



**REGULAMIN PUCHARU POLSKI
FEDERACJI ADA
2024**

Treść niniejszego dokumentu stanowi utwór w rozumieniu ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych i jako taki jest przedmiotem autorskich praw osobistych oraz autorskich praw majątkowych Małgorzaty Bąk. Kopiowanie oraz rozpowszechnianie jest zabronione, a wykonywanie autorskich praw zależnych, tj. tworzenie i posługiwanie się opracowaniami, tłumaczeniami i przeróbkami wymaga uprzedniej zgody.

Preambuła

Celem Regulaminu Pucharu Polski 2024 Federacji ADA jest zagwarantowanie przejrzystych, sprawiedliwych i dostępnych dla każdego członka tej Organizacji zasad współzawodnictwa sportowego, które jest jednym z najistotniejszych założeń Aerial Dance Association (zwanej dalej jako ADA). Regulamin formułuje jasne, dostępne dla każdego zasady oceny zawodników oraz reguluje kwestie związane m.in.: z organizacją zawodów, prawami i obowiązkami trenerów oraz zawodników, systemem oceny zawodników, zasadami tworzenia choreografii, składem Panelu Sędziowskiego itp.

Zasady zawarte w pozostałych dokumentach ADA mimo, że publikowane w osobnych materiałach stanowią integralną część niniejszego Regulaminu oraz obowiązują przed, w trakcie i po zakończeniu zawodów w takim samym stopniu jak sam Regulamin. Bazując na analizie regulacji w innych sportach gimnastycznych oraz wnikliwych obserwacjach współzawodnictwa podczas dotychczas zorganizowanych przez ADA turniejach, poniższy Regulamin zakłada, że wykonanie techniczne jest na tyle ważnym aspektem układu zawodnika, że jest ono oceniane przez dwóch niezależnych Sędziów i liczone podwójną wartością (otrzymuje mnożnik razy 2) . Ponadto zarząd ADA uznał, że ocena trudności elementów, która stanowi istotną składową układu zawodnika oraz jest przedmiotem największych sporów podczas zawodów, powinna zostać oceniana przez dwóch niezależnych Sędziów Trudności wspomaganych przez Sędziego Głównego. Pozostałe kryteria oceny zdefiniowane w Regulaminie pozostają równie istotne, ale otrzymują mnożnik jeden i są oceniane przez pojedynczych Sędziów.

Regulamin oraz integralny z nim Kodeks Punktacyjny wraz z dodatkami do Kodeksu Punktacyjnego zostały tak skonstruowane, aby zapewnić zrównoważony rozwój zawodnikom uprawiającym akrobatykę powietrzną oraz kreować trendy, w myśl których na pierwszym miejscu stawia się zdrowie i bezpieczeństwo zawodnika, a także zapewnia się młodym sportowcom takie warunki współzawodnictwa, w których obowiązują przejrzyste zasady.

Zasady opisane w Regulaminie Pucharu Polski ADA 2024 oraz Kodeksie Punktacyjnym PP zakładają integralność z regulaminami innych wydarzeń sportowych, które zostaną zorganizowane w najbliższym sezonie startowym przez Federację (turniej Pierwsze Loty) celem ustandaryzowania w Organizacji zasad współzawodnictwa sportowego, konstruowania układów, oceny zawodników, procedur itp.

Zarząd ADA ma nadzieję, że zasady opisane w Regulaminie Pucharu Polski ADA 2024 oraz treść nierozzerwalnie związanego z nim Kodeksu Punktacyjnego, będą załączkiem pozytywnych zmian w polskim środowisku aerial m.in.: w zakresie sędziowania zawodów, metodyki nauczania poszczególnych elementów na szarfię, ustandaryzowania systematyki elementów oraz ich nazewnictwa, a także wyznaczania trendów w aerial. Podnoszenie wiedzy oraz świadomości Trenerów, Zawodników jak i Sędziów to nic innego jak edukacja oraz wspieranie ducha sportowej rywalizacji, które stanowią fundament Aerial Dance Association.

Zawodnicy oraz trenerzy niniejszy Regulamin powinni traktować jak przydatne źródło wiedzy w przygotowaniu zróżnicowanego oraz wysoko punktowanego układu podczas współzawodnictwa w Pucharze Polski Aerial Dance Association w 2024 r.

Prezes Zarządu ADA

Małgorzata Bąk

SPIS TREŚCI

A. PRZEPISY OGÓLNE	4
1. ZAŁOŻENIA OGÓLNE	4
2. KATEGORIE	5
3. ZGŁOSZENIA	9
4. ORGANIZACJA ZAWODÓW	10
5. SĘDZIOWIE	15
6. DŁUGOŚĆ UKŁADU & MUZYKA, KARTA TRUDNOŚCI ZAWODNIKA	16
7. SCENA	18
8. KOSTIUM, FRYZURA, MAKIJAŻ	19
9. AKCESORIA	20
10. STREFA PRZED- I POSTARTOWA	20
11. STREFA SĘDZIOWSKA	21
12. KRYTERIA OCENY	21
13. TURNIEJ FINAŁOWY PUCHARU POLSKI	22
14. KODEKS PUNKTACYJNY	22
B. TRUDNOŚĆ	23
1. ELEMENTY OBOWIĄZKOWE NA PRYZRZĄDZIE	23
2. ELEMENTY OBOWIĄZKOWE NA PLANSZY (TRUDNOŚĆ)	26
3. KARY CZASU ELEMENTÓW OBOWIĄZKOWYCH NA PRYZRZĄDZIE I PLANSZY	28
C. WYKONANIE	30
1. ELEMENTY OBOWIĄZKOWE NA PRYZRZĄDZIE ORAZ PLANSZY	30
D. ARTYSTYCZNOŚĆ	32
1. KRYTERIA OCENY ARTYSTYCZNOŚCI	32
E. TABLICE KAR I POTRĄCENÍ	34
1. TABLICA KAR SĘDZIEGO GŁÓWNEGO (ARBITRA)	34
2. TABLICA KAR SĘDZIÓW TRUDNOŚCI	36
2. TABLICA POTRĄCENÍ SW1 ZA WYKONANIE TECHNICZNE ELEMENTÓW OBOWIĄZKOWYCH NA PRYZRZĄDZIE	36
3. TABLICA POTRĄCENÍ SF ZA WYKONANIE TECHNICZNE ELEMENTÓW NA PLANSZY	38
4. TABLICE OCENY ARTYSTYCZNOŚCI	39
F. DODATKI	41
1. WZÓR SKRÓCONEJ KARTY OCENY ZAWODNIKA	41
2. PROCEDURA SKŁADANIA PROTESTU	41
3. WZÓR PROTESTU	42

A. PRZEPISY OGÓLNE

1. ZAŁOŻENIA OGÓLNE

1.1. Aerial Dance Association (zwana dalej jako ADA) ustala początek sezonu startowego w 2024r. na dzień 02.01.2024 r.

1.2. Zakończenie sezonu startowego nastąpi w dniu 31.12.2024 r.

1.3. Organizatorem Pucharu Polski Federacji ADA 2024 jest Aerial Dance Association Sp. z o.o.

1.4. Niejasności i sprzeczności w niniejszym Regulaminie będą rozstrzygane wyłącznie przez zarząd Federacji. Po oficjalnym opublikowaniu Regulaminu, ewentualne zmiany w niniejszym dokumencie zostaną podane do wiadomości publicznej w aktualnościach na stronie internetowej Federacji oraz jej mediach społecznościowych i oznaczone w zaktualizowanej wersji dokumentu kolorem różowym.

1.5. Oprócz niniejszego Regulaminu zasady udziału oraz współzawodnictwa w Pucharze Polski Federacji ADA 2024 zostały zawarte w innych dokumentach i stanowią z regulaminem integralną całość oraz obowiązują w takim samym stopniu jak on. Dotyczy to m.in. następujących dokumentów:

- Kodeks Punktacyjny 2024
- Dodatki do Regulaminu i Kodeksu Punktacyjnego 2024
- Kodeks Etyczny i Postępowania
- Kodeks Dyscyplinarny
- Kodeks Sędziowski

1.6. W sezonie startowym 2024 Organizator zastrzega sobie prawo do rezygnacji z etapu eliminacyjnego dla wszystkich kategoriach rozegranych podczas Pucharu Polski. W przypadku zgłoszenia 20 lub więcej zawodników do jednej kategorii, Organizator dokona dalszego podziału tej kategorii wg. roczników, np.: młodszy zawodnicy z danej kategorii utworzą osobną kategorię, a starsi osobną.

1.7. Turniej finałowy Pucharu Polski ADA 2024 odbędzie się w dniach: 18-19.05.2024r. w obiekcie Solpark Kleszczów (97- 410), ul. Sportowa 8. W przypadku dużej ilości zgłoszeń turniej zostanie rozbity na trzy dni z uwzględnieniem piątku (17.05.2023r.) od godziny 14:00 o czym Organizator poinformuje niezwłocznie po zakończeniu procesu rejestracji zawodników na zawody.

2. KATEGORIE

2.1. Podczas Pucharu Polski ADA 2024, zawodnicy prezentują solowe układy na chuście wertykalnej. Rozgrywane kategorie mają charakter wyłącznie sportowy z narzuconymi w Kodeksie Punktacyjnym elementami obowiązkowymi oraz ściśle określonymi zasadami oceny. Kategorie zostaną rozegrane z podziałem na wiek oraz poziom zaawansowania zawodników.

2.2. Podczas Pucharu Polski ADA Organizator przewidział kategorie wiekowe od 10 r.ż. Dla młodszych zawodników w przedziale wiekowym 6-9 lat, zorganizowany zostanie osobny turniej "Pierwsze Loty" dnia 16.06.2024 r. we Wrocławiu.

2.3. Zawodnik zgłoszony do nieprawidłowej kategorii, zostanie automatycznie przypisane przez Organizatora do kategorii właściwej z uwagi na jego wiek lub poziom zaawansowania.

Potrącenia od Sędziego Głównego: -5 pkt. zatajenie dorobku sportowego zawodnika

2.4. Przed podjęciem decyzji o zmianie kategorii, Organizator ma obowiązek zasięgnąć wiedzy u trenera prowadzącego w szczególności na temat: przebiegu kariery sportowej tego zawodnika, jego umiejętności akrobatycznych czy przebytych kontuzji.

2.5. Trener zgodnie ze swoją najlepszą wiedzą o zawodniku, może podjąć decyzję o starcie tego zawodnika w wyższej kategorii niż wskazują zasady opisane w tym Regulaminie. Należy wziąć pod uwagę, że dobrowolny start zawodnika w klasie wyższej, zamyka mu w przyszłości możliwość startów w klasie niższej.

2.6. Od sezonu startowego w 2024 Organizator wprowadza podczas Pucharu Polski, podział na dwie główne podkategorie: "A" oraz "A Light".

2.7. Podczas Pucharu Polski ADA 2024 rozegrane zostaną zarówno konkurencje indywidualne jak i konkurencja drużynowa klubów tzw. "drużynówka".

2.8. Konkurencja drużynowa zostanie rozegrana wyłącznie w kategorii "A".

2.9. Zwycięzcy poszczególnych konkurencji indywidualnych w turnieju finałowym otrzymują tytuł: "Mistrza Pucharu Polski Federacji ADA 2024" lub "Mistrza Pucharu Polski Federacji ADA 2024 w kat. "A Light".

2.10. Klub z największą pulą punktów otrzyma tytuł Drużynowego Mistrza Pucharu Polski Federacji ADA 2024 (dotyczy tylko kat. "A"). Zasady przyznawania punktów w konkurencji drużynowej zostały opisane oraz zamieszczone na witrynie internetowej ADA.

2.11. W konkurencjach indywidualnych biorąc pod uwagę poziom zaawansowania zawodników, współzawodnictwo odbędzie się w następujących kategoriach:

- kat. "Przejściowa"
- Debiut
- Amator
- Średnio-zaawansowany
- Profesjonalista

2.12. Definicje podkategorii:

Kategoria “A” - w tej kategorii udział mogą wziąć Kluby, które w latach 2022 i/lub 2023 były zrzeszone w Federacji ADA oraz których to zawodnicy zajmowali miejsca na podium podczas turniejów zorganizowanych w tym okresie przez ADA (turnieje zostały wymienione poniżej).

Kategoria “A Light” - w tej kategorii udział mogą wziąć Kluby nowo zrzeszone w Federacji, które mają przed sobą pierwszy sezon startowy w ADA lub Kluby już zrzeszone w Federacji, które spełnią poniższy warunek.

Warunkiem przystąpienia do rywalizacji w kat. “A Light” przez Klub już zrzeszony jest brak miejsc na podium zawodników tego Klubu w pierwszym sezonie startowym w Federacji, podczas turniejów wymienionych poniżej. Klub spełniający w/w warunek może wystartować w kategorii “A Light” dwa sezony startowe z rzędu.

