



Утверждено приказом президента
всеукраинской общественной организации
«Федерация Пул Спорту и Воздушної Акробатики України»
от 15.02.2018г.



ПРИЛОЖЕНИЕ
К ПРАВИЛАМ ПО СПОРТУ НА ПИЛОНЕ

ТАБЛИЦЫ ЭЛЕМЕНТОВ ПО II РАЗРЯДУ КАТЕГОРИИ «ДЕТИ 6 – 9»

Харьков 2018

Программа спортсмена должна содержать минимум 1 максимум 2 элемента из каждой категории. Для присвоения разряда спортсмену необходимо успешно выполнить минимум 1 элемент из каждой категории. Фиксация элемента минимум 2 - 3 секунды (элемент должен хорошо просматриваться).

В зачет идут только те элементы, которые указаны в карточке заявки. Если спортсмен предпринял попытку зайти в заявленный элемент, но не выполнил его — сбавка в техническом протоколе не предполагается.

За отсутствие заявленного элемента в программе предполагается сбавка 1 бал.

Программа выступления подается в печатном виде на специальном бланке с рисунками и пояснениями при регистрации участника (бланк прилагается в документах).

В программе обязательно должны присутствовать две 8-ки ритмических шагов в стиле выбранной композиции.

Внимание! Запрещено использование силовых выходов и силовых элементов из таблиц I разряда!

Дополнительную информацию по выполнению элементов вы можете получить у Марии Дубинской
<https://www.facebook.com/marija.dubinskaja>

ТАБЛИЦЫ ЭЛЕМЕНТОВ ПО II РАЗРЯДУ КАТЕГОРИИ «ДЕТИ 6 – 9»

	Сила	Гибкость	Комбинации	Баланс	Партер	Динамический пилон	Крутки на статике (облет мин 360°)
1	«Игуана» а) вертикальный вис 1б б) с силовым подъёмом 2 б	«Джамилла» а) свободная рука под тазом 1б б) свободная рука прямая 1,5 б	Переход из брасманки в часики 2 б	«Флаг» положение ног а) ноги в складке 1 б б) ноги вместе, корпус и ноги в прямой линии 2 б	Колесо на одной руке 1,5 б	Вращение «Солдатик» а) статичный вис 1,5 б б) с подтягиванием (минимум 2 шт). 2 б	Крутка на вылет «Веер ногами» 1 — 2 балла
2	Силовая разножка с ровными ногами, фиксация 2 сек. А) с пола 0,5 б Б) с пилона 1 б	«Аллегра» а) задняя нога согнута 1,5 б б) задняя нога прямая 2 б	Падение из супермена в вис или книжку 2 б	Стойка с пилоном, плечо в контакте с пилоном а) ноги в шпагат или ноги в кольцо 1 б б) ноги вместе, корпус и ноги в прямой линии 2 б	Переворот в вариациях 2 б	Крутка прогнувшись в оттяжке на локте 1 балл	Крутка с проныриванием - с опорой на пилон 1 б - с опорой на пол 1,5 балл
3	«Брасманка» 1 б	«Птичка» («Балерина») а) задняя нога согнута 1 б б) задняя нога прямая 2 б	Смена вися через журавлика 1,5 б	«Аиша» классика, ноги в складку 1,5 б	Пережат через грудь, вперед или назад на выбор 1,5	Балерина головой вниз - 1 балл	«Карандаш» на двух руках – 1 б
4	Силовой подъём в «Шоулдер маунт» с пола, хват на выбор, фиксация конечного положения 2 секунды 1,5 б	«Голубь» (колечко из «Супермена») 1 б	Срыв в фиксированной форме 1 б		Равновесие на одной ноге 1 б	Парус головой вверх 1 балл	
5	Выход через спичаг в стойку на полу плечом к пилону 1,5 б	Шпагат «Меч» 2 б	Переворот с пилоном, опорная рука на полу 1 б или Колесо с пилоном, опорная рука на полу 1 б				
6		Шпагат «Пегас» 2 б					