


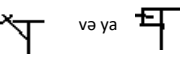














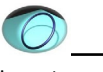


2024-cü il üçün bədii gimnastika üzrə milli yarışların proqramı





Ölkədə qrup hərəkətləri proqramının inkişafı məqsədilə Azərbaycan və Bakı birinciliyində 2014-2016-cı və ya 2012-2013-cü il təvəllüdü gimnastlardan ibarət qrup hərəkətləri komandalarının iştirakı tövsiyə olunur.







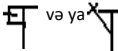





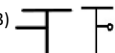



Yarışın adı	Proqram Fərdi/Grup	Yaş kateqoriyaları	Alət	Bədən çətinlik elementlərinin sayı	Çətinlik (D) üzrə maksimal xal	Xüsusi tələblər	Sağ ayaq	Sol ayaq	Cərimə xalları DB-DA
Bakı Birinciliyi	Fərdi proqram	Balacalar (2014-2016-cı il təvəllüdlülər)	Alətsiz	7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 6 xaldan İcra (E) 10.00 6 xaldan (Beynəlxalq Gimnastika Federasiyasının (FIG) proqramına əsasən)	<ul style="list-style-type: none"> FIG-nin qaydalarına əsasən ən çox 7 çətinlik elementi Hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla ən azı 3 rəqs addımları kombinasiyası (ən azı 8 saniyə ərzində) 4 görünən dalğa – DB briqadası tərəfindən hər biri 0,30 qiymətləndirilir Hər birinin dəyəri 0.50 xal olmaqla ən azı 2 və ən çoxu 4 pre-akrobatik seriya (ən azı 3 elementdən ibarət olmaqla) pre-akrobatik elementlər təkrarlana bilməz (BGF-nin qaydalarına əsasən) DA briqadası qiymətləndirir <p>Qeyd: DB çətinlik cədvəlindən yalnız 0,10-dan 0,50-ə qədər bədən çətinliyi elementlərindən istifadə etmək mümkündür.</p>	Alətsiz hərəkətlərdə mütləq edilməlidir: 1)  («çosse» ilə) kombinasiya edilmiş bədən çətinliyi 2) ) və əksinə 3) 	 və ya  	Çıxışda məcburi bədən elementlərinin olmasa hakimin çətinliyə görə cərimə xalı -0,50-dir (hər çatışmayan element üçün) Xüsusi Tələblərdən hər hansı biri olmadıqda – cərimə xalı -0,30 çıxılır DB və DA briqadasının hakimləri DƏYƏRİ 0.50 XALDAN YUXARI OLAN BƏDƏN ÇƏTİNLİYİ ELEMENTLƏRİ QIYMƏTLƏNDİRİLMƏYƏCƏKİ!
				3-7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 6 xaldan İcra (E) 10.00 6 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən Diqqət: (Gimnastın üstünlük vermədiyi əli ilə işin daxil olduğu ən azı 2 bədən çətinliyi elementi) Qeyd: DB çətinlik cədvəlindən yalnız 0,10-dan 0,50-ə qədər bədən çətinliyi elementlərindən istifadə etmək mümkündür.	Birləşmiş çətinlikdə hər bir çətinlik 0,50 dəyərinə malik ola bilər Ümumi qiymət maximum 1.00 xal		Gimnastın üstünlük vermədiyi əli ilə hərəkət edilmədikdə bədən çətinliyi briqadasının hakimi tərəfindən 0.30 cərimə xalı çıxılır. DƏYƏRİ 0.50 XALDAN YUXARI OLAN BƏDƏN ÇƏTİNLİYİ ELEMENTLƏRİ QIYMƏTLƏNDİRİLMƏYƏCƏKİ!
				3-7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 6 xaldan İcra (E) 10.00 6 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən Diqqət: (Gimnastın üstünlük vermədiyi əli ilə işin daxil olduğu ən azı 2 bədən çətinliyi elementi) Qeyd: DB çətinlik cədvəlindən yalnız 0,10-dan 0,50-ə qədər bədən çətinliyi elementlərindən istifadə etmək mümkündür.	Birləşmiş çətinlikdə hər bir çətinlik 0,50 dəyərinə malik ola bilər Ümumi qiymət maximum 1.00 xal		DƏYƏRİ 0.50 XALDAN YUXARI OLAN BƏDƏN ÇƏTİNLİYİ ELEMENTLƏRİ QIYMƏTLƏNDİRİLMƏYƏCƏKİ!
		Yeniyetmələr (2012-2013-cü il təvəllüdlülər)	Alətsiz	Maksimum 7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 6 xaldan İcra (E) 10.00 6 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	<ul style="list-style-type: none"> FIG-nin qaydalarına əsasən ən çox 7 çətinlik elementi Hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla ən azı 3 rəqs addımları kombinasiyası (ən azı 8 saniyə ərzində) Hər birinin dəyəri 0.50 xal olmaqla ən azı 2 və ən çoxu 4 pre-akrobatik seriya (ən azı 3 elementdən ibarət olmaqla) pre-akrobatik elementlər təkrarlana bilməz (BGF-nin qaydalarına əsasən) DA briqadası qiymətləndirir 4 görünən dalğa – DB briqadası tərəfindən hər biri 0,30 qiymətləndirilir 	Alətsiz hərəkətlərdə mütləq edilməlidir: 1)  kombinasiya edilmiş bədən çətinliyi 2)  ən azı beş) onlardan biri ikili olmalıdır 3)  (addımdan darhal yarım barmaq üzərinə qalxmaq) və əksinə VƏ YA 4)  (addımdan darhal yarım barmaq üzərinə qalxmaq) və əksinə		Çıxışda mütləq bədən elementləri olmasa, çətinlik üzrə hakim tərəfindən – 0.50 cərimə xalı çıxılır (olmayan hər bir elementə görə). Xüsusi tələblərdən hər hansı biri yerinə yetirilməzsə, bədən çətinliyi briqadasının hakimi tərəfindən 0.30 cərimə xalı çıxılır.
				3-7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 6 xaldan İcra (E) 10.00 6 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən	Birləşmiş çətinlikdə hər bir çətinlik 0,50 dəyərinə malik ola bilər Ümumi qiymət maximum 1.00 xal		