Kategoria “A Light” przewiduje następujące kategorie zaawansowania: Debiut, Amator, Średnio-Zaawansowany, z pominięciem kategorii Profesjonalista oraz kategorii Przejściowej. Organizator nie przewiduje kategorii “A Light” podczas Turnieju Pierwsze Loty.

Miejsca na podium następujących zawodów wykluczają Klub z kat. “A Light”: Pierwsze Loty 2022, Turniej Eliminacyjny do Pucharu Polski ADA 2023 (Wrocław), Finał Pucharu Polski ADA 2023, Pierwsze Loty 2023

Kategoria “A Light” jest formą zachęcenia amatorskich Klubów do rywalizacji we współzawodnictwie zorganizowanym przez ADA, które to dotychczas zostało zdominowane przez doświadczonych Kluby, które posiadają zawodników na poziomie profesjonalnym, a także dysponujące doświadczoną kadrą. Kategoria “A Light” stanowić ma okres ochronny dla nowo zrzeszonych Klubów, których to trenerzy muszą przyswoić wymagające przepisy Federacji dotyczące m.in.: zasad konstruowania układów, sporządzania kart trudność elementów oraz opanować metodykę nauczania elementów obowiązkowych. Dla zawodników z kolei kategoria “A Light” stanowić ma okres ochronny, podczas którego w zrównoważonym tempie będą mogli oni przyswoić nowe elementy z Kodeksu Punkcyjnego Federacji jak również otwiera możliwości ostartowania się z zawodnikami na porównywalnym poziomie.

***Uwaga!** Trenerzy należący do Klubu, który został zakwalifikowany do kategorii “A Light” zgodnie ze swoją najlepszą wiedzą mogą podjąć decyzję o starcie pojedynczych zawodników z Klubu w wyższej kategorii (“A”). Należy wziąć pod uwagę, że dobrowolny start zawodnika w wyższej kategorii (“A”) zamyka mu w przyszłości możliwość startów w niższej kategorii (“A Light”), a jego miejsce na podium zamyka całemu Klubowi możliwość rywalizacji w kolejnym roku w kat. “A Light”.*

2.13. Definicje kategorii zaawansowania

***Uwaga!** Trener zgodnie ze swoją najlepszą wiedzą o zawodniku, może podjąć decyzję o starcie tego zawodnika w wyższej kategorii niż wskazują poniższe opisy kategorii zaawansowania. Należy wziąć pod uwagę, że dobrowolny start zawodnika w kategorii wyższej, zamyka mu w przyszłości możliwość startów w kategorii niższej.*

Określając długość stażu zawodnika nie odliczamy czasu związanego z przerwami wakacyjnymi, przerwą związaną ze zmianą klubu czy wywołaną pandemią Covid-19 itp.

Kategoria “Przejęciowa” - wyłącznie zawodnicy z rocznika 2014, którzy w latach 2022 i/lub 2023 byli zrzeszeni w Federacji oraz uczestniczyli w I i/lub II edycji Turnieju Pierwsze Loty w kategoriach Amator oraz Debiut. Z tej kategorii są wyłączeni zawodnicy, którzy w kategorii A3 (grupa A) w 2023r. podczas Pierwszych Lotów zdobyli miejsca na podium.

Kategoria “Przejęciowa” to ochronny roczny okres startowy dla najmłodszych zawodników zrzeszonych już w Federacji i startujących dotychczas w Turnieju Pierwsze Loty.

Kategoria “Przejęciowa” ma na celu premiowanie startów zawodników w młodszych klasach startowych (6-9 lat), a także wsparcie sportowego rozwoju zawodników wg. usystematyzowanego programu Federacji oraz podkreślenie integralności zasad i procedur pomiędzy wydarzeniami organizowanymi przez ADA.

Debiut - zawodnik trenujący (na dzień zgłaszania zawodnika na zawody) nie dłużej niż 12 miesięcy, nie posiadający doświadczenia w startach w zawodach aerialowych (zarówno sportowych jak i artystycznych). Pojęcie zawody dotyczy również turniejów klubowych, a także międzyklubowych. W kategorii Debiut jest zakazane wykonywanie w układzie dodatkowych elementów z Kodeksu Punktacyjnego zarezerwowanych dla kategorii: "Przejściowej", Amator, Średnio-zaawansowany, Profesjonalista. Zakazane jest również wykonywanie prostych spadów, a także dynamików.

Amator - zawodnik trenujący dłużej niż 12 miesięcy, ale krócej niż 3 lata (na dzień zgłaszania zawodnika na zawody), a także zawodnik trenujący krócej niż 12 miesięcy, ale uprawiający obecnie lub w przeszłości wyczynowo dyscypliny sportowe wymienione na dole strony.

W kategorii Amator jest zakazane wykonywanie w układzie dodatkowych elementów z Kodeksu Punktacyjnego zarezerwowanych dla kategorii średnio-zaawansowanej oraz profesjonalnej. Z tej kategorii wykluczeni są zawodnicy, którzy w swojej karierze zawodniczej dwukrotnie lub więcej razy zdobyli miejsce na podium w zawodach sportowych w kategorii amatorskiej. Dozwolone jest wykonywanie takich dynamików, w których zawodnik traci z szarfą kontakt.

Średnio-zaawansowany - zawodnik trenujący dłużej niż 3 lata, ale krócej niż 5 lat, a także zawodnik trenujący od 12 mc-y do 3 lat (na dzień zgłaszania zawodnika na zawody), ale uprawiający obecnie lub w przeszłości wyczynowo dyscypliny sportowe wymienione na dole strony. Do tej kategorii zaliczamy również zawodników, którzy w kategorii amatorskiej zdobył dwukrotnie lub więcej razy miejsce na podium w zawodach o charakterze sportowym. Z tej kategorii wykluczeni są zawodnicy, którzy w swojej karierze zawodniczej dwukrotnie lub więcej razy zdobyli miejsce na podium w zawodach sportowych w kategorii średnio-zaawansowanej (przechodzą oni do kat. profesjonalnej). Lista zawodów o charakterze sportowym została wymieniona na dole strony. W kategorii średnio-zaawansowanej jest zakazane wykonanie w układzie dodatkowych elementów z Kodeksu Punktacyjnego zarezerwowanych dla kategorii profesjonalnej. Dozwolone jest wykonywanie takich dynamików, w których zawodnik traci z szarfą kontakt.

Profesjonalista - zawodnik trenujący powyżej 5 lat, a także zawodnik trenujący od 3 do 5 lat, ale uprawiający obecnie lub w przeszłości wyczynowo dyscypliny sportowe wymienione poniżej. Ponadto zawodnik, który występując w kat. średnio-zaawansowanej zdobył dwukrotnie lub więcej razy miejsce na podium w zawodach sportowych (lista zawodów o charakterze sportowym została wymieniona na dole strony). Zawodnicy z kategorii profesjonalnej mogą wykonać w układzie dodatkowe elementy bez ograniczeń względem Kodeksu Punktacyjnego, a także dynamiki, w których tracą kontakt z szarfą.

Dyscypliny sportowe: akrobatyka sportowa, gimnastyka artystyczna, gimnastyka sportowa, łyżwiarstwo figurowe, pływanie synchroniczne, taniec, balet, skoki do wody, skoki na trampolinie, skoki na ścieżce, woltyzerka, mażoretki, pole dance, akrobatyka powietrzna (aerial hoop, aerial straps i inne przyrządy).

Zawody: Pierwsze Loty 2022 i 2023

Eliminacje do PP 2023 (Wrocław)

Final Pucharu Polski ADA 2023

Wertykalia 2020, 2021 oraz 2022

International Air Athletics Cup Poland 2019

PFAPA 2019, 2020

Pole&Aerial World Cup 2022

2.13.1. Tabela kategorii z uwagi na poziom zaawansowania

Kategoria zaawansowania	symbol kategorii
kat. "Przejściowa"	PL
Debiut	D
Amator	A
Średnio-zaawansowany	S
Profesjonalista	P

2.14. W obrębie wyżej wymienionych kategorii Organizator rozróżnia następujący przedział wiekowy:

- 10-12 r.ż.
- 13-15 r.ż.
- 16-19 r.ż.
- 20-26 r.ż.

2.15. Wyjątek od podziału przedstawionego w ppkt 2.14. stanowi kategoria "Przejściowa", która obejmuje jedynie zawodników z rocznika 2014 (dokładna definicja kat. Przejściowej w ppkt 2.13).

2.16. Organizator zastrzega sobie prawo do dalszego podziału wewnątrz kategorii wymienionych w ppkt 2.13. w przypadku zgłoszenia się do każdej z nich 20 lub więcej zawodników.

2.17. O przypisaniu zawodnika do klasy wiekowej decyduje rok urodzenia

2.17.1. Tabela kategorii z uwagi na wiek

Kategoria wiekowa	rocznik	symbol kategorii
10 lat*	2014	PL
10-12 lat	2014-2012	1
13-15 lat	2011-2009	2
16-19 lat	2008-2005	3
20-26 lat	2004-1998	4

**tylko kategoria "Przejściowa"*

2.17.2. Ogólna tabela kategorii

	10-12r.ż.	13-15r.ż.	16-19r.ż.	20-26r.ż.
Przejściowa	PL	-	-	-
Debiut	D1	D2	D3	-
Amator	A1	A2	A3	-
Średnio-zaawansowany	S1	S2	S3	S4
Profesjonalista	P1	P2	P3	P4

**tylko rocznik 2014 wg. definicji kat. "Przejściowej"*

3. ZGŁOSZENIA

3.1. Zawodnicy zgłaszający się do udział w Pucharze Polski ADA 2024 są zobowiązani wysłać w terminie określonym przez Organizatora zgłoszenie przez elektroniczny formularz zgłoszeniowy dostępny na: <https://competit.pl/zgloszenie/8957/> najpóźniej do 31 stycznia 2024r. Formularz zgłoszeniowy będzie aktywny od 02.01.2024r. Uwaga! Dane w formularzu takie jak: imię i nazwisko, data urodzenia dotyczą uczestnika zawodów.

3.2. Do poszczególnych kategorii mogą zgłosić się zarówno dziewczęta jak i chłopcy.

3.3. Uczestnicy zawodów muszą być obywatelami RP lub posiadać kartę pobytu (stałego lub tymczasowego) w Polsce. ADA dopuszcza do rywalizacji również osoby nie posiadające karty, ale trenujące w Polsce minimum 12 miesięcy. Zgłoszenia obcokrajowców, budzące niejasności będą rozpatrywane przez zarząd ADA indywidualnie.

3.4. Organizator ustala wysokość opłaty startowej w sezonie startowym w 2024r. na kwotę 170zł/os. Opłata startowa powinna być wpłacona na rachunek bankowy zgodny z opisem przedstawionym w Cenniku opłat ADA, dostępnym na stronie internetowej www.a-d-a.pl w zakładce Dokumenty. Opłata startowa jest jednorazowa i pokrywa start w turnieju finałowym.

3.5. W przypadku braku wpłaty w przeciągu 14 dni roboczych od daty wysłania zgłoszenia, Organizator zastrzega sobie prawo odmowy przyjęcia zgłoszenia zawodnika.

3.6. Istnieje możliwość otrzymania przez Klub faktury za opłatę startową zawodników. Faktura zostanie wystawiona po zaksięgowaniu środków, na dane płatnika wskazane w Karcie Informacyjnej Klubu dostarczonej podczas wnioskowania o licencję klubową oraz odesłana na adres mailowy wskazany w tym formularzu. Podstawą do wystawienia Klubowi faktury jest uregulowanie opłat startowych zawodników z rachunku bankowego należącego do Klubu.

3.7. Organizator nie zwraca opłaty startowej w przypadku nie pojawienia się zawodnika na zawodach bez podania przyczyny (za wyjątkiem sytuacji opisanej w pkt. 3.9).

3.8. Organizator zwraca pełną opłatę startową wyłączy w przypadku kontuzji zawodnika i/lub nagłej choroby po okazaniu stosownego zaświadczenia lekarskiego. Nagła choroba uczestnika może być podstawą do zwrotu opłaty startowej jednak wyłącznie wtedy gdy zawodnik prześle zaświadczenie lekarskie na 72 godziny przed oficjalnym rozpoczęciem zawodów.

3.9. Opłata licencyjna nie zostaje zwrócona zarówno w przypadku kontuzji jak i nagłej choroby zawodnika.

3.9.1. Tabela turniejów zaplanowanych przez ADA w sezonie startowym w 2024r.

Turniej	Charakter zawodów	Data
Puchar Polski Federacji ADA 2024	ogólnopolskie	18-19.05.2024r. (sobota-niedziela) możliwy piątek, 17.05
Pierwsze Loty	ogólnopolskie	16.06.2024r. (niedziela)

4. ORGANIZACJA ZAWODÓW

4.1. Podczas zawodów Organizator zapewnia obecność:

- kompletnego Panelu Sędziowskiego
- personelu medycznego
- przedstawicieli zarządu ADA
- przedstawicieli biura ADA
- wolontariuszy
- akredytowanych fotografów ADA

4.2. Harmonogram oraz lista startowa PP ADA 2024 zostaną udostępnione do wiadomości publicznej nie później jak na trzy tygodnie przed rozpoczęciem turnieju.

