

Міжнародна федерація спорту на пілоні

Система підрахунку балів з Артистик

***Пілон, Повітряне кільце,
Мачта, Повітряні полотна***



www.ipsfsports.org

Copyright © 2024 IPSF

Цей документ має використовуватися лише для змагань, схвалених Міжнародною федерацією пілонного спорту та повітряних видів спорту (IPSF).

Відтворення або використання цього Кодексу очок без прямого дозволу IPSF є кримінальним злочином.



V1/2024 ЗМІСТ

Introduction

Артистична система IPSF поділена на чотири частини: Хореографія, Виконання, Презентація та Загальне виконання. Виконавців оцінюватимуть у всіх чотирьох частинах. Остаточна оцінка є комбінацією всіх 4 частин, і виконавець з найвищим балом стане переможцем. Важливо, щоб виконавець включив усі частини до свого номера, щоб отримати найбільшу кількість балів. Мінімальний загальний бал, який може отримати виконавець, становить нуль, а найвищий – 100. До 50 балів нараховується за складність та виконання, і до 50 балів нараховується за перформанс. Обов'язкових елементів немає, а вищі бали нараховуються за презентаційні навички, а не за технічні. Зверніть увагу, що всі судді IPSF мають високу кваліфікацію в системі оцінювання категорій Артистик IPSF; однак, майте на увазі, що через суть артистичного виконання, суб'єктивність не може бути повністю виключена. Оцінки суддів є остаточними.

Класифікація(категорія за рівнем)

- Аматор
- Напівпрофесіонал
- Професіонал

Категорії

- Юніори (14 – 17)
- Сеньйори Чоловіки (18 - 29)
- Сеньйори Чоловіки (30 - 39)
- Сеньйори Жінки (18 - 29)
- Сеньйори Жінки (30 - 39)
- Майстри 40+ Чол
- Майстри 40+ Жінки
- Майстри 50+ (може бути гендерний поділ)
- Групи 18+
- Юніори дуети (14 – 17)
- Групи 14+ (3 – 6 виконавців, незалежно від віку та статі)

Категорії, що пропонуються на окремих змаганнях, визначаються на розсуд IPSF.

Нижче наведено короткий виклад того, на що звертатимуть увагу судді. У цьому документі наведено детальний опис усіх чотирьох розділів, щоб допомогти виконавцям організувати успішний виступ.

Хореографія

- Бути креативним у використанні снаряду, інтерпретації виступу та переходах, що використовуються протягом усього виступу.
- Виконувати з ритмом та поєднувати рухи з музикою.
- Мати тему або асоціацію з піснею, яку можна чітко впізнати, та добре розповідати історію виступу.

V1/2024 Виконання

- Ефективно контролювати рухи.
- Виконувати технічні навички на найвищому рівні.
- Ефективно представляти лінії та положення тіла.
- Виконувати плавно.
- Демонструвати рівень майстерності на снаряді, що відповідає обраній категорії.

V1/2024 Презентація

- Виступати енергійно.
- Виступати легко та без зусиль.
- Виступати впевнено.
- Зацікавити публіку та суддів своїм виступом.
- Виконати візуально ефектний виступ.

Загальна презентація

- Надихати.
- Бути оригінальним на снаряді, поза ним та поруч із ним.

Будь ласка, дивіться правила та положення щодо вказівок відносно музики, зачіски, макіяжу, костюмів та засобів зчеплення.

Примітка: Виконавців буде покарано за недотримання правил, положень IPSF та кодексу Етики. Ці покарання можуть бути накладені до, під час або після виступу і ,навіть, можуть бути скасовані після завершення змагань, якщо це буде визнано необхідним, що може вплинути на остаточний рейтинг

ХОРЕОГРАФІЯ

За хореографію можна нарахувати максимум 40 балів. У цьому розділі оцінюється 8 напрямків, а саме:

- Креативне використання снаряду
- Креативна інтерпретація
- Інтеграція костюмів та/або реквізиту
- Музична інтерпретація
- Розповідь (інтерпретація теми)
- Чіткість теми
- Робота в партері
- Креативний перехід

Судді оцінюватимуть хореографію, яка виконується з легкістю та грацією, а також креативно, як на снарядах, так і поза ними.

Цей розділ поділено на такі області:

Креативне використання снаряду

Визначення – Креативний підхід: Створення роботи з снарядом з використанням творчих та оригінальних ідей. Рухи плавно поєднуються для створення плавних послідовностей, використовуючи всю довжину/всі рівні снаряду. Виконавці повинні використовувати снаряд по-новому та незвично, щоб продемонструвати свою художню майстерність. Виконавець повинен використовувати снаряд таким чином, щоб включити його у виступ, а не бути чимось, на чому виконується вистава.

Що шукають судді:

- Елементи, рухи, трюки та комбінації на снаряді, які є різними, цікавими чи оригінальними.
- Хореографія, яка інтегрує снаряд у виступ, як продовження артиста або художнього вираження.
- Рухи та комбінації, які були креативно хореографовані під музику та відображають тему.

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 5 балів

Визначення - Креативність: створення сценічної та / або сценографічної роботи з використанням уявних та оригінальних ідей.

Визначення – Інтерпретація: здатність пояснювати значення чогось.

Креативна інтерпретація – це унікальний та інноваційний підхід до перекладу теми в візуально вражаючий та захоплюючий виступ. Це можна досягти, використовуючи фантазійні та оригінальні ідеї для передачі повідомлення, відчуття або історії через сценічну роботу та/або роботу з сценографією. Виконавець повинен мати змогу продемонструвати глибоке розуміння теми та висловити її творчо та послідовно, демонструючи своє мистецьке бачення та технічні навички.

Що шукають судді:

- Здатність передати тему через всю рутину.
- Здатність показати або донести повідомлення, відчуття, ідею або історію оригінальним способом.
- Використання уяви для переосмислення або нової інтерпретації оригінального матеріалу свіжим і інноваційним способом.

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 5 балів

ІНТЕГРАЦІЯ КОСТЮМІВ ТА/АБО РЕКВІЗИТУ (ЯКЩО ЗАСТОСОВУЄТЬСЯ)

Визначення: Інтеграція костюма та реквізиту є внеском костюма та реквізиту у розуміння теми. Рутинна програма повинна бути представлена як єдине ціле, що включає інтеграцію костюма в концепцію, а також логічне використання / взаємодію з реквізитом.

Що судді шукають:

- Чи був костюм спроектований і використаний таким чином, щоб сприяти/додавати до розповіді?
- Якщо був використаний реквізит: Чи був вибір реквізиту відповідним для виступу?
- Якщо був використаний реквізит: Чи був реквізит інтегрований у виступ таким чином, що допомогло краще зрозуміти тему? Виконавці, які не використовують реквізит, не будуть покарані або оцінені негативно.

Натомість інтеграція їхнього костюма матиме більшу вагу.

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 5 балів

Музична інтерпретація

Визначення: Музичне тлумачення - це взаємодія між музикою, рухом і креативністю.

Музичність у танці має два основні компоненти, а саме: сприйнятливість і креативність. Музична сприйнятливість - це здатність сприймати, розуміти, бути чутливим до музики та мати практичне знання музичних понять, таких як ритм, темп, фразування та настрої.

Музична креативність (або музичне мистецтво) - це здатність пов'язуватися з супутньою музикою, інтерпретувати її або фразувати та додавати динаміку руху, що стосується музики, навіть за відсутності акомпанементу, у спосіб, який є унікальним і цікавим.

Музичність у танці тоді вважається мірою або ступенем, до якого танцюрист є сприйнятливим і креативним у своєму тлумаченні або відтворенні музики через рух. Це ключовий компонент у прояві мистецтва танцюриста.

Що судді шукають:

- Інтерпретація музики через рух.
- Інтерпретація музики через експресію (включаючи міміку).
- Інтерпретація музики через костюм.
- Інтерпретація музики через використання реквізиту (якщо він використовується).

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 5 балів

ІСТОРІЯ (ІНТЕРПРЕТАЦІЯ ТЕМИ)

Визначення - Розповідь: Діяльність, що полягає в розповіданні історій – передача повідомлення чи значення, практичного або абстрактного, через поєднання рухів, елементів і комбінацій на снаряді та поза ним. Вся рутинна повинна передавати повідомлення виконавця і призводити до розуміння теми.

Що шукають судді:

- Чи була історія чіткою та зосередженою?
- Чи була історія захопливою протягом усього виступу?
- Чи була історія передана під час роботи з снарядами та на підлозі?

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 5 балів

ЧІТКІСТЬ ТЕМИ

Визначення: Об'єднуюча або домінуюча ідея, яка є повторюваним елементом в художній роботі.

Тема повинна поєднувати (в узгоджений спосіб) музику, костюм, реквізит (якщо це доречно), хореографію та рух (включаючи рухи на снаряді) таким чином, щоб концепція могла бути зрозуміла глядачам.

Що шукають судді:

- Чіткий зв'язок між музикою, костюмом, реквізитом та хореографією.
- Візуальна відображення теми протягом усього виступу. Якщо використовується реквізит, він має сприяти поширенню теми.
- Інтерпретація теми через елементи на снаряді.

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 5 балів

ПАРТЕР

Визначення: Партер -це всі рухи, де не використовується снаряд (або коли виконавець не має контакту з снарядом).

Що шукають судді:

- Елементи, рухи, трюки та комбінації на підлозі, які є різними, цікавими або оригінальними.
- Хореографія, яка інтегрує рухи на підлозі в виступ, як продовження артиста або художнього вираження.
- Рухи та комбінації, які були творчо поставлені під музику і відображають тему.

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 5 балів

Креативні переходи

Визначення: всі переходи від снаряду до підлоги та від підлоги до снаряду, а також між елементами, рухами і компонентами.

Що шукають судді:

- Креативне поєднання рухів і хореографічних секцій.
- Унікальні та оригінальні способи переходу між підлогою та снарядом.
- З'єднання всіх компонентів рутини в цілісну та креативну виставу.

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 5 балів

V1/2024 ВИКОНАННЯ

Максимум 25 балів може бути нараховано за виконання.

Цей розділ оцінює 5 областей:

- Рівень складності (снаряд)
- Баланс елементів
- Технічні навички
- Лінії та розміщення
- Потік

Судді будуть шукати виконання рухів з високим рівнем виконання та правильною амплітудою.

Цей розділ поділяється на наступні розділи:

РІВЕНЬ СКЛАДНОСТІ НА СНАРЯДІ

Визначення: Рівень складності вимірює складність елементів/рухів у виконанні на снаряді.

Складність у виступі також створюється шляхом з'єднання комбінацій різних типів елементів і рухів на снаряді.

Що шукають судді:

- рівень складності елементів, рухів і трюків на снаряді
- рівень складності комбінацій на снаряді

- рівень складності переходів між рівнями снаряду та між елементами на снаряді

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 5 балів

Баланс елементів

Визначення- Баланс елементів: наявність різних елементів, що розміщені в однаковій або коректній пропорції.

Що шукають судді:

- Здатність використовувати різноманітні елементи / інструменти для розповіді своєї історії (наприклад, робота на підлозі, в повітрі, танець, акробатика та тиша).
- Здатність використовувати костюми, реквізит і доступний простір на сцені, щоб підкреслити тему / посил / історію.
- Використання всього снаряду протягом рутини.
- Використання різноманітних елементів і рухів під час рутини (наприклад, гнучкість, сила, динаміка, баланс тощо).

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 5 балів

Технічні навички

Визначення: Поєднання напрацьованих та/або нових навичок і трюків протягом усієї програми на підлозі та на всіх рівнях снаряду. Потрібно забезпечити чисте та бездоганне виконання протягом виступу.

Що шукають судді:

- Розміщення тіла та плавні рухи на снаряді та поза ним, які потрібно виконувати з чистим виконанням
- Чистий вхід та вихід у трюки та комбінації.
- Чисті переходи між рівнями снаряду та зі снаряду на підлогу (та навпаки)
- Чиста техніка та чисті лінії

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 5 балів

ЛІНІЇ ТА РОЗТАШУВАННЯ

Виконання - Лінії: Лінія – це термін, що описує повний контур тіла танцюриста під час виконання елементів, рухів або компонентів, як на снаряді, так і поза ним. Судді звертають увагу на повний вигляд виконавця, від пальців ніг до верхівки голови і все, що між ними. Усі частини тіла, особливо кінцівки, мають бути враховані. Тіло працює як єдине ціле, і виконавець усвідомлює свої лінії в будь-який момент.

Визначення - Розташування: Розташування стосується того, де знаходиться все тіло або його частини під час виконання елементів і взагалі під час усіх рухів, як на снаряді, так і поза ним.

Що судді шукають:

- Ступні повинні бути витягнуті від щиколотки до пальців у будь-який час (за винятком випадків, коли навмисно згинаються).
- Жодного вигину ступні.
- Руки та ноги витягнуті або, коли зігнуті, це робиться навмисно.
- Правильна постава: м'язи кора напружені, груди підняті, спина пряма, голова піднята, а плечі не притиснуті до вух.
- Правильне розміщення тіла під час виконання руху.
- Потік і контроль розміщення тіла.
- Правильне положення тіла, необхідне для виконання руху.

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА — 5 балів

Потік

Визначення: Добрий танцюрист демонструє плавність у своїх рухах і справляє враження, легкості.

Потік стосується плавного, безперервного та беззусильного руху тіла виконавця протягом виступу. Він характеризується безшовними переходами між усіма рухами та елементами, створюючи відчуття течії та динаміки. Це включає в себе потік між підлогою та снарядами, а також всередині кожного окремого руху або послідовності. Добре виконаний потік характеризується плавним, природним та граціозним прогресом рухів, без помітних пауз чи переривань.

Що шукають судді:

- Контроль за рухом, використання потоку для відображення/інтерпретації музики
- Добре підтримуваний та послідовний темп протягом виступу.

Це включає:

- о Плавні переходи між кроками.
- о Плавні переходи між рухами на сцені.
- о Плавні переходи між рівнями кільця.
- о Плавний перехід у всіх рухах з кільцем.
- о Контроль за потоком

- Використання плавності рухів для відображення музики.

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА — 5 балів

Максимум 25 балів може бути надано за презентацію.

Цей розділ оцінює 5 областей:

- Аутентичність
- Енергія: рівень виконання
- Витривалість: легкість без зусиль
- Подача, стійкість та впевненість
- Візуальна ефективність

Судді шукатимуть виступ з високим рівнем впевненості, який залучає аудиторію та суддів до виступу. Виконавець повинен бути здатним підтримувати високий рівень енергії протягом всього свого номера, незалежно від того, якою швидкою або повільною є музика.

Цей розділ розділено на такі області:

Аутентичність

Визначення - Аутентичність: щирість, показати те, що дійсно мається на увазі

Що шукають судді:

- Чи передав виконавець, що він відчував і чи вірив у свою історію?
- Чи був виконавець відданий кожному руху, жесту та виразу обличчя?

Чи були вони послідовними протягом усього виступу?

- Чи змусив виконавець вас повірити в його історію?

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 5 балів

Енергія: рівень виконання

Визначення: Елемент танцю, який зосереджується на вазі, текстурі та плавності руху; наприклад, легкість, похитування, раптовість, плавність, різкість, присутність, вібрація та вибуховість – всі ці елементи є необхідними для успішного виконання.

Що шукають судді:

- Потужний контроль руху, коли виконавець контролює кожен аспект свого тіла у відношенні до музики.

Це включає контроль за всіма рухами (включаючи вираз обличчя), щоб хореографія виконувалася чітко.

- Баланс і варіації протягом всього виконання.
- Послідовність енергетичних рівнів.
- Контроль тіла протягом усього виконання.

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 5 балів

Витривалість: легкість подачі й виконання

Визначення: Здатність виглядати так, ніби номер виконується без зусиль протягом виступу, демонструючи при цьому високі рівні енергії та витривалості.

Що шукають судді:

- Здатність підтримувати однакові рівні енергії протягом всього виступу.
- Той, хто виступає, не повинен виглядати втомленим у жодний момент під час свого виступу.

Він повинен контролювати свої тілесні рухи, включаючи вирази обличчя.

- Контроль над усіма рухами, щоб хореографія була виконана чисто.
- Втрата плавності або музичальності через нестачу витривалості. Виконавці повинні бути здатні підтримувати ритм протягом усього виступу.

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 5 балів

V1/2024 Проекція, спокій й впевненість

Визначення - Проекція: Здатність передавати внутрішні почуття та емоції виконавця через його виступ.

Визначення - Спокій: здатність залишатися врівноваженим і граційним протягом всього виступу.

Визначення - Впевненість: здатність виконувати дії з повною легкістю, демонструючи впевненість у кожному своєму кроці.

Що судді шукають:

- Узгодженість усіх трьох компонентів протягом всього виступу, як під час роботи з сценою, так і на підлозі.
- Що виконавець зберігає спокій незалежно від будь-яких проблем, які можуть виникнути.
- Що виконавець не демонструє нервозності, а залишається граційним протягом всього виступу.

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 5 балів

Візуальна ефективність

Визначення: Якщо вистава має візуальну ефективність, це означає, що вистава має здатність легко та ефективно передавати суть виступу.

Що шукають судді:

- Зацікавлене спостереження
- Розважальність
- Емоційний зв'язок з аудиторією
- Поєднання світла, музики, костюмів, реквізиту, хореографії та вміння сповна та всебічно зобразити виставу.

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 5 балів

ЗАГАЛЬНИЙ ВИСТУП

Максимум 10 балів буде присуджено за загальну презентацію виступу.