Yarışın adı	Proqram Fərdi/Qrup	Yaş kateqoriyaları	Alət	Bədən çətinlik elementlərinin sayı	Çətinlik (D) üzrə maksimal xal	Xüsusi tələblər	Sağ ayaq	Sol ayaq	Cərimə xalları DB və DA
				3-7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	Birləşdirilmiş çətinlikdə hər bir çətinlik 0,50 dəyərində malik ola bilər			Gimnastın üstünlük vermədiyi əli ilə hərəkət edilmədikdə bədən çətinliyi briqadasının hakimi tərəfindən 0.30 cərimə xalı çıxılır.
		Yeniyetmələr (2011-ci il təvəllüdürlər)			(D) – AÇIQ XAL Artistizm 10 xaldan İcra (E) – 10.00 xaldan	Gənclər üçün FIG-nin proqramına əsasən			
		Gənclər (2009-2010-cu il təvəllüdürlər)			(D) – AÇIQ XAL Artistizm 10 xaldan İcra (E) – 10.00 xaldan	FIG-nin proqramına əsasən			
	Qrup hərəkətləri	Balacalar (2014-2016-cı il təvəllüdürlər)	Alətsiz 4, 5 və ya 6 gimnast	FIG-nin qaydalarına əsasən ən çoxu 7 çətinlik elementi	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	Çıxış müddəti 1:30-2:00 dəq. Çıxışın texniki dəyəri: (Briqada – DB) ən azı 1 və ən çoxu 2 pre-akrobatik seriya BGF-nin qaydalarına əsasən hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla (ən azı 2 hərəkətdən ibarət olmaqla) (pre- akrobatik elementlər təkrarlana bilməz) Hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla 3 aydın görünən dalğa hərəkəti Hər birinin dəyəri 0.50 xal olmaqla, ən azı 3 rəqs addımları kombinasiyası (hər biri ən azı 8 saniyə olmaqla) (Briqada – DA) hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla ən azı 5 əməkdaşlıq Hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla ən azı 5 yenidən düzülmə			Çıxışda təqdim olunmayan hər dalğa hərəkəti üçün bədən çətinliyi hakimi tərəfindən 0.30 cərimə xalı çıxılır. Pre-akrobatik elementlər seriyasının hər birinin olmaması üçün bədən çətinliyi hakimi tərəfindən 0.30 cərimə xalı çıxılır. Əməkdaşlıqların hər birinin olmaması üçün alət çətinliyi hakimi tərəfindən 0.30 cərimə xalı çıxılır. Yenidən düzülmənin hər birinin olmaması üçün artistizm üzrə hakimler tərəfindən 0.30 cərimə xalı çıxılır.
				FIG-nin proqramına əsasən	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 6 xaldan İcra (E) 10.00 6 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən			
		Yeniyetmələr (2012-2013-cü il təvəllüdürlər)	5 gimnast 	FIG-nin proqramına əsasən	(D) – AÇIQ XAL Artistizm 10 xaldan İcra (E) – 10.00 xaldan	FIG-nin proqramına əsasən			
		Gənclər (2009-2011-ci il təvəllüdürlər)	5 gimnast  	FIG-nin proqramına əsasən	(D) – AÇIQ XAL Artistizm 10 xaldan İcra (E) – 10.00 xaldan	FIG-nin proqramına əsasən			




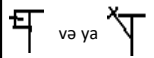
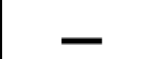




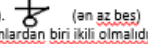




Yarışın adı	Proqram Fərdi/Qrup	Yaş kateqoriyaları	Alət	Bədən çətinlik elementlərinin sayı	Çətinlik (D) üzrə maksimal xal	Xüsusi tələblər
Azərbaycan Çempionatı	Fərdi proqram	Yeniyyətlər (2011-ci il təvəllüdlülər)		Gənclər üçün FIG-nin proqramına əsasən	(D) – AÇIQ XAL Artistizm 10 xaldan İcra (E) – 10.00 xaldan	FIG-nin proqramına əsasən
		Gənclər (2009-2010-cu il təvəllüdlülər)		FIG-nin proqramına əsasən	(D) – AÇIQ XAL Artistizm 10 xaldan İcra (E) – 10.00 xaldan	FIG-nin proqramına əsasən
		Boyuqlar (2008-ci il və daha böyuqlər)		FIG-nin proqramına əsasən	(D) – AÇIQ XAL Artistizm 10 xaldan İcra (E) – 10.00 xaldan	FIG-nin proqramına əsasən
	Qrup hərəkətləri	Gənclər (2009-2011-ci il təvəllüdlülər.)	5  5 	FIG-nin proqramına əsasən	(D) – AÇIQ XAL Artistizm 10 xaldan İcra (E) – 10.00 xaldan	FIG-nin proqramına əsasən
		Boyuqlar (2008-ci il və daha böyuqlər)	FIG-nin proqramına əsasən	FIG-nin proqramına əsasən	(D) – AÇIQ XAL Artistizm 10 xaldan İcra (E) – 10.00 xaldan	FIG-nin proqramına əsasən







Qeyd: Azərbaycan milli komandasının böyuqlərdən və gənclərdən ibarət qrup hərəkətləri komandalalarının tərkibində çıxış edən gimnastlar 1-4 çıxış icra edərək, fərdi proqramda iştirak etmək hüququna malikdirlər.