4.3. Na miesiąc przed PP, Organizator udostępni na swojej stronie internetowej oraz w social mediach broszurę informacyjno-turystyczną zawierającą informacje o infrastrukturze rekreacyjnej miasta, w którym odbędzie się rywalizacja (hotele, restauracje, obiekty sportowo-rekreacyjne itp.).

4.4. Organizator podczas PP zastrzega sobie prawo do przeprowadzenia w pierwszej kolejności konkurencji, w których startują najmłodszy zawodnicy.

4.5. Kolejność startów zawodników zostanie ustalona w drodze losowania "na imię i nazwisko". Losowanie odbędzie się przy pomocy narzędzia dostępnego przez przeglądarkę internetową. Zmiana kolejności startu zawodnika jest możliwa tylko w uzasadnionych przypadkach o czym powinno się poinformować Organizatora od razu po oficjalnym opublikowaniu list startowych zawodów.

4.6. Podczas PP przed rozpoczęciem każdego bloku nastąpi wyczytanie nazw Klubów, których to zawodnicy startują podczas turnieju oraz ich prezentacja. Zawodnicy wyczytanych Klubów powinni wyjść w strojach startowych na środek planszy i zaprezentować się przed publicznością oraz Panelem Sędziowskim.

4.7. W konkurencjach indywidualnych zawodnicy, którzy zdobędą miejsca na podium otrzymają medal odpowiednio w kolorze złotym, srebrnym oraz brązowym, dyplom, a także nagrody od sponsorów zawodów. Pozostali zawodnicy otrzymają dyplom oraz medal za udział.

4.8. W konkurencji drużynowej w finale Pucharu Polski ADA 2024, Klub z najwyższą pulą punktów otrzyma proporzec (na własność) oraz puchar, który jest własnością Federacji i zostanie mu przekazany przez zarząd ADA lub zwycięski Klub w "drużynówce" z poprzedniego roku. Zwycięska drużyna otrzyma puchar na okres jednego roku do momentu kolejnego Pucharu Polski ADA.

4.9. Podczas ostatniej w danym dniu ceremonii rozdania nagród trenerzy przygotowujący zawodników z poszczególnych bloków zostaną wyczytani na środek planszy oraz nagrodzeni dyplomami. Trenerzy, których zawodnicy zdobędą miejsca na podium w poszczególnych kategoriach, każdorazowo podczas dekoracji zawodników zostaną wyczytani z imienia i nazwiska.

Upomnienie: nie stawienie się trenera na ceremonii rozdania nagród

4.10. Podczas współzawodnictwa w Pucharze Polski ADA zawodnik ma obowiązek:

4.10.1. Posiadać aktualną licencję zawodniczą ADA.

4.10.2. Należać do Klubu, który posiada aktualną licencję klubową ADA (zawodnicy niezrzeszeni podpisują deklarację braku przynależności do jakiegokolwiek z Klubów).

4.10.3. Zapoznać się z niniejszym Regulaminem, a także z pozostałymi dokumentami obowiązującymi podczas PP oraz w samej Federacji, m.in.: Kodeksem Punktacyjnym oraz wszelkimi dodatkami do niego, Kodeksem Etycznym i Postępowania oraz ściśle ich przestrzegać.

4.10.4. Spełnić wymogi wiekowe, które ustala Organizator.

4.10.5. Przestrzegać poleceń oraz zasad ustalanych przez Organizatora w dniu zawodów.

4.10.6. W terminie wskazanym przez Organizatora dokonać opłaty startowej.

4.10.7. W miarę możliwości pojawić się na ceremonii otwarcia zawodów lub ceremonii otwarcia poszczególnych bloków.

4.10.8. Przebywać w tzw. „strefie przedstartowej” na dwa występy przed swoją prezentacją. Być gotowym na możliwe opóźnienia w starcie lub przyspieszenie startu.

Potrącenia Sędziego Głównego: -0,3 pkt. niestawienie się na czas w "strefie przedstartowej"

4.10.9. Pojawić się na planszy dopiero po wyczytaniu przez spikera prowadzącego zawody jego imienia i nazwiska (wyczytanie numeru startowego nie oznacza wyjścia na planszę). Jeśli zawodnik nie pojawi się po minucie od ponownego wyczytania jego nazwiska, występ zostanie uznany jako walk over i zawodnik traci możliwość ponownego startu w zawodach.

Potrącenia Sędziego Głównego: -0,3 pkt. przedwczesne lub zbyt późne wyjście na planszę

4.10.10. Po wejściu na planszę bezpośrednio przed układem zaprezentować się przed Panelem Sędziowskim. Prezentacja polega na wykonaniu frontem do Panelu Sędziowskiego ukłonu.

Potrącenia Sędziego Głównego: -0,1 pkt. brak prezentacji przed Panelem Sędziowskim

4.10.11. Nie schodzić ze sceny po zakończonym występie, ale czekać z trenerem na ogłoszenie wyników w specjalnie wyznaczonej przez Organizatora "strefie postartowej".

4.10.12. Powtórzyć występ jeśli przyczyną są okoliczności techniczne po stronie Organizatora, np.: problemy z odtwarzaniem muzyki. W przypadku zaistnienia powyższej sytuacji zawodnik może powtórzyć układ na koniec swojej kategorii lub danego bloku, w którym startował. W ocenie Sędziowie wezmą pod uwagę wyłącznie drugie wykonanie układu.

4.10.13. Obowiązkowo stawić się na ceremonii rozdania nagród. W przypadku opuszczenia zawodów wcześniej i nie stawienia się na ceremonii rozdania nagród bez zgłoszenia tego faktu Sędziemu Głównemu, zawodnik ten otrzyma w przyszłym sezonie startowym punkty ujemne.

Potrącenia Sędziego Głównego: -1 pkt. niestawienie się na ceremonii rozdania nagród
(kara przyznawana w przyszłym sezonie startowym)

4.10.14. Rozmawiać z Panelem Sędziowskim wyłącznie za pośrednictwem swojego trenera.

Potrącenia Sędziego Głównego: -1 pkt. komunikacja zawodnika z sędziami

4.10.15. Jeśli wystąpi taka konieczność, poinformować Sędziego Głównego za pośrednictwem trenera o tym, że występ nie może się odbyć na minimum 15 minut przed rozpoczęciem jego układu.

4.10.16. Pojawić się na turnieju, na którego liście startowej widnieje jego nazwisko, a w przypadku braku możliwości pojawienia się na nim poinformować o tym fakcie ze stosownym wyprzedzeniem Organizatora.

Potrącenia Sędziego Głównego: -2 pkt. niestawienie się na zawodach bez zgłoszenia tego faktu Organizatorowi (kara przyznawana w przyszłym sezonie startowym)

4.11. Podczas współzawodnictwa w Pucharze Polski ADA zawodnik ma prawo:

4.11.1. Być poinformowanym o czasie i miejscu próby sprzętu oraz odbyć pod nadzorem swojego trenera próbę na takim samym sprzęcie, który zostanie wykorzystany podczas zawodów.

4.11.2. Przebywać w strefie rozgrzewkowej, przebieralni, "strefie przed- i postartowej".

4.11.3. Za pośrednictwem swojego trenera złożyć protest od punktacji, którą otrzymał (dotyczy wyłącznie trudności elementów). Czas na złożenie protestu to 45 minut od momentu ogłoszenia wyników zawodnika, którego dotyczy protest (za wyjątkiem 5 ostatnich zawodników w danym bloku). Protesty są rozpatrywane na koniec każdego bloku. Procedura zgłaszania protestu została opisana w rozdziale F.

4.11.4. Mieć do wglądu harmonogram zawodów oraz listę startową na minimum trzy tygodnie przed zawodami.

4.11.5. Otrzymać podczas ceremonii rozdania nagród wraz z dyplomem skróconą kartę oceny zawodnika (wzór skróconej karty znajduje się w rozdziale F). O pełną kartę oceny zawodnika można wnioskować mailowo do Organizatora maksymalnie na dwa tygodnie od zakończeniu zawodów.

4.12. Kary, które Federacja może nałożyć na zawodnika podczas zawodów, zostały opisane w Kodeksie Dyscyplinarnym.

4.13. Podczas reprezentowania zawodnika w Pucharze Polski ADA 2024 trener ma obowiązek:

4.13.1. Przebywać razem z zawodnikiem, nad którym sprawuje opiekę podczas jego występu z tyłu lub boku sceny (w pozycji stojącej) i zbliżać się do zawodnika wyłącznie podczas ruchów obarczonych wysokim ryzykiem, jednocześnie nie przeszkadzając sędziom w ich czynnościach oraz zawodnikowi w prezentacji układu.

4.13.2. Uczestniczyć z zawodnikiem, którego reprezentuje w ceremonii rozdania nagród. W przypadku opuszczenia zawodów wcześniej i nie stawienia się na ceremonii rozdania nagród bez zgłoszenia tego faktu Sędziemu Głównemu, wobec trenera zostanie wystosowane upomnienie od zarządu ADA.

4.13.3. Przygotować układ akrobatyczny zawodnikowi zgodnie ze swoją najlepszą wiedzą na temat umiejętności oraz doświadczenia tego zawodnika oraz czuwać nad jego bezpiecznym wykonaniem w dniu zawodów.

4.13.4. Wspólnie z zawodnikiem przeprowadzić próbę sprzętu i poinstruować go o prawidłowym sposobie korzystania ze sprzętu w dniu zawodów.

4.13.5. W wypadku zauważenia jakiegokolwiek wady sprzętu aerialowego lub akrobatycznego natychmiast poinformować o tym Organizatora.

4.13.6. Być ubranym wyłącznie w odzież sportową podczas ceremonii otwarcia zawodów, w trakcie występów zawodników, oraz w czasie ceremonii rozdania nagród. Odzież może, ale nie musi posiadać logotyp klubu, emblematy narodowe lub oznaczenia sponsorów klubu.

Potrącenia Sędziego Głównego: -2 pkt. nieodpowiedni strój trenera

4.13.7. Postępować uczciwie oraz odnosić się z szacunkiem w stosunku do pozostałych zawodników, trenerów, a także sędziów i Organizatora zgodnie z zasadami opisanymi w Kodeksie Etycznym i Postępowania oraz normami współżycia społecznego.

4.13.8. Znać i respektować zasady opisane w Kodeksie Sędziowskim oraz Kodeksie Dyscyplinarnym.

4.13.9. Wnikliwie zapoznać się z niniejszym Regulaminem oraz Kodeksem Punktacyjnym, a także zaktualizowanymi wersjami tych dokumentów. Mieć na uwadze, że Organizator może opublikować istotne z punktu widzenia Trenera dodatki do w/w dokumentów obowiązujące w takim samym stopniu jak one.

4.13.10. Wziąć udział w odprawie trenerskiej, która z reguły odbywa się na początku zawodów, a dla trenerów których zawodnicy startują w późniejszym czasie przed rozpoczęciem poszczególnych bloków. Dokładny termin oraz miejsce odprawy zostanie ustalony i podany przez Organizatora do wiadomości razem z harmonogramem zawodów. Spotkanie trenerskie prowadzi Sędzia Główny, a obecność trenerów, reprezentujących podczas turniejów zawodników jest na nim obowiązkowa. Podczas odprawy trenerom zostają odczytane ich prawa oraz obowiązki, a także omówiona zostaje procedura składania protestów oraz ogólne zasady obowiązujące podczas zawodów.

4.14. Reprezentując zawodnika w Pucharze Polski ADA 2024 trener ma prawo:

4.14.1. Przebywać w strefie rozgrzewkowej, przebieralni, "strefie przed- i postartowej" wraz ze swoimi zawodnikami.

4.14.2. Być poinformowanym o harmonogramie zawodów oraz kolejności startów zawodników na minimum trzy tygodnie przed turniejem.

4.14.3. Być poinformowanym o czasie i miejscu próby sprzętu oraz odbyć ze swoimi zawodnikami próbę sprzętu na takim samym sprzęcie, na którym odbędzie się współzawodnictwo podczas PP ADA 2024.

4.14.4. Być poinformowanym o czasie i miejscu tzw. spotkania trenerskiego.

Upomnienie: nie stawienie się trenera na spotkaniu trenerskim

4.14.5. Mieć możliwość zgłoszenia protestu od oceny Sędziów Trudności oraz Sędziego Floorwork (tylko trudność), którą otrzymał jego zawodnik (zgodnie z zasadami opisanymi w rozdziale F).