Цей розділ оцінює 2 області

• Вплив та запам'ятовуваність

• Оригінальність

Судді будуть шукати виступ, який залишає тривале враження та/або надихає якимось чином.

Цей розділ поділений на наступні області:

Вплив та запам'ятовуваність

Визначення: Виступ, який впливає на суддів і залишає позитивний слід у пам'яті.

Що шукають судді:

- Хореографія, що викликає роздуми.
- Виступ, який відрізняється у креативний, технічний, музичний та/або хореографічний спосіб.

Щось нове або таке, що було адаптовано іншим чином, щоб залишити тривале враження.

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 5 балів

•

V1/2024 Оригінальність

Визначення: Створення вистави та/або робота зі снарядом із використанням уявних або оригінальних ідей.

Що судді шукають - оригінальність та/або уява у виконанні:

- Хореографії.
- Трюків, переходів та комбінацій на снаряді
- Використанні костюмів та реквізиту (якщо це застосовується).
- Композиції всього номеру

МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 5 балів

ШТРАФИ

Вирахування надаються за кожну помилку. Ця секція оцінює 4 області:

• Зісковзування

• Падіння

• Проблеми з костюмом

- Проблеми з реквізитом Судді відраховують за очевидні помилки.

Ця секція поділяється на наступні області:

Зісковзування / втрата балансу

Визначення: Очевидне ковзання рук чи ніг, що призводить до порушення потоку руху.

Що шукають судді:

- Ковзання ніг, рук або тіла, що викликає перерву в потоці виступу.
- Ковзання має бути очевидним.

Вирахування не будуть здійснені за коригування руху

ЗБАВКА ЗА КОЖЕН ВИПАДОК - -1 бал

Падіння

Визначення: Визначення падіння - це раптове швидке неконтрольоване падіння (приземлення) на підлогу будь-якою частиною тіла, яка не є ногами. Це може статися з будь-якої позиції або рівня на чи поза снарядом.

Що шукають судді:

- Падіння повинні бути очевидними.
- Лише ті падіння/приземлення, де виконавець не може відновити рівновагу за допомогою додаткових рухів, будуть вважатися падінням.

ЗБАВКА ЗА КОЖЕН ВИПАДОК - -3 бал

Проблеми з костюмом

Визначення: Несправність костюма - це коли частина костюма випадково падає, відпадає або стає відвертою і/або непристойною. Несправності костюма також включають неналежне використання костюма або його частин (як зазначено в технічному листі теми).

Що шукають судді:

- Костюми, які залишаються на місці.
- Відсутність оголення статевих органів.
- Використання костюма та/або частин костюма (якщо це доречно) має бути контрольованим.

ЗБАВКА ЗА КОЖЕН ВИПАДОК - -3 бал

V1/2024 Несправність реквізиту

Визначення: Зламання реквізиту - це коли реквізит виходить з ладу / ламається на сцені.

Що шукають судді:

- Реквізит, який функціонує належним чином
- Реквізит, який легко знімається зі сцени.

ЗБАВКА ЗА КОЖЕН ВИПАДОК - -1 бал

ДУЕТИ

Дуети будуть оцінюватися за тими ж критеріями, що й соло. Виступаючі в дуеті повинні мати на увазі, що обидва учасники будуть оцінюватися в комбінації відповідно до критеріїв.

ГРУПИ

Групи будуть оцінюватися за тими ж критеріями, що й вище. Групи повинні враховувати, що всі виконавці будуть оцінюватися в сукупності відповідно до критеріїв. Група складається з 3-6 виконавців. Група може продовжувати змагання, якщо один із виконавців вибув, за умови, що кількість виконавців не зменшиться нижче 3. Заміна виконавців не допускається. Групам заборонено використовувати людські реквізити.

БАЛИ

У кожному розділі (за винятком вирахувань) учасники отримуватимуть бали на основі загальної більшості виступу.

Наступне є посібником для суддів:

- 0 = відсутньо
- 1 = погано
- 2 = задовільно
- 3 = середнє
- 4 = добре
- 5 = відмінно

ВІДГУК

Рішення суддів є остаточним, і судді чи організатор змагань більше не будуть вести обговорення чи приймати відгуки. Результат буде середнім значенням балів суддів, до якого буде застосовано будь-які штрафи від головного судді перед обчисленням остаточного балу.

V1/2024 протокол оцінювання:



ARTISTIC SCORE CARD

<u>Спортсмен:</u>		<u>Дата</u>
<u>Країна</u>	<u>Region</u>	<u>Федерація</u>
<u>Рівень</u>	<u>Категорія</u>	<u>Суддя:</u>
<u>Judging Criteria</u>	<u>Technical Value</u>	<u>Score</u>
0 = Відсутнє; 1 = Погано; 2 = Задовільно; 3 = Середнє; 4 = Добре; 5 = Відмінно		
<u>Хореографія</u>	<u>MAXIMUM: 40</u> <u>POINTS</u>	
<u>Креативне використання снаряду</u>	5	
<u>Креативна інтерпретація</u>	5	
<u>Інтеграція костюму/реквізиту під образ</u>	5	
<u>Музична інтерпретація</u>	5	
<u>Ясність теми</u>	5	
<u>Розповідь теми</u>	5	
<u>Партер</u>	5	
<u>Креативні переходи</u>	5	
	<u>TOTAL:</u>	
<u>Виконання</u>	<u>MAXIMUM: 25</u> <u>POINTS</u>	
<u>Рівень складності на снаряді</u>	5	
<u>Баланс елементів</u>	5	
<u>Технічні навички</u>	5	
<u>Лінії та розташування</u>	5	
<u>Потік</u>	5	
	<u>TOTAL:</u>	
<u>Презентація</u>	<u>MAXIMUM: 25</u> <u>POINTS</u>	
<u>Аутентичність(відповідність)</u>	5	
<u>Енергія: рівень подачі</u>	5	
<u>Витривалість: впродовж всього</u>	5	

<u>виступу</u>		
<u>Проекція, спокій, впевненість</u>	5	
<u>Візуальна ефективність</u>	5	
	<u>TOTAL:</u>	
<u>Загальний виступ</u>	<u>MAXIMUM: 10</u>	
	<u>POINTS</u>	
<u>Вплив та запам'ятовуваність</u>	5	
<u>Оригінальність</u>	5	
	<u>TOTAL:</u>	
<u>Збавки</u>	<u>- POINTS</u>	
<u>Зісковзування\ втрата балансу</u>	-1	
<u>Падіння</u>	-3	
<u>Проблеми з костюмом</u>	-3	
<u>Несправність реквізиту</u>	-1	
<u>Штраф головного судді</u>		
<u>TOTAL POINTS (100 Possible)</u>	<u>TOTAL:</u>	

V1/2024 Штрафи головного судді

Виконавець може отримати штрафи за рішенням Головного судді під час змагання за такі порушення:

<u>Criteria</u>	<u>Limitations</u>	<u>Penalty</u>
<u>Музика надіслана після встановленого терміну</u>	<u>Запізнення від 1 до 5 днів</u>	<u>-1 Кожен день</u>
	<u>Запізнення понад 5 днів, але більше ніж за 48 годин до дати конкурсу</u>	<u>-5</u>
	<u>Музика, отримана протягом 48 годин до дати конкурсу</u>	<u>Дискваліфікація</u>
<u>Музика не відповідає Правилам і Нормам</u>	<u>Дивись правила</u>	<u>-3</u>
<u>Тема / Технічний лист</u>	<u>Не подано мовою, зазначеною організатором конкурсу (англійська є переважною стандартною мовою)</u>	<u>-1</u>
	<u>Неправильний аркуш: подано у форматі PDF або не подано офіційний аркуш, форма не заповнена</u>	<u>-1</u>
	<u>Подано із запізненням від 1 до 5 днів</u>	<u>-1 per day</u>
	<u>Отримано із запізненням понад 5 днів</u>	<u>Дискваліфікація</u>
	<u>Надання неправдивої або неточної інформації про костюми/реквізит</u>	<u>Дискваліфікація</u>

<u>Надання неправдивої або неточної інформації в формі заявки</u>	<u>Невірна або неточна інформація, що надається</u>	<u>-5 кожен раз</u>
	<u>Хибна інформація про вік, поділ чи категорію</u>	<u>Дискваліфікація</u>
<u>Прибуття на сцену із запізненням після оголошення</u>	<u>До 60 секунд запізнення</u>	<u>-1</u>
	<u>Виконавець не прибуває протягом 1 хвилини</u>	<u>Дискваліфікація</u>
<u>Час виконання</u>	<u>5 секунд або менше поза дозволеним часом</u>	<u>-3</u>
	<u>Більше 5 секунд за межами дозволеного часу</u>	<u>-5</u>
<u>Людські реквізити</u>	<u>Перевищення дозволеного часу допомоги:</u>	<u>-5</u>
	<u>45 секунд</u>	<u>-5 кожен раз</u>
	<u>Підйом виконавця</u>	<u>-5 кожен раз</u>
	<u>Контакт снаряду з людським реквізитом</u>	
<u>Порушення</u>	<u>Виконавці, яких застали на підказці з-за сцени під час їх виступу</u>	<u>-1</u>
	<u>Виконавці та/або їх тренери/представники, які підходять до столу суддів та/або кімнати чи заважають суддям бачити в будь-який момент під час змагання</u>	<u>-3</u>
<u>Не починати або не завершувати рутину на сцені</u>	<u>Не починати або не завершувати рутину на сцені</u>	<u>-1 кожен раз</u>
<u>Установка / видалення декорацій</u>	<u>Перевищення 3 хвилини</u>	<u>-1 кожен раз</u>
<u>Збирання реквізиту</u>	<u>Реквізит не зібрано після вистави</u>	<u>-3</u>
<u>Неконтрольовані властивості реквізиту</u>	<u>Реквізит (включаючи людський реквізит), який торкається задника / системи тросів або падає за межі сценічної зони.</u>	<u>-1 кожен раз</u>
<u>Засоби зчеплення</u>	<u>Застосування допоміжних засобів для захоплення безпосередньо на снаряді. Очищувачі снаряду не можуть видалити залишки з апарату за відведений час (2 хвилини).</u>	<u>- 5</u>
	<u>Використання заборонених засобів зчеплення</u>	<u>Дискваліфікація</u>
<u>Наявність ювелірних виробів та реквізиту, що не відповідає Правилам і Регламенту</u>	<u>Наявність ювелірних виробів/пірсингів</u>	<u>-3 за виконавцем</u>
	<u>Використання реквізиту або предмета, який допомагає в виконанні, що не було затверджено Головним суддею.</u>	<u>-5</u>
<u>Неприпустима хореографія, костюм, волосся та макіяж</u>	<u>- Костюм не відповідає правилам</u>	<u>-1 за виконавцем</u>
	<u>- Рекламні слова, логотипи, релігійні конотації, негативні конотації</u>	<u>-3 за виконавцем</u>
		<u>-5 за виконавцем</u>

<u>відповідно до Правил і Регламенту</u>	- Провокаційний костюм або хореографія (включаючи матеріали, такі як шкіра та латекс) - Агресивно провокаційна хореографія та непристойна поведінка	<u>Дискваліфікація</u>
--	--	------------------------

V1/2024

<u>Торкання до системи ферм під час виступу</u>	<u>Строго заборонено торкатися або використовувати конструкцію під час виступу. Це включає в себе торкання фонового зображення, будь-якого освітлення, яке може бути за сценою, або виходу за межі. Виконавці можуть мати контакт тільки з снарядами (і реквізитом). Торкатися до тканини, на якій кріпиться снаряд (де це стосується), дозволено.</u>	<u>-1 кожен раз</u>
<u>Обмеження групових виступів</u>	<u>Більше ніж 3 виконавці на снаряді(визначається як такі, що не торкаються підлоги)</u>	<u>-1 per additional performer</u>
	<u>Виконання динамічного руху з більш ніж двома виконавцями на снаряді</u>	<u>-5 за виконавцем</u>
<u>Спортивні костюми</u>	<u>- Спортивні костюми не відповідають правилам</u>	<u>-1 за виконавцем</u>
	<u>- Не мати спортивного костюма - Не вдягати спортивні костюми під час очікування результатів у визначеній зоні чи під час церемонії вручення медалей.</u>	<u>-5 за виконавцем</u>
<u>Порушення загальних правил</u>	<u>- Порушення загальних правил на розсуд головного судді за згодою зовнішньої ради головних суддів.</u>	<u>Range is -1 to -5</u>
	<u>Заборонені елементи або повторювані обмежені елементи</u>	<u>-5 кожен елемент за виконавцем</u>
	<u>- Використання непристойних жестів, ненормативної лексики або неухажної мови в приватному чи публічному просторі щодо будь-якого учасника змагань.</u>	<u>-10</u>
	• <u>- Намагання посадову особу, конкурента, глядача чи іншого спортивного чиновника, свідомо залучаючи або підбурюючи інших учасників та/або глядачів до участі в насильницьких діях.</u> • <u>- Використання наркотиків (крім медичних цілей), вживання алкоголю перед або під час змагань.</u> • <u>- Відкриття оголеності перед, під час або після</u>	<u>Дискваліфікація</u>

	<u>змагань.- Багаторазові або серйозні порушення правил та регламентів.</u>	
<u>Відкриття або церемонія нагородження</u>	<u>- Виконавці, які не беруть участі в офіційному відкритті або церемонії вручення медалей, без письмового дозволу організатора</u>	<u>-1</u>
<u>реєстрація</u>	<u>- Виконавці, які не реєструються в офіційний день реєстрації без письмового дозволу організатора</u>	<u>-1 кожному атлету</u>

Травма під час виступу

Якщо на думку Головного судді, виконавцю потрібна медична допомога, Головний суддя повинен зупинити програму, якщо виконавець цього ще не зробив. Якщо виконавець може продовжити протягом однієї хвилини, він повинен негайно продовжити з моменту перерви або, якщо це неможливо, дати період до десяти секунд перед продовженням. Якщо виконавець не може завершити програму, оцінки не надаються, і виконавець вважається таким, що вибув. Те саме стосується ситуації, коли виконавцю дали можливість продовжити програму з моменту перерви і ще раз він не зміг завершити програму. Дозволена лише одна перерва. Повторний старт всієї програми не дозволяється, за винятком випадків, коли музика недостатня.

Вирахування з тематичного аркуша

- Вирахування будуть застосовані, якщо тематичний аркуш заповнений неправильно. Форма поділена на 3 секції, і помилка в будь-якій з цих 3 секцій призведе до вирахування. Це однократне вирахування і не є кумулятивним (тобто максимальне вирахування за неправильну форму становить -1).
- Помилка в верхній частині форми призведе до вирахування -0.2. Верхня частина - це секція форми, де виконавець(ці) має вказати ім'я, дату, відділення, категорію, країну, регіон та федерацію.
- Помилка в нижній частині форми призведе до вирахування -0.5. Нижня частина - це секція форми, де виконавець(ці) має підписати, разом із визнаним тренером IPSF (якщо застосовується), і/або батьком або законним опікуном у випадку юних спортсменів.
- Помилка в основній частині форми призведе до зменшення на -1,0. Середина форми - це секція, де виконавці вказують, що планують робити у своїй програмі. Якщо це неточно (у тому сенсі, що не відображає програму та компоненти, які виконуються на сцені, або зовсім не заповнено), буде застосовано це зменшення. Це також стосується випадків, коли позначки не були поставлені перед надсиланням форми, або якщо позначки поставлені, але не надано всі додаткові матеріали, які потрібні. Зверніть увагу, що збавка судді за непідтверджені реквізити буде застосована поверх цього відрахування.

Інструкції щодо заповнення Тематичної/Технічної форми: будь ласка, дивіться відрахування Головного судді у разі запізнення з поданням форми та надання неправдивої інформації. Зверніть увагу: аркуш слід набирати у програмі Microsoft Word чорним шрифтом. Дозволяється подавати лише офіційний Тематичний/Технічний лист IPSF; за неправильно заповнений лист здійснюється відрахування -1.

Найменування форми для подання:

Країна_Дисципліна_Підрозділ_Категорія_Тематичний лист_Ім'я_Прізвище

Виконавець(и):

Вкажіть повне ім'я (ім'я та прізвище) виконавця у випадку одиночного виступу або імена виконавців (ім'я та прізвище) у випадку парного виступу. Будь ласка, вкажіть ім'я спочатку, а прізвище потім.

Країна/регіон:

Вкажіть країну або регіон походження виконавця. Для міжнародних змагань спортсмен повинен вказати лише свою країну. Для національних змагань спортсмен також повинен вказати свій регіон/провінцію/округ. Спортсмени відкритого етапу повинні вказати лише свою країну та не повинні вказувати свій регіон.

Будь ласка, перейдіть за наступним посиланням, щоб переглянути список регіонів вашої країни: <https://ipsfsports.org/en/federation-membership/federation-membership/ipsf-regions>

Рівень:

Вкажіть рівень, у якому змагається виконавець, з наступних варіантів: Аматор, Напівпрофесіонал та Професіонал. Будь ласка, зверніться до Правил та положень для отримання повного розподілу рівнів.

Категорія:

Введіть категорію, в якій змагається виконавець, з наступних варіантів: Дорослі 18+, Дорослі 30+, Майстри 40+, Майстри 50+, дуети або юніори, та Змішаний розряд, Чоловіки або жінки, наприклад, Дорослі 30+ чоловіки, Юніори змішаний розряд, Парний змішаний розряд.

