşma</u>		<u>Dairəvi şəkildə aşma</u>	
							
<b><u>Baş üzərindən aşma 1-2</u></b>		<b><u>uçaraq aşma 2-2</u></b>					
							
<b><u>15.Saltolar</u></b>							
<b><u>“Whip” hərəkəti</u></b>		<b><u>Arxaya</u></b>		<b><u>İki dəfə arxaya</u></b>		<b><u>Üç dəfə arxaya</u></b>	
							
<b><u>Arxaya beli bükülü</u></b>		<b><u>İki dəfə</u></b>		<b><u>Düz arxaya</u></b>		<b><u>İki dəfə düz</u></b>	
							
<b><u>180°</u></b>		<b><u>Arxaya doğru tam</u></b>		<b><u>Önə</u></b>		<b><u>İki dəfə önə</u></b>	
							
<b><u>Önə beli bükülü</u></b>		<b><u>Önə düz</u></b>		<b><u>Yana</u></b>		<b><u>“Barani” hərəkəti</u></b>	
							

							
<b><u>16.fırlanma</u></b>							
<b><u>180°</u></b>		<b><u>360°</u></b>		<b><u>540°</u></b>		<b><u>720°</u></b>	
							
<b><u>900°</u></b>		<b><u>Oturaraq fırlanma</u></b>		<b><u>Bir ayağı yuxarı iynə kimi qaldıraraq fırlanma</u></b>			
							

<b><u>17.iki insanın köməyi ilə "logroll" hərəkəti</u></b>							
<b><u>180°</u></b>		<b><u>360°</u></b>					
							
<b><u>18.Zirvə hərəkəti</u></b>							
<b><u>2 əl ilə zirvə</u></b>		<b><u>Cütlü zirvə</u></b>		<b><u>Səbət</u></b>		<b><u>Platforma</u></b>	
							



							
<b><u>İnsanın köməyi ilə zirvə</u></b>		<b><u>Baş üzərində zirvə</u></b>		<b><u>“Boost” hərəkəti</u></b>			
							
<b><u>19. Tutmaq</u></b>							
<b><u>Qollarla</u></b>		<b><u>Qruplaşmış qollarla</u></b>		<b><u>Önə aşaraq tutma</u></b>		<b><u>Arxaya aşaraq tutma</u></b>	
							
<b><u>Çiyinlərin üzərində</u></b>		<b><u>Əl üzərində</u></b>					
							
<b><u>20. “Miscellaneous” hərəkəti</u></b>							
<b><u>addımlar</u></b>		<b><u>“Diamidov” hərəkəti</u></b>		<b><u>Kəpənək hərəkəti</u></b>		<b><u>Dairəvi şəkildə yerdə dönmələr</u></b>	
							

<u>Qollar üzərində</u> <u>dayaq vəziyyətindən</u> <u>spaqat vəziyyətinə</u> <u>keçid</u>		<u>Arxaya doğru qol</u> <u>üzərində</u> <u>dayaq</u> <u>vəziyyətinə keçid</u>					
							

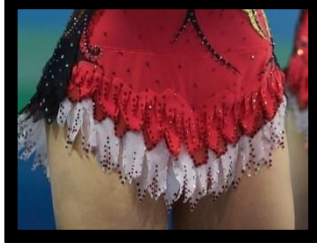
## Geyim Təlimatları

Aşağıdakı məqalələr QAYDALARA istinad edir

34.1 Yarış üçün geyim, aksesuarlar və köməkçi vasitələrin seçimi HKS-nin nəzərindədir. Xarakter və dizayn baxımından gimnastik olmalıdır. Geyim zərif olmalı və çıxışın bədiiyini tamamlamalıdır.