4.14.6. Przerwać występ w przypadku kontuzji, niedyspozycji, złego samopoczucia, zaplątania się zawodnika w przyrząd oraz innych sytuacji losowych. Przerwanie występu następuje poprzez ustawienie się trenera frontalnie do Panelu Sędziowskiego i wyraźne skrzyżowanie ramion w jego kierunku (rysunek poniżej). Zawodnik, którego występ zostanie przerwany w następujący sposób, traci prawo do ponownego startu w rywalizacji.



rys. nr 1

4.15. W przypadku przerwania występu, fragment zaprezentowanego układu zostanie oceniony następująco:

- trudność: elementy, które zostały wykonane prawidłowo zostają zaliczone,
- wykonanie: przyznanie punktów (1 el. = 1 pkt) za każdy zaliczony przez Sędziów Trudności elementy wraz z naliczeniem potrąceń za błędy techniczne (jeśli wystąpiły),
- artystyczność: 0 pkt,
- pozostałe potrącenia: dostosowane do zaistniałej sytuacji.

4.16. Kary, które Federacja może nałożyć na trenera podczas zawodów, zostały opisane w Kodeksie Dyscyplinarnym.

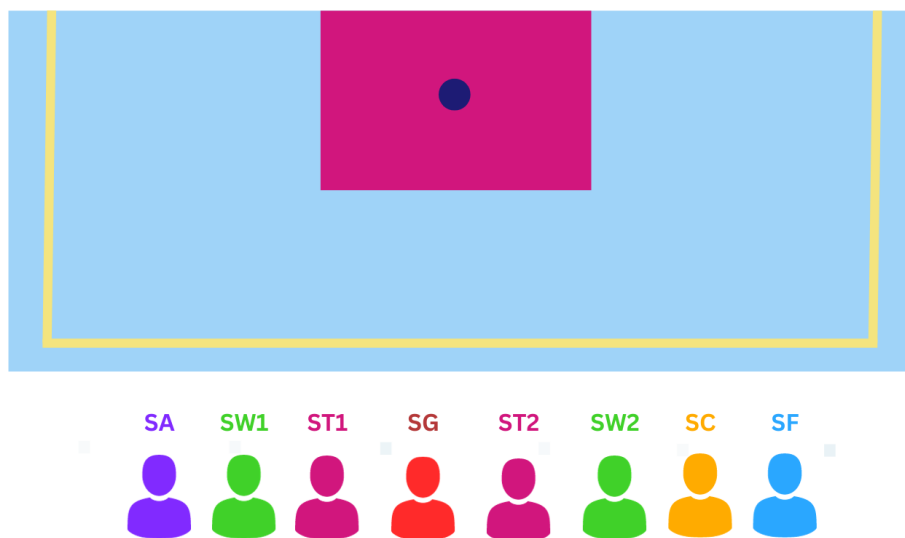
5. SĘDZIOWIE

5.1. W ramach Pucharu Polski ADA 2024, Organizator zapewnia Panel Sędziowski składający się wyłącznie z licencjonowanych Sędziów ADA, którzy ukończyli kurs sędziowski zakończony pozytywnym wynikiem egzaminu praktycznego oraz teoretycznego. Kurs Sędziowski ADA został szczegółowo opisany w Kodeksie Sędziowskim ADA.

5.2. Podczas Finału Pucharu Polski ADA 2024, Federacja zapewnia Panel Sędziowski składający się z następujących Sędziów:

- Sędzia Główny (Arbiter)
- Sędzia Wykonania x 2 (SW1 oraz SW2)
- Sędzia Trudności x 2 (ST1 oraz ST2)
- Sędzia Artystyczności x 1
- Sędzia Floorwork/ Liniowy x 1
- Sędzia Czasu x 1

5.3. Ustawienie Sędziów w Panelu Sędziowskim podczas Pucharu Polski ADA 2024 prezentuje poniższa grafika:



5.4. Trenerzy powinni wziąć pod uwagę, że układ zawodnika powinien być atrakcyjny przede wszystkim z frontu planszy.

5.5. ADA odchodzi od karania zawodników, w sytuacji gdy elementy obowiązkowe układu zostaną zaprezentowane bokiem lub tyłem do Panelu Sędziowskiego, gdyż uznaje tę zasadę za przestarzałą i zależną od losu.

5.6. Procedura powoływania oraz losowania Sędziów na zawody została opisana w Kodeksie Sędziowskim.

5.7. Przed turniejem finałowym Pucharu Polski, Organizator zorganizuje odprawę sędziowską, na której Sędzia Główny poinformuje Sędziów znajdujących się w Panelu Sędziowskim o organizacji pracy podczas zawodów.

5.8. Odprawa sędziowska odbywa się na początku zawodów, przed rozpoczęciem pierwszego bloku. Jeśli zawody trwają dłużej niż jeden dzień i skład Panelu Sędziowskiego nie ulegnie zmianie, wówczas obowiązuje jedna odprawa trenerska - przed rozpoczęciem pierwszego dnia rywalizacji sportowej. Dokładny termin oraz miejsce odprawy sędziowskiej zostanie ustalony i podany do wiadomości Sędziom na formularzu powołania Sędziego na zawody. Odprawę sędziowską prowadzi Sędzia Główny, a obecność całego Panelu Sędziowskiego jest na nim obowiązkowa.

6. DŁUGOŚĆ UKŁADU & MUZYKA, KARTA TRUDNOŚCI ZAWODNIKA

6.1. Organizator wyznaczył długość układu dla poszczególnych kategorii:

- Debiut, kat. Przejściowa, Amator - 2'30" - 3'
- Średnio-zaawansowany oraz Profesjonalista - 3' - 3'30"

6.2. Dźwięk beep wlicza się do długości utworu muzycznego.

Potrącenia Sędziego Czasu: -0,5 pkt. brak w pliku muzycznym dźwięku "beep"

6.3. Początek układu zawodnika wskazuje pierwszy dźwięk muzyki, a nie dźwięk beep.

Potrącenia Sędziego Czasu: -0,3 pkt. rozpoczęcie układu przed dźwiękiem "beep"

6.4. Dopuszcza się 3 sekundy tolerancji dla długości utworu muzycznego. Utwór muzyczny może być o 3 sek. krótszy niż 2'30" i o 3 sek. dłuższy niż 3' (Debiut, Amator, kat. Przejściowa), a także o 3 sek. krótszy niż 3' i 3 sek. dłuższy niż 3'30" (Średnio-zaawansowany, Profesjonalista).

Potrącenia Sędziego Głównego: -2 pkt. muzyka niezgodna z regulaminem PP

6.5. Muzyka zostanie włączona dopiero po przybraniu przez zawodnika nieruchomej, dowolnej pozycji na planszy nie będącej pozycją z pogranicza kontorsji.

6.6. Wymaga się aby zawodnik zakończył układ równo z muzyką. Koniec układu to dowolna pozycja na planszy, która zbiega się z końcem muzyki. Wykonanie ruchu po zakończeniu muzyki wiąże się z przyznaniem zawodnikowi punktów ujemnych. Ta sama zasada dotyczy sytuacji, w której zawodnik zakończy układ (zastyga w bezruchu lub schodzi z planszy) przed zakończeniem utworu muzycznego.

Potrącenia Sędziego Czasu: -0,5 pkt. kontynuacja układu po zakończeniu muzyki

6.7. Jeśli zawodnik zakończy układ wyraźnie przed końcem utworu muzycznego, podkład muzyczny nie zostanie wcześniej wyłączony. Zawodnik powinien w tym czasie przebywać na planszy, aż utwór muzyczny zakończy się. Wyjście zawodnika za linię w trakcie trwania utworu muzycznego (np.: poprzez przejście do “strefy postartowej”) jest równoznaczne z przyznaniem punktów ujemnych przez Sędziego Liniowego/Floorwork oraz Sędziego Czasu.

Potrącenia Sędziego Czasu: -0,5 pkt. zakończenie układu przed końcem muzyki

Potrącenie Sędziego Floorwork/Liniowego: -0,5 pkt. wyjście za linię dwoma kończynami

6.8. Dźwięk beep można użyć tylko na początku utworu muzycznego. Jest zabronione używanie dźwięku beep lub podobnych do niego w środku utworu lub na kilka sekund przed zakończeniem utworu.

6.9. Muzyka może, ale nie musi zawierać słów. Zabronione są utwory muzyczne zawierające wulgaryzmy, obelgi o charakterze rasistowskim, nawoływanie do przestępstw itp.

6.10. Dozwolone jest łączenie dwóch lub więcej różnych utworów muzycznych. Fragmenty muszą być jednak dobrze połączone i przechodzić jeden w drugi w sposób płynny i harmonijny (bez przesterowań).

Potrącenia Sędziego Głównego: -2 pkt. muzyka niezgodna z regulaminem PP

6.11. Pliki muzyczne przesyła wyłącznie trener zawodnika, a w przypadku zawodnika niezrzeszonego on sam lub jego opiekun prawny wskazany we wniosku licencyjnym. Plik należy opisać i przesłać w formacie mp3 w terminie wyznaczonym przez Organizatora na adres e-mail: zawody@a-d-a.pl. Dla zachowania wysokiej klasy odbioru utworu muzycznego zaleca się pliki w formacie mp3 minimum 192 kb/s.

▪ Plik muzyczny powinien zostać opisany w następujący sposób:

Imię_nazwisko zawodnika__symbol kategorii

Np.: Anna_Nowak_A2

▪ W tytule maila prosimy wpisać: „plik muzyczny_ imię i nazwisko uczestnika_kategoria”.

▪ Jeśli trenerzy przesyłają pliki muzyczne zbiorczo prosimy o wpisanie w tytule maila “pliki muzyczne_nazwa klubu”.

6.12. Jeśli dostarczony przez trenera plik muzyczny będzie skrajnie niskiej jakości z szumami i przestrojeniami, Organizator ma prawo poinformować o tym fakcie Trenera, a także zażądać poprawy tego pliku.

6.13. Trener jest zobowiązany posiadać przy sobie w dniu zawodów pliki muzyczne zawodników na nośniku PenDrive.

6.14. Jeśli plik muzyczny zostanie dostarczony drogą elektroniczną po terminie wyznaczonym przez Organizatora, zawodnik otrzyma karę od Sędziego Głównego (patrz tablica Kar Sędziego Głównego).

Potrącenia Sędziego Głównego: -3 pkt. karta trudności zawodnika lub/i muzyka przesłane po wyznaczonym przez Organizatora czasie

6.14.1. Tabela przedstawia terminy, w których trenerzy mogą wysłać pliki muzyczne oraz karty trudności zawodników.

Turniej	Regulaminowa data przesłania karty trudności zawodnika oraz muzyki	Ostateczna data przesłania karty trudności zawodnika oraz muzyki (zakładając przyznanie punktów ujemnych). Jeśli po tej dacie zawodnik nie prześle plików zostanie zdyskwalifikowany.
Finał PP ADA 2024	do 04.05.2024r, godz: 23:59	do 11.05.2024r., godz: 23:59

7. SCENA

7.1. Organizator zapewnia szarfę o jednakowych parametrach dla wszystkich turniejów organizowanych w sezonie startowym w 2024 r.

7.2. Organizator umieści na swojej stronie internetowej szczegółowe informacje o parametrach szarfy do końca marca 2024r.

7.3. Podczas zawodów zabrania się używania lamp błyskowych oraz takiego ustawiania oświetlenia, które powodowałoby dyskomfort zarówno wśród zawodników jak i Panelu Sędziowskiego.

7.4. We wszystkich kategoriach dozwolone jest korzystanie z całej długości chusty. Na szarfie zostanie wyznaczona linia, którą należy przekroczyć, aby styl wchodzenia na szarfę został zaliczony.

7.4.1. Tabela podstawowych parametrów szarfy, osprzętu, planszy oraz materacy podczas Pucharu Polski ADA 2024

Turniej	Parametry szarfy	Parametry pola Floorwork	Parametry materacy
Finał	<ul style="list-style-type: none"> ▪ długość szarfy, którą można wykorzystać: 10m (3 m materiału na podłodze) ▪ szerokość szarfy: 150-155 cm ▪ punkt zawieszenia: szarfa zawieszona na punkcie statycznym na zawiesiu. ▪ osprzęt: ósemka alpinistyczna typu "kotwica" oraz krętlik 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nie wybijająca mata gimnastyczna o grubości 35mm ▪ wymiary pola floorwork, po którym można się poruszać: długość 9m szerokość 3,5m 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ grubość 60cm lub więcej

8. KOSTIUM, FRYZURA, MAKIJAŻ

8.1. Kostium zawodnika powinien być zgodny z poniższym regulaminem.

Potrącenia Sędziego Głównego: -0,5 pkt. kostium niezgodny z regulaminem PP

8.2. Kostium, w którym występuje Uczestnik musi być dopasowany do ciała (za wyjątkiem chłopców i mężczyzn), tak aby umożliwiał sędziom poprawną ocenę zakresów zawodnika. Strój powinien być tak wycięty, aby nie uwidaczniać/podkreślać zagłębienia krocza.