Дата:

Вставте дату подання форми. Якщо подається новий аркуш, необхідно вставити нову дату подання.

Федерація:

Вкажіть Національну федерацію, схвалену IPSF, яку представляє виконавець. Якщо Національна федерація, схвалена IPSF, ще не створена, залиште це поле порожнім.

Підпис виконавця(ів) Аркуш має бути надрукований виконавцем(ами).

Підпис тренера Якщо виконавець(и) має тренера, схваленого IPSF, можна додати його/її ім'я, надруковане. У випадку юніора, якщо у виконавця немає тренера, схваленого IPSF, потрібне ім'я, надруковане, батьків або законних опікунів.

Будь ласка, зверніться до реєстру тренерів, щоб підтвердити, чи ваш тренер зареєстрований як тренер, визнаний IPSF: <https://ipsfsports.org/en/athletes-coaches-info/coaches-info/list-of-all-national-coaches> і <https://ipsfsports.org/en/athletes-coaches-info/coaches-info/list-of-all-worlds-coaches>

V1/2024 ТЕМА / ТЕХНІЧНИЙ АРКУШ:

   					
ХУДОЖНЯ ТЕМА / ТЕХНІЧНИЙ АРКУШ					
ДИСЦИПЛІНА:	Пілон Арт ☐	Кільце Арт ☐	Мачта Арт ☐	☐	
Виконавець(и):			Дата:		
Країна		Регіон:		Федерація:	
Рівень:			Категорія:		
ТЕМА: Будь ласка, дайте короткий огляд теми вашого виступу					
РЕКВІЗИТ (окрім людського реквізиту): Будь ласка, надайте повну інформацію, включаючи розмір реквізиту, час встановлення та демонтажу, необхідну допомогу, потреби в зберіганні.					
ЛЮДСЬКИЙ РЕКВІЗИТ: Будь ласка, детально опишіть, як це доповнить вашу історію, скільки людей буде використано, як людський реквізит та їхні костюми (з фотографіями)					
Якщо ви знімаєте частину свого костюма, поясніть, будь ласка, як і чому					
ОСВІТЛЕННЯ: Будь ласка, вкажіть ваші побажання щодо освітлення:					
ВСТУП: Будь ласка, вкажіть, як ви хотіли б, щоб вашу роботу було представлено:					
ЯКЩО ПІЛОН АРТ: Пілон: Будь ласка, підтвердіть конфігурацію ваших Пілонів (динамічні чи статичні) з ПОГЛЯДУ СУДДІВ/ГЛЯДАЧІВ					
Ліворуч Пілон:			Праворуч Пілон:		
ЯКЩО КІЛЬЦЕ АРТ: Будь ласка, підтвердіть характеристики вашого кільця (висота, розмір кільця)					
Кільце 90 см ☐	Кільце 95 см ☐	Кільце 100 см ☐	Висота 140 см ☐	Зріст 170 см ☐	Висота 200 см ☐

Поставивши позначку у відповідних полях, я/ми підтверджуємо, що:		Поставивши позначку у відповідних полях, я/ми підтверджую/підтверджуємо, що моя/наша діяльність:
• Я/ми додали/додали фото мого/нашого костюма • Я/ми додали/додали фото(а) реквізиту • Я/ми додали музику		• не містить жодної оголеної шкіри • не містить зброї або симуляції зброї • не містить нічого сексистського, расистського чи гомофобного • не містить жодного насильства чи релігійного підтексту • підходить для сімейного перегляду
Підпис(и) спортсмена(ів):	Підпис тренера, визнаного IPSF:	Підпис(и) батьків (ТІЛЬКИ для осіб віком до 18 років):

Художні чемпіонати
Правила та положення



www.ipsfsports.org

АВТОРСЬКЕ ПРАВО © IPSF, липень 2024 р.
Це відкритий робочий документ, який може бути змінений

V1/2024 Визначення

Категорія повинні стосуватися вікових груп та статі в кожному дивізіоні.

Конкуренція має стосуватися всіх змагань, схвалених IPSF.

Рівень повинні стосуватися рівнів складності в рамках змагань.

Документ посилатиметься на весь цей документ.

IPSF посилатися на Міжнародну федерацію пілонного та повітряного спорту.

Організатор має посилатися на організатора змагань, схвалених IPSF.

Продуктивність має стосуватися виступу виконавця від початку до фінішу та включати хореографію, обертання, переходи, перевертання, затримки, пози, трюки, підйоми, акробатику, гімнастику, ковзання, підйоми, ловлі, падіння, шпагати та роботу на підлозі. Виконавець має стосуватися особи, запрошеної до участі у змаганнях.

WPAC стосується Чемпіонату світу з художнього пілону та акробатики.

Відповідність вимогам

- Рівень
 - Аматор
 - Напівпрофесіонал
 - Професіонал
- Аматор

Виконавці, які мають базовий досвід. Жоден заявник не може вступити до аматорського рівня, якщо він:

- Змагався в напівпрофесійному або професійному рівні в будь-які попередні роки на будь-яких національних/міжнародних артистичних змаганнях IPSF з використанням цього ж снаряду, та/або
- Двічі посідав будь-яке з трьох призових місць у аматорському рівні в останні роки на національних/міжнародних змаганнях IPSF на цьому снаряді, в якому бере участь, та/або

- Є або був інструктором/викладачем/тренером у снаряді, в якому він змагається, чи то спорт, танці, чи снаряд загалом, чи
- Отримував фінансову компенсацію за виступи або рекламну акцію з використанням снаряда, на якому змагається.

- **Напівпрофесіонал**

Виконавці, які мають значний досвід, можуть подати заявку на виступ у професійному рівні, якщо вони:

- Учні середнього/просунутого рівня та/або
- Є або були інструкторами / викладачами / тренерами та/або
- Виконавці, які не виступали у професійному рівні в жодному з попередніх років на артистичних змаганнях IPSF зі снарядом, на якому змагаються, та/або
- Виконавці, які двічі посідали будь-яке з трьох призових місць у аматорському рівні в останні роки на національних/міжнародних артистичних змаганнях IPSF з використанням снарядів, на яких змагалися, та/або
- Виконавці, які отримали фінансову компенсацію за виступи або рекламну акцію з використанням снаряда, на якому змагаються.

- **Професіонал**

Професійний рівень призначений для найкращих виконавців, які прагнуть виступати з іншими найкращими виконавцями та представляти свою країну. Професійні виконавці, як правило, це:

- Учні професійних груп та/або
- Інструктори / вчителі / тренери, як колишні, так і теперішні та/або
- Виконавці, які виступали у професійному рівні на будь-яких попередніх національних/міжнародних артистичних змаганнях IPSF з використанням цього снаряда, та/або
- Виконавці, які двічі посідали місце в першій трійці у напівпрофесійному рівні протягом останніх років на національних/міжнародних артистичних змаганнях IPSF з використанням даних снарядів.

V1/2024 Зверніть увагу, що інструктором вважається особа, яка навчала роботі на конкретному снаряді будь-яким чином – це включає очне навчання (незалежно від рівня), онлайн-заняття, семінари будь-якого виду (включаючи групові виступи будь-якого виду) або навчання на DVD/відео. Це не залежить від того, чи було отримано винагороду, чи ні – саме сам акт навчання кваліфікує людину як інструктора. Якщо інструктор потрапляє до аматорської категорії, його буде дискваліфіковано та заборонено брати участь у змаганнях щонайменше на 1 рік.

- **Категорії**

Кожна з наступних професійних категорій має бути відкрита на національному рівні для кваліфікації WPAC.

- Юніори 14 – 17 років
- Жінки-сеньорки 18 – 29 років
- Жінки-сеньорки 30 – 39 років
- Чоловіки-сеньори 18 – 29 років
- Чоловіки-сеньори 30 – 39 років
- Чоловіки-майстри 40+
- Майстри 40+ Жінки
- Майстри 50+ (можливий гендерний розподіл)
- Дуети 18+
- Юніорський дует(14 – 17)
- Групи 14+ (3 – 6 виконавців, незалежно від віку та статі)

Усі відкриті змагання пропонуватимуть професійний рівень у всіх категоріях.

Напівпрофесійні та аматорські категорії недоступні для виконавців, які виступають у відкритих змаганнях.

- **AGE**

Вікова придатність для кожної категорії визначається віком виконавця на кінець змагального року, на дату чемпіонату світу WPAC

- Юніори – віком від 14 до 17 років на дату проведення WPAC
- Сеньйор – віком від 18 до 39 років на дату проведення WPAC
- Masters 40+ - Вік 40+ - 49 років на дату WPAC
- Masters 50+ – вік 50+ на дату проведення WPAC
- Дует– вік 18+ на дату проведення WPAC
- Групи – віком від 14 років на дату проведення WPAC

*Приклад: Виконавець має досягти 39 років для участі в регіональних та національних змаганнях у своїй країні, але йому виповниться 40 років на дату WPAC; виконавець повинен виступати у своїй категорії як на регіональних, так і на національних змаганнях, щоб мати право виступати у своїй категорії на WPAC.

- **ПРОЦЕС ВІДБОРУ ВИКОНАВЦЯ**

- Усі заявники на участь у національних змаганнях повинні мати громадянство або місце проживання країни, в якій вони виступають, за винятком випадків участі у відкритих чемпіонатах.
- Терміни мають бути суворо дотримані. Якщо виконавець запізниться з поданням заявки на виступ, йому не буде дозволено виступати. Усім виконавцям будуть накладені штрафи за запізнення з музикою.
- Участь виконавців здійснюється за кваліфікацією. Процес відбору може бути визначений Організатором національного/міжнародного конкурсу.
- Виконавці повинні бути у відповідній віковій категорії.

- Порядок виступу виконавців буде визначено жеребкуванням.
- **V1/2024** Виконавець може відновити свій виступ лише у таких випадках:
 - Технічна помилка з музикою.
 - Помилка у сфері охорони здоров'я та безпеки, наприклад, проблема з небезпечним обладнанням, як-от падіння кільця або потрапляння рідини для чищення на підлогу. Це не стосується слизького обладнання, оскільки це індивідуально для кожного виконавця.
 - На розсуд Головного судді.

**Зверніть увагу: якщо виконавець вирішить продовжити свій виступ незалежно від технічної помилки (наприклад, музичної), йому не буде дозволено відновити виступ.*

- Усі професійні категорії мають бути проведені, щоб дозволити виконавцям у цій категорії виступити за місце у WPAC, навіть якщо заявку подає лише 1 виконавець.
- Переможцями стають виконавці з найвищими балами у своїй категорії виконання. Якщо два виконавці мають однаковий кінцевий бал, переможцем оголошується виконавець з найвищою кількістю балів за хореографію. Якщо два виконавці мають однаковий кінцевий бал за хореографію, переможцем оголошується виконавець з найвищою кількістю балів за презентацію.
- Титул національного або світового чемпіона з артистизму 20XX або відкритого чемпіона з артистизму 20XX (якщо застосовується) у всіх категоріях буде довічним титулом, характерним для снаряда, на якому змагаються.
- Усі виконавці, які посіли 1-ше місце в категорії «Професіонали» на національних арт змаганнях, схвалених IPSF, будуть автоматично запрошені до участі у WPAC. Якщо виконавець, який посів перше місце, не зможе взяти участь у WPAC з будь-якої причини, виконавець, який посів друге місце (2-ге місце), буде запрошений на його місце, як резервний виконавець. IPSF залишає за собою право запровадити додаткові кваліфікаційні критерії, які будуть оголошені перед WPAC. Резервні виконавці не будуть запрошені, якщо виконавець вибуває після закриття прийому заявок на участь у WPAC.
- Виконавцям з країн, які не мають національних змагань, дозволяється виступати на відкритих змаганнях для кваліфікації на WPAC. Виконавець з найвищим балом за країну автоматично потрапляє до світового рейтингу IPSF. Виконавець з цієї країни з найвищим балом наприкінці змагального сезону буде запрошений на WPAC.

Процес подання заявки

- **Початкове застосування**

Недотримання наступного може призвести до дискваліфікації з конкурсу.

- Усі кваліфіковані виконавці повинні:

- Завантажте форму заявки з вебсайту організаторів, заповніть її, завершіть, підпишіть та надішліть її на електронну адресу організаторів до встановленого терміну. Якщо її немає на вебсайті, зверніться до організатора, щоб отримати форму заявки. Це також стосується виконавців, які беруть участь у відкритому конкурсі.
- Сплатіть реєстраційний внесок, який не підлягає поверненню. Інформацію про реєстраційний внесок та платіжні реквізити можна знайти у формі заявки.
- Надішліть свою музику у форматі mp3 на адресу електронної пошти, вказану в пакеті заявки, до зазначеного терміну
- Надішліть свою тему/технічний аркуш до кінцевого терміну, встановленого організатором. (Див. штрафні санкції головного судді). Виконавці можуть змінити свою тему/технічний аркуш між попередніми змаганнями та фіналом. Нові аркуші повинні бути подані протягом однієї години після завершення попередніх змагань або до часу, встановленого організатором конкурсу.

**Зверніть увагу: рукописні форми не прийматимуться, окрім випадків, зазначених організатором, у разі зміни аркушів між попередніми та фіналами. Підписи можуть бути надруковані.*

- Надайте інформацію про свою законну статтю. Копія свідоцтва про народження має бути надана на запит.
- Усі заявки мають бути заповнені державною мовою країни-організатора. Усі заявки на відкриті конкурси мають бути заповнені англійською мовою.
- Усі виконавці повинні бути у формі, здоровими та не повинні бути свідомо вагітними. На вимогу виконавця можуть попросити надати документ від лікаря, що підтверджує його стан здоров'я та фізичну форму. Вся інформація буде зберігатися конфіденційно.
- **V1/2024** Виконавці можуть виступати на національному конкурсі лише за умови, що вони мають громадянство та/або постійне місце проживання в цій країні. У разі подвійного громадянства виконавці можуть представляти лише одну країну в WPAC. Виконавці, які бажають змінити країну свого представництва, повинні врахувати один конкурсний рік до зміни.
- Заявки не будуть повністю опрацьовані без виконання всіх вищезазначених вимог у встановлені терміни.
- **Вибір музики**
 - Виконавці мають особистий вибір музики; це може бути поєднання різних музичних творів та виконавців, а також тексти пісень.
 - Музика не може мати жодного релігійного чи зневажливого підтексту. Ненормативна лексика (незалежно від мови) заборонена.

- Музику необхідно подати до встановлених термінів, інакше буде застосовано штраф. Якщо музику не буде отримано за 48 годин до початку конкурсу, виконавець буде дискваліфікований.
- Музику необхідно подати організатору конкурсу у форматі MP3 до зазначеного терміну, а назву слід вказати з використанням імені та категорії виконавця. [.](#)
- Копія на компакт-диску або USB-накопичувачі повинна бути чітко позначена ім'ям виконавця та категорією та надана під час реєстрації. Невиконання цієї вимоги може призвести до відсутності виступу виконавця.
- **Тема / Технічний лист**
 - Виконавці повинні дотримуватися наступних правил:
 - Виконавці повинні заповнити Тематичний/Технічний аркуш у встановлені терміни та мовою, визначеною організатором конкурсу.
 - Аркуш має бути заповнений чорним друкованим шрифтом та надрукований; рукописні копії не приймаються, якщо інше не зазначено організатором конкурсу.
 - Виконавці повинні підписати кожен форму; затверджені тренери також можуть додати свій підпис.
 - За кожен день запізнення на форму нараховуватиметься штраф у розмірі -1 бала, максимальна сума – -5 балів; після чого виконавець буде дискваліфікований.
 - Аркуш має бути заповнений чорним чорнилом та надрукований виключно у форматі Microsoft Word, як зазначено – за будь-який інший формат буде нараховано штраф. Підписи мають бути надруковані вручну.
 - Аркуші повинні бути подані організатору змагань у встановлені терміни.
 - Форму слід заповнити повністю, а музику, костюми та реквізит слід подати одночасно з Тематичним аркушем. Якщо позначки не заповнені, форма вважається неповною та стягується штраф. Якщо музику, костюми та реквізит не подано одночасно, Тематичний аркуш вважається неповним.

- **Процес реєстрації**

У випадку, якщо виконавець не з'явиться на реєстрацію без поважної причини, йому буде заборонено брати участь у всіх змаганнях, що схвалюються IPSF, по всьому світу на термін один рік. Імена заборонених виконавців будуть опубліковані на www.ipsfsports.org. Виконавці можуть скасувати участь без штрафних санкцій лише за 21 робочий день до початку змагань. Винятки робляться з медичних причин та надзвичайних ситуацій, коли медична документація та підтвердження проїзного квитка повинні бути надані Організатору для підтвердження щонайменше за один день до початку змагань. Виконавці, які не з'явилися в день реєстрації через надзвичайну ситуацію, матимуть максимум сім днів після закінчення змагань, щоб надати необхідні

підтвердження документації. Винятків не буде. Див. також: Політика IPSF щодо неявки (додається нижче).