34.4 Yubkalar örtülməlidir, lakin leotard, tayt və ya unitard çanaq nahiyəsindən daha aşağı düşməməlidir.

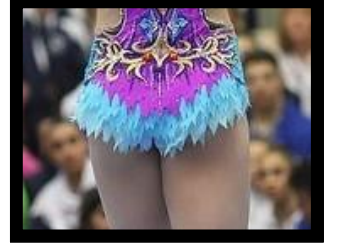
Düzgün uzunluqda yubka



Ön



Yan



Arxa

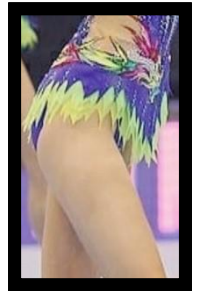
Yubka çox uzun



Yubka çox sıx



Yubka axadan çox qısadır



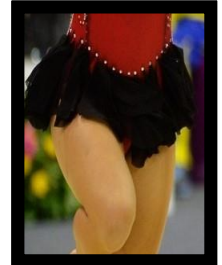
- “Balet tutu” və “ada çəməni yubka”-nın görünüşünə **icazə verilmir**



“ballet tutu”



“ada çəməni yubka”



Qadın ətkləri leotardın bir az altında və ya xəttini izləməlidir. Ombalara yaxın düşməlidirlər. Əlavə material çox olmamalıdır.

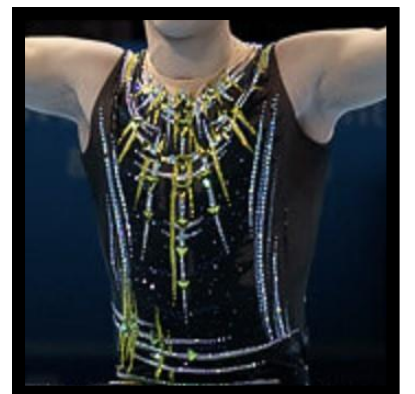
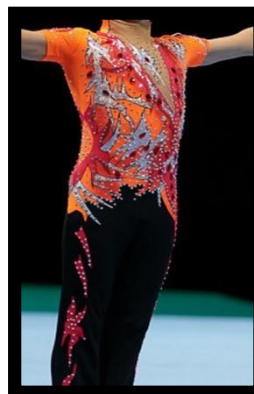
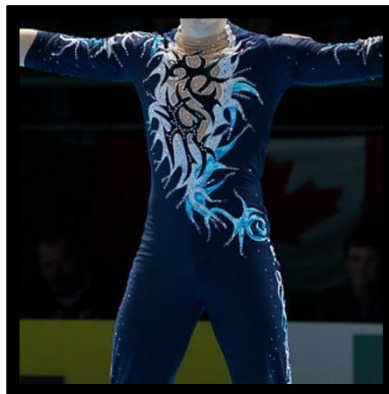
- Yubka qismən yox, hər tərəfdən olmalıdır.

Aşağıdaki stillərə icazə verilmir.



34.5 Kişilər gimnastika şortu və ya uzun gimnastika şalvarı ilə leotardlarda yarışa bilər. Bütöv kostyumlara/unitardlara icazə verilir.