8.3. Kostium może być jednoczęściowy typu overall lub dwuczęściowy (body + legginsy) z obowiązkowymi długimi nogawkami oraz rękawami (dozwolony jest suwak kryty lub zapięcie na guzik lub haftkę). W przypadku chłopców i mężczyzn dopuszcza się krótkie lub długie luźniejsze spodenki. Kostium może zawierać tkaninę z siateczki oraz kolor cielisty/beżowy za wyjątkiem miejsc intymnych zawodnika. Stójka nie jest obowiązkowa, a jeśli występuje w stroju może mieć dowolną wysokość.

8.4. Kostium nie może zawierać odstających oraz ostrych elementów, np.: spódniczki gimnastyczne, wstążki, frędzle, falbanki, pióra, kokardy itp., które mogłyby wkręcić i wplątać się w przyrząd podczas występu. Dozwolone jest ozdobienie stroju kamieniami, cekinami, cyrkoniami itp. jednak muszą one być stabilnie przymocowane do stroju.

8.5. Strój nie może być wykonany z materiału zwiększającego przyczepność na przyrządzie, np.: skóra, lateks. Nogawki mogą zostać zakończone „podpiętkami”.

8.6. Uczestnik ma obowiązek posiadać pod kostiumem bieliznę, a jeśli strój jest wykonany z cienkiego materiału powinna być ona cielistą.

8.7. Logotypy na stroju startowym są zakazane (zawodnik może posiadać logotyp klubu lub sponsorów wyłącznie na odzieży sportowej - dresy klubowe).

8.8. Strój startowy może posiadać emblematy kraju.

8.9. Włosy powinny zostać ciasno spięte, tak aby kosmyki nie opadały na kark. Kucyk, luźne warkocze, rozpuszczone włosy nie są dozwolone. Grzywka jest dozwolona.

Potrącenia Sędziego Głównego: -0,5 pkt. uczesanie niezgodne z regulaminem PP

8.10. Dopuszczalne są spinki do włosów oraz inne ozdoby niewielkich rozmiarów, które zostaną stabilnie przymocowane do włosów i nie zsuną się z nich podczas występu. Można stosować lakier/żel do włosów z brokatem.

Potrącenia Sędziego Głównego: -0,3 pkt. zgubienie akcesoriów podczas prezentacji układu

8.11. Zabrania się takich nakryć głowy jak: czapki, opaski, kapelusze, turbany itp.

8.12. We wszystkich kategoriach można używać wyłącznie takich kosmetyków kolorowych jak: podkład do twarzy, puder, korektor, rozświetlacz, tusz do rzęs. Twarz może zostać udekorowana błyszczącymi, samoprzylepnymi kamieniami ozdobnymi/brokatem (nie więcej jak 20% powierzchni twarzy).

Potrącenia Sędziego Głównego: -0,5 pkt. makijaż niezgodny z regulaminem PP

9. AKCESORIA

9.1. Akcesoria i rekwizyty nie są dozwolone w żadnej kategorii. Nie wolno dekorować sceny, a własna scenografia nie jest możliwa. Zabrania się również rozsypywania w trakcie występu brokatu, konfetti, piór, płatków itp.

Potrącenia Sędziego Głównego: -1 pkt. ustawianie własnej scenografii/używanie rekwizytów

9.2. Występ należy wykonać w całości na boso.

9.3. Jest zabronione posiadanie biżuterii podczas występu: łańcuszki, bransoletki, pierścionki, zegarki, kolczyki itp.

Potrącenia Sędziego Głównego: -0,3 pkt niedozwolona biżuteria lub piercing.

9.4. Jest dozwolone używanie magnezji jedynie w płynnej formie. Kalafonia jest dozwolona.

9.5. W uzasadnionych przypadkach jest dozwolone posiadanie opasek medycznych, ściągaczy, kinesiotape na kostkach, nadgarstkach, kolanach.

10. STREFA PRZED- I POSTARTOWA

10.1. W “strefie przedstartowej” mogą przebywać jedynie trenerzy oraz zawodnicy, których występ wg. listy startowej ma nastąpić w przeciągu 30 najbliższych minut.

10.2. Przebywanie w “strefie przed- i postartowej” zawodników oraz trenerów, którzy nie są do tego upoważnieni będzie skutkowało ukaraniem tych zawodników w kolejnym sezonie startowym punktami ujemnymi przez Sędziego Głównego, a wobec trenera zostanie wystosunkowane upomnienie przez Zarząd ADA.

Potrącenia Sędziego Głównego: -1 pkt. przebywanie w “strefie przed- i postartowej” zawodnika, który nie jest do tego uprawniony

10.3. Zawodnicy oraz trenerzy są zobowiązani przebywać w “strefie postartowej” do czasu wyświetlenia na tablicy not sędziowskich. Wyjątkiem jest sytuacja wystąpienia u zawodnika w trakcie prezentacji układu lub bezpośrednio po jego zakończeniu kontuzji lub urazu w wyniku którego musi zostać mu pilnie udzielona pomoc medyczna. Ponadto nieobecność trenera w “strefie postartowej” jest usprawiedliwiona w sytuacji, w której zgodnie z harmonogramem zawodów wypadają występy kolejnych zawodników, w stosunku do których posiada on obowiązki oraz uprawnienia trenerskie opisane w regulaminach oraz kodeksach ADA.

10.4. Zawodnicy oraz trenerzy przebywający w “strefie przed- i postartowej” zobowiązani są do zachowywania norm kultury oraz zasad współżycia społecznego, a także zasad opisanych w Kodeksie Etycznym oraz Postępowania.

Potrącenia Sędziego Głównego: -1 pkt. zachowanie w strefie przed- i postartowej niezgodne z normami kultury i zasadami współżycia społecznego

11. STREFA SĘDZIOWSKA

11.1. W strefie sędziowskiej mogą przebywać wyłącznie Sędziowie powołani przez Organizatora do sędziowania Pucharu Polski oraz sędziowie-praktykanci doskonalący warsztat sędziego.

11.2. Oprócz jury w strefie sędziowskiej mogą przebywać osoby bezpośrednio związane z organizacją zawodów (zarząd ADA, przedstawiciele biura ADA, wolontariusze, akredytowani fotografowie, spiker, dźwiękowiec, "techniczny").

11.3. Trener w strefie sędziowskiej może przebywać wyłącznie podczas składania protestu lub w celu zgłoszenia nieprawidłowości i uwag dotyczących sprzętu aerialowego/akrobatycznego, jakości odtwarzanej muzyki itp.

11.4. Podczas przerw pomiędzy blokami, prób sprzętu, ceremonii rozdania nagród, zabrania się naruszania przestrzeni strefy sędziowskiej przez zawodników, trenerów oraz publiczność.

Potrącenia Sędziego Głównego: -1 pkt. przebywanie zawodnika w strefie sędziowskiej
(kara przyznawana podczas startu zawodnika w kolejnym sezonie)

12. KRYTERIA OCENY

12.1. Na ocenę występu zawodnika składają się:

12.1.1 Ocena za trudność: ocena za trudność jest sumą punktów przysługujących za poprawnie wykonane elementy obowiązkowe w układzie (dotyczy osobno przyrzędu i osobno planszy).

12.1.2. Ocena za wykonanie techniczne:

▪ przyrząd: jest średnią arytmetyczną z dwóch ocen sędziów wykonania (SW1 + SW2), pomnożoną 2 razy z dokładnością do 0,001.

Za każdy zaliczony przez ST element obowiązkowy z karty trudności, zawodnik automatycznie otrzymuje 1 punkt, od którego dokonywane są przez SW1 potrącenia za każdym razem gdy zawodnik zrobi błąd techniczny w tym elemencie (tablice błędów oraz kar znajdują się w rozdziale E). Kara za wykonanie dla jednego elementu obowiązkowego nie może być większa niż -1. Dodatkowo od SW2 zawodnik może otrzymać punkty w skali 0-6 za czystość wykonania w układzie elementów innych niż obowiązkowe.

▪ plansza: jest sumą punktów (już po odjęciu potrąceń) przyznanych zawodnikowi za każdy poprawnie wykonany element obowiązkowy. Za każdy zaliczony przez Sędziego Floorwork element, zawodnik może otrzymać za wykonanie maksymalnie 1 punkt, od którego Sędzia Floorwork dokonuje potrąceń za każdym razem gdy zawodnik zrobi błąd (tablice błędów oraz kar znajdują się w rozdziale E). Kara za wykonanie jednego elementu obowiązkowego nie może być większa niż -1.

12.1.3. Ocena za artystyczność: jest sumą oceny poszczególnych komponentów składających się na ocenę artystyczności, przyznaną przez jednego sędziego. Za artystyczność zawodnik od SA może otrzymać maksymalnie 8 punktów (maksymalnie 2 punkty za każdy komponent artystyczny)

12.2. Ocena końcowa będzie obliczana na identycznych zasadach dla wszystkich turniejów zorganizowanych przez ADA w sezonie startowym w 2024 roku.

Ocena końcowa = trudność (plansza oraz przyrząd) + artystyczność + wykonanie - potrącenia (jeśli wystąpią).

13. TURNIEJ FINAŁOWY PUCHARU POLSKI

13.1. W turnieju ilość zawodników w poszczególnych kategoriach nie może przekroczyć 20 zawodników. Dla kategorii, w których podczas zapisów ilość zawodników przekroczy tą wartość obowiązują zasady opisane w rozdziale A., ppkt. 1.6.

13.2. Dodatkowe elementy wykonywane pomiędzy elementami obowiązkowymi podczas PP (przejścia, fragmenty choreografii itp.) nie są narzucane i stanowią własną inwencję twórczą zawodnika.

13.3. Każdy zawodnik podczas PP startuje z sumą punktów równą "0".

13.4. Jeśli podczas PP w poszczególnych kategoriach wystąpi mniej niż trzech zawodników, wówczas zawodnikom tym nie zostanie nadany tytuł Mistrza Pucharu Polski, a jedynie dyplom oraz medal uczestnictwa.

13.5. W przypadku remisu pod uwagę będzie brana wyższa nota za wykonanie. Jeśli remis nie zostanie rozstrzygnięty, w dalszej kolejności decyduje nota za artystyczność. Jeśli remis nadal nie zostanie złamany, zostaje utrzymany.

14. KODEKS PUNKTACYJNY

14.1. Kodeks Punktacyjny Pucharu Polski 2024 to dokument, który stanowi integralną część Regulaminu Pucharu Polski ADA 2024.

14.2. Kodeks Punktacyjny zawiera m.in.: graficzny oraz słowny opis poszczególnych elementów obowiązkowych, ich punktację, przyporządkowanie elementów do poszczególnych kategorii, a także pozostałe informacje ważne z punktu widzenia zawodnika oraz trenera. Opis słowny elementów oraz dla niektórych elementów nagrania-wideo mają przewagę nad opisem graficznym. Integralnym dokumentem z Kodeksem Punktacyjnym jest dodatek do KP zawierający tabele z opisem kiedy poszczególne elementy na trudność zostają zaliczone z potrąceniami, a kiedy niezaliczone.

14.3. Kodeks Punktacyjny może ulegać aktualizacjom. Informacja o zmianach w Kodeksie Punktacyjnym będzie widoczna na stronie internetowej www.a-d-a.pl w zakładce Dokumenty. Aktualizacje mogą odbywać się do 18.04.2024r. Fragmenty Kodeksu Punktacyjnego, które ulegną zmianie zostaną oznaczone w nowej wersji tego dokumentu kolorem różowym. Federacja ADA ma obowiązek poinformować zrzeszone Kluby, zgłoszone do Pucharu Polski o nowych wersjach Kodeksu Punktacyjnego oraz Regulaminu PP.

14.4. Do Kodeksu Punktacyjnego oraz Regulaminu PP mogą ukazać się dodatki (udostępnione na stronie internetowej www.a-d-a.pl), zawierające odpowiedzi na najczęściej zadawane przez zawodników oraz trenerów pytania oraz wyjaśniające i poruszające szczególnie problematyczne dla nich zagadnienia. Federacja ma obowiązek poinformować zrzeszone Kluby, zgłoszone do PP o pojawieniu się dodatków.

14.5. Podobnie jak w przypadku aktualizacji KP oraz Regulaminu PP, w/w dodatki są wiążące wyłącznie wtedy kiedy zostaną opublikowane wcześniej niż miesiąc przed rozpoczęciem turnieju.

B. TRUDNOŚĆ

1. ELEMENTY OBOWIĄZKOWE NA PRYZRĄDZIE

1.1. Dla każdej kategorii zaawansowania Organizator ustalił elementy obowiązkowe opisane w Kodeksie Punktacyjnym PP 2024.

1.2. Dla zawodników z kategorii średnio-zaawansowanej oraz profesjonalnej w przedziale wiekowym 10-12 lat Organizator ustalił łatwiejsze elementy niż te, które obowiązują zawodników tych samych kategorii, ale w starszych klasach wiekowych.