- Усі виконавці повинні прибути та зареєструватися у час, призначений Організатором, якщо не отримано письмового дозволу.
- Усі виконавці, включаючи дублерів, повинні надати підтвердження громадянства або місця проживання, якщо цього вимагає організатор.
- **V1/2024** Усі виконавці повинні підписати підтвердження наступного під час реєстрації:
 - Правила та положення були прочитані та прийняті.
 - Етичний кодекс IPSF був прочитаний, прийнятий, і виконавець погоджується поводитися так, як належить професійному спортсмену.
 - Усі витрати, понесені виконавцем, є відповідальністю виконавця, а не Організатора.
 - Відмовляюся від усіх прав на зображення та погоджуюся на те, що зображення можуть бути використані для просування повітряних видів спорту по всьому світу IPSF та/або національними федераціями, що входять до IPSF. Виконавці не отримають жодної компенсації за фотографії та відео, зроблені під час заходу.
 - Давати інтерв'ю, знімати на відео та/або фотографувати представникам ЗМІ, схвалених Організатором.
 - Участь у Національному або Відкритому чемпіонаті здійснює на власний ризик. Будь-які травми або нещасні випадки, що можуть статися, є відповідальністю учасника, а не Організатора чи IPSF.
 - Поважати та дотримуватися часу репетицій та виступів.
 - Бути присутнім на церемонії нагородження, окрім випадків невідкладної медичної допомоги.
 - Якщо учасник не з'явиться на церемонію нагородження без поважної причини (антидопінговий тест, невідкладна медична допомога або смерть близького родича) та посяде місце у трійці найкращих, його буде дискваліфіковано, а його медаль буде вручено наступному спортсмену.
 - Якщо учасник має поважну причину для пропуску церемонії нагородження (антидопінговий тест, невідкладна медична допомога або смерть близького родича), його товариш по команді або тренер, визнаний IPSF, може замінити його на церемонії та повинен дотримуватися правил та положень щодо спортивного костюма.
- У разі порушення порядку проведення змагань, учасники будуть дискваліфіковані.

Виконання

Ці правила застосовуються до регіональних змагань, попередніх змагань та фіналу.

- **Час виконання**

Виконавці повинні дотримуватися наступних правил:

- Час виступу має бути не менше 3,30 хвилини та не більше 4,00 хвилини.
- Музика зникне через 4 хвилини.

- **ТЕМИ**

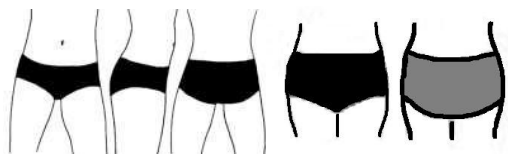
Усі теми мають бути затверджені Головним суддею за два (2) тижні до змагань, якщо організатор змагань не вкаже інше. Теми, які вважаються недоречними або суперечать етичним принципам IPSF, будуть виключені. Просимо вас пам'ятати, що це змагання для сімей, за участю маленьких учасників, і що серед глядачів можуть бути чутливі глядачі – будь ласка, переконайтеся, що ваша тема є доречною.

- **Костюм**

Костюми повинні відповідати вимогам художнього конкурсу. Вони повинні повністю закривати область тазу та сідниць для всіх виконавців та область грудей для виконавиць жіночої статі. Костюми повинні бути перевірені головним суддею за два (2) тижні до змагань. Виконавці будуть дискваліфіковані, якщо вони не дотримуватимуться наступних вимог до костюмів:

- Двоскладовий або розрізаний купальник дозволений для всіх учасників; односторонній костюм(лише низ) дозволений лише для чоловіків.
- Верхня частина повинна повністю закривати область грудей у жінок і не демонструвати зайвого декольте.
- Виріз трусів не повинен бути вищим за складку стегна спереду (де стегно з'єднується з тазом) і повинен повністю закривати кістки тазу. Вони повинні повністю закривати сідничні м'язи.

- **V1/2024** Шорти повинні закривати сідниці. Ось деякі приклади належного покриття:



- Можна носити довгі шорти, легінси або штани, також дозволені спідниці. На легінсах дозволені вирізи вздовж штанини для безпеки захоплення.
- Взуття: виконавець може виступати босоніж або в гімнастичних/танцювальних черевиках/балетках/кросівках. Підбори або чоботи заборонені. Інше взуття можна носити на розсуд головного судді.
- Костюми не повинні містити:
 - Спідня білизна.

- Прозорий одяг, що не закриває груди, таз та сідничну область.
Заборонено носити предмети одягу, що створюють ілюзію спідньої білизни або оголеності.
- Мереживо та сітчасті тканини дозволені, якщо вони не натякають на оголеність або не створюють ілюзії спідньої білизни.
- Металеві деталі.
- Будь-що, що заважає виконанню або може вважатися проблемою здоров'я та безпеки.
- Олія або крем на будь-якій ділянці тіла.
- Верхній одяг, такий як куртки, накидки та капелюхи, може бути знятий за умови, що учасник відповідним чином одягнений під них. Недотримання цих правил може призвести до дискваліфікації.
- Костюми повинні бути без логотипів спонсорів.
- Не допускаються образливі татуювання: символи верховенства та расизму, або образливі зображення насильства. Недоречні татуювання повинні бути прикриті простою пов'язкою. Макіяж татуювання заборонено.
- Під час церемонії нагородження на сцені заборонено проносити будь-які сумки/клатчі. Під час церемонії нагородження необхідно бути у спортивному костюмі.
- Усі учасники та їхні тренери, зареєстровані в IPSF, повинні мати спортивні костюми відповідно до вимог, викладених нижче:
 - Національні спортивні костюми для використання під час WPAC повинні відповідати правилам, викладеним у Додатку до спортивних костюмів, опублікованому як окремий документ. Будь ласка, зверніться до цього документа для ознайомлення з усіма правилами та положеннями щодо спортивних костюмів.

- **Реквізит**

Реквізит має бути перевірений головним суддею за два (2) тижні до конкурсу. Реквізит повинен відповідати загальній художній темі твору. Виконавці мають 3 хвилини на встановлення та зняття реквізиту. За встановлення та прибирання, що відбуваються поза цим часовим проміжком, буде виписано 1 бал. Виконавці будуть дискваліфіковані, якщо не дотримуватимуться наступних вимог до реквізиту:

- Будь-які аксесуари та/або реквізит, які можуть загрожувати безпеці виконавця або обладнання, заборонені. У разі сумнівів, будь ласка, зверніться до організаторів.
- Реквізиту буде виставлено -1 бал за несправність - поломку тощо.

- **V1/2024** Якщо люди використовуються як реквізит, виконавець повинен вказати в Тематичних/Технічних формах, якою мірою він використовуватиме людський реквізит, і як це доповнить історію, яку він розповідає. Не більше 3 осіб на додаток до виконавця можуть

використовуватися як «реквізит». Людському реквізиту не дозволяється торкатися снаряду під час виступу. Людський реквізит може допомагати виконавцю(ам) без контакту з снарядом або підйому виконавця(ів), а час допомоги обмежений 45 секундами без штрафу (див. штрафи головного судді). Час допомоги визначається, як будь-який час, коли хоча б один людський реквізит рухається на сцені, незалежно від того, чи відбувається цей рух з безпосередньою взаємодією з виконавцем(ами) чи ні. Головний суддя залишає за собою право заборонити використання людського реквізиту, якщо він(и) не беруть активного участі в історії. Людський реквізит повинен(и) бути віком щонайменше 10 років на перший день ВРАС відповідного року. Групам не дозволяється використовувати людський реквізит. Людський реквізит повинен дотримуватися тих самих правил і норм щодо костюмів, що й виконавці.

- Зброя чи реквізит, що імітують зброю, не допускаються як реквізит. Зображення зброї не допускаються (наприклад, іграшкові пістолети, лук зі стрілами тощо). Однак зброю можна зображувати, використовуючи лише людське тіло.
- Рідини заборонені — воду можна використовувати, якщо вона знаходиться в герметичному, небиткому контейнері (пластику).
- Розгляд реквізиту у вигляді «дзеркала»: Фотографію дзеркала необхідно подати Головному судді на затвердження разом із Темою/Технічним аркушем. Дзеркало повинно бути дзеркалом з рамою, яке може стояти самостійно, а не спиратися на стіну тощо, а також має бути надано пояснення функції дзеркала у витворі та опис матеріалу, з якого виготовлене дзеркало (порцеляна, скло, дерев'яне обрамлення тощо).
- Не дозволено:
 - Скло
 - Конфетті
 - Блискучі канони
 - Речовини, для очищення яких потрібен певний час або які можуть створити небезпечну сцену для виконавців, що йдуть далі.
 - реквізиту, що потребує підключення до електромережі на місці проведення заходу
- Єдиним повітряним обладнанням, дозволеним на сцені, є те, на якому проводяться змагання. Жодне інше повітряне обладнання не дозволяється. Повітряне обладнання визначається, як будь-яке обладнання, яке дозволяє виконавцю певним чином зависати в повітрі. Прикладами повітряних пристроїв, які не можна використовувати, як реквізит, є (але не обов'язково обмежуються):
 - «Фабпол»
 - «Пілон Lollipop»
 - «Петлі» або «Циркові петлі»
 - Гамак або полотна тощо.
 - Мундштук або «Залізна щелепа»

- Будь-який вид підвісного обладнання (наприклад, підвішування для волосся)
- **Зачіска та макіяж**
 - Зачіска може бути в будь-якому стилі.
 - Макіяж може бути будь-яким, що поєднується з виступом.
- **ЗАСОБИ ЗЧЕПЛЕННЯ**
 - Можна використовувати будь-які засоби зчеплення, окрім заборонених, що доступні на вебсайті IPSF. Зверніть увагу, що на снаряди не можна наносити ЖОДНІ засоби. Засоби зчеплення можна наносити лише на тіло виконавця. Повний оновлений список можна знайти на вебсайті IPSF.
 - Засоби зчеплення на основі каніфолі дозволені лише для Aerial Silks.
- **V1/2024 ПІЛОНИ**
 - Змагальні Пілони — це латунні Пілони діаметром 45 мм, висотою чотири (4) метри, виготовлені з одного шматка.
 - Усі виконавці можуть обрати конфігурацію Пілонів. Це необхідно вказати під час подання заявки.
 - Очищення пілонів:
 - Усі пілони будуть очищені перед виступом кожного виконавця щонайменше двома (2) очищувачами пілонів (один або два на пілон). Пілони будуть очищені повністю; спочатку засобом для видалення жиру, а потім сухим рушником/ганчіркою.
 - Виконавцям дозволено перевіряти Пілони перед виступом і вони можуть попросити про повторне чищення.
 - Виконавці можуть самостійно чистити пілони, якщо бажають, але повинні використовувати засоби для чищення, надані організатором.
 - Виконавцям заборонено чистити пілони власними засобами для чищення. Винятком є сильні алергії, у разі яких необхідно надати медичну документацію.
 - Вся інформація, необхідна виконавцям, буде повідомлена організатором конкурсу.
- **ПОВІТРЯНЕ КІЛЬЦЕ**
 - Змагальні повітряні кільця виготовлені з металевої труби діаметром 25 мм.
 - Організатор надає 3 діаметри кільця, з яких виконавець може вибрати для свого виступу: 90 см, 95 см та 100 см.
 - Мінімальна вага для повітряного кільця становить 4,7 кг.

- Поверхня кільця повинна бути покрита порошковою фарбою. Не можна використовувати стрічку для обмотування або інші засоби зчеплення на поверхні кільця. Кільце буде очищене перед кожним виконавцем.
 - Організатор надасть варіанти зросту 140 см, 170 см та 200 см, виміряні від підлоги до найнижчої точки нижньої планки. Спортсмен/виконавець повинен вказати необхідний зріст та розмір кільця у своїй заявці на змагання (та в тематичному аркуші для артистичних виконавців). На організованій репетиції виконавець підтвердить зріст для виступу. Кільце повинно бути на мінімальній висоті підборіддя виконавця, виміряній від підлоги. Для парних та групових змагань враховується висота підборіддя найвищого спортсмена.
 - Кільце буде підвішено до двох точок такелажу за допомогою строп довжиною 80 см до однієї точки такелажу. Будь ласка, ознайомтеся з останніми Нормами IPSF щодо снарядів для отримання найактуальнішої інформації щодо такелажу.
 - Вся інформація, що стосується повітряного кільця, буде повідомлена організатором змагань.
 - Очищення кільця:
 - Кільце буде очищено перед кожним учасником змагань. Кільце буде повністю очищено: спочатку засобом для видалення жиру, а потім сухим рушником/ганчіркою.
 - Виконавцям дозволяється перевіряти кільце та його висоту перед змаганнями, і вони можуть попросити про повторне чищення або корекцію висоти.
 - Виконавці можуть самостійно почистити кільце, якщо бажають, але повинні використовувати засоби для чищення, надані організатором.
 - Виконавцям заборонено чистити кільце власними засобами для чищення. Єдиним винятком із правила є сильна алергія, у разі якої необхідно надати медичну документацію.
 - Виконавцям заборонено чистити кільце власними засобами для чищення. Винятком із правила є сильні алергії, у разі яких необхідно надати медичну документацію.
 - Вся інформація, пов'язана з виступом, буде повідомлена організатором конкурсу.
 - Сцена для повітряного кільця: Сцена має мінімальну відстань три (3) метри спереду, з боків та позаду кільця.
-
- **V1/2024 Повітряний пілон**
 - Пілони для змагань у повітрі – це Пілони діаметром 45 мм, покриті неопреновою гумою або силіконом, виготовлені не більше ніж з двох частин, та мають три (3) метри корисної висоти.

- Повітряна стійка буде підвішена до однієї точки кріплення, з ременем довжиною 40 см. Будь ласка, зверніться до останніх Норм IPSF щодо снарядів для отримання найактуальнішої інформації щодо такелажу.
- Повітряний пілон буде підвішено до однієї точки такелажу. Будь ласка, ознайомтеся з останніми Нормами IPSF щодо спортивних снарядів, щоб отримати найактуальнішу інформацію щодо такелажу.
- Очищення повітряного пілону:
 - Повітряний пілон буде очищено перед кожним учасником. Повітряний пілон буде повністю очищено; спочатку засобом для видалення жиру, а потім сухим рушником/ганчіркою.
 - Виконавцям дозволено перевіряти повітряний пілон та його висоту перед змаганнями, а також вони можуть попросити про повторне чищення.
 - Виконавці можуть самостійно чистити повітряний пілон, якщо бажають, але повинні використовувати засоби для чищення, надані організатором.
- Виконавцям заборонено чистити повітряний пілон власними засобами для чищення. Винятком є сильні алергії, у разі яких необхідно надати медичну документацію.
- Вся інформація, пов'язана з повітряним пілоном та мистецтвом, буде повідомлена організатором конкурсу.
- **Повітряні полотна**
 - Повітряні полотна для змагань мають довжину 10–12 метрів та ширину 150–180 см.
 - Повітряні полотна будуть підвішені з однієї точки кріплення. Будь ласка, зверніться до останніх Норм IPSF щодо снарядів для отримання найактуальнішої інформації щодо такелажу, а також додаткової детальної інформації щодо тканини тощо.
 - Виконавцям дозволяється приносити власні Повітряні полотна обраного кольору та обраної довжини. Необхідно враховувати наступне:
 - Виконавці повинні надати сертифіковану вісімку з алюмінієвого сплаву для оснащення Повітряних полотен. Виконавці повинні надати підтвердження сертифікації вісімки. Вісімка перевірятиметься на кожних змаганнях, щоб переконатися, що вона придатна для використання (не зношена чи не тріснута).
 - Повітряні полотна перевірятимуться на кожних змаганнях, щоб переконатися, що вони придатні для використання (не порвані, тканина відповідна (розтягується в кількох напрямках, як у випадку з трикотажною тканиною), правильно зав'язані навколо вісімки, а також що довжина та ширина правильні).
 - Виконавець повинен буде підписати відмову від відповідальності, яка звільняє IPSF та її Національну федерацію від будь-якої відповідальності за власне спорядження.

- Організатори змагань нададуть Повітряні полотна однотонного кольору на свій вибір у випадку, якщо учасник не зможе принести власні полотна або не матиме полотен, що відповідають вищезазначеним вимогам. Організатори змагань чергуватимуть полотна під час змагань, щоб забезпечити достатньо часу для їхнього чищення.
 - Чищення Повітряних полотен, що забезпечується організаторами змагань:
 - Повітряні полотна буде очищено після кожного виступу учасника. Повітряні полотна буде повністю очищено антибактеріальним спреєм та дано висохнути на повітрі перед наступним використанням.
 - Виконавцям заборонено чистити Повітряні полотна, надані організаторами конкурсу, власними засобами для чищення. Винятком із правила є сильна алергія, у такому випадку необхідно надати медичну документацію.
 - Вся інформація про Повітряні полотна та пов'язана з ними художня тема буде повідомлена організатором конкурсу.
- **V1/2024 Зйомки**
- Усі учасники, беручи участь у будь-якому чемпіонаті IPSF, підтверджують, що вони відмовляються від усіх прав на зйомку та фотографування і не отримають жодної компенсації за фотографії та відео, зроблені під час заходу. Усі учасники повинні погодитися з тим, що їхні зображення можуть бути використані для реклами, тренувань, промоційних та комерційних цілей IPSF та/або національними федераціями, що входять до IPSF.
 - Усі виконавці погоджуються на інтерв'ю, відеозйомку та/або фотографування засобами масової інформації, схваленими IPSF.
 - Усі виконавці повинні погодитися на зйомку/фотозйомку будь-якого заходу, в якому вони беруть участь до, під час або після конкурсу, що пов'язаний з конкурсом (наприклад, майстер-класи, інтерв'ю, виступи тощо).
 - Фото- та відеозйомка в роздягальнях заборонені без прямого дозволу Організатора.
 - Усі фотографії та відеоматеріали залишаються власністю Організатора.