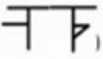



















Yarışın adı	Proqram Fərdi/Qrup	Yaş kateqoriyaları	Alət	Bədən çətinlik elementlərinin sayı	Çətinlik (D) üzrə maksimal xal	Xüsusi tələblər	Sağ ayaq	Sol ayaq	Cərimə xalları DB-DA
Bakı çempionatı	Fərdi proqram	Balacalar (2014-2016-cı il təvəllüdlülər)	Alətsiz	7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	<ul style="list-style-type: none"> Hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla ən azı 3 rəqs addımları kombinasiyası (ən azı 8 saniyə ərzində) 4 görünən dalğa – DB briqadası tərəfindən hər biri 0,30 qiymətləndirilir Hər birinin dəyəri 0.50 xal olmaqla ən azı 2 və ən çoxu 4 pre-akrobatik seriya (ən azı 3 elementdən ibarət olmaqla) pre-akrobatik elementlər təkrarlana bilməz (BGF-nin qaydalarına əsasən) DA briqadası qiymətləndirir <p>Qeyd: DB çətinlik cədvəlindən yalnız 0,10-dan 0,50-ə qədər bədən çətinliyi elementlərindən istifadə etmək mümkündür.</p>	<p>Alətsiz hərəkətlərdə mütləq edilməlidir:</p> <p>1)  (şössə ilə)</p> <p>kombinə edilmiş bədən çətinliyi</p> <p>2)  () və əksinə</p> <p>3) </p>	<p> və ya </p> <p>—</p>	Çıxışda məcburi bədən elementlərinin olmasa hakimin çətinliyə görə cərimə xalı -0,50-dir (hər çatışmayan element üçün) Xüsusi Tələblərdən hər hansı biri olmadıqda – cərimə xalı -0,30 çıxılır DB və DA briqadasının hakimləri DƏYƏRİ 0.50 XALDAN YUXARI OLAN BƏDƏN ÇƏTİNLİYİ ELEMENTLƏRİ QIYMƏTLƏNDİRİLMƏYƏCƏK!
				3-7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən Diqqət: Qeyd: DB çətinlik cədvəlindən yalnız 0,10-dan 0,50-ə qədər bədən çətinliyi elementlərindən istifadə etmək mümkündür.	Birləşmiş çətinlikdə hər bir çətinlik 0,50 dəyərinə malik ola bilər Ümumi qiymət maksimum 1.00 xal		DƏYƏRİ 0.50 XALDAN YUXARI OLAN BƏDƏN ÇƏTİNLİYİ ELEMENTLƏRİ QIYMƏTLƏNDİRİLMƏYƏCƏK!
				3-7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən Diqqət: (Gimnastın üstünlük vermədiyi əli ilə işin daxil olduğu ən azı 2 bədən çətinliyi elementi) Qeyd: DB çətinlik cədvəlindən yalnız 0,10-dan 0,50-ə qədər bədən çətinliyi elementlərindən istifadə etmək mümkündür.	Birləşmiş çətinlikdə hər bir çətinlik 0,50 dəyərinə malik ola bilər Ümumi qiymət maksimum 1.00 xal		DƏYƏRİ 0.50 XALDAN YUXARI OLAN BƏDƏN ÇƏTİNLİYİ ELEMENTLƏRİ QIYMƏTLƏNDİRİLMƏYƏCƏK! Gimnastın üstünlük vermədiyi əli ilə hərəkət edilmədikdə bədən çətinliyi briqadasının hakimləri tərəfindən 0.30 cərimə xalı çıxılır.
		Yeniyyətələr (2012-2013-cü il təvəllüdlülər)	Alətsiz	Maksimum 7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	<ul style="list-style-type: none"> FIG-nin qaydalarına əsasən ən çox 7 çətinlik elementi Hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla ən azı 3 rəqs addımları kombinasiyası (ən azı 8 saniyə ərzində) Hər birinin dəyəri 0.50 xal olmaqla ən azı 2 və ən çoxu 4 pre-akrobatik seriya (ən azı 3 elementdən ibarət olmaqla) pre-akrobatik elementlər təkrarlana bilməz (BGF-nin qaydalarına əsasən) DA briqadası qiymətləndirir 4 görünən dalğa – hər biri 0,30 qiymətləndirilir 	<p>Alətsiz hərəkətlərdə mütləq edilməlidir:</p> <p>1)  kombinə edilmiş bədən çətinliyi</p> <p>2)  (ən az beş) onlardan biri ikili olmalıdır</p> <p>3)  (addımdan dərhal yarım barmaq üzərinə qalxmaq) və əksinə YAXUD</p> <p>4)  (addımdan dərhal yarım barmaq üzərinə qalxmaq) və əksinə</p>	<p></p> <p></p>	Çıxışda mütləq bədən elementləri olmasa, çətinlik üzrə hakim tərəfindən – 0.50 cərimə xalı çıxılır (olmayan hər bir elementə görə). Xüsusi tələblərdən hər hansı biri yerinə yetirilməzsə, bədən çətinliyi briqadasının hakimləri tərəfindən 0.30 cərimə xalı çıxılır.

Yarışın adı	Proqram Fərdi/Qrup	Yaş kateqoriyaları	Alət	Bədən çətinlik elementlərinin sayı	Çətinlik (D) üzrə maksimal xal	Xüsusi tələblər	Sağ ayaq	Sol ayaq	Cərimə xalları DB-DA
				3-7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən (Gimnastın üstünlük vermədiyi əli ilə işin daxil olduğu ən azı 2 bədən çətinliyi elementi)			
				3-7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən			
		Yeniymələr (2011-ci il təvəllüdlülər)			Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	Gənclər üçün FIG-nin proqramına əsasən			
		Gənclər (2009-2010-cu il təvəllüdlülər)			Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən			
		Boyuqlar (2008-ci il və daha böyuqlər)			Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən			