1.3. Dla kategorii "Przejściowej" obowiązują takie same elementy jak w kategorii Amator 10-12 lat.

1.4. Występ zawodnika na przyrządzie powinien być tak zbudowany, aby prezentował w równym stopniu takie cechy motoryczne jak: siła, gibkość, zwinność, koordynacja ruchowa.

1.5. W kategorii przejściowej, amatorskiej, średnio-zaawansowanej oraz profesjonalnej w Kodeksie Punktacyjnym zostało rozróżnionych 6 kategorii elementów obowiązkowych: wchodzenie, siła, balans, gibkość-szpagaty (GS), gibkość-gięcie (GG), dynamika/spady. Od zawodników w tych kategoriach wymaga się, aby wykonali w układzie obowiązkowo po jednym elemencie z każdej kategorii (łącznie 6 elementów).

1.6. Dla kategorii debiutanckiej w Kodeksie Punktacyjnym zostało rozróżnionych 5 kategorii elementów obowiązkowych: siła, balans, gibkość-szpagat rozkroczny, gibkość-szpagat wykroczo-zakroczny, gibkość-gięcie. Od zawodników w tych kategoriach wymaga się, aby wykonali w układzie obowiązkowo po jednym elemencie z każdej kategorii (łącznie 5 elementów).

1.7. Zawodnik chcący otrzymać od Sędziego Artystyczności wysokie noty za zrównoważoną choreografię powinien zawrzeć w układzie elementy obowiązkowe wg. opisu z ppkt 1.5 oraz 1.6. Brak w układzie przynajmniej jednego elementu z w/w kategorii spowoduje przyznanie punktów ujemnych (-0,1 pkt zamiast 2 pkt) w komponencie artystycznym dotyczącym zrównoważonego układu.

1.8. Zawodnik powinien wykonać wszystkie elementy obowiązkowe na przyrządzie zgodnie z opisem słownym oraz graficznym przedstawionymi w Kodeksie Punktacyjnym, a także w dodatkach do niego. Jeśli element obowiązkowy zostanie zaprezentowany w sposób niezgodny z opisem lub z obowiązującymi standardami nie zostanie zaliczony, a zawodnik nie otrzyma za niego punktów ujemnych, np.: w elemencie wymagane jest plątanie B4, jednak zawodnik wykonał plątanie B1 co oznacza, że element nie zostanie zaliczony.

1.9. Podczas zawodów wykonywanie dynamicznych elementów, przechwytyłów, w których zawodnik w fazie lotu traci kontakt z szarfą jest zabronione w kategorii Debiut.

1.10. U zawodnika wykonującego elementy dynamiczne musi być widoczne zachowanie kontroli ciała oraz jego napięcie. Aby otrzymać maksymalną ilość punktów, elementy dynamiczne powinny zostać wykonane: płynnie, w tempie, bez widocznego zatrzymania, zawieszenia lub zawahania zawodnika. Niedopuszczalne jest również osuwanie, ześlizgiwanie oraz wrażenia spadania podczas wykonywania tych elementów.

1.11. Podsumowanie ilości elementów obowiązkowych na przyrządzie, które zawodnik ma obowiązek wykonać.

- Debiut: 5 elementów
- kat Przejściowa: 6 elementów
- Amator: 6 elementów
- Średnio-zaawansowany: 6 elementów
- Profesjonalista: 6 elementów

1.12. Ilość kreatywnych wejść, przejść oraz wyjść z elementów obowiązkowych, a także dodatkowych elementów nieobowiązkowych nie została zdefiniowana i zostaje indywidualnie ustalona przez trenera oraz zawodnika. Należy przestrzegać jednak zasady, w której zawodnik z kat. niższej nie może wykonać elementów z kategorii wyższej, np.: zawodnik z kat. średnio-zaawansowanej 10-12 lat nie może wykonać elementów z kat. profesjonalnej z Kodeksu Punktacyjnego, ale może wykonać elementy z tej samej kategorii zaawansowania z przedziału wiekowego 13+.

1.13. Wykonanie przez zawodnika niedozwolonego podczas zawodów elementu będzie skutkowało przyznaniem kary za każde naruszenie. W rozdziale A., ppkt 2.13 tego Regulaminu wraz z definicją poziomu zaawansowania zawodnika, Organizator określił, wykonanie których elementów (jako dodatkowych) w poszczególnych kategoriach nie jest dozwolone.

Potrącenia Sędziego Trudności: -1 pkt. wykonanie niedozwolonego elementu (za każdym razem)

1.14. Każdy element obowiązkowy na przyrządzie musi zostać przytrzymany w bezruchu minimum 3 sekundy (element należy utrzymać regulaminowe 3 sekundy bez wykonywania dodatkowych ruchów, np.: sky walk, falowanie szarfą, ruchy głową). Jeśli zawodnik utrzyma element 1 lub 2 sekundy, element zostanie zaliczony, ale zostaną mu przyznane potrącenia od Sędziego Czasu. Element nie zostanie zaliczony w sytuacji, w której zostanie przytrzymany krócej niż 1 sekundę.

1.15. Jeśli zawodnik nie wykona elementu obowiązkowego na przyrządzie zadeklarowanego w karcie trudności, ani nie podejmie żadnej próby jego wykonania, wówczas nie otrzyma on punktów za ten element (ani za trudność, ani za wykonanie), ale otrzyma punkt ujemny za brak elementu (za każdy brakujący/pominięty element).

Potrącenia Sędziego Trudności: -1 pkt. pominięcie elementu zadeklarowanego w karcie trudności zawodnika

1.16. Zawodnik, który wykona elementy obowiązkowe w innej kolejności niż zostały zadeklarowane w karcie trudności otrzyma potrącenie od Sędziego Trudności (jednorazowo, niezależnie od ilości zamienionych elementów).

Potrącenia Sędziego Trudności: -1 pkt. wykonanie elementów obowiązkowych w innej kolejności niż zadeklarowano w karcie trudności (kara nakładana jednorazowo)

1.17. W karcie trudności jeden element można zadeklarować tylko raz (dotyczy to również wariantu tego samego elementu). Zadeklarowanie w karcie i powtórzenie tego samego elementu lub różnych wariantów tego samego elementu obowiązkowego spowoduje przyznanie punktów tylko jeden raz za element wykonany jako pierwszy. Dodatkowo zawodnik otrzyma karę od Sędziego Trudności za niepoprawnie wypełnioną kartę trudności.

1.18. Zawodnik może otrzymać łącznie dwa bonusy: jeden na przyrządzie i jeden na planszy.

1.19. Bonus na przyrządzie zostanie przyznany wówczas gdy zawodnik w płynny sposób wykona przejście pomiędzy elementami należącymi do różnych kategorii, np.: siła-gibkość, balans-siła, itp. Jest dozwolone wykonanie przejść bonusowych pomiędzy kategorią gibkość-szpagaty a gibkość-gięcie. Kombinacja bonusowa musi zostać wykonana w sposób płynny, bez wykonania pomiędzy elementami bonusowymi dodatkowych elementów i niepotrzebnych ruchów. Kombinacja powinna zostać wykonana z minimalną stratą czasu oraz energii. Jeden element bonusowy powinien przechodzić w drugi w sposób celowy.

Uwaga! Płynne przejście pomiędzy elementami bonusowymi nie polega na wyplątaniu się z el. bonusowego A i nowym zaplątaniu się w el. bonusowy B.

1.20. Kombinacje bonusową na przyrządzie zalicza jeden z Sędziów Trudności.

1.21. Bonusy muszą zostać oznaczone w karcie trudności zawodnika. Jeśli Zawodnik wykona bonusową kombinację, ale nie zostanie ona oznaczona na karcie, wówczas nie otrzyma za nią punktów.

1.22. W przypadku oznaczenia więcej niż jednej kombinacji bonusowej pod uwagę zostanie wzięta ta, która znajduje się wyżej na karcie trudności.

1.23. Zaznaczenie na karcie trudności więcej niż jednej kombinacji bonusowej jest równoznaczne z błędnym wypełnieniem karty trudności za co zostaną przyznane zawodnikowi punkty ujemne.

1.24. Jeśli jeden z elementów na przyrządzie, składających się na kombinację bonusową nie zostanie zaliczony przez Sędziów Trudności, wówczas również kombinacja bonusowa nie zostanie zaliczona.

1.25. Brak bonusu na karcie trudności nie spowoduje przyznania punktów ujemnych.

1.26. ADA zachęca trenerów do tworzenia zróżnicowanych układów, urozmaiconych w oryginalne wejścia, przejścia oraz wyjścia kombinowane pomiędzy elementami obowiązkowymi tworząc w ten sposób ciekawe wiązanki. Są one szczególnie nagradzane przez Sędziów Artystyczności. Celem jest to, aby układy zawodników nie opierały się na utartych, powszechnie znanych schematach, ale na oryginalności i unikalności. Wyszukiwanie oraz opracowywanie przez trenerów oraz zawodników niszowych przejść przysłuży się do rozwoju nie tylko samych zawodników, ale i środowiska aeralowego w Polsce, które będzie się nimi inspirowało i czerpało z nich wartość.

1.27. Jeśli wykonując kreatywne wejście w element obowiązkowy zawodnik zachwieje się, straci równowagę itp. wówczas zawodnik otrzyma mniej punktów zarówno w wykonaniu jak i artystyczności.

1.28. Od oceny Sędziów Trudności jest możliwość odwołania się = złożenia protestu. Procedura składania protestu została opisana w rozdziale F.

2. ELEMENTY OBOWIĄZKOWE NA PLANSZY (TRUDNOŚĆ)

2.1. Elementy obowiązkowe na planszy można wybrać z tabeli, które znajdują się w Kodeksie Punktacyjnym. Każdy element zawiera szczegółowy opis słowny oraz graficzny (niektóre instrukcje-wideo) wraz z punktacją.

2.2. Organizator ustalił elementy obowiązkowe dla każdej kategorii zaawansowania.

2.3. Dla kategorii "Przejęciowej" obowiązują takie same elementy jak w kategorii Amator 10-12 lat.

2.4. Elementy obowiązkowe na planszy zostały podzielone na elementy statyczne (podkategorie: statyczne wytrzymanie, gibkość) oraz dynamiczne.

2.5. Osobną kategorią stanowią elementy z akrobatyki tanecznej, które są elementami bonusowymi (nieobowiązkowymi).

2.6. Jeśli zawodnik wykona element na planszy w sposób inny niż wskazuje opis słowny oraz graficzny w Kodeksie Punktacyjnym element nie zostanie zaliczony, a zawodnik nie otrzyma za niego punktów (również ujemnych).

2.7. Zawodnik, który nie wykona elementu obowiązkowego na planszy zadeklarowanego w karcie trudności, ani nie podejmie żadnej próby jego wykonania, otrzyma punkt ujemny za brak elementu obowiązkowego (-1 pkt. za każdy brakujący element).

2.8. Zawodnik, który zacznie wykonywać element obowiązkowy na planszy, ale go nie ukończy, nie otrzyma za niego punktów za trudność ani potrażeń (np.: zawodnik który zadeklarowane w karcie rundak+ salto, skoczył tylko rundak).

2.9. Zawodnik, który wykona elementy na planszy w innej kolejności niż zostały zadeklarowane w karcie trudności otrzyma punkty ujemne (-1 pkt.).

Potrażenia Sędziego Floorwork: -1 pkt. wykonanie elementów obowiązkowych w innej kolejności niż zadeklarowano w karcie trudności (kara nakładana jednorazowo)

2.10. W układzie na planszy zawodnik musi zaprezentować elementy ze wszystkich trzech kategorii: gibkość, statyczne wytrzymanie, dynamika. Element bonusowy z kategorii akrobatyka taneczna nie jest obowiązkowy. Wyjątkiem jest kat. Debiut, w której zawodnicy mogą wybrać jeden spośród elementów zaproponowanych w Kodeksie Punktacyjnym.

2.11. Podsumowanie ilości elementów obowiązkowych na planszy, które zawodnik ma obowiązek wykonać.

- Debiut: 1 element
- kat. "Przejęciowa": 3 elementy
- Amator: 3 elementy
- Średnio-zaawansowany: 3 elementy
- Profesjonalista: 3 elementy

2.11.1. Tabela elementów obowiązkowych na planszy

	gibkość	statyczne wytrzymanie	dynamika
Debiut	jeden wybrany element, spośród zaproponowanych w Kodeksie Punktacyjnym		
kat. Przejściowa	+	+	+
Amator	+	+	+
Średnio-zaawansowany	+	+	+
Profesjonalista	+	+	+

2.12. Zawodnik może otrzymać ekstra 1 lub 2 pkt za element bonusowy na planszy. Punkty zostaną przyznane wówczas gdy zawodnik wykona jeden spośród zaproponowanych w KP elementów z kategorii "akrobatyka taneczna". Zawodnik powinien wykonać wybrany element w sposób płynny i najbardziej zbliżony wykonaniem do zaproponowanego przez Organizatora.