Оцінювання

- **Судді та система суддівства**
 - Оцінювання підсумовується за допомогою сортувальника.
 - Бали виставляються в кінці змагань.
 - Судді повинні бути постійно відокремлені від виконавців та глядачів.
 - Судді та виконавці будуть дискваліфіковані, якщо їх буде застато за обговоренням будь-яких питань разом у будь-який час під час змагань.
 - Судді не можуть брати участь у змаганнях у тому ж році, в якому вони судять. Аналогічно, судді не можуть бути тренерами, визнаними IPSF, на змаганнях у тому ж році, в якому вони судять. Організатори змагань / члени комітету федерації не можуть брати участь у змаганнях, судити або бути тренерами, визнаними IPSF, на змаганнях, які вони проводять (якщо пом'якшувальні

обставини не будуть представлені виконавчому комітету IPSF у письмовій формі).

	Виконавець	Тренер	Супроводжуючий	Суддя	Головний суддя	Організатор	Федерація Президент
Спортсмен	X	X	X				
Тренер	X	X	X				
Супроводжуючий	X	X	X				
Суддя				X	X		
Головний суддя				X	X		
Організатор змагань						X	X
Президент Федерації						X	X

У наведеному вище графіку ви знайдете огляд того, що прийнятно для перетину (ЗЕЛЕНИМ кольором), що взагалі неприйнятно для перетину (ЧОРНИМ кольором), що може обговоритися керівництвом IPSF, а також наведених нижче застережень (ЧЕРВОНИМ кольором).

- Президент Федерації може брати участь у змаганнях, ЯКЩО Виконавчий комітет IPSF буде повідомлений не пізніше ніж за 3 місяці до змагань, і будуть дотримані такі умови:
 - Президент Федерації не повинен взаємодіяти з суддями чи виконавцями
 - Президент Федерації не повинен взаємодіяти з формами виконавців / музикою / костюмами або мати будь-яку конфіденційну інформацію, пов'язану з цим.
 - Президент Федерації не повинен оголошувати/візуально представляти федерацію на ваших змаганнях.
 - Президент Федерації повинен спочатку змагатися, щоб допомагати протягом решти вихідних.
 - Президент Федерації повинен надати доказ існування оргкомітету, який здійснює повну взаємодію з суддями та виконавцями.
 - Президент Федерації повинен надати докази того, що фактичний організатор змагань повністю відповідає за все, що пов'язано зі змаганнями.

Якщо ці правила будуть порушені, їм загрожуватиме штраф і можливе відсторонення від участі.

- Суддівська колегія складатиметься щонайменше з 3 суддів (2 судді та один головний суддя), але може складатися з більшої кількості суддів, за умови, що колегія завжди буде складатися з непарної кількості суддів.

- У випадку, якщо в колегії 5 або більше суддів, судді виключатимуть найнижчий та найвищий бали, щоб уникнути упередженості, окрім випадків

V1/2024 Один з виставлених балів належить Головному судді. Якщо 2 бали однакові, буде анульовано лише 1.

- **Дискваліфікація**

Виконавець може бути дискваліфікований Головним суддею на власний розсуд під час змагань за наступне (повний список див. у розділі «Штрафи головного судді»):

- Жодна культурна чи релігійна апропріація не буде толеруватися.
- Жодної ненормативної лексики не буде дозволено.
- Заборонено використовувати зброю чи реквізит, що позначає зброю. На сцені заборонено будь-яке насильство.
- Розведення вогню заборонено. Використовувати вогнегасник як реквізит також заборонено.
- Зверніть увагу, що на всіх змагальних майданчиках IPSF куріння заборонено. Таким чином, куріння заборонено в радіусі 100 метрів від місця проведення змагань.
- Заборонені або регульовані речовини не дозволені.
- Порушення правил, норм та кодексу етики.
- Надання неправдивої або неточної інформації у формі заяви.
- Навмисне торкання фермової системи під час виступу. Це включає навмисне торкання фону на сцені в будь-який момент під час виступу, бічних банерів/підвісок та облямівки навколо сцени (розмежування сцени).
- Невідповідна хореографія та костюми.
- Запізнення на реєстрацію та репетиції без попередньої домовленості або неучасть у параді відкриття (без попереднього дозволу організатора змагань).
- Пізнє прибуття за лаштунки перед виступом.
- Запізнення або неявка на сцену за оголошенням.
- Неспортивна поведінка або дискредитація змагань, Організатора чи IPSF.
- Загроза життю або здоров'ю виконавця, організатора, судді чи глядача.
- Використання заборонених засобів зчеплення.
- Безпосереднє звернення до журі для обговорення конкурсу або прямий чи опосередкований вплив на рішення суддів до або під час конкурсу.
- Використання вульгарної лексики або жестів щодо будь-якого офіційного представника IPSF.
- Неподання теми/технічного форми за 5 днів до початку конкурсу.

- **Результати**

- Всі результати обробляються за допомогою комп'ютера.

- Бали будуть оголошені наприкінці заходу. Виконавцям буде надано розбивку їхніх балів лише за кожною секцією. Виконавець несе відповідальність за отримання своєї оціночної стрічки. Усі оціночні стрічки, не зібрані до кінця змагань, будуть знищені.
- Усі результати будуть опубліковані на вебсайті організаторів протягом двадцяти чотирьох (24) годин після нагородження.
- Усі виконавці, які пройдуть кваліфікацію на WPAC, будуть перелічені на вебсайті IPSF протягом двадцяти чотирьох (24) годин.
- **Нагороди**
 - На національному чемпіонаті кожен виконавець виступає за звання національного чемпіона з артистизму 20XX відповідно до конкретного снаряда, на якому змагався. На відкритому чемпіонаті кожен виконавець виступає за звання відкритого чемпіона з артистизму 20XX відповідно до конкретного снаряда, на якому змагався. На чемпіонаті світу кожен виконавець виступає за звання чемпіона світу з артистизму 20XX відповідно до конкретного снаряда, на якому змагався.
 - На церемонії нагородження на сцені дозволяється перебувати лише у спортивному взутті, шкарпетках або босоніж.

V1/2024 Права та обов'язки

- **Права та обов'язки виконавців**
 - Усі виконавці повинні ознайомитися з правилами, положеннями та будь-якими оновленнями.
 - Усі виконавці повинні поводитися відповідно до правил, положень та Кодексу етики IPSF.
 - Усі виконавці повинні підписати кодекс етики IPSF та поводитися відповідно.
 - Усі учасники зобов'язані мати при собі документи, що посвідчують особу, на конкурс.
 - Усі виконавці несуть повну відповідальність за стан свого здоров'я та здатність виступати. Щоб уникнути травм, усім виконавцям забороняється виконувати трюки чи комбінації, в яких вони не повністю впевнені та не відчувають себе надійно.
 - Усі учасники беруть участь у чемпіонатах IPSF на власний ризик та розуміють, що будь-які травми чи нещасні випадки, які можуть статися, є їхньою відповідальністю.
 - Вживання алкоголю або заборонених чи контрольованих речовин до або під час змагань суворо заборонено.
 - Усі витрати, понесені виконавцем, є відповідальністю виконавця, а не Організатора. Підтвердження цього потребуватиме підпису під час реєстрації.

- Виконавці, які беруть участь у будь-якому чемпіонаті IPSF, повинні придбати/отримати відповідну візу для в'їзду до країни, де проводяться змагання. Якщо виконавцю потрібна допомога, будь ласка, зверніться до організатора змагань.
 - Усі виконавці мають право отримувати всю доступну публічну інформацію щодо системи підрахунку балів або змагань загалом, яку можна знайти на вебсайті IPSF: www.polesports.org.
 - Під час попередніх та фінальних змагань:
 - Усі виконавці повинні виступати в одній гендерній категорії, окрім випадків парного виступу та змішаної категорії.
 - Виконавці повинні вийти зі сцени та дочекатися оголошення, перш ніж вийти на сцену.
 - Зрештою, спортсмен/виконавець несе відповідальність за забезпечення дотримання всіх правил і положень. Якщо правило порушується, але не виявляється під час перевірки Головним суддею/Майстром суддею, спортсмен/виконавець все одно може зіткнутися з вирахуванням балів за це порушення правил на змаганнях.
 - **Права та обов'язки Організатора**
- IPSF та/або Організатор залишають за собою право на наступне:
- Змінювати правила та положення конкурсу або їх додатки в будь-який час. Про будь-які зміни буде негайно оголошено www.ipsfsports.org.
 - Направляти до Головного судді будь-якого виконавця, який порушує правила та положення або кодекс етики, для розгляду питання про штрафи або дискваліфікацію.
 - Направляти до Головного судді будь-якого суддю, який порушує правила та положення або кодекс етики, для розгляду питання Дискваліфікація.
 - Приймати рішення щодо будь-яких питань, що не враховані в правилах, положеннях та кодексі етики, до або під час змагань.
 - Організатор надасть першу медичну допомогу у разі інциденту або нещасного випадку, а також медичну допомогу у разі більш серйозної травми. Остаточне рішення щодо того, чи повинна травма учасника перешкоджати йому брати участь у змаганнях або продовжувати їх, приймає медичний представник.
 - IPSF та Організатор не несуть відповідальності за втрату або пошкодження речей виконавців чи офіційних осіб.

Організатор зобов'язаний:

- Опублікувати всі критерії конкурсу, як зазначено вище.
- Оголосити про всі зміни щодо конкурсу на вебсайті організаторів конкурсу.
- Забезпечте кімнати для перевдягання та розминки виконавців з туалетами, окремими від тих, що використовуються суддями та глядачами.
- Перевірити встановлення кільця та протестувати їх.

- Дати виконавцям можливість потренуватися з кільцями перед початком змагань.
- Організувати чищення кільця перед кожним виступом.
- Надавати суддям всю необхідну інформацію щодо конкурсу.
- **V1/2024** Надавати тимчасову першу медичну допомогу у разі нещасного випадку або події.
- Переглянути тематичні/технічні аркуші та попросити виконавця підтвердити, що костюм, реквізит, взуття чи будь-який компонент виступу не пошкодить кільце чи сцену. Після цього Організатор має право обговорити ці деталі з Головним суддею.
- **ТРЕНЕРИ**
 - Щоб бути зареєстрованим тренером IPSF, тренер повинен пройти щонайменше курс «Кодекс очок», що стосується конкретного снаряда та поточного року, на якому він тренує (наприклад, якщо він тренує кільце, тренер повинен пройти курс «Кодекс очок кільце» протягом року змагань), а також кваліфікацію з анатомії (яка включає розминку та заминку, а також має іспит, включений до курсу - це може бути як університетський курс, так і курс IPSF з анатомії, фізіології та біомеханіки). Також настійно рекомендується пройти тренерський курс. Потім тренер повинен подати ці кваліфікації до IPSF і буде зобов'язаний сплатити реєстраційний внесок. Цей збір стягується щорічно. IPSF оновлюватиме тренерів, якщо будуть потрібні будь-які зміни, та надасть достатньо часу та можливостей для проходження будь-яких додаткових кваліфікацій.
 - Усі тренери, які підписують тематичні аркуші спортсменів з художньою підготовкою, повинні бути зареєстрованими тренерами IPSF. Тільки тренер, визнаний IPSF, який підписує форми, вважатиметься тренером спортсмена, і тому лише цей тренер матиме привілеї, що супроводжують це звання. Тренерам дозволено підписувати форми лише в тих дисциплінах, в яких вони кваліфікувалися як тренери, зареєстровані IPSF (наприклад, якщо тренер зареєстрований як тренер з повітряного кільця, йому не дозволено підписувати форми для змагань з пілону або пілону).

Скарги

- **Загальні скарги**
 - Виконавцям не дозволяється оскаржувати свої оцінки; оцінки суддів є остаточними.
 - Подальші скарги щодо будь-яких інших питань повинні бути подані в письмовій формі організатору змагань протягом 7 робочих днів.
 - Для отримання додаткової інформації, будь ласка, зв'яжіться з організатором змагань.

Цей розділ містить інформацію для учасників та тренерів про систему підрахунку балів, що використовується на національних чемпіонатах, а також пояснює, як будуть виставлятися бали, коли будуть оголошені остаточні результати та додаткову інформацію, яку вам може знадобитися знати.

Особисті бали

Ваші загальні бали будуть оголошені після всіх виступів. Жодного іншого спілкування з журі не буде.

Результати змагань

Результати у всіх категоріях у фінальний день будуть оголошені на церемонії нагородження (вона проводиться або протягом дня, або в кінці кожного змагального дня – будь ласка, уточніть у організатора конкурсу, коли відбудеться ваша церемонія нагородження, якщо ви не впевнені). Очікується, що виконавці будуть готові вийти на сцену, коли їх покличуть, приблизно через 15 хвилин після виступу останнього виконавця. Кожну категорію буде запрошено на сцену, і переможців буде оголошено разом із їхніми загальними балами. Усі загальні бали також будуть опубліковані на вебсайті конкурсу, а кваліфіковані виконавці WPAC – у світовому артистичному рейтингу IPSF.

Керівництво щодо ваших балів

Будь ласка, ознайомтеся з протоколом та супровідними правилами.

Мета

Ця політика окреслює підхід Міжнародної федерації пілонного-спорту (IPSF) до виконавців, які подають заявки на участь у змаганнях, як на національному та міжнародному рівнях і не відвідують заходи.

Контекст

Цю політику було запроваджено у зв'язку з частими випадками, коли учасники не відвідують та не виступають на змаганнях, на які вони подали заявку, не повідомляючи про це організаторів змагань. Ця політика допоможе усунути такі проблеми:

- Запобігання участі інших виконавців у змаганнях
- Спричиняє затримки для організаторів
- Розчарування спортивних уболівальників та глядачів
- Зрив розкладу змагань
- Створення труднощів зі спонсорами

Очікування щодо інформування організаторів змагань

Виконавці, які не можуть відвідати змагання, в яких вони беруть участь, повинні дотримуватися принаймні одного з наступних вимог залежно від причини неявки та того, за який час до змагань виконавці бажають скасувати свою участь:

- Виконавці повинні повідомити організаторів національних та міжнародних конкурсів про свою неявку. Термін для цього – три тижні до дати змагань. Виконавець несе відповідальність за знання кінцевої дати подання заявок.
- Виконавці, які змушені скасувати свою участь після кінцевого терміну, повинні якомога швидше повідомити про це організаторів конкурсу (це може зробити хтось від їхнього імені). Медичну довідку (з копією, перекладеною англійською мовою, якщо оригінал довідки не англійською мовою) необхідно подати організатору змагань.
- Виконавці, які не мають медичних причин для неявки у стислі терміни, повинні будуть надати свої причини організатору змагань, щоб Виконавчий комітет IPSF оцінив їх та вирішив, чи є причина прийнятною. Якщо ні, до виконавця будуть застосовані наведені нижче санкції.

Процедури повідомлення IPSF

- Виконавці мають до семи днів після дати конкурсу, щоб подати відповідні документи, як зазначено вище.
- Якщо форму не буде подано протягом семи днів, IPSF надішле виконавцю письмове повідомлення з поясненням, що його тепер реєструють як такого, що не з'явився.
- Якщо відповіді не буде, IPSF зареєструє виконавця як такого, що не з'явився, із застосуванням чинних санкцій (докладніше описано нижче).
- Щоб зареєструвати апеляцію, виконавець повинен зробити це протягом семи днів з моменту отримання реєстрації, як неявки. Апеляцію розглядатиме Виконавчий комітет IPSF.

Санкції

Виконавці, які не відповідають критеріям неявки на національні чи міжнародні змагання IPSF, будуть зареєстровані як виконавці, що не з'явилися, та будуть позбавлені права брати участь у всіх регіональних, національних та міжнародних змаганнях протягом одного року з дати проведення змагань. Вся інформація (імена та умови змагань) буде опублікована на національних та міжнародних вебсайтах IPSF.

V1/2024 ДОДАТОК 1

Заборонені рухи та штрафи

- Заборонено всі види підйомів та балансу з витягнутими руками, коли партнер знаходиться у вертикальному положенні стоячи та не контактує з предметом.

Заборонено всі підйоми, де партнер піднімається та утримується вище рівня плечей без контакту з предметом.

- Усі підйоми з використанням снаряда, як допоміжного засобу та фіксацією положення підйому заборонені. Ці підйоми дозволені лише якщо використовуються, як перехід на кільце без фіксації положення.
- Партнер з підйому не може рухатися жодним чином під час виконання затвердженої вправи, включаючи вправи з контактом з предметом.
- Підкидати партнера в повітря та ловити його/її без контакту зі снарядом заборонено.
- Сальто з поворотом та два або більше послідовних сальто без контакту з кільцем заборонені. Поворот визначається як зміна напрямку тіла під час виконання сальто, тобто виконавець обертається навколо двох осей замість однієї.
- Заборонено виконувати обертальні рухи, включаючи стрибки, повороти та піруети з кутом більше 720° в одній точці.

Штраф: якщо вищезазначені правила не дотримуються, Головний суддя призначить штраф -5 за кожне порушення, і бал складності не буде нараховано.

Зверніть увагу, що на снаряді одночасно може перебувати максимум 3 виконавці (це визначається як виконавці, які не контактують з підлогою). Якщо на снаряді одночасно перебуває більше 2 виконавців, динамічні рухи заборонені. Якщо динамічний рух виконується, коли на снаряді перебуває більше 2 виконавців, до виконавця, який перебуває на снаряді, буде застосовано відрахування -5.