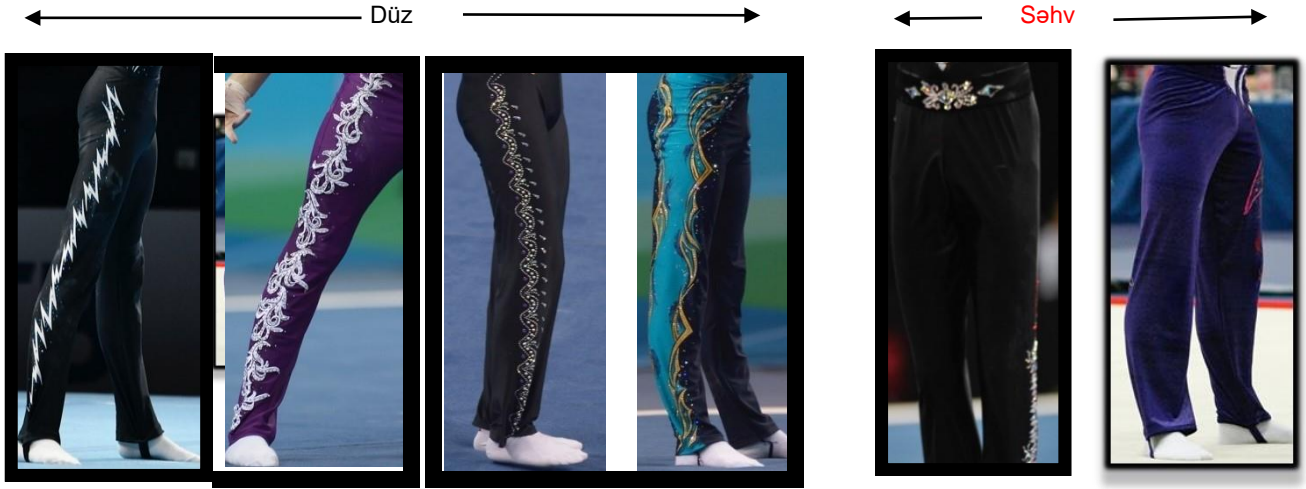
Kişi və oğlanlar üçün düzgün geyim



34.4 Çox tünd rəngli şalvarların, unitardların və ya taytların ayaqları yalnız bu şərtlə icazə verilir

- Açıq rəngli bəzək və ya naxışla ayaqların bütün uzunluğu ombadan topuğa qədər qırılır.

- Qırılma ayaqların yan tərəfində olmalı və sadə və həddindən artıq olmamalıdır.
- Ayaqları örtən parçanın uzunluğu və növü hər iki ayaqda eyni olmalıdır. Yalnız bəzək fərqli ola bilər.



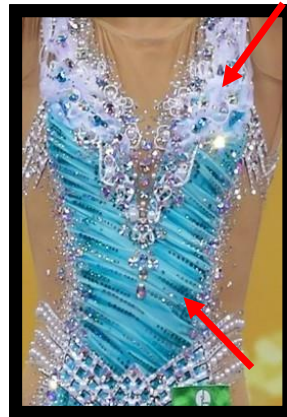