2.13. Kombinacje bonusowe na planszy zalicza Sędzia Floorwork. Od elementu bonusowego Sędzia Floorwork nie dokonuje potrąceń za wykonanie.

2.14. Kombinacja bonusowa na planszy nie jest obowiązkowa. Dla kombinacji bonusowych na planszy obowiązują takie same zasady jak dla bonusów na przyrządzie opisane w rozdziale B., ppkt 1.21-1.25.

2.15. Bonus musi zostać oznaczony w karcie trudności zawodnika. Jeśli Zawodnik wykona bonusową kombinację, ale nie zostanie ona oznaczona na karcie, wówczas nie otrzyma za nią punktów.

2.16. Maksymalny czas, w którym zawodnik może przebywać w strefie floorwork w trakcie układu wynosi:

- 30 sekund na początku układu
- 15 sekund na końcu układu

Potrącenia Sędziego Czasu: -0,5 pkt przekroczenie czasu floorwork (za każdym razem)

2.17. Za każdorazowe przekroczenie czasu ustalonego w pkt 2.16. zawodnik otrzyma punkty ujemne od Sędziego Czasu.

2.18. Ilość kreatywnych wejść, przejść, połączeń elementów obowiązkowych, a także dodatkowych elementów na planszy składających się na choreografię nie została zdefiniowana i zostaje indywidualnie ustalona przez trenera oraz zawodnika.

2.19. Elementy statyczne (wytrzymanie) na planszy powinny zostać przytrzymane przez 3 sekundy.

2.20. Jeśli element statyczny na planszy zostanie przytrzymany wyłącznie przez 1 sekundę, zawodnik otrzyma za niego punkty, ale zostaje mu naliczona kara czasu -0,6 pkt oraz ewentualnie inne potrącenia za wykonanie. Kara czasu: każda sekunda = -0,3pkt

2.21. Jeśli element statyczny (wytrzymanie) zostanie utrzymany krócej niż 1 sekundę, wówczas zostaje nie zaliczony.

2.22. Zawodnik może rozpocząć układ w dowolnej pozycji (wyłącznie na planszy) bez kontaktu z szarfą i/lub materacem. Zabrania się jednak rozpoczynania układu przez zawodnika w pozycjach z

pogranicza kontorsji, przede wszystkim w pogłębionym wygięciu pleców. Za złamanie tych zasad zawodnik otrzyma punkty ujemne od Sędziego Floorwork.

Potrącenia Sędziego Floorwork: -0,5 pkt rozpoczęcie układu niedozwoloną pozycją z pogranicza kontorsji

2.23. Zawodnik może zakończyć układ na planszy w dowolnej pozycji, ale bez kontaktu z szarfą i/lub materacem.

2.24. Zawodnik powinien wykonać elementy obowiązkowe w polu wyznaczonym przez Organizatora.

2.25. Wyjście Zawodnika poza wyznaczone pole wiąże się z przyznaniem ujemnych punktów przez Sędziego Floorwork/Liniowego.

Potrącenia Sędziego Floorwork/Liniowego: -0,3 pkt wyjście za linię jedną kończyną
-0,5 pkt wyjście za linię dwoma kończynami
-1 pkt upadek za linię

2.25. Specyfikacja planszy, na której wystąpią zawodnicy znajduje się w tabeli w rozdziale A., ppkt 7.4.1.

2.26. Przekroczenie linii przez zawodnika zostanie zasygnalizowane przez Sędziego Floorwork/Liniowego poprzez podniesienie czerwonej chorągiewki.

2.27. Tablica kar Sędziego Floorwork/Liniowego

1.	Wyjście za linię jedną kończyną	-0,3
2.	Wyjście za linię dwoma kończynami	-0,5
3.	Upadek za linię	-1
4.	Rozpoczęcie układu niedozwoloną pozycją lub zakończenie w kontakcie z materacem i/lub w kontakcie z szarfą (za każdym razem: osobno na początku oraz osobno na końcu układu)	-0,5

2.28. Elementy obowiązkowe na planszy nie mogą się powtarzać (dotyczy to również wariantów tego samego elementu). W przypadku powtórzenia sędziowie ocenią wyłącznie element zaprezentowany jako pierwszy.

2.29. Od oceny Sędziego Floorwork jest możliwości częściowego odwołania się (wyłącznie od trudności elementów wykonanych na planszy). Procedura składania protestu została opisana w rozdziale F.

2.30. Od oceny wykonania Sędziego Floorwork nie ma możliwości odwołania.

3. KARY CZASU ELEMENTÓW OBOWIĄZKOWYCH NA PRZYRZĄDZIE I PLANSZY

3.1. Od zawodników wymaga się, aby elementy obowiązkowe na przyrządzie oraz elementy statyczne na planszy zostały przytrzymane 3 sekundy (element należy utrzymać bez wykonywania dodatkowych ruchów, np.: sky walk, falowanie szarfą, ruchy głową). Jeśli zawodnik utrzyma

element 1 lub 2 sekundy, element zostanie zaliczony, ale zostaną mu przyznane potrącenia od Sędziego Czasu wg. tablicy. Element nie zostanie zaliczony w sytuacji, w której zostanie przytrzymany krócej niż 1 sekundę. Za “przetrzymane elementów” na szarfię (powyżej 10 sekund), zawodnik otrzyma punkty ujemne.

3.2. Jeśli element obowiązkowy (zarówno na szarfię jak i planszy) zostanie wykonany prawidłowo, ale zostanie przytrzymany krócej niż się wymaga, wówczas:

→ zawodnik otrzymuje karę czasu (-0,3/każdą sekundę)*

→ element zostaje zaliczony i zawodnik otrzymuje wartość za element oraz punkt za wykonanie od SW1 (szarfa) / SF (plansza)

→ jeśli element zostanie utrzymany krócej niż 1 sekundę, wówczas zawodnik otrzyma za niego 0 pkt.

3.3. Jeśli element (zarówno na szarfię jak i planszy) zostanie rozpoczęty, ale nie ukończony, wówczas:

→ element nie zostaje zaliczony i zawodnik nie otrzymuje wartości za element, ani punktów za wykonanie od SW1 (szarfa) / SF (plansza)

→ zawodnik nie otrzymuje punktów ujemnych za brak elementu, ani potrąceń za wykonanie

3.4. Jeśli element (zarówno na szarfię jak i planszy) zadeklarowany w karcie trudności zostanie pominięty, wówczas:

→ zawodnik nie otrzymuje wartości za element, ani punktów za wykonanie od SW1 (szarfa) / SF (plansza)

→ zawodnik otrzymuje -1 pkt za pominięcie elementu

Potrącenia Sędziego Wykonania 1/Sędzia Floorwork: -1 pkt pominięcie elementu zadeklarowanego w karcie trudności

3.5. Tablica kar Sędziego Czasu

1.	Rozpoczęcie układu przed dźwiękiem “beep”	-0,3
2.	Kontynuacja układu po zakończeniu muzyki	-0,5
3.	Zakończenie układu przed końcem muzyki	-0,5
4.	Element obowiązkowy na przyrządzie wytrzymany krócej niż się wymaga na planszy lub na przyrządzie	przyrząd: -0,3 jednorazowo plansza: -0,3 za każdą sekundę
5.	“Przetrzymanie” elementu na szarfię (powyżej 10 sekund)	-0,3
6.	Brak w pliku muzycznym dźwięku “beep”	-0,5
7.	Przekroczenie czasu floorwork (za każdym razem: osobno na początku oraz osobno na końcu układu)	-0,5

*kara czasu za każdą sekundę przyznawana jest tylko przez Sędziego Floorwork w odniesieniu do elementów na planszy. Kara czasu za elementy na szarfię przyznawana jest jednorazowo i wynosi -0,3pkt

C. WYKONANIE

1. ELEMENTY OBOWIĄZKOWE NA PRYZRĄDZIE ORAZ PLANSZY

1.1. Sędziowie Wykonania oceniają układ zawodnika na przyrządzie pod kątem błędów technicznych, ściśle przestrzegając zasad zawartych w Kodeksie Punktacyjnym.

1.2. Wykonanie techniczne elementów na planszy ocenia Sędzia Floorwork.

1.3. Wobec zawodników oczekuje się, że wykonają oni elementy w układzie zgodnie z ogólnie przyjętymi kanonami piękna z techniczną precyzją. Podczas Pucharu Polski ADA 2024 Organizator zapewni dwóch Sędziów Wykonania:

- Sędzia Wykonania 1 (SW1) - zadaniem SW1 jest określenie z jaką dokładnością i precyzją zawodnik odtworzył w układzie elementy obowiązkowe. Klasyfikuje on wszelkie odchylenia/odstępstwa od prawidłowego wykonania jako błędy techniczne i nakłada na nie kary, punkty ujemne w liczbie odpowiadającej skali błędu. Zawodnik wykonując elementy obowiązkowe powinien optymalnie wykorzystać swoje cechy motoryczne, wykonać je z maksymalną pewnością, sprawnie, z minimalną stratą energii i czasu.

- Sędzia Wykonania 2 (SW2) - zadaniem SW2 jest ocena układu zawodnika pod kątem czystości wykonania układu w ogólnym ujęciu, koncentrując się na elementach nieobowiązkowych, kreatywnych kombinacjach, wejściach, przejściach oraz wyjściach z elementów, zejściu z przyrządu i pozostałych aspektach nie należących do kompetencji SW1.

1.4. Ocena wykonania technicznego zarówno SW1 jak i SW2 wiąże się m.in z: amplitudą, zakresem ruchów, sposobem dojścia do elementu oraz wyjścia z niego.

1.5. Skala błędów, którą posługuje się SW1:

- mały błąd (-0,1)
- średni błąd (-0,3)
- duży błąd (-0,5 lub więcej)

1.6. Skala błędów zależy od stopnia odchylenia od idealnego wykonania.

1.7. Za wykonanie techniczne zawodnik od SW1 może otrzymać maksymalnie:

- 5 punktów: Debiut:
- 6 punktów: Kat. "Przejściowa", Amator, Średnio-zaawansowany, Profesjonalista

1.8. SW1 przyznaje zawodnikowi punkt za element wyłącznie w sytuacji, w której element ten zostanie zaliczony przez ST oraz SC. Od przyznanego punktu, potrącenia zostają przyznane za każdym razem gdy zawodnik zrobi błąd. Kara SW1 za wykonanie jednego elementu obowiązkowego nie może być większa niż -1.

1.9. SW2 może przyznać zawodnikowi 0-5 punktów (kat. Debiut) oraz 0-6 punktów (kat. "Przejściowa", Amator, Średnio-zaawansowany, Profesjonalista). Ilość przyznanych punktów zależy

od jakości wykonania technicznych elementów w układzie, nie będących elementami obowiązkowymi.

1.10. Końcowa ocena za wykonanie na przyrządzie jest średnią arytmetyczną z dwóch ocen sędziów wykonania (SW1 + SW2), pomnożoną 2 razy z dokładnością do 0,001.

1.11. Ocena Sędziego Floorwork za wykonanie technicznych elementów na planszy polega na przyznaniu jednego punktu za każdy poprawnie wykonany element. Od przyznanego punktu SF dokonuje potrąceń za błędy techniczne zgodnie z tablicą.

1.12. Tablice potrąceń za wykonanie techniczne znajdują się w rozdziale E (osobno dla planszy oraz osobno dla przyrządu).

1.13. Od oceny Sędziów Wykonania nie ma możliwości odwołania.

1.14. Błędy za wykonanie są przyznawane za każdym razem gdy zawodnik popełni błąd. Trudność wykonywanego elementu nie ma wpływu na ocenę wykonania. Sędziowie dokonują takich samych potrąceń w łatwych jak i trudnych elementach.

Przykład: kara jest nakładana oddzielnie za każdy błąd. Jeśli w jednym elemencie zawodnik wykona dwa błędy sumują się one, np.: oba kolana ugięte w V-ce (-0,3x2) + brak cechy w jednej stopie (0,3 x1) = -0,9 pkt

D. ARTYSTYCZNOŚĆ

1. KRYTERIA OCENY ARTYSTYCZNOŚCI

1.1. Ocena artystyczności ma na celu ocenienie przez Sędziego Artystyczności poziomu prezentacji artystycznej sportowca oraz jego umiejętności interpretacji oraz zdolności do zaprezentowania się na scenie. Oceniając układ pod względem artystycznym, Sędzia Artystyczności powinien posiadać wiedzę na temat zmieniających się w akrobatyce powietrznej trendów, wiedzieć co można uznać za przeciętne czy standardowe, a co jest oryginalne, "świeże", wyjątkowe czy ponadprzeciętne.