V1/2024 ЗАБОРОНЕНІ ЕЛЕМЕНТИ/РУХИ

Ці елементи та рухи повністю заборонені та є додатковими до заборонених рухів та елементів, перелічених вище. Ця заборона підлягає домовленості з FIG щодо співіснування двох спільнот та безпосередньо взята з Кодексу очок FIG з аеробної гімнастики (разом із положеннями щодо інших гімнастичних кодексів, вже перелічених у цьому документі). Будь ласка, зверніть увагу на штрафи, які застосовуватимуться за порушення. У разі сумнівів відвідайте веб-сайт IPSF для отримання посилань на відео цих елементів (або скористайтесь посиланнями нижче).

ЗАБОРОНЕНІ ЕЛЕМЕНТИ/РУХИ		
КОД №	ІМ'Я	ПОСИЛАННЯ
A 184	ВИБУХОВА А-ОБЛИЧНА РАМКА	https://www.fig-aerobic.com/A-184-EXPLOSIVE-A-FRAME_a600.html
A 186	ВИБУХОВА А-ОБРАЗНА РАМКА ½ ОБЕРТУ	https://www.fig-aerobic.com/A-186-EXPLOSIVE-A-FRAME- TURN_a602.html
A 194	ВИБУХОВА А-ОБРАЗНА РАМКА ДЛЯ РОЗКОЛУ	https://www.fig-aerobic.com/A-194-EXPLOSIVE-A-FRAME-TO- SPLIT_a1144.html
A 196	ВИБУХОВА А-ОБРАЗНА	https://www.fig-aerobic.com/A-196-EXPLOSIVE-A-

	РАМКА ½ ОБОРТУ ДЛЯ РОЗДІЛУ	FRAME- TURN-TO-SPLIT_a1042.html
A 198	ВИБУХОВА А-ОБРАЗНА КОРОБКА ½ ПОВОРОТУ ½ ПОВОРОТУ ДО ПІДТРИМКИ НАЗАД	https://www.fig-aerobic.com/A-198-EXPLOSIVE-A-FRAME- ПОВЕРНУТИ-ПОВЕРНУТИ-ДО-СПОРТУ-ОПОРКА_a1145.html
A 205	ВИБУХОВА А-ФРАММА ДЛЯ ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-205-EXPLOSIVE-A-FRAME-TO- ВЕНСОН_a601.html
A 206	ВИБУХОВА А-ОБРАЗНА РАМКА ДЛЯ ПІДНЯТТЯ ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-206-EXPLOSIVE-A-FRAME-TO- ПІДНЯТО-ВЕНСОН_a1146.html
A 207	ВИБУХОВА А-ОБРАЗНА РАМКА ½ ПОВОРОТУ ДО ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-207-EXPLOSIVE-A-FRAME- ПЕРЕЙТИ ДО ВЕНСОНА_a603.html
A 208	ВИБУХОВИЙ А-ФРАМУВАННЯ ½ ОБОРТУ ДО ПІДНЯТОГО ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-208-EXPLOSIVE-A-FRAME- ПОВЕРНУТИ-ДО-ПІДНЯТОГО-ВЕНСОНА_a604.html
A 215	Стрижка «страддл»	https://www.fig-aerobic.com/A-215-STRADDLE-CUT_a607.html
A 216	РОЗРІЗАНИЙ НА L-ОБРАЗНУ ОПОРУ	https://www.fig-aerobic.com/A-216-STRADDLE-CUT-TO-L- SUPPORT_a608.html
A 217	Розрізаний для V-подібної опори розкидного хребта	https://www.fig-aerobic.com/A-217-STRADDLE-CUT-TO- STRADDLE-V-SUPPORT_a1147.html
A 218	Розрізаний для V-подібної опори	https://www.fig-aerobic.com/A-218-STRADDLE-CUT-TO-V- SUPPORT_a609.html
A 219	Розведений стрижень ½ повороту для віджимань	https://www.fig-aerobic.com/A-219-STRADDLE-CUT-TWIST-TO- ВІДЖИМАННЯ_a610.html
A 220	СТРЕДЛ-РОЗРІЗ ½ ПОВОРОТУ ДО ВЕНСОНА АБО ПІДНЯТОГО ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-220-STRADDLE-CUT-TWIST-TO- ВЕНСОН-АБО-ПІДНЯТИЙ-ВЕНСОН_a611.html
A 225	ВИСОКА V-ОБРАЗНА ПІДТРИМКА ФРОНТАЛЬНОГО РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/A-225-HIGH-V-SUPPORT-TO- ФРОНТАЛЬНИЙ-РОЗДІЛ_a1149.html
A 226	ВИСОКА V-ОБРАЗНА ПІДТРИМКА ЗВОРОТНОГО РОЗРІЗУ ДЛЯ РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/A-226-HIGH-V-SUPPORT- ЗВОРОТНИЙ-РІЗ-ДЛЯ-РОЗДІЛУ_a614.html
A 227	ПІДТРИМКА ВИСОКОЇ V ½ ОБОРОТУ ДО ФРОНТАЛЬНОГО	https://www.fig-aerobic.com/A-227-HIGH-V-SUPPORT-TURN- ДО-ПЕРЕДНЬОГО-РОЗДІЛУ_a615.html

	РОЗДІЛУ	
A 228	ВИСОКА V-ОБРАЗНА ПІДТРИМКА ЗВОРОТНОГО РІЗУ ½ ОБЕРТУ ДЛЯ РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/A-228-HIGH-V-SUPPORT-ЗВОРОТНИЙ-РІЗ-ПОВОРОТ-ДЛЯ-РОЗДІЛУ_a1150.html

V1/2024

A 237	ВИСОКА V-ОБРАЗНА ПІДТРИМКА ½ ПОВЕРНЕННЯ ДЛЯ ВІДЖИМАННЯ	https://www.fig-aerobic.com/A-237-HIGH-V-SUPPORT-TWIST-ВІДЖИМАННЯ_a620.html
A 239	ВИСОКА V-ПІДТРИМКА ½ ПОВОРОТУ ДО ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-239-HIGH-V-SUPPORT-TWIST-TO-WENSON_a618.html
A 240	ВИСОКА V-ПІДТРИМКА ½ ПОВОРТ ДЛЯ ПІДНЯТТЯ ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-240-HIGH-V-SUPPORT-TWIST-ДО-ПІДНЯТОГО-ВЕНСОНА_a619.html
A 309	FLAIR 1/1 TWIST AIRBORNE TO PU	https://www.fig-aerobic.com/A-309-FLAIR-1-1-TWIST-ПОВІТРЯНО-ДО-ПУ_a1160.html
A 310	ФЛЕЙР ½ ОБЕРТУ, 1/1 ПОВЕРТ ПОВІТРЯНО ДО ПУ (ПІМПА) АБО ВЕНСОНУ (KIM)	https://www.fig-aerobic.com/A-310-FLAIR-TURN-1-1-TWIST-ВІД ПОВІТРЯНО-ДО-ПУ-ПІМПА-АБО-ДО-ВЕНСОНА-KIMA_a1161.html
A 326	ФЛЕЙР ДО ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-326-FLAIR-TO-ВЕНСОН_a625.html
A 327	ФЛЕЙР ½ ХОДУ ДО ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-327-FLAIR-TURN-TO- WENSON_a626.html
A 328	ФЛЕЙР 1/1 ХОД ДО ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-328-FLAIR-1-1-TURN-TO- ВЕНСОН_a627.html
A 329	ШПИНДЕЛ FLAIR 1/1 ДО WENSON	https://www.fig-aerobic.com/A-329-FLAIR-1-1-SPINDLE-TO- WENSON_a1044.html
A 337	ЧУТТЯ ДО ПІДНЯТОГО ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-337-FLAIR-TO-LIFTED- ВЕНСОН_a629.html
A 338	ФЛЕЙР ½ ХОДУ ДО ПІДНЯТОГО ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-338-FLAIR-TURN-TO-LIFTED- ВЕНСОН_a630.html
A 339	ФЛЕЙР 1/1 ХОД ДО ПІДНЯТОГО ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-339-FLAIR-1-1-TURN-TO- ПІДНЯТО-ВЕНСОН_a631.html
A 364	ВЕРТОЛІТ	https://www.fig-aerobic.com/A-364-HELICOPTER_a637.html
A 365	ВЕРТОЛІТ ДО ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-365-HELICOPTER-TO- ВЕНСОН_a641.html
A 366	ВЕРТОЛІТ ДЛЯ ПІДНЯТТЯ ВЕНСОНА З ОБИДВАХ СТОРОН	https://www.fig-aerobic.com/A-366-HELICOPTER-TO-LIFTED- ВЕНСОН-ОБИДВА-СТОРОНИ_a1282.html
A 368	ВЕРТОЛІТ 1/1	https://www.fig-aerobic.com/A-368-HELICOPTER-1-1

	ПОВОРОТНИЙ ПОВІТРЯНО-ПУ	1-TWIST- ПОВІТРЯНО-ДО-ПУ_a1163.html
A 374	ГЕЛІКОПТ ДО РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/A-374-HELICOPTER-TO- SPLIT_a640.html
A 375	ВЕРТОЛІТ НА ПІВ ПОВОРОТУ ДО РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/A-375-HELICOPTER-1-2-TURN-TO- SPLIT_a1162.html
Б 104	ОПОРА ДЛЯ СТРАДЛІ НА 1/1 ОБЕРТУ	https://www.fig-aerobic.com/B-104-STRADDLE-SUPPORT-1-1- TURN_a650.html
Б 106	ОПОРА СТРАДЛ 2/1 ОБЕРТУ АБО БІЛЬШЕ	https://www.fig-aerobic.com/B-106-STRADDLE-SUPPORT-2-1- ПОВЕРНІТЬ-АБО-БІЛЬШЕ_a652.html
Б 114	1 ПІДТРИМКА ДЛЯ РОЗМІЩЕННЯ РУК	https://www.fig-aerobic.com/B-114-1-ARM-STRADDLE- SUPPORT_a653.html
Б 115	1 РУКАВОЧА ОПОРТА НА ½ ОБЕРТУ	https://www.fig-aerobic.com/B-115-1-ARM-TURN-STRADDLE- SUPPORT_a654.html
Б 116	1-РУЧНА ОПОРТА ДЛЯ СТРАДЛІНГУ НА 1/1 ОБЕРТ (LACATUS)	https://www.fig-aerobic.com/B-116-1-ARM-1-1-TURN- ОПОРА-СТРАДЛ-ЛІЗ-LACATUS_a655.html
Б 117	1 РЯГЛО 1 1/2 ОБЕРТУ ОПОРА ДЛЯ СТРАДЛІНГУ	https://www.fig-aerobic.com/B-117-1-ARM-1-1-2-TURN- STRADDLE-SUPPORT_a656.html

V1/2024

Б 124	Опора STRADDLE / L 1/1 ОБЕРТ	https://www.fig-aerobic.com/B-124-STRADDLE-L-SUPPORT-1-1- TURN_a1180.html
Б 126	ОПОРНА ПЛАНКА / Л. ОПОРТА 2/1 ОБЕРТ (МОЛДОВА)	https://www.fig-aerobic.com/B-126-STRADDLE-L-SUPPORT-2-1- TURN-MOLDOVAN_a1181.html
Б 134	L-подібна опора на 1/1 оберту	https://www.fig-aerobic.com/B-134-L-SUPPORT-1-1-TURN_a664.html
Б 136	L-подібна опора 2/1 ОБЕРТ АБО БІЛЬШЕ	https://www.fig-aerobic.com/B-136-L-SUPPORT-2-1-TURN-OR- MORE_a666.html
Б 145	V-подібна опора Straddle на 1/1 оберту	https://www.fig-aerobic.com/B-145-STRADDLE-V-SUPPORT-1- 1-TURN_a672.html
Б 147	V-подібна опора Straddle на 2/1 оберту	https://www.fig-aerobic.com/B-147-STRADDLE-V-SUPPORT-2- 1-TURN_a674.html
Б 157	V-подібна опора на 1/1 оберту	https://www.fig-aerobic.com/B-157-V-SUPPORT-1-1- TURN_a677.html
Б 159	V-подібна опора 2/1 ОБЕРТ	https://www.fig-aerobic.com/B-159-V-SUPPORT-2-1- TURN_a679.html
Б 170	ВИСОКА V-ОБОРНА ОПОРА 1/1 ОБЕРТУ	https://www.fig-aerobic.com/B-170-HIGH-V-SUPPORT-1-1- TURN_a1187.html
Б 186	СТРЕДЛ ПЛАНШ	https://www.fig-aerobic.com/B-186-STRADDLE-PLANCHE_a695.html
Б 187	Розтягування планки для віджимань	https://www.fig-aerobic.com/B-187-STRADDLE-PLANCHE-TO- ВІДЖИМАННЯ_a696.html

Б 200	ПЛАНШ ПЕРЕМІЩУЄ ВЕНСОНА ПОВЕРНУТИСЯ ДО СТРЕДЛА	https://www.fig-aerobic.com/B-200-PLANCHE-TO-LIFTED- ВЕНСОН-БЕК-ТУ-СТРЕДЛ- ПЛАНШ_a1262.html
Б 208	Страдл Планш підняв Венсона з обох боків	https://www.fig-aerobic.com/B-208-STRADDLE-PLANCHE-TO- ПІДНЯТО-ВЕНСОН-3-ОБИДВ- СТОРОН_a1190.html
Б 210	СТРЕДЛ ПЛАНШ ДО ПІДНЯВ ВЕНСОНА З ОБИДВА СТОРОН НАЗАД У СТРЕДЛ-ПЛАНК	https://www.fig-aerobic.com/B-210-STRADDLE-PLANCHE-TO- ПІДНЯТИЙ-ВЕНСОН-3-ОБИДВ- СТОРОН-СПИНА-ДО-СТРЕДЛ- PLANCHE_a1191.html
Б 218	ПЛАНШ	https://www.fig-aerobic.com/B-218-PLANCHE_a699.html
Б 219	Віджимання від планша	https://www.fig-aerobic.com/B-219-PLANCHE-TO-PUSH- UP_a700.html
Б 220	ПЛАНШ ПІДНЯВ ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/B-220-PLANCHE-TO-LIFTED- ВЕНСОН_a701.html
С 108	3/1 ПОВІТРЯНІ ПОВОРОТИ	https://www.fig-aerobic.com/C-108-3-1-AIR-TURNS_a769.html
С 118	2 ½ ПОВІТРЯНИХ ОБЕРТІВ ДЛЯ РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/C-118-2-AIR-TURNS-TO- SPLIT_a774.html
С 119	3/1 ПОВІТРЯНИЙ ПОВОРОТ НА ШПАГАТ	https://www.fig-aerobic.com/C-119-3-1-AIR-TURN-TO- SPLIT_a775.html
С 153	ГЕЙНЕР ½ ОБЕРТ ДЛЯ РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/C-153-GAINER-TWIST-TO- SPLIT_a792.html
С 156	ГЕЙНЕР 1 ½ ПОВОРТ ДЛЯ РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/C-156-GAINER-1-TWIST-TO- SPLIT_a793.html
С 159	ГЕЙНЕР 2 ½ ПОВОРТ ДЛЯ РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/C-159-GAINER-2-TWIST-TO- SPLIT_a1210.html
С 144	ГЕЙНЕР ½ ПОВІРТ	https://www.fig-aerobic.com/C-144-GAINER-TWIST_a789.html
С 147	ГЕЙНЕР 1 ½ ПОВІРТ	https://www.fig-aerobic.com/C-147-GAINER-1-TWIST_a790.html

V1/2024

С 150	ГЕЙНЕР 2 ½ ПОВОРТ	https://www.fig-aerobic.com/C-150-GAINER-2-TWIST_a1209.html
С 193	СТРИБОК НА ШПАГАН	https://www.fig-aerobic.com/C-193-TUCK-JUMP-TO- SPLIT_a807.html
С 194	½ ПОВОРОТУ ПІДГНУТИ СТРИБОК НА ШПАГАН	https://www.fig-aerobic.com/C-194-TURN-TUCK-JUMP-TO- SPLIT_a808.html
С 325	Стрибок на шпагат	https://www.fig-aerobic.com/C-325-STRADDLE-JUMP-TO- SPLIT_a863.html
С 326	½ ПОВОРОТУ, СТРИБОК НА ШПАГАТ	https://www.fig-aerobic.com/C-326-TURN-STRADDLE-JUMP- TO-SPLIT_a864.html