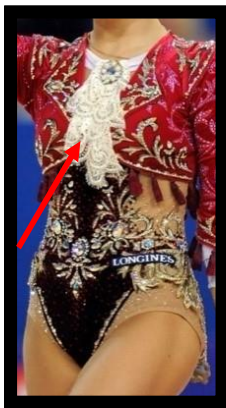
Leotard və yubkaların altında et rəngli taytlar geyinməyə icazə verilir.

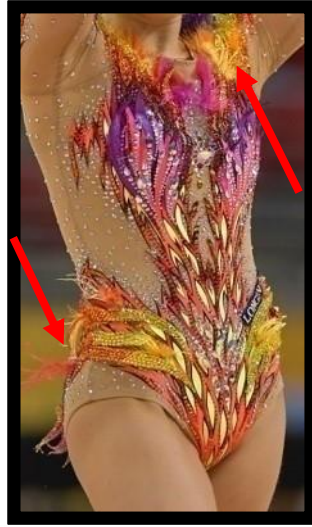
Səhv

Düz



34.4 Təhlükəsizliyə görə, boş paltarlara, qaldırılmış əlavələrə və aksesuarlara **icazə verilmir**.

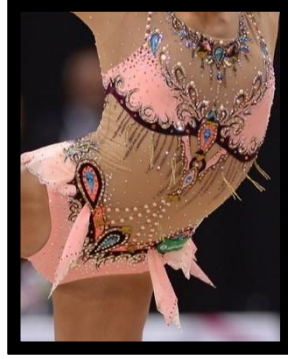
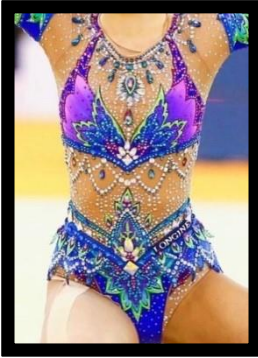




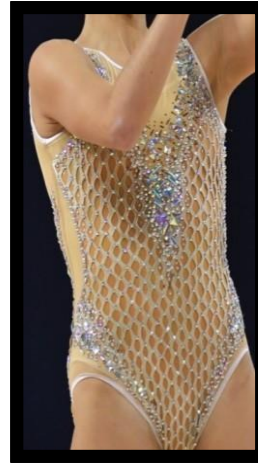
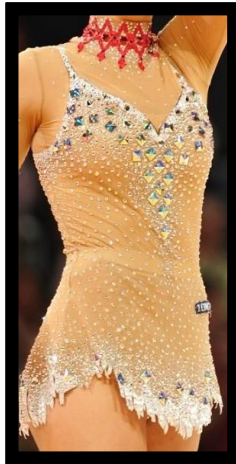
Açık renkler ve ət rəngli geyimlər astarlı olmalıdır!

34.8 Dizaynda t xribatçı,  im rlik paltarı v  foto ekill r qadağandır.

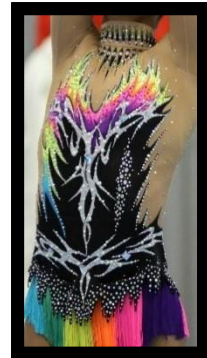
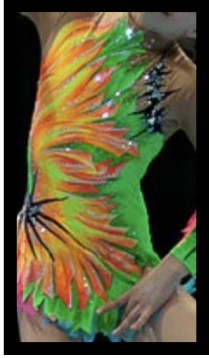
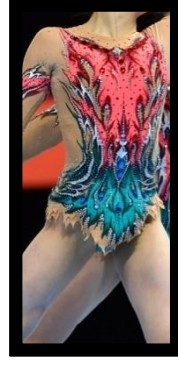
###  zg c l k kostyumu t rzi



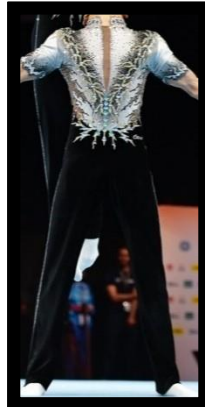
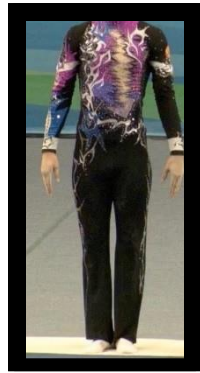
Dem k olar ki, b t n  t r ngli leotardlara **icaz  verilmir**.  unki televiziyada  ilpaqlıq kimi g r n r.



Qadınlar  c n g z l leotardlar



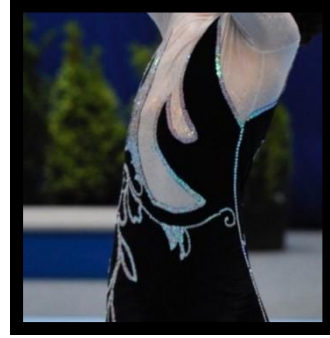
Kişiler için güzel leotardlar



Geyim TövsİYöleri

- Kişilər ət rənginin əhəmiyyətli sahələrini istifadə etməməlidirlər.

### Kişilər üçün çox ət rəngi



- Kişilər geyimdə istifadə olunan daşların miqdarını **məhdudlaşdırmalıdır**lar.
- “Geyim” tərzində geyimə **icazə verilmir**.



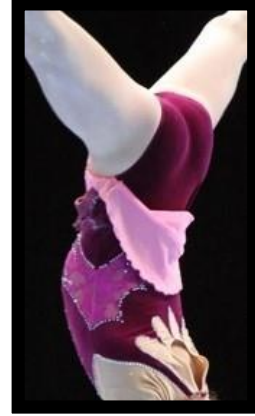
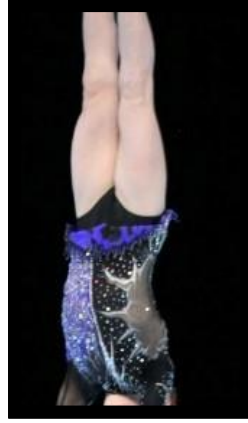
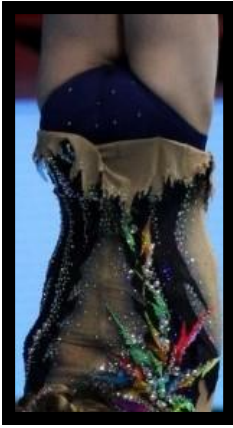
- Aşağıdakı “Xarakterli saç aksesuarlarına” icazə verilmir (35.3)



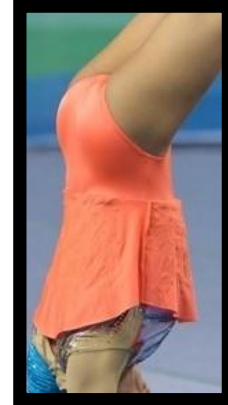
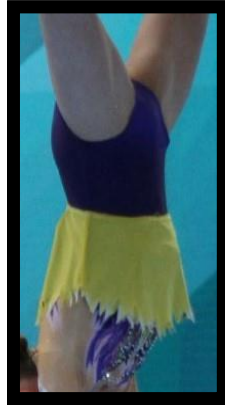
Gimnastlar başaşağı olanda “lampa” kimi görünməmək üçün yubkalar yanlardan tikilməlidir.