1.2. Przy ocenie artystyczności brane są pod uwagę następujące kryteria:

- Interpretacja muzyki
- Ekspresja
- Kombinacje elementów
- Kreatywność

1.3. Interpretacja muzyki

1.3.1. Zawodnik powinien podkreślać akcenty oraz frazy muzyczne ruchem całego ciała. W układzie jest zachowana wyraźna różnorodność w dynamice oraz szybkości muzyki: wolna-szybka-wolna muzyka. Muzyka stanowi nie tylko tło układu, ale również jest jego częścią: wspomaga i podkreśla występ. Muzyka tworzy z ruchem zawodnika harmonijną relację: zawodnik zmienia intensywność ruchów ciała wraz ze zmianą intensywności, tempa, rytmu muzyki.

1.4. Ekspresja

1.4.1. Zawodnik jest obecny na scenie i nie zapomina o utrzymaniu osobowości scenicznej podczas całego układu. Nie skupia się wyłącznie na wykonaniu elementów, ale równocześnie utrzymuje kontakt z Sędziami oraz publicznością. Postać, w którą się wciela i historia, którą chce przekazać jest widocznie zarysowana i utrzymana przez cały układ. Zawodnik posiada wyraz twarzy adekwatny i spójny z charakterem muzyki. Zawodnik odznacza się charyzmą sceniczną: włada sceną i publicznością wywołując u niej reakcje i sprawia, że jego układ zostanie z łatwością zapamiętany.

1.5. Kombinacje elementów

1.5.1. Zawodnik tworzy płynne i logiczne przejścia pomiędzy elementami w układzie (bez niepotrzebnych ruchów, pauz i przerw). Jeden element przechodzi w drugi w sposób celowy, aby dać logiczny początek kolejnej kompozycji. Ciekawe kombinacje pojawiają się również w relacji podłoga-przyrząd oraz przyrząd-podłoga. Zawodnik wykazuje się kreatywnością tworząc własne, nieoczekiwane oraz unikatowe połączenia pomiędzy elementami: kreatywne wejścia, przejścia oraz wyjścia. Połączenia pomiędzy elementami nie są sztamkowe i powszechnie znane.

1.6. Kreatywność

1.6.1. Zawodnik od początku do końca układu zachowuje spójną, widoczną myśl przewodnią układu. Zawodnik wyróżnia się swoim stylem oraz tematyką ruchów. W występie pojawiają się ciekawe, zaskakujące i nieprzewidywalne zwroty akcji. Muzyka, strój oraz ruch od początku do końca układu tworzą harmonię oraz spójną całość.

1.7. Za każde z powyższych kryteriów zawodnik może otrzymać maksymalnie 2 punkty.

1.8. Sędzia nie dokonuje potrąceń jeśli komponent artystyczny jest wyraźnie zaznaczony w czasie trwania całego układu.

1.9. Niewystarczające lub zerowe rozwinięcie poszczególnych komponentów artystycznych będzie skutkowało przyznaniem zawodnikowi -0,1 pkt. za każdy nierozwinięty komponent.

1.10. Od oceny Sędziego Artystyczności nie ma możliwości odwołania.

1.11. Szczegółowy opis kryteriów artystycznych, znajduje się w tablicach kar i potrąceń w rozdziale E.

E. TABLICE KAR I POTRĄCENÍ

1. TABLICA KAR SĘDZIEGO GŁÓWNEGO (ARBITRA)

WIZERUNEK ZAWODNIKA		
1.	Kostium niezgodny z Regulaminem PP	-0,5
2.	Niedozwolona biżuteria lub piercing (Kara przyznawana za każdy przedmiot, za wyjątkiem kolczyków, które są liczone razem)	-0,3
3.	Uczesanie niezgodne z Regulaminem PP	-0,5
4.	Makijaż niezgodny z Regulaminem PP	-0,5
5.	Bandaże lub opaski uciskowe/tape niezgodne z Regulaminem PP	-0,3
6.	Zgubienie akcesoriów podczas prezentacji układu (np.: akcesoria do włosów) Dotyczy dużych akcesoriów (np.: gumek do włosów), nie dotyczy cekinów i kamyków ozdobnych	-0,3
7.	Inne naruszenia zasad dotyczących stroju lub wizerunku (np.: używania niedozwolonych akcesoriów, strój posiadający logotypy, posiadanie w kostiumach startowych elementów z piór, skór, kłów zagrożonych zwierząt, start w skarpetkach lub napalcówkach itp.)	-0,5
ZACHOWANIE ZAWODNIKA		
8.	Komunikacja werbalna i/lub niewerbalna zawodnika z trenerem w trakcie prezentacji układu (spoglądanie na trenera w celu uzyskania aprobaty, komunikacja słowna, wydawanie instrukcji i poleceń zawodnikowi przez trenera)	-1
9.	Komunikacja zawodnika z aktywnymi podczas zawodów sędziami bezpośrednio przed lub po prezentacji układu tego zawodnika	-1
10.	Zatajenie dorobku sportowego	-5
11.	Niesportowe zachowanie zawodnika	-1
12.	Zakłócanie lub przerwanie prezentacji innego zawodnika	dyskwalifikacja
13.	Niestawienie się na czas w "strefie przedstartowej"	-0,3
14.	Ustawianie własnej scenografii/używanie rekwizytów	-1
15.	Przedwczesne lub zbyt późne wyjście na planszę	-0,3
16.	Brak prezentacji przed Panelem Sędziowskim (Kara przyznawana za każdym razem)	-0,1
17.	Kreślenie na planszy, materacach znaków lub stosowanie innych oznaczeń, które mogłyby pomóc w wykonaniu elementów na planszy lub na przyrządzie	-0,5

18.	Wykonywanie ruchów erotycznych podczas prezentacji układu (np.: puszczenie oczka, wskazywanie na sędziów lub publiczność palcem, dotykanie się, przesyłanie całusów) lub podśpiewywanie. <small>Kara nie jest przyznawana w przypadku zaciskania przez zawodnika ust, czy brania głębokich oddechów co jest przejawem dużego wysiłku lub próbą zapanowania zawodnika nad stresem czy emocjami.</small>	-0,1
19.	Poprawianie stroju, fryzury, wycieranie rąk podczas prezentacji układu, poprawianie włosów	-0,1
20.	Przekroczenie dozwolonej wysokości	-1
21.	Zachowanie w "strefie przed- i postartowej" niezgodne z normami kultury i zasadami współżycia społecznego	-1
22.	Przebywanie w "strefie przed- i postartowej" zawodnika, który nie jest do tego uprawniony <small>(kara przyznawana podczas startu zawodnika w kolejnym sezonie)</small>	-1
23.	Przebywanie zawodnika w strefie sędziowskiej <small>(kara przyznawana podczas startu zawodnika w kolejnym sezonie)</small>	-1
24.	Niestawienie się na ceremonii rozdania nagród <small>(kara przyznawana podczas startu zawodnika w kolejnym sezonie)</small>	-1
25.	Niestawienie się na zawodach bez zgłoszenia tego faktu Organizatorowi <small>(kara przyznawana podczas startu zawodnika w kolejnym sezonie)</small>	-2
ZACHOWANIE TRENERA LUB OPIEKUNA PRAWNEGO ZAWODNIKA		
26.	Komunikacja trenera z aktywnymi podczas zawodów sędziami przed, w trakcie lub po prezentacji układu zawodnika <small>Nie dotyczy składania protestów; zgłoszenie sytuacji, w której zawodnik nie może wystąpić</small>	-1
27.	Zatajenie dorobku sportowego zawodnika	-5
28.	Dotknięcie szarfy przez trenera w celu rozplątania z niej zawodnika	-3
29.	Komunikacja opiekuna prawnego zawodnika z aktywnymi podczas zawodów sędziami przed, w trakcie lub po prezentacji układu zawodnika.	-5
KRATA TRUDNOŚCI I MUZYKA		
30.	Karta trudności zawodnika lub/i muzyka przesłane po wyznaczonym przez Organizatora czasie	-3
31.	Muzyka niezgodna z Regulaminem PP	-2
UKŁAD		
32.	Niezamierzone zaplątanie się w przyrząd	-0,3

2. TABLICA KAR SĘDZIÓW TRUDNOŚCI

KARTA TRUDNOŚCI ZAWODNIKA		
1.	Błędy w karcie trudności zawodnika (karta wypełniona niezgodnie z wymogami, np.: wpisanie dwóch bonusów na przyrządzie, wpisanie wariantu już zadeklarowanego elementu) Kara jest nakładana za każdym razem gdy wystąpi błąd w karcie	-1
2.	Wykonanie elementów obowiązkowych w innej kolejności niż zostały zadeklarowane w karcie trudności Kara jest nakładana tylko raz	-1
3.	Pominięcie elementu zadeklarowanego w karcie trudności zawodnika Kara jest nakładana osobno za każdy pominięty element	-1

2. TABLICA POTRĄCENÍ SW1 ZA WYKONANIE TECHNICZNE ELEMENTÓW OBOWIĄZKOWYCH NA PRYZRĄDZIE

No.		MAŁY	ŚREDNI	DUŻY	BARDZO DUŻY
		-0,1	-0,3	-0,5	-1
POSTAWA CIAŁA					
1.	Wygięcie/ załamanie pleców i/lub bioder w celu utrzymania prostej pozycji, np.: w staniu na rękach na szarfię	X		X	X
KSZTAŁT CIAŁA & LINIE					
2.	Brak cechy	X		X	X
3.	Ugięte łokcie, kolana	X		X	X
4.	Wygięte nadgarstki		X	X	X
5.	Segment ciała powyżej lub poniżej wymaganej linii (poziomu lub pionu)				X
6.	Podniesione barki		X	X	X
7.	Stopy lub kolana nie są złączone tam gdzie się tego wymaga i odwrotnie złączone gdzie wymaga się rozszerzonych	X		tylko w rozjazdach do kąta 45°	X
8.	Skrzyżowanie nóg/stóp i odwrotnie brak skrzyżowania gdzie się tego wymaga		X	X	X
9.	Niepoprawna pozycja V	X			X
10.	Niepoprawna pozycja Pike	X			X

11.	Niepoprawna pozycja L	X			X
KĄTY					
12.	Nogi pod kątem mniejszym niż 160° lub 180°	X			X
13.	Plecy pod kątem mniejszym niż 90°	X			X
AMPLITUDA					
14.	Utrata napięcia ciała w elementach statycznych	X			X
15.	Utrata napięcia ciała w elementach dynamicznych	X			
UTRATA BALANSU					
16.	Ślizganie się na przyrządzie				X
17.	Utrata balansu: wykonanie dodatkowego ruchu bez przemieszczania się (np.: drżenie nóg i ciała, chwanie się)		X	X	X
18.	Utrata balansu: wykonanie dodatkowego ruchu z przemieszczaniem się, np.: podparcie się częścią ciała: biodrem, głową, ręką, nogą	X		X	X
19.	Utrata balansu: zupełna utrata równowagi, uchronienie się przed upadkiem z przyrządu za pomocą złapania go kończyną: ręką lub nogą	X	X		X
UPADEK					
20.	Krótkotrwałe dotknięcie podłogi ręką, stopą, głową lub inną częścią ciała	X	X	X	
21.	Upadek z przyrządu	X	X	X	-3
ZACHOWANIA					
22.	Powtórzenie tego samego ruchu (np.: w wyniku utraty siły)	X	X		X
23.	Niewystarczająca wysokość do wykonania elementu	X	X		
24.	Ściskanie szarfy nogami lub pachami tam gdzie nie jest to dozwolone	X	X		X

3. TABLICA POTRĄCEŃ SF ZA WYKONANIE TECHNICZNE ELEMENTÓW NA PLANSZY

No.		MAŁY	ŚREDNI	DUŻY	BARDZ O DUŻY
		-0,1	-0,3	-0,5	-1
AMPLITUDA					
1.	Utrata napięcia ciała	X			X
KSZTAŁT CIAŁA, LINIE, KĄTY					
2.	Ugięte ramiona, kolana, łokcie, nadgarstki				X
3.	Wygięcie/ załamanie pleców i/lub bioder w celu utrzymania pozycji prostej (np.: w staniu na głowie)				X
4.	Nogi powyżej lub poniżej prawidłowej pozycji (np.: nogi poniżej poziomu w pozycji "rozkroczy")				X
5.	Nogi w szpagacie kąt mniejszy niż 180° (np.: w przetoczeniu)				X
ZACHWIANIA, KROKI I ZEŚLIZGNIĘCIA					
6.	Zachwianie i/lub utrata siły w wejściu/przejściu/zmianie pozycji w elemencie powodujące brak płynności, powtórzenie ruchu				X
7.	Ześlizgnięcie stopy, ręki lub ramienia, (np.: podczas przetoczenia w szpagacie lub wadze wyciąganej)	X		X	X
8.	Podskoki/kroki w lądowaniu/utrzymaniu elementu: 1-2 kroki: mały błąd, 3 lub 1 duży: średni błąd, 4+ duży błąd				X
UPADEK					
9.	Upadek z elementu/ upadek za linię/ na materac	X	X	X	
INNE					
10.	Rozpoczęcie układu od pozycji z pogranicza kontorsji. Zakończenie układu w kontakcie z materacem