Yarışın adı	Proqram Fərdi/Qrup	Yaş kateqoriyaları	Alət	Bədən çətinlik elementlərinin sayı	Çətinlik (D) üzrə maksimal xal	Xüsusi tələblər	Sağ ayaq	Sol ayaq	Cərimə xalları DB-DA
Azərbaycan Birinciliyi	Fərdi proqram	Balacalar (2014-2016-cı il təvəllüdlülər)	Alətsiz	7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	<ul style="list-style-type: none"> Hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla ən azı 3 rəqs addımları kombinasiyası (ən azı 8 saniyə ərzində) 4 görünən dalğa – DB briqadası tərəfindən hər biri 0,30 qiymətləndirilir Hər birinin dəyəri 0.50 xal olmaqla ən azı 2 və ən çoxu 4 pre-akrobatik seriya (ən azı 3 elementdən ibarət olmaqla) pre-akrobatik elementlər təkrarlana bilməz (BGF-nin qaydalarına əsasən) DA briqadası qiymətləndirir <p>Qeyd: DB çətinlik cədvəlindən yalnız 0,10-dan 0,50-ə qədər bədən çətinliyi elementlərindən istifadə etmək mümkündür.</p>	<p>Alətsiz hərəkətlərdə mütləq edilməlidir:</p> <p>1)  (şosse ilə)</p> <p>kombinə edilmiş bədən çətinliyi</p> <p>2)  () və əksinə</p> <p>3) </p>	 və ya  	Çıxışda məcburi bədən elementlərinin olmasa hakimin çətinliyə görə cərimə xalı -0,50-dir (hər çatışmayan element üçün) Xüsusi Tələblərdən hər hansı biri olmadıqda – cərimə xalı - 0,30 çıxılır DB və DA briqadasının hakimləri DƏYƏRİ 0.50 XALDAN YUXARI OLAN BƏDƏN ÇƏTİNLİYİ ELEMENTLƏRİ QIYMƏTLƏNDİRİLMƏYƏCƏK!
				3-7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən Qeyd: Dəyəri yalnız 0.10 – 0.50 xal aralığında olan bədən çətinliklərindən istifadə oluna bilər.	Birləşmiş çətinlikdə hər bir çətinlik 0,50 dəyərinə malik ola bilər Ümumi qiymət maksimum 1.00 xal		DƏYƏRİ 0.50 XALDAN YUXARI OLAN BƏDƏN ÇƏTİNLİYİ ELEMENTLƏRİ QIYMƏTLƏNDİRİLMƏYƏCƏK!
				3-7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən Qeyd: Dəyəri yalnız 0.10 – 0.50 xal aralığında olan bədən çətinliklərindən istifadə oluna bilər.	Birləşmiş çətinlikdə hər bir çətinlik 0,50 dəyərinə malik ola bilər Ümumi qiymət maksimum 1.00 xal		DƏYƏRİ 0.50 XALDAN YUXARI OLAN BƏDƏN ÇƏTİNLİYİ ELEMENTLƏRİ QIYMƏTLƏNDİRİLMƏYƏCƏK!
		Yeniyyətələr (2012-2013-cü il təvəllüdlülər)	Alətsiz		Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	<ul style="list-style-type: none"> FIG-nin qaydalarına əsasən ən çox 7 çətinlik elementi Hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla ən azı 3 rəqs addımları kombinasiyası (ən azı 8 saniyə ərzində) Hər birinin dəyəri 0.50 xal olmaqla ən azı 2 və ən çoxu 4 pre-akrobatik seriya (ən azı 3 elementdən ibarət olmaqla) pre-akrobatik elementlər təkrarlana bilməz (BGF-nin qaydalarına əsasən) DA briqadası qiymətləndirir 4 görünən dalğa – hər biri 0,30 qiymətləndirilir 	<p>Alətsiz hərəkətlərdə mütləq edilməlidir:</p> <p>1)  kombinə edilmiş bədən çətinliyi</p> <p>2)  (ən az bes) onlardan biri ikili olmalıdır</p> <p>3)  (addımdan dərhal yarım barmaq üzərinə qalxmaq) və əksinə YAXUD</p> <p>4)  (addımdan dərhal yarım barmaq üzərinə qalxmaq) və əksinə</p>	 	Çıxışda mütləq bədən elementləri olmasa, çətinlik üzrə hakim tərəfindən – 0.50 cərimə xalı çıxılır (olmayan hər bir elementə görə). Xüsusi tələblərdən hər hansı biri yerinə yetirilməzsə, bədən çətinliyi briqadasının hakimləri tərəfindən 0.30 cərimə xalı çıxılır.

Yarışın adı	Proqram Fərdi/qrup	Yaş kateqoriyaları	Alət	Bədən çətinlik elementlərinin sayı	Çətinlik (D) üzrə maksimal xal	Xüsusi tələblər	Sağ ayaq	Sol ayaq	Cərimə xalları DB-DA
				3-7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən (Gimnastın üstünlük vermədiyi əli ilə işin daxil olduğu ən azı 2 bədən çətinliyi elementi)	Birləşmiş çətinlikdə hər bir çətinlik 0,50 dəyərinə malik ola bilər Ümumi qiymət maximum 1.00 xal		
				3-7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən	Birləşmiş çətinlikdə hər bir çətinlik 0,50 dəyərinə malik ola bilər Ümumi qiymət maximum 1.00 xal		
		Yeniyyətlər (2011r-ci il təvəllüdlülər)			Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	Gənclər üçün FIG-nin proqramına əsasən			
		Gənclər (2009-2010-cu il təvəllüdlülər)			Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 6 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən			
	Qrup hərəkətləri	Balacalar (2014-2016-cı il təvəllüdlülər)	Alətsiz 4, 5 və ya 6 gimnast	FIG-nin qaydalarına əsasən ən çox 7 çətinlik elementi	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 6 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	Çıxış müddəti 1:30-2:00 dəq. Çıxışın texniki dəyəri: (Briqada – DB) ən azı 1 və ən çoxu 2 pre-akrobatik seriya FIG-nin qaydalarına əsasən hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla (ən azı 2 hərəkətdən ibarət olmaqla) (pre- akrobatik elementlər təkrarlana bilməz) Hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla 3 aydın görünən dalğa hərəkəti Hər birinin dəyəri 0.50 xal olmaqla, ən azı 3 rəqş addımları kombinasiyası (hər biri ən azı 8 saniyə olmaqla) (Briqada – DA) hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla ən azı 5 əməkdaşlıq Hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla ən azı 5 yenidən düzülmə			Çıxışda təqdim olunmayan hər dalğa hərəkəti üçün bədən çətinliyi hakimləri tərəfindən 0.30 cərimə xalı çıxılır. Pre-akrobatik elementlər seriyasının hər birinin olmaması üçün bədən çətinliyi hakimləri tərəfindən 0.30 cərimə xalı çıxılır Əməkdaşlıqların hər birinin olmaması üçün alət çətinliyi hakimləri tərəfindən 0.30 cərimə xalı çıxılır. Yenidən düzülmənin hər birinin olmaması üçün artistizm üzrə hakimlər tərəfindən 0.30 cərimə xalı çıxılır.
			4-5-6 gimnast 	FIG-nin proqramına əsasən	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 6 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən			
		Пре-юниоры (2012-2013гг.)	5 gimnast 	FIG-nin proqramına əsasən	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 6 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən			
		Юниоры (2009-2011гг.)	5 gimnast  	FIG-nin proqramına əsasən	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10 6 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən			