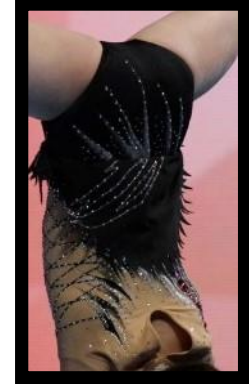
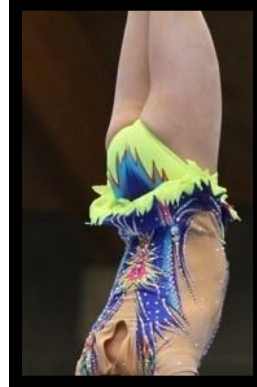
Düz



Səhv = "lampa" kimi vəziyyət olmamalıdır



İdeal olaraq, leotardın dizaynı alt və yubka ilə davam etməlidir



**ƏLAVƏ 6**

**TERMINLƏR LÜĞƏTİ**

<b>QAYDALAR</b>	
BGF	Beynəlxalq gimnastika federasiyası
AKG TK	Akrobatika gimnastikası üzrə Texniki Komitəsi.
Akrobatika	Bir və ya bir neçə digər idmançı ilə ortaq şəkildə alətin istifadəsi və köməkəyi olmamaq şərti ilə yerinə yetirilən xoreoqrafik çıxışda gimnastikanın bədii qarışıqı, dırmaşma, qurma, tarazlıq, çeviklik, güc, atma, uçma, tutma, qolaylanma, fırlanma, burulma, yuvarlanma, tullanma bacarıqları və çevikliklərin birləşməsinə əhatə edir.
Əsasnamələr	Gimnastikanın bütün növlərini tənzimləyən qaydalar.
TR	Gimnastika idman növündə yarışlarda iştirak qaydalarını əhatə edən BGF-nin Texniki rəqlamenti.
AKG-XTR	Akrobatika gimnastikası növündə iştirak üçün BGF-nin Xüsusi texniki rəqlamentləri. Onlar Texniki rəqlamentin 5-ci bölməsində nümayiş edilir.
Hakimlərin qaydaları	BGF-nin Ümumi hakimlərin qaydaları bütün gimnastika növlərinin riayət etməli olduğu ümumi prinsipləri əks etdirir. Akrobatika üçün Xüsusi hakimlik qaydaları yalnız akrobatika gimnastikası ilə bağlı təfərrüatları təmin edir. Qaydalara əlavədə IRCOS-dan istifadə və AMB-nin rolu təsvir edilmişdir.
Qaydalar	Akrobatika gimnastikası üzrə yarışlarda iştirak qaydaları, iştirakçılar, məşqçilər və hakimlər arasında müqavilə təşkil edir və məşqlərin strukturu və tərkibi, akrobatika gimnastikasının hər bir aspektində mükəmməlliyə nail olmaq üçün meyarları müəyyən edir.
Abreviatur	Hakimlər üçün universal bir dil təmin edən və yerinə yetirilən çıxışları qiymətləndirərkən qeydlərin aparılmasında istifadə olunan qeyd simvolları sistemi. Sistem qaydaların 4-cü əlavəsində verilmişdir.
Çətinlik cədvəlləri	Çətinlik elementlərinin dəyərinin hesablanma biləcəyi matris. Elementin hər bir elementi və ya hissəsi ədədi qiymətə malikdir.
Tarif vərəqi	Yarış iştirakçıların bir yarışda nə etmək niyyətində olduqlarının təsviri diaqramı. Hər bir çətinlik elementi icra qaydasında qeydə alınır və çətinlik cədvəllərinə istinadla müəyyən edilən çətinlik dəyəri verilir. Tarif vərəqəsi həmçinin çıxış üçün maksimum çətinlik dəyərinin və icradan əvvəl maksimum çətinlik qiymətinin hesablanmasını təmin edir.
<b>YARIŞ KATEQORİYASI</b>	
Yarışlar	Akrobatika gimnastikasının 5 növü.
QC	Qadın cütlüyü
KC	Kişi cütlüyü
QaC	Qarışıq cütlüyü
QQ	Qadın qrupu
KQ	Kişi qrupu
<b>Çıxışlar</b>	
Çıxışlar	Akrobatika gimnastikasının balans, temp və qarışıq hərəkətlər xarakteristikası yarış qaydaları.
Balans	Bu termin, rəqiblərin güc, çeviklik, elastiklik, statik duruşlar, dayaqlar və hərəkətlər nümayiş etdirməli olduğu yarış çıxışına tətbiq edilir. Kompozisiyada xarakterik olaraq statik duruşlu elementlər üstünlük təşkil edir.
Temp	Rəqiblərin xarakterik olaraq uçuşa başlamaq, kömək etmək, dayandırmaq və dayandırmaq bacarığını nümayiş etdirməli olduğu yarış çıxışına tətbiq edilən termin.
Qarışıq	Rəqiblərin həm balans, həm də temp hərəkətlərin xüsusiyyətlərini nümayiş etdirməli olduğu yarış məşqinə tətbiq edilən termin.

Artistizm	Yarış çıxışının quruluşu və bədii tərkibi və dizaynı.
İcra	Yarış çıxışının yerinə yetirilməsinin texniki məziyyəti.
Çətinlik	Çıxış kompozisiyası üçün seçilmiş elementlərin dəyəri.
Çətinlik Dəyəri	Çıxışda yerinə yetirilən hər bir çətinlik elementinin Çətinlik cədvəllərinə istinad edərək hesablanmış Çətinlik dəyəri var.
Açıq Çətinlik	Məşqin yerinə yetirilməsi və Çətinlik dəyərinin müəyyən edilməsi üçün akkredite oluna bilən çətinlik dəyərinin miqdarına heç bir məhdudiyət yoxdur.
Qapalı Çətinlik	Çıxışda akkredite olunmuş Çətinlik dəyərinin miqdarı məhdudlaşdırılır. Bu, gənclər və yaş qrup kateqoriyası yarışlarında baş verir.
Statik duruş	Tələb olunduqda, Cütlük və ya Qrup tərəfindən 3 saniyə ərzində tutulan mövqe.
Hərəkət	Statik elementə hərəkət və ya bir statik elementi digərinə bağlamaq.
Üst tərəfdən hərəkət: Cütlükdə bazanın hərəkəti:	Bir mövqedən digər mövqeyə keçmək və 3 saniyəlik statik duruş ilə bitirmək.
Alətin üzərinə qalxma	Yerdən və ya tərəfdaşdan daha yüksək nöqtədə statik bir mövqeyə doğru hərəkət və 3 saniyəlik duruş ilə bitir .
Duruşlar	Müəyyən edilmiş müddət ərzində statik mövqələr.
Qısa duruşlar	Düzgün müddət ərzində dayana bilməyən Balans və Qarışıq hərəkətlərdə statik saxlayır. Onlar tələblərə çatmır. Hər bir itkin saniyə üçün Çətinlik Hakimləri tərəfindən ümumi baldan saniyədə 0,3 cərimə alınır.
Dəyişikli piramida	Xalçaya getmədən hərəkətlə bağlanan 2 və ya daha çox hissədən ibarət Qadın və ya Kişi Qrupu çıxışda piramida.
Dəyişikli qrup	Bir baza mövqeyində statik duruşdan başqa bir bazada statik duruşa. 3 saniyədən 3 saniyəyə
Salto	Salto kimi də tanınır.
Tərəfdaşdan tərəfdaşa tutma	Bir tərəfdaşdan digər tərəfdaşa uçuş
Yerdən tərəfdaşa tutma	Yerdən tərəfdaşa uçuş
Dinamik element	Yenidən yerə enməzdən əvvəl əlavə uçuş əldə etmək üçün tərəfdaş(lar)-ın qısa yardımı ilə yerdən uçuş.
Sıçrama	Tərəfdaş(lar)-dan yerə uçuş və ya tərəfdaşla qısa təmasdan sonra yerə.
Temp bağlantısı	Temp və ya qarışıq hərəkətlərdə iki element ikinci hazırlıq olmadan dərhal ardıcıl olaraq yerinə yetirilməklə əlaqələndirildikdə.
Fərdi elementlər	Çətinlik elementləri hər bir yarışma məşqində eyni vaxtda və ya dərhal ardıcıl olaraq yarış iştirakçıları tərəfindən fərdi olaraq yerinə yetirilir.
Bənzər Element	Bənzər element BÜTÜN aspektləri ilə eynidir. O, eyni başlanğıc və bitiş mövqeyinə, eyni formaya, fırlanma və istiqamətə malikdir.
<b>FƏRDI ELEMENTLƏR</b>	
Statik Duruşlar və Güc	Məs. əl üzərində duruş; baş üzərində duruş; ayaq üstə duruş; dirsək, çiyin və sinə üzərində duruş və saxlanılır; qaldırmalar
Elastikliklər:	Məsələn: şpaqatlar, aşmalar, körpü hərəkətləri
Çevikliklər:	Məs. yuvarlanmalar, çarx hərəkətləri (sərbəst çarx hərəkəti və sərbəst aşma daxil olmaqla) və qısa müddətə saxlanmış vəziyyətdə yerə enən elementlərin birləşmələri.
Yuvarlanma:	"R" vəziyyəti, flik-flak, saltolar, aşma... Elementlərdən əvvəl hərəkət (qaçış) olmalı və elementin xarakterinə uyğun olaraq bir və ya iki ayaq üzərinə enməlidir.
<b>HAKİMLƏR</b>	
Ali münisflər briqadası (AMB)	AMB. Yarışın hazırlıqdan yekuna qədər bütün aspektlərinə nəzarət edir.
Hakimlər kollegiyasının sədri (HKS)	Yarış məşqinin yerinə yetirilməsi üçün yekun xali müəyyən etmək üçün çıxış üçün ümumi hesaba cəza tətbiq edən hakimlər heyətinin nəzarətçisi.
Çətinlik üzrə hakim (ÇH)	Yarışda yerinə yetirilən bir çıxış üçün çətinlik qiymətinin müəyyən edilməsində əməkdaşlıq edən çətinlik hakimləri. Hər yarışda 5 tədbir kateqoriyasının hər biri üzrə püşkatma yolu ilə yarışa gəlməzdən əvvəl təyin edilmiş 2 hakim var.
Artistizm üzrə hakim (AH)	AH. Hakim yerinə yetirilən çıxışı onun sənətkarlığına və bədii ləyaqətinə görə qiymətləndirir.
İcra üzrə hakim (İH)	İH. Hakim yerinə yetirilən çıxışı onun texniki üstünlüyünə və icrasına görə qiymətləndirir.
Apellyasiya münisflər heyəti	Yarışlarda ən yüksək səlahiyyət. AMB-nin qərarlarına qarşı şikayətləri qəbul edir.