C 327	1/1 ПОВОРОТУ СТИБОК НА РАЗДІЛ	https://www.fig-aerobic.com/C-327-1-1-TURN-STRADDLE- ПЕРЕЙТИ ДО РОЗДІЛУ_a865.html
C 328	1 ½ ПОВОРОТУ СТИБОК НА ШПАГАТ	https://www.fig-aerobic.com/C-328-1-TURN-STRADDLE-JUMP- TO-SPLIT_a1224.html
C 336	Стрибок на ногу, щоб віджиматися	https://www.fig-aerobic.com/C-336-STRADDLE-JUMP-TO- ВІДЖИМАННЯ_a866.html
C 337	½ ПОВОРОТУ, СТИБОК НА ПЕРЕДНЬОМУ ПОЛОЖЕННІ, ЩОБ ВІДЖИМАТИСЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-337-TURN-STRADDLE-JUMP- ВІДЖИМАННЯ_a867.html
C 338	1/1 ПОВОРОТУ СТИБОК НА НОЖІ ДЛЯ ВІДЖИМАННЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-338-1-1-TURN-STRADDLE- СТИБКИ-ДО-ВІДЖИМАННЯ_a868.html
C 339	1 ½ ПОВОРОТУ, СТИБОК НА НОЖІ, ЩОБ ВІДЖИМАТИСЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-339-1-TURN-STRADDLE-JUMP- ВІДЖИМАННЯ_a1225.html
C 347	Стрибок розперезання з ½ повороту для віджимання	https://www.fig-aerobic.com/C-347-STRADDLE-JUMP-TWIST- ВІДЖИМАННЯ_a869.html
C 348	½ ПОВОРОТУ, СТИБОК ЗА НОЖИ НА ПЕРЕДНЬОМУ ПОЛОЖЕННІ, ½ ПОВОРОТУ, ЩОБ ВІДЖИМАТИСЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-348-TURN-STRADDLE-JUMP- ПОВЕРНІТЬ, ЩОБ ВІДЖИМАТИСЯ_a870.html
C 349	1/1 ПОВОРОТУ СТИБОК ЗА НОЖИЦЕЮ ½ ПОВОРОТУ ДЛЯ ВІДЖИМАННЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-349-1-1-TURN-STRADDLE- СТИБОК-ПОВЕРНЕННЯ-ЩОБ ВІДЖИМАТИСЯ_a1226.html
C 350	1 ½ ПОВОРОТУ СТИБОК ЗА НОСОЮ ½ ПОВОРОТУ ДЛЯ ВІДЖИМАННЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-350-1-TURN-STRADDLE-JUMP- ПОВЕРНІТЬ, ЩОБ ВІДЖИМАТИСЯ_a1227.html
C 365	Фронтальний шпагат, стрибок до фронтального шпагату	https://www.fig-aerobic.com/C-365-FRONTAL-SPLIT-JUMP-TO- ФРОНТАЛЬНИЙ-РОЗДІЛ_a877.html
C 366	½ ПОВОРОТУ ФРОНТАЛЬНИЙ ШПАГАТ СТИБОК У ФРОНТАЛЬНИЙ ШПАГАТ	https://www.fig-aerobic.com/C-366-TURN-FRONTAL-SPLIT- ПЕРЕХІД-ДО-ПЕРЕДНЬОГО-РОЗДІЛУ_a878.html
C 367	1/1 ОБОРОТУ ФРОНТАЛЬНИЙ ШПАГАТ СТИБОК ДО ФРОНТАЛЬНОГО ШПАГАТУ	https://www.fig-aerobic.com/C-367-1-1-TURN-FRONTAL-SPLIT- ПЕРЕХІД-ДО-ПЕРЕДНЬОГО-РОЗДІЛУ_a879.html

С 368	1 1/2 ОБЕРТУ ФРОНТАЛЬНИЙ ШПАГАТ СТРИБОК У ФРОНТАЛЬНИЙ ШПАГАТ	https://www.fig-aerobic.com/C-368-1-1-2-TURN-FRONTAL- РОЗДІЛ-СТРИБОК-ДО-ПЕРЕДНЬОГО- РОЗДІЛУ_a1234.html
Д 250	БАЛАНС 3/1 ОБОРОТІВ ДО ВІЛЬНОГО ВЕРТИКАЛЬНОГО ШПАГАТУ	https://www.fig-aerobic.com/D-250-BALANCE-3-1-TURNS-TO- ВІЛЬНИЙ-ВЕРТИКАЛЬНИЙ- РОЗДІЛ_a1202.html
С 376	Стрибок у шпагат для віджимання (Шушунова)	https://www.fig-aerobic.com/C-376-FRONTAL-SPLIT-JUMP-TO- ВІДЖИМАННЯ- ШУШУНОВА_a880.html
С 377	Стрибок у шпагат з ½ повороту для віджимання	https://www.fig-aerobic.com/C-377-FRONTAL-SPLIT-JUMP- ПОВЕРНІТЬ, ЩОБ ВІДЖИМАТИСЯ_a881.html
С 378	½ ПОВОРОТУ ФРОНТАЛЬНИЙ ШПАГАТ СТРИБОК 1/2 ПОВОРОТУ ДО ПУ	https://www.fig-aerobic.com/C-378-TURN-FRONTAL-SPLIT- СТРИБОК-1-2-ПОВЕРНУТИ-ДО- ПУ_a882.html
С 379	1/1 ОБЕРТ ФРОНТАЛЬНИЙ ШПАГАТ СТРИБОК ½ ОБЕРТ ДО ПУ	https://www.fig-aerobic.com/C-379-1-1-TURN-FRONTAL-SPLIT- СТРИБОК-ПОВЕРНУТИ-ДО- ПУ_a1235.html

V1/2024

С 395	РОЗДІЛ ПЕРЕХІД ДО РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/C-395-SPLIT-JUMP-TO- SPLIT_a896.html
С 396	½ ПОВОРОТУ РОЗДІЛ СТРИБОК НА РОЗДІЛ	https://www.fig-aerobic.com/C-396-TURN-SPLIT-JUMP-TO- SPLIT_a897.html
С 397	1/1 ОБОРОТУ РОЗДІЛ СТРИБОК ДО РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/C-397-1-1-TURN-SPLIT-JUMP-TO- SPLIT_a898.html
С 398	1 ½ ОБОРТУ РОЗДІЛ СТРИБОК НА РОЗДІЛ	https://www.fig-aerobic.com/C-398-1-TURN-SPLIT-JUMP-TO- SPLIT_a1020.html
С 406	РОЗДІЛЕННЯ ПЕРЕХІДКА ПЕРЕКЛЮЧЕННЯ НА РОЗДІЛ	https://www.fig-aerobic.com/C-406-SPLIT-JUMP-SWITCH-TO- SPLIT_a899.html
С 407	½ ПОВЕРНУТИ ПЕРЕКИДАЧ РОЗДІЛЕННЯ ДЛЯ ПОДІЛЕННЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-407-TURN-SPLIT-JUMP- ПЕРЕКЛЮЧЕННЯ НА РОЗДІЛ_a1237.html
С 408	1/1 ОБЕРТ РОЗДІЛЕННЯ ПЕРЕХІДНИЙ ПЕРЕМИКАЧ ДЛЯ РОЗДІЛЕННЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-408-1-1-TURN-SPLIT-JUMP- ПЕРЕКЛЮЧЕННЯ НА РОЗДІЛ_a900.html
С 409	1 ½ ОБЕРТУ ПЕРЕМИКАЧ РОЗДІЛЕННЯ ПЕРЕХІДКА В ПОЛОЖЕННЯ РОЗДІЛЕННЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-409-1-TURN-SPLIT-JUMP- ПЕРЕКЛЮЧИТИ НА РОЗДІЛЕНУ АНГЛІЙСЬКУ_a1238.html

	(АНГЕЛЬСЬКИЙ)	
C 416	Стрибок у розріз, щоб віджиматися	https://www.fig-aerobic.com/C-416-SPLIT-JUMP-TO-PUSH- UP_a903.html
C 417	½ ПОВОРОТУ ШПАГАТНИЙ СТИБОК ДЛЯ ВІДЖИМАННЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-417-TURN-SPLIT-JUMP-TO- ВІДЖИМАННЯ_a904.html
C 418	1/1 ПОВОРОТУ ШМАТОЧНИЙ СТИБОК ДЛЯ ВІДЖИМАННЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-418-1-1-TURN-SPLIT-JUMP-TO- ВІДЖИМАННЯ_a905.html
C 419	1 ½ ПОВОРОТУ ШПАГАТНИЙ СТИБОК ДЛЯ ВІДЖИМАННЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-419-1-TURN-SPLIT-JUMP-TO- ВІДЖИМАННЯ_a1239.html
C 435	ПЕРЕМИКАННЯ РОЗДІЛУ СТИБОК НА РОЗДІЛ	https://www.fig-aerobic.com/C-435-SWITCH-SPLIT-LEAP-TO- SPLIT_a908.html
C 436	ПЕРЕМИКАННЯ РОЗДІЛУ СТИБОК ½ ПОВОРОТУ ДО РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/C-436-SWITCH-SPLIT-LEAP-TURN- TO-SPLIT_a909.html
C 446	ПЕРЕМИКАЙТЕ ШПАГАТНИЙ СТИБОК НА ВІДЖИМАННЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-446-SWITCH-SPLIT-LEAP-TO- ВІДЖИМАННЯ_a910.html
C 476	НОЖИЦІ СТИБКАЮТЬ, ЩОБ РОЗДІЛИТИСЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-476-SCISSORS-LEAP-TO- SPLIT_a947.html
C 477	СТИБОК НОЖИЦЬ ½ ОБЕРТУ ДЛЯ РОЗШИРЕННЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-477-SCISSORS-LEAP-TURN-TO- SPLIT_a916.html
C 478	НОЖИЦІ СТИБОК 1/1 ОБЕРТУ ДЛЯ ШПАГАТУ	https://www.fig-aerobic.com/C-478-SCISSORS-LEAP-1-1-TURN- TO-SPLIT_a917.html
C 487	СТИБОК НОЖИЦЬ ½ ПОВЕРТ ПЕРЕМИКАЛ ДЛЯ РОЗДІЛУ (МАРЧЕНКОВ)	https://www.fig-aerobic.com/C-487-SCISSORS-LEAP-TURN- ПЕРЕКЛЮЧИТИ-НА-СПЛІТ-МАРЧЕНКОВ_a918.html
C 488	НОЖИЦІ СТИБОК ПЕРЕМИКАТЕЛІВ НА 1/1 ОБЕРТ ДЛЯ РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/C-488-SCISSORS-LEAP-1-1-TURN- ПЕРЕКЛЮЧЕННЯ НА РОЗДІЛ_a1241.html
C 497	НОЖИЦІ СТИБОК, ЩОБ ВІДЖИМАТИСЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-497-SCISSORS-LEAP-TO-PUSH- UP_a919.html
C 498	НОЖИЦІ, СТИБОК З ½ ОБЕРТУ, ДЛЯ ВІДЖИМАННЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-498-SCISSORS-LEAP-TWIST-TO- ВІДЖИМАННЯ_a920.html
C 500	СТИБОК НОЖИЦЯМИ З 1/1 ПОВОРОТОМ ДЛЯ ВІДЖИМАННЯ (NEZEZON)	https://www.fig-aerobic.com/C-500-SCISSORS-LEAP-1-1-TWIST- ВІДЖИМАННЯ-НЕЗЕЗОН_a921.html

C 505	УДАР НОЖИЦЯМИ З ½ ПОВОРОТУ ДЛЯ ВІДЖИМАННЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-505-SCISSORS-KICK-TWIST-TO- ВІДЖИМАННЯ_a923.html
C 506	½ ОБЕРТУ НОЖИЦІ УДАР НОГОМ ½ ПОВОРОТУ ДЛЯ ВІДЖИМАННЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-506-TURN-SCISSORS-KICK- ПОВЕРНІТЬ, ЩОБ ВІДЖИМАТИСЯ_a924.html
C 555	½ ПОВЕРНЕННЯ З ОСІ, СТИБОК ДО ФРОНТАЛЬНОГО ШМАТОЧКУ	https://www.fig-aerobic.com/C-555-TWIST-OFF-AXIS-JUMP-TO- ФРОНТАЛЬНИЙ- РОЗДІЛ_a1246.html
C 556	1/1 ПОВЕРНЕННЯ ВІД ОСІ СТИБОК ДО ФРОНТАЛЬНОГО РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/C-556-1-1-TWIST-OFF-AXIS- СТИБОК-ДО-ПЕРЕДНЬОГО- РОЗДІЛУ_a1247.html
C 558	1 ½ ПОВЕРНЕННЯ З ОСІ, СТИБОК ДО ФРОНТАЛЬНОГО ШПАГАТУ	https://www.fig-aerobic.com/C-558-1-TWIST-OFF-AXIS-JUMP- ДО-ПЕРЕДНЬОГО-РОЗДІЛУ_a1248.html
C 566	½ ПОВЕРНУТИ ВІД ОСІ, СТИБОК, ЩОБ ВІДЖИМАТИСЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-566-TWIST-OFF-AXIS-JUMP-TO- ВІДЖИМАННЯ_a1249.html
C 567	1/1 ПОВЕРНІТЬ ВІД ОСІ, СТИБОК, ЩОБ ВІДЖИМАТИСЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-567-1-1-TWIST-OFF-AXIS- СТИБКИ-ЩОБ-ВІДЖИМАТИСЯ_a1250.html
C 569	1 ½ ПОВЕРНЕННЯ З ОСІ, СТИБОК, ЩОБ ВІДЖИМАТИСЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-569-1-TWIST-OFF-AXIS-JUMP- ВІДЖИМАННЯ_a1251.html
C 570	2/1 ПОВЕРНІТЬ ВІД ОСІ, СТИБОК, ЩОБ ВІДЖИМАТИСЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-570-2-1-TWIST-OFF-AXIS- СТИБКИ-ДО-ВІДЖИМАННЯ_a931.html
C 584	МЕТЕЛИК	https://www.fig-aerobic.com/C-584-BUTTERFLY_a932.html
C 587	МЕТЕЛИК 1/1 ПОВОРТ	https://www.fig-aerobic.com/C-587-BUTTERFLY-1-1-TWIST_a933.html
C 590	МЕТЕЛИК 2/1 ПОВЕРНЕННЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-590-BUTTERFLY-2-1-TWIST_a934.html
Д 146	3/1 ОБОРІВ	https://www.fig-aerobic.com/D-146-3-1-TURNS_a715.html
Д 157	3/1 ПОВОРОТІВ ДО ВЕРТИКАЛЬНОГО РОЗШИЛЕННЯ	https://www.fig-aerobic.com/D-157-3-1-TURNS-TO-VERTICAL- SPLIT_a720.html
Д 168	3/1 ОБОРОТІВ ДО ВІЛЬНОГО ВЕРТИКАЛЬНОГО	https://www.fig-aerobic.com/D-168-3-1-TURNS-TO-FREE- ВЕРТИКАЛЬНИЙ-РОЗДІЛ_a725.html

	ШПАГАТУ	
Д 189	3/1 ПОВОРОТИ З НОГОЮ В ГОРИЗОНТАЛІ	https://www.fig-aerobic.com/D-189-3-1-TURNS-WITH-LEG-AT-ГОРИЗОНТАЛЬНА_a1197.html
Д 200	3/1 ПОВОРОТИ З НОГОЮ В ГОРИЗОНТАЛЬНОМУ ДО ВЕРТИКАЛЬНОГО ШПАГАТУ	https://www.fig-aerobic.com/D-200-3-1-TURNS-WITH-LEG-AT-ГОРИЗОНТАЛЬНИЙ-НА-ВЕРТИКАЛЬНИЙ-РОЗДІЛ_a1198.html
Д 228	БАЛАНС 3/1 ОБОРОТІВ	https://www.fig-aerobic.com/D-228-BALANCE-3-1-TURNS_a1050.html
Д 239	БАЛАНС 3/1 ПОВОРОТІВ У ВЕРТИКАЛЬНИЙ ШПАГАТ	https://www.fig-aerobic.com/D-239-BALANCE-3-1-TURNS-TO-ВЕРТИКАЛЬНИЙ-РОЗДІЛ_a1200.html

V1/2024 ОБМЕЖЕНІ ЕЛЕМЕНТИ/РУХИ

Наступні елементи та рухи обмежені, тобто їх не можна виконувати більше одного разу за виступ, і вони є додатковими до заборонених рухів та елементів, перелічених вище. Це означає, що виконавці можуть виконувати кожен рух не більше одного разу за виступ. Це обмеження залежить від угоди з FIG щодо співіснування двох спільнот і безпосередньо береться з Кодексу очок FIG з аеробної гімнастики (разом з положеннями щодо інших гімнастичних кодексів, які вже перелічені в цьому документі). Зверніть увагу на штрафи, які застосовуватимуться за порушення. Окрім наведених нижче елементів, наступні також обмежені лише одним рухом кожного типу за кожен вправу:

- Опорні точки (як у художній гімнастиці, зокрема горизонтальні, опорні та голчасті опорні точки)
- Переходи з ноги на ногу (вперед і назад, включаючи старт на підлозі)
- Рухи капоейри
- Колеса будь-якого типу
- Округлення

Як правило, елементи/рухи з поворотом більше ніж 720° не допускаються.

Якщо у вас є сумніви, будь ласка, відвідайте веб-сайт IPSF, щоб знайти посилання на відео цих елементів (або скористайтеся посиланнями нижче).

Якщо виконується більше одного обмеженого елемента одного типу, цей додатковий елемент вважається забороненим елементом і призведе до відрахування -5 головним суддею.