	Fərdi/Qrup	kateqoriyaları	Alətlər	elementlərinin sayı	maksimal xal			DA	
Bölgələrarası Kubok	Fərdi proqram	Balacalar (2014-2016-cı il təvəllüdlülər)	Alətsiz	7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (Beynəlxalq Gimnastika Federasiyasının (FIG) proqramına əsasən)	<ul style="list-style-type: none"> FIG-nin qaydalarına əsasən ən çox 7 çətinlik elementi Hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla ən azı 3 rəqs addımları kombinasiyası (ən azı 8 saniyə ərzində) Hər birinin dəyəri 0.50 xal olmaqla ən azı 2 və ən çoxu 4 pre-akrobatik seriya (ən azı 3 elementdən ibarət olmaqla) pre-akrobatik elementlər təkrarlana bilməz (BGF-nin qaydalarına əsasən) DA briqadası qiymətləndirir 4 görünən dalğa – hər biri 0,30 qiymətləndirilir <p>Qeyd: Dəyəri yalnız 0.10 – 0.50 xal aralığında olan bədən çətinliklərindən istifadə oluna bilər.</p>	<p>Alətsiz hərəkətlərdə mütləq edilməlidir:</p> <p>1)  (şössə ilə)</p> <p>kombinə edilmiş bədən çətinliyi</p> <p>2)  () və əksinə</p> <p>3) </p>	və ya   	Çıxışda məcburi bədən elementlərinin olmasa hakimin çətinliyə görə cərimə xalı -0,50-dir (hər çətinliyə element üçün) Xüsusi Tələblərdən hər hansı biri olmadıqda – cərimə xalı -0,30 çıxılır DB və DA briqadasının hakimləri DƏYƏRİ 0.50 XALDAN YUXARI OLAN BƏDƏN ÇƏTİNLİYİ ELEMENTLƏRİ QIYMƏTLƏNDİRİLMƏYƏCƏK!
				3-7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (Beynəlxalq Gimnastika Federasiyasının (FIG) proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən Qeyd: Dəyəri yalnız 0.10 – 0.50 xal aralığında olan bədən çətinliklərindən istifadə oluna bilər.	Birləşmiş çətinlikdə hər bir çətinlik 0,50 dəyərinə malik ola bilər Ümumi qiymət maksimum 1.00 xal	DƏYƏRİ 0.50 XALDAN YUXARI OLAN BƏDƏN ÇƏTİNLİYİ ELEMENTLƏRİ QIYMƏTLƏNDİRİLMƏYƏCƏK!	
				3-7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (Beynəlxalq Gimnastika Federasiyasının (FIG) proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən Qeyd: Dəyəri yalnız 0.10 – 0.50 xal aralığında olan bədən çətinliklərindən istifadə oluna bilər.	Birləşmiş çətinlikdə hər bir çətinlik 0,50 dəyərinə malik ola bilər Ümumi qiymət maksimum 1.00 xal	DƏYƏRİ 0.50 XALDAN YUXARI OLAN BƏDƏN ÇƏTİNLİYİ ELEMENTLƏRİ QIYMƏTLƏNDİRİLMƏYƏCƏK!	
		Yeniyyətlər (2012-2013-cü il təvəllüdlülər)	Alətsiz		Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (Beynəlxalq Gimnastika Federasiyasının (FIG) proqramına əsasən)	<ul style="list-style-type: none"> FIG-nin qaydalarına əsasən ən çox 7 çətinlik elementi Hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla ən azı 3 rəqs addımları kombinasiyası (ən azı 8 saniyə ərzində) Hər birinin dəyəri 0.50 xal olmaqla ən azı 2 və ən çoxu 4 pre-akrobatik seriya (ən azı 3 elementdən ibarət olmaqla) pre-akrobatik elementlər təkrarlana bilməz (BGF-nin qaydalarına əsasən) DA briqadası qiymətləndirir 4 görünən dalğa – hər biri 0,30 qiymətləndirilir <p>Qeyd: Dəyəri yalnız 0.10 – 0.50 xal aralığında olan bədən çətinliklərindən istifadə oluna bilər.</p>	<p>Alətsiz hərəkətlərdə mütləq edilməlidir:</p> <p>1) </p> <p>kombinə edilmiş bədən çətinliyi</p> <p>2)  (ən az beş onlardan biri ikili olmalıdır)</p> <p>3)  (addımdan dərhal yarım barmaq üzərinə oaxmaq) və əksinə YAXUD</p> <p>4)  (addımdan dərhal yarım barmaq üzərinə oaxmaq) və əksinə</p>	 	Çıxışda mütləq bədən elementləri olmasa, çətinlik üzrə hakimin tərəfindən – 0,50 cərimə xalı çıxılır (olmayan hər bir elementə görə). Xüsusi tələblərdən hər hansı biri yerinə yetirilməzsə, bədən çətinliyi briqadasının hakimləri tərəfindən 0,30 cərimə xalı çıxılır.

Yarışın adı	Proqram Fərdi/Qrup	Yaş kateqoriyaları	Alət	Bədən çətinlik elementlərinin sayı	Çətinlik (D) üzrə maksimal xal	Xüsusi tələblər	Sağ ayaq	Sol ayaq	Cərimə xalları DB-DA
				3-7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən (Gimnastın üstünlük vermədiyi əli ilə işin daxil olduğu ən azı 2 bədən çətinliyi elementi)	Birləşmiş çətinlikdə hər bir çətinlik 0,50 dəyərinə malik ola bilər Ümumi qiymət maksimum 1.00 xal		Sol əllə yerinə yetirilən itkin elementlərə görə bədən çətinliyi hakimlər tərəfindən 0.30 cərimə xalı çıxılır
				3-7	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən	Birləşmiş çətinlikdə hər bir çətinlik 0,50 dəyərinə malik ola bilər Ümumi qiymət maksimum 1.00 xal		
		Yeniyyətlər (2011-ci il təvəllüdlülər)			Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	Gənclər üçün FIG-nin proqramına əsasən			
		Gənclər (2009-2010-cu il təvəllüdlülər)			(Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən			
	Qrup hərəkətləri	Balacalar (2014-2016-cı il təvəllüdlülər)	Alətsiz 4, 5 və ya 6 gimnast	FIG-nin qaydalarına əsasən ən çox 7 çətinlik elementi	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	Çıxış müddəti 1:30-2:00 dəq. Çıxışın texniki dəyəri: (Briqada – DB) ən azı 1 və ən çoxu 2 pre-akrobatik seriya FIG-nin qaydalarına əsasən hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla (ən azı 2 hərəkətdən ibarət olmaqla) (pre- akrobatik elementlər təkrarlana bilməz) Hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla 3 aydın görünən dalğa hərəkəti Hər birinin dəyəri 0.50 xal olmaqla, ən azı 3 rəqs addımları kombinasiyası (hər biri ən azı 8 saniyə olmaqla) (Briqada – DA) hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla ən azı 5 əməkdaşlıq Hər birinin dəyəri 0.30 xal olmaqla ən azı 5 yenidən düzülmə			Çıxışda mütləq bədən elementləri olmasa, çətinlik üzrə hakim tərəfindən – 0.50 cərimə xalı çıxılır (olmayan hər bir elementə görə). Xüsusi tələblərdən hər hansı biri yerinə yetirilməzsə, bədən çətinliyi briqadasının hakimləri tərəfindən 0.30 cərimə xalı çıxılır.
			4-5-6 gimnast 	FIG-nin proqramına əsasən	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən			
		Yeniyyətlər (2012-2013-cü il təvəllüdlülər)	5 gimnast 	FIG-nin proqramına əsasən	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən			
		Gənclər (2009-2011-ci il təvəllüdlülər)	5 gimnast 	FIG-nin proqramına əsasən	Çətinlik (D) – açıq xal Artistizm 10.00 xaldan İcra (E) 10.00 xaldan (FIG-nin proqramına əsasən)	FIG-nin proqramına əsasən			

Diqqət! – Əgər gimnast solaxaydırsa, o mütləq elementlər sağ ayaqda yerinə yetirməlidir.
- Qaydalarda dəyişikliklər olduğu halda, əlavələrdə öz əksini tapacaq.

MÜKAFATLANDIRMA 2024



Mükafatlandırma mərasimi idman geyimində keçiriləcək (FIG texniki rəqlamentinə əsasən)



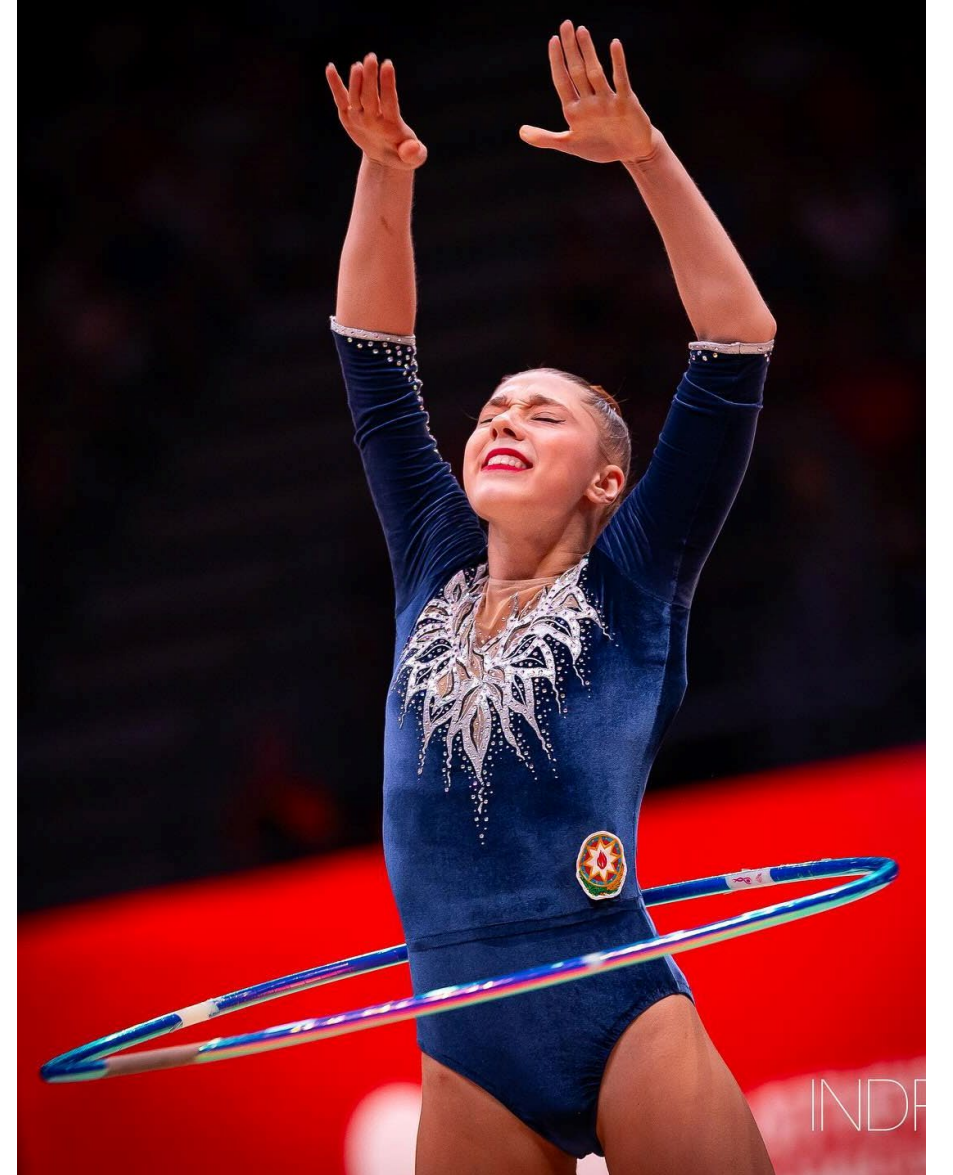
Yarışın adı	Yaş kateqoriyası	Proqramlar	Yerlər
Bakı Birinciliyi	Balacalar– 2016-cı il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III
	Balacalar– 2015-ci il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III
	Balacalar– 2014-cü il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III
	Yeniymələr - 2012-2013-cü il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III
	Yeniymələr – 2011-ci il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III
	Gənclər 2009-2010-cu il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III
	Balacalar - 2014-2016-cı il təvəllüdlülər	Qrup hərəkətləri (2 çıxış üzrə) çoxnövcülük Ayrı-ayrı alətlər üzrə (təsnifat yarışlarının nəticəsinə əsasən)	I II III
	Yeniymələr - 2012-2013-cü il təvəllüdlülər	Qrup hərəkətləri 1) çoxnövcülük	I II III
	Gənclər 2009-2010-cu il təvəllüdlülər	Qrup hərəkətləri 1) çoxnövcülük	I II III
Komanda birinciliyi	Hesaba alınır: Qrup hərəkətləri (2 çıxış üzrə) 2014-2016-cı il təvəllüdlülər Qrup hərəkətləri 2012-2013-cü il təvəllüdlülər Ən yaxşı nəticə göstərmiş gimnast 2014-2016-cı il Ən yaxşı nəticə göstərmiş gimnast 2012-2013-cü il Ən yaxşı nəticə göstərmiş gimnast 2009-2011-ci il	I II III	



Yarışın adı	Yaş kateqoriyası	Proqramlar	Yerlər
Azərbaycan çempionatı	Yeni yetmələr – 2011-ci il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük və finallar	I II III
	Gənclər 2009-2010-cu il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük və finallar	I II III
	Böyüklər 2008-ci il və daha böyük təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük və finallar	I II III
	Gənclər - 2009-2011-ci il təvəllüdlülər	Qrup hərəkətləri	I II III
	Böyüklər 2008-ci il və daha böyük təvəllüdlülər	Qrup hərəkətləri	I II III



Yarışın adı	Yaş kateqoriyası	Proqram	Yerlər
Bakı çempionatı	Balacalar– 2016-cı il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III
	Balacalar– 2015-ci il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III
	Balacalar– 2014-cü il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III
	Yeniyetmələr - 2012-2013-cü il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük + final	I II III
	Yeniyetmələr – 2011-ci il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük + final	I II III
	Gənclər 2009-2010-cu il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük + final	I II III
	Böyüklər 2008-ci il və daha böyük təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük + final	I II III

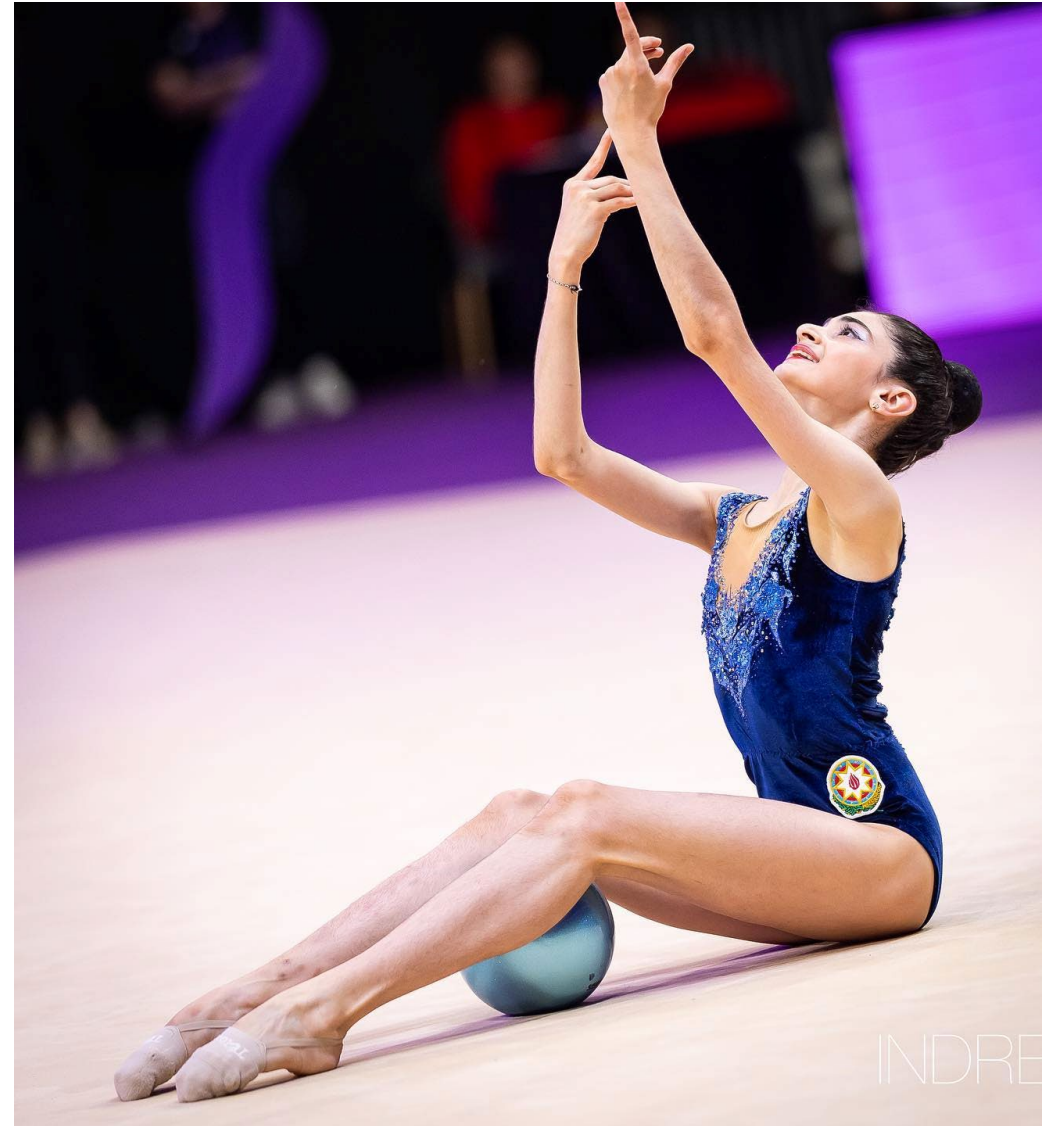


INDI

Yarışın adı	Yaş kateqoriyası	Proqram	Yerlər
Azərbaycan Birinciliyi	Balacalar– 2016-cı il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III
	Balacalar– 2015-ci il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III
	Balacalar– 2014-cü il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III
	Yeniyyətlər - 2012-2013-cü il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III
	Yeniyyətlər – 2011-ci il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III
	Gənclər 2009-2010-cu il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III
	Balacalar - 2014-2016-cı il təvəllüdlülər	Qrup hərəkətləri 1) çoxnövcülük 2) ayrı-ayrı alətlər üzrə mükafatlandırma (təsnifat yarışlarının nəticəsinə əsasən)	I II III
	Yeniyyətlər - 2012-2013-cü il təvəllüdlülər	Qrup hərəkətləri 1) çoxnövcülük	I II III
	Gənclər - 2009-2011-ci il təvəllüdlülər	Qrup hərəkətləri 1) çoxnövcülük	I II III

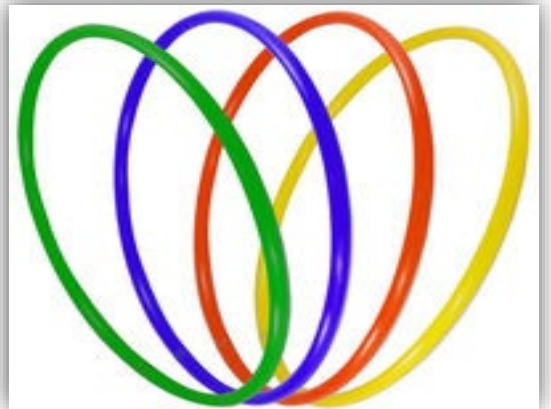
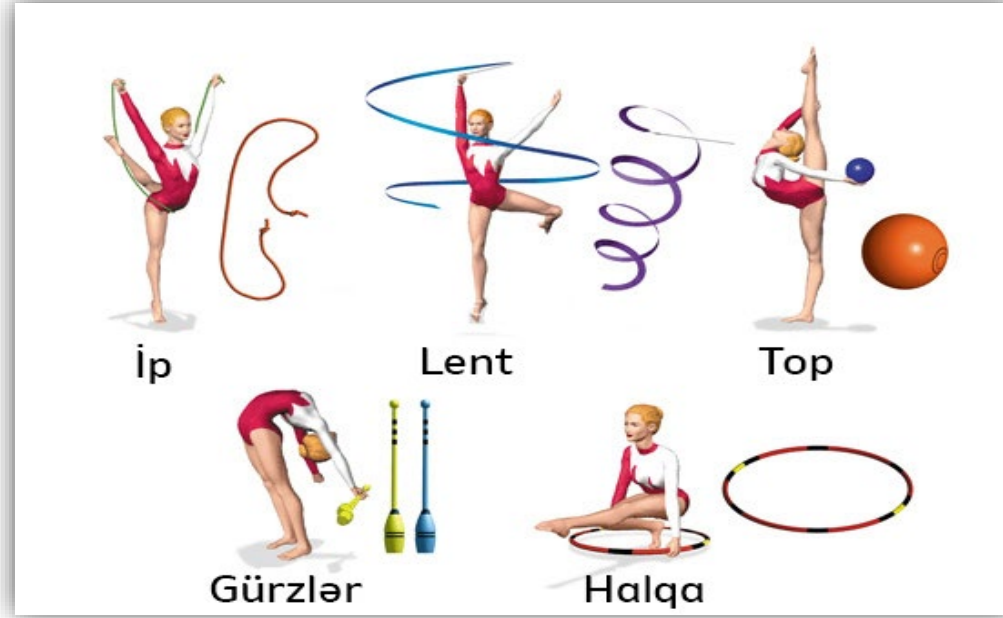












Yarışın adı	Yaş kateqoriyası	Proqram	Yerlər	
Bölgələrarası Kubok	Balacalar– 2016-cı il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III	
	Balacalar– 2015-ci il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III	
	Balacalar– 2014-cü il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III	
	Yeniyyətmələr - 2013-cü il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III	
	Yeniyyətmələr - 2012-ci il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III	
	Yeniyyətmələr - 2011-ci il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III	
	Gənclər 2009- 2010-cu il təvəllüdlülər	Fərdi çoxnövcülük	I II III	
	Bölgələrarası Kubok	Balacalar - 2014-2016-cı il təvəllüdlülər	Qrup hərəkətləri 1) çoxnövcülük 2) ayrı-ayrı alətlər üzrə mükafatlandırma (təsnifat yarışlarının nəticəsinə əsasən)	I II III
		Yeniyyətmələr - 2012-2013-cü il təvəllüdlülər	Qrup hərəkətləri 1) çoxnövcülük	I II III
Gənclər - 2009- 2011-ci il təvəllüdlülər		Qrup hərəkətləri 1) çoxnövcülük	I II III	



INDRE

Alət normaları



Yaş kateqoriyaları	Alət	Ölçü	Çəki	Qeydlər
2014-2016-cü il təvəllüdlülər		Gimnastın boyuna uyğun olaraq	Çəki olmadan	
		Gimnastın boyuna uyğun olaraq	Ən azı 150 qr.	bud-çanaq sümüyünə qədər
		160 mm (diametr)	Çəki olmadan	
		Uzunluğu ən azı - 360 mm Gürzün ucunun diametri ən azı - 30 mm	Çəki olmadan	
		Uzunluğu ən azı - 4500 mm Lentin ikiqat hissəsinin uzunluğu ən azı - 1000 mm Bərkidilmə nöqtəsi - 70mm Çubuq ucunun uzunluğu ən çoxu - 100 mm Çubuq ucunun diametri ən çoxu - 10 mm Çubuğun uzunluğu - 500mm	Çəki olmadan	
2012-2013-cü il təvəllüdlülər		Gimnastın boyuna uyğun olaraq		
		700-900mm (diametr)	Ən azı 250 qr	
		Ən azı 180 mm (diametr)	Ən azı 400 qr	
		Uzunluq 400-500mm	Ən azı 150 qr	
		Uzunluğu ən azı - 5000 mm Lentin ikiqat hissəsinin uzunluğu ən azı - 1000 mm Bərkidilmə nöqtəsi - 70mm Çubuq ucunun uzunluğu ən çoxu - 100 mm Çubuq ucunun diametri ən çoxu - 10 mm Çubuğun uzunluğu - 500-600mm	Ən azı 30 qr	Çubuqsuz












Yaş kateqoriyası	Alət	Ölçü	Çəki	Qeydlər
2009-2011-ci il təvəllüdlülər (BGF-nin normalarına əsasən)		Gimnastın boyuna uyğun olaraq	Çəkisiz	
		700-900 mm (diametr)	Ən azı 300 qr.	
		180-200 mm (diametr)	Ən azı 400 qr.	
		Uzunluğu ən azı 400-500 mm Gürzün ucunun diametri ən çoxu 30 mm	Ən azı 150 qr.	Hər biri
		Uzunluğu ən azı - 5000 mm Lentin ikiqat hissəsinin uzunluğu ən azı 1000 mm Bərkidilmə nöqtəsi - 70 mm Çubuq ucunun uzunluğu ən çoxu - 100 mm Çubuq ucunun diametri ən çoxu - 10 mm Çubuğun uzunluğu - 500-600 mm Lentin eni - 40-60 mm	Ən azı 30 qr.	Çubuqsuz
2008-ci il təvəllüdlülər və daha böyükklər (BGF-nin normalarına əsasən)		800-900mm (diametr)	Ən azı 300 qr.	
		180-200mm (diametr)	Ən azı 400 qr.	
		Uzunluğu ən azı 400-500 mm Gürzün ucunun diametri ən çoxu 30 mm	Ən azı 150 qr.	Hər biri
		Uzunluğu ən azı - 6000 mm Lentin ikiqat hissəsinin uzunluğu ən azı 1000 mm Bərkidilmə nöqtəsi - 70 mm Çubuq ucunun uzunluğu ən çoxu - 100 mm Çubuq ucunun diametri ən çoxu - 10 mm Çubuğun uzunluğu - 500-600 mm Lentin eni - 40-60 mm	Ən azı 35 qr.	Çubuqsuz



photo Alex Kostovetzky