<b>HAKİMLİK</b>	Çıxışların qiymətləndirilməsi.
Açıq hakimlik	Bütün hakimlərin xalları çıxışın qiymətləndirilməsindən dərhal sonra ictimaiyyətə nümayiş olunur
Xüsusi tələb (XT)	Bir çıxışın tərkibi üçün tələb olunan məcburi elementlər bunlar çətinlik üzrə hakimlər tərəfindən yoxlanılır və hər bir çatışmayan tələbin yerinə yetirilməsi üçün Ümumi Hesaba 1.0 cəza tətbiq edilir.
Çıxış vaxtı	Çıxışın müddəti balans və qarışıq hərəkətləri üçün 2 dəqiqə 30 saniyədən və temp hərəkətləri üçün 2 dəqiqədən çox olmamalıdır.
Çıxış müddəti üçün cərimə	Hər ikinci əlavə vaxta görə çıxış üçün ümumi xaldan 0,1 cərimə çıxılır.

<b>XALLAR</b>	
Xallar	Çıxış üçün verilən qiymətlərdən hesablama aparılır.
Xal	Ən çox 10.00 xaldan çıxılan xətalara görə cəzalar nəzərə alınmaqla yerinə yetirilən çıxışa üçün artistizm və ya texniki hakim tərəfindən verilən ədədi hesablama.
A-xalı	Yarış çıxışı üçün artistizm xalı. Bu, (2) ən yüksək və (2) ən aşağı xalların aradan qaldırılmasından sonra 4 hakimdən (və ya 6 hakimdən) ibarət artistizm üzrə Hakimlər Kollegiyasının orta 2 xalının orta hesablanması ilə müəyyən edilir.
İ-xalı	Yarış çıxışı üçün icra xalı. 4 hakimdən (və ya 6 hakimdən) ibarət icra üzrə Hakimlər Kollegiyasının orta 2 xalının orta hesabla (2) ən yüksək və (2) ən aşağı balın 2-yə vurulması ilə müəyyən edilir.
Ç-xalı	2 Çətinlik üzrə hakim tərəfindən müəyyən edilən bir çıxış üçün Çətinlik xalı
Ümumi xal	İcra edilən çıxış üçün A + D+ E xallarının cəmi.
Yekun xal	HKS və ÇH-lər tərəfindən hər hansı cərimələr ümumi xaldan çıxıldıqdan sonra yerinə yetirilən çıxış üçün xal.
HKS-nin cərimələr	Ölçü, çıxış müddətindəki nasazlıqlar, geyim, xətt kənarı çıxma xətalrı və gec Tarif vərəqləri üçün Hakimlər Sədri tərəfindən performansə görə (A + E + D xalları) ümumi xaldan alınan cərimələr.
ÇH-nin cərimələr	Xüsusi tələblərin yerinə yetirilməməsinə, durma müddətində səhvlərə və yanlış Tarif vərəqlərinə görə ÇH-lər tərəfindən performansə görə (A +E + D xalları) Ümumi xaldan alınan cərimələr
Düzümlülük	İcra və ya artistizm üzrə hakimlər tərəfindən verilən iki orta xal arasında məqbul olan maksimum diapazon VƏ HKS və ya AMB müdaxiləsindən əvvəl bütün icra/artistizm üzrə hakimlər üçün ən yüksək və ən aşağı xallar arasında icazə verilən maksimum diapazon.
Hakimlər Kollegiyası	HKS (Sədr), artistizm, icra və çətinlik üzrə hakimlər daxil olmaqla 9-15 hakimdən ibarət qrup. Kollegiyanın hər bir komponenti çıxışın qiymətləndirilməsində fərqli diqqət nöqtəsinə malikdir.
<b>BƏDƏN ÖLÇÜLƏRİ</b>	
Kütlə	Yarış iştirakçısının çəkisi və bədən kütləsi.
Ölçü	Tərəfdaşların baş hündürlüyü arasında boy hündürlüyü.
Bədən növləri	Yarış iştirakçılarının bədən növü, somatotipi və ya morfologiyası Endomorfdan Endo-Mezoya, Mezomorfaya Mezo-Ektoya Ektomorfaya qədər uzun bir pilləli nümunəni qiymətləndirir. Akrobatlar adətən eyni qrupdakı tərəfdaşlarla və ya bədən tiplərinin hər iki tərəfində birdən çox olmayan dərəcə ilə işləyirlər. Hər bədən növü arasında dərəcələr var.
Endomorf	Armut və ya üçbucaq formalı bədən, çiyin enindən daha geniş omba qurşağı ilə. Kütlə, bədən qalan hissəsindən daha çox itburnu ətrafında paylanmağa meyillidir. Ən tez-tez akrobatik tərəfdaşlıqlarda əsas kimi görülür.
Mezomorf	Əzələ fizikası. Uzunbucaqlı gövdə görünüşünü verən yaxşı nisbətli kütlə. Omba eni adətən çiyin genişliyinə daha kiçik və ya bərabərdir. Yaxşı zirvələri və əsasları düzəldin.
Ektomorf	Uzun arıq bədən quruluşu. Uzun əzələlər. Daha tez-tez tərəfdaşlıqda üstə rast gəlinir. Əzələlilik elementinə sahib olmaq lazımdır.
Baza	Bir cüt və ya qrupda dəstəkləyici tərəfdaş
Orta	Bir qrupda dəstəkləyici tərəfdaş
Baş	Statik mövqeləri və uçuş elementlərini yerinə yetirən bir cüt və ya qrupdakı tərəfdaş