ОБМЕЖЕНІ ЕЛЕМЕНТИ		
КОД №	ІМ'Я	ПОСИЛАННЯ
A 265	ПОДВІЙНІ НОГИ 1/1 КОЛО (1 АБО 2)	https://www.fig-aerobic.com/A-265-DOUBLE-LEG-1-1-КОЛО-1-АБО-2_a622.html

A 266	ПОДВІЙНИЙ РОЗКЛАД 1/1 КОЛО ДО ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-266-DOUBLE-LEG-1-1-КОЛО-ДО-БЕНСОНА_a1152.html
A 267	ПОДВІЙНІ НОГИ 1/1 КОЛО 1/2 ПОВОРТ ДО ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-267-DOUBLE-LEG-1-1-КОЛО-1-2-ПОВЕРНІТЬ-ДО-БЕНСОНА_a623.html
A 268	ПОДВІЙНІ НОГИ 1/1 КОЛО 1/1 ПОВОРОТ ДО ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-268-DOUBLE-LEG-1-1-КОЛО-1-1-ПОВОРОТ-ДО-БЕНСОНА_a1153.html
A 277	ПОДВІЙНИЙ РУХ 1/1 КОЛО ДО ПІДНЯТОГО ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-277-DOUBLE-LEG-1-1-КОЛО-ДЛЯ-ПІДЙОМУ-БЕНСОН_a1154.html
A 278	ПОДВІЙНІ НОГИ 1/1 КОЛО 1/2 ПОВОРОТУ ДО ПІДНЯТТЯ ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-278-DOUBLE-LEG-1-1-КОЛО-1-2-ПОВОРОТ-ДЛЯ-ПІДЙОМУ-БЕНСОН_a1155.html
A 279	ПОДВІЙНІ НОГИ 1/1 КОЛО 1/1 ПОВОРОТ ДО ПІДНЯТТЯ ВЕНСОНА	https://www.fig-aerobic.com/A-279-DOUBLE-LEG-1-1-КОЛО-1-1-ПОВОРОТ-ДО-ПІДЙОМУ-БЕНСОН_a1156.html
A 285	ПОДВІЙНИЙ РОЗГІР 1/1 КОЛО НА ШПАГАТ	https://www.fig-aerobic.com/A-285-DOUBLE-LEG-1-1-КОЛО-ДЛЯ-РОЗДІЛУ_a1157.html
A 287	ПОДВІЙНІ НОГИ 1/1 КОЛО 1/1 ПОВЕРНУТИСЯ НА ШПАГАТ	https://www.fig-aerobic.com/A-287-DOUBLE-LEG-1-1-КОЛО-1-1-ПОВОРОТ-ДО-РОЗДІЛУ_a1158.html
A 305	ЧУТТЯ (1 АБО 2)	https://www.fig-aerobic.com/A-305-FLAIR-1-OR-2_a624.html
A 315	ШАЛЕННЯ ДЛЯ РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/A-315-FLAIR-TO-SPLIT_a633.html
A 317	ФЛЕЙР 1/1 ХОД ДЛЯ РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/A-317-FLAIR-1-1-TURN-TO-SPLIT_a634.html
A 319	ФЛЕЙР + ПОВІТРЯНИЙ ФЛЕЙР (1 АБО 2)	https://www.fig-aerobic.com/A-319%EF%BC%9AFLAIR-AIR-FLAIR-1-OR-2_a635.html

V1/2024

A 320	ШИКАР + ПОВІТРЯ ШИКАР (1 АБО 2) + ШИКАР	https://www.fig-aerobic.com/A-320-%EF%BC%9AFLAIR-AIR-FLAIR-1-OR-2-FLAIR_a636.html
A 330	ШИКАРНИЙ ВИГЛЯД З ОБИДВАХ СТОРОН	https://www.fig-aerobic.com/A-330-FLAIR-BOTH-SIDES_a628.html
C 103	1/1 ПОВІТРЯНИЙ ОБОРОТ	https://www.fig-aerobic.com/C-103-1-1-AIR-TURN_a765.html
C 105	2/1 ПОВІТРЯНІ ОБОРОТИ	https://www.fig-aerobic.com/C-105-2-1-AIR-TURNS_a767.html

С 113	1/2 ПОВІТРЯНОГО ПОВОРОТУ ДЛЯ РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/C-113-1-2-AIR-TURN- TO-SPLIT_a770.html
С 114	1/1 ПОВІТРЯНИЙ ПОВОРОТ ДЛЯ РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/C-114-1-1-AIR-TURN- TO-SPLIT_a771.html
С 115	1 ½ ПОВІТРЯНОГО ПОВОРОТУ ДЛЯ РОЗШИРЕННЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-115-1-AIR-TURN-TO- SPLIT_a772.html
С 116	2/1 ПОВІТРЯ ПОВЕРТАЄТЬСЯ НА РОЗДІЛ	https://www.fig-aerobic.com/C-116-2-1-AIR-TURNS- TO-SPLIT_a773.html
С 182	СТРИБОК З ПІДГНУТТЯМ	https://www.fig-aerobic.com/C-182-TUCK-JUMP_a802.html
С 184	1/1 ОБОРОТ СТРИБОК З ПІДГНУТТЯМ	https://www.fig-aerobic.com/C-184-1-1-TURN- TUCK-JUMP_a804.html
С 186	2/1 ПОВОРОТИ СТРИБОК У ПІДГНУТТЯ	https://www.fig-aerobic.com/C-186-2-1-TURNS- TUCK-JUMP_a806.html
С 223	КОЗАЧИЙ СТРИБОК	https://www.fig-aerobic.com/C-223-COSSACK- JUMP_a816.html
С 225	1/1 ХОД КОЗАЧИЙ СТРИБОК	https://www.fig-aerobic.com/C-225-1-1-TURN- КОЗАЦЬКИЙ-СТРИБОК_a818.html
С 227	2/1 ПОВОРОТИ КОЗАЧИЙ СТРИБОК	https://www.fig-aerobic.com/C-227-2-1-TURNS- КОЗАЦЬКИЙ-СТРИБОК_a820.html
С 264	СТРИБОК ЩУКИ	https://www.fig-aerobic.com/C-264-PIKE-JUMP_a836.html
С 266	1/1 ОБОРОТ СТРИБОК НА ЩУКУ	https://www.fig-aerobic.com/C-266-1-1-TURN-PIKE- JUMP_a838.html
С 268	2/1 ПОВОРОТИ СТРИБОК НА ЩУКУ	https://www.fig-aerobic.com/C-268-2-1-TURNS- СТРИБОК-ЩУКИ_a1219.html
С 314	Стрибок розперезаною ногою	https://www.fig-aerobic.com/C-314-STRADDLE- JUMP_a859.html
С 316	1/1 ОБОРОТ, СТРИБОК ЗА НОЖУ	https://www.fig-aerobic.com/C-316-1-1-TURN- STRADDLE-JUMP_a861.html
С 318	2/1 ПОВОРОТИ СТРИБОК ЗА НОЖУ	https://www.fig-aerobic.com/C-318-2-1-TURNS- STRADDLE-JUMP_a1223.html
С 354	Стрибок у шпагат	https://www.fig-aerobic.com/C-354-FRONTAL-SPLIT- JUMP_a875.html
С 356	1/1 ОБОРОТ, ФРОНТАЛЬНИЙ ШПАГАТНИЙ СТРИБОК	https://www.fig-aerobic.com/C-356-1-1-TURN- ФРОНТАЛЬНИЙ-ШПАГАТ-СТРИБОК_a1229.html
С 358	2/1 ПОВОРОТИ ФРОНТАЛЬНИЙ ШПАГАТНИЙ СТРИБОК	https://www.fig-aerobic.com/C-358-2-1-TURNS- ФРОНТАЛЬНИЙ-ШПАГАТ-СТРИБОК_a1230.html

V1/2024

С 384	Стрибок на шпагат	https://www.fig-aerobic.com/C-384-SPLIT-JUMP_a892.html
-------	-------------------	---

С 386	РОЗДІЛЬНИЙ СТИБОК НА 1/1 ОБОРОТ	https://www.fig-aerobic.com/C-386-1-1-TURN- РОЗДІЛ-СТИБОК_a894.html
С 388	2/1 ПОВОРОТИ РОЗДІЛЬНИЙ СТИБОК	https://www.fig-aerobic.com/C-388-2-1-TURNS- РОЗДІЛ-СТИБОК_a1236.html
С 424	ПЕРЕМИКАННЯ РОЗДІЛ СТИБОК	https://www.fig-aerobic.com/C-424-SWITCH-SPLIT- LEAP_a906.html
С 465	СТИБОК НОЖИЦЬ	https://www.fig-aerobic.com/C-465-SCISSORS- LEAP_a912.html
С 466	СТИБОК НОЖИЦЬ ½ ОБЕРТУ	https://www.fig-aerobic.com/C-466-SCISSORS-LEAP- TURN_a913.html
С 467	СТИБОК НОЖИЦЬ НА 1/1 ОБЕРТУ	https://www.fig-aerobic.com/C-467-SCISSORS-LEAP- 1-1-TURN_a914.html
С 545	1/2 ПОВЕРНЕННЯ ВІД ОСІ СТИБОК	https://www.fig-aerobic.com/C-545-1-2-TWIST-OFF- AXIS-JUMP_a1244.html
С 546	1/1 ПОВЕРНЕННЯ З ОСІ, ПІДГІНАННЯ, СТИБОК	https://www.fig-aerobic.com/C-546-1-1-TWIST-OFF- AXIS-TUCK-JUMP_a925.html
С 548	1 ½ ПОВЕРНЕННЯ З ОСІ СТИБОК	https://www.fig-aerobic.com/C-548-1-TWIST-OFF- AXIS-JUMP_a1245.html
С 549	2/1 ПОВЕРНЕННЯ ВІД ОСІ СТИБОК	https://www.fig-aerobic.com/C-549-2-1-TWIST-OFF- AXIS-JUMP_a928.html
Д 142	1/1 ОБОРІВ	https://www.fig-aerobic.com/D-142-1-1-TURN_a710.html
Д 144	2/1 ОБОРІВ	https://www.fig-aerobic.com/D-144-2-1-TURNS_a713.html
Д 153	1/1 ПОВОРІВ ДО ВЕРТИКАЛЬНОГО РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/D-153-1-1-TURN-TO- ВЕРТИКАЛЬНИЙ- РОЗДІЛ_a716.html
Д 155	2/1 ПОВОРІВ ДО ВЕРТИКАЛЬНОГО РОЗШИЛЕННЯ	https://www.fig-aerobic.com/D-155-2-1-TURNS-TO- ВЕРТИКАЛЬНИЙ- РОЗДІЛ_a718.html
Д 164	1/1 ПОВОРІВ ДЛЯ ВІЛЬНОГО ВЕРТИКАЛЬНОГО РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/D-164-1-1-TURN-TO- ВІЛЬНИЙ-ВЕРТИКАЛЬНИЙ- РОЗДІЛ_a721.html
Д 166	2/1 ПОВОРІВ ДО ВІЛЬНОГО ВЕРТИКАЛЬНОГО ШПАГАТУ	https://www.fig-aerobic.com/D-166-2-1-TURNS-TO- ВІЛЬНИЙ-ВЕРТИКАЛЬНИЙ- РОЗДІЛ_a723.html
Д 185	1/1 ПОВОРІВ З НОГОЮ В ГОРИЗОНТАЛІ	https://www.fig-aerobic.com/D-185-1-1-TURN- З-НІЖКОЮ-ПО- ГОРИЗОНТАЛІ_a737.html
Д 187	2/1 ПОВОРІВ З НОГОЮ В ГОРИЗОНТАЛІ	https://www.fig-aerobic.com/D-187-2-1-TURNS- З-НІЖКОЮ-ПО- ГОРИЗОНТАЛІ_a739.html
Д 196	1/1 ПОВОРІВ З НОГОЮ В ГОРИЗОНТАЛЬНОМУ ДО	https://www.fig-aerobic.com/D-196-1-1-TURN- З-НІЖКОЮ В ГОРИЗОНТАЛЬНОМУ

	ВЕРТИКАЛЬНОГО ШПАГАТУ	ПОЛОЖЕННІ ДО ВЕРТИКАЛЬНОГО SPLIT a740.html
Д 198	2/1 ПОВОРОТИ З НОГОЮ В ГОРИЗОНТАЛЬНОМУ ДО ВЕРТИКАЛЬНОГО ШПАГАТУ	https://www.fig-aerobic.com/D-198-2-1-TURNS-3-НІЖКОЮ В ГОРИЗОНТАЛЬНОМУ ПОЛОЖЕННІ ДО ВЕРТИКАЛЬНОГО SPLIT a745.html
Д 207	1/1 ПОВОРОТУ З ГОРИЗОНТАЛЬНИМ ПОЛОЖЕННЯМ ДО ВІЛЬНОГО ВЕРТИКАЛЬНОГО ШПАГАТУ	https://www.fig-aerobic.com/D-207-1-1-TURN-3 ГОРИЗОНТАЛЬНОЇ НІЖКИ ДО ВЕРТИКАЛЬНОЇ SPLIT a742.html

V1/2024

Д 209	2/1 ПОВОРОТИ З ГОРИЗОНТАЛЬНИМ ПОЛОЖЕННЯМ ДО ВІЛЬНОГО ВЕРТИКАЛЬНОГО ШПАГАТУ	https://www.fig-aerobic.com/D-209-2-1-TURNS-3 ГОРИЗОНТАЛЬНОЇ НІЖКИ ДО ВЕРТИКАЛЬНОЇ SPLIT a744.html
Д 224	БАЛАНС 1/1 ОБЕРТУ	https://www.fig-aerobic.com/D-224-BALANCE-1-1-TURN a727.html
Д 226	БАЛАНС 2/1 ОБЕРТУ	https://www.fig-aerobic.com/D-226-BALANCE-2- 1TURNS a729.html
Д 235	БАЛАНС 1/1 ПОВОРОТУ ДО ВЕРТИКАЛЬНОГО ШПАГАТУ	https://www.fig-aerobic.com/D-235-BALANCE-1-1- ПОВЕРНУТИ-ДО-ВЕРТИКАЛЬНОГО-РОЗДІЛУ a730.html
Д 237	БАЛАНС 2/1 ПОВОРΟΤІВ У ВЕРТИКАЛЬНИЙ ШПАГАТ	https://www.fig-aerobic.com/D-237-BALANCE-2-1- ПОВЕРТАЄТЬСЯ-ДО-ВЕРТИКАЛЬНОГО-РОЗДІЛУ a732.html
Д 246	БАЛАНС 1/1 ОБЕРТ ДО ВІЛЬНОГО ВЕРТИКАЛЬНОГО ШПАГАТУ	https://www.fig-aerobic.com/D-246-BALANCE-1-1- ПОВЕРНУТИ-ДО-ВІЛЬНОГО-ВЕРТИКАЛЬНОГО-РОЗДІЛУ a733.html
Д 248	БАЛАНС 2/1 ОБОРОТІВ ДО ВІЛЬНОГО ВЕРТИКАЛЬНОГО ШПАГАТУ	https://www.fig-aerobic.com/D-248-BALANCE-2-1- ПОВОРΟΤІВ-ДО-ВІЛЬНОГО-ВЕРТИКАЛЬНОГО-РОЗДІЛУ a735.html
Д 264	ІЛЮЗІЯ	https://www.fig-aerobic.com/D-264-ІЛЮЗІЯ a746.html
Д 265	ІЛЮЗІЯ ВЕРТИКАЛЬНОГО РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/D-265-ILLUSION-TO- ВЕРТИКАЛЬНИЙ-РОЗДІЛ a747.html
Д 266	ІЛЮЗІЯ ДО ВІЛЬНОГО ВЕРТИКАЛЬНОГО РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/D-266-ILLUSION-TO- ВІЛЬНИЙ-ВЕРТИКАЛЬНИЙ-РОЗДІЛ a748.html
Д 276	ПОДВІЙНА ІЛЮЗІЯ	https://www.fig-aerobic.com/D-276-DOUBLE- ІЛЮЗІЯ a753.html
Д 277	ПОДВІЙНА ІЛЮЗІЯ ДО ВЕРТИКАЛЬНОГО РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/D-277-DOUBLE- ІЛЮЗІЯ-ДО-ВЕРТИКАЛЬНОГО-

		РОЗДІЛУ а754.html
Д 278	ПОДВІЙНА ІЛЮЗІЯ ДЛЯ БЕЗКОШТОВНОГО ВЕРТИКАЛЬНОГО РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/D-278-DOUBLE- ІЛЮЗІЯ-ДО-ВІЛЬНОГО-ВЕРТИКАЛЬНОГО-РОЗДІЛУ_а755.html
Д 285	БЕЗКОШТОВНА ІЛЮЗІЯ	https://www.fig-aerobic.com/D-285-FREE-ІЛЮЗІЯ_а749.html
Д 286	ВІЛЬНА ІЛЮЗІЯ ДО ВЕРТИКАЛЬНОГО РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/D-286-FREE-ILLUSION- ДО ВЕРТИКАЛЬНОГО РОЗДІЛУ_а750.html
Д 287	ВІД БЕЗКОШТОВНОЇ ІЛЮЗІЇ ДО БЕЗКОШТОВНОГО ВЕРТИКАЛЬНОГО РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/D-287-FREE-ILLUSION- ДО ВІЛЬНОГО ВЕРТИКАЛЬНОГО РОЗДІЛУ_а751.html
Д 297	БЕЗКОШТОВНА ПОДВІЙНА ІЛЮЗІЯ	https://www.fig-aerobic.com/D-297-FREE-DOUBLE- ІЛЮЗІЯ_а756.html
Д 298	БЕЗКОШТОВНА ПОДВІЙНА ІЛЮЗІЯ ДО ВЕРТИКАЛЬНОГО РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/D-298-FREE-DOUBLE- ІЛЮЗІЯ-ДО-ВЕРТИКАЛЬНОГО-РОЗДІЛУ_а757.html
Д 299	БЕЗКОШТОВНА ПОДВІЙНА ІЛЮЗІЯ ДО БЕЗКОШТОВНОГО ВЕРТИКАЛЬНОГО РОЗДІЛУ	https://www.fig-aerobic.com/D-299-FREE-DOUBLE- ІЛЮЗІЯ-ДО-ВІЛЬНОГО-ВЕРТИКАЛЬНОГО-РОЗДІЛУ_а758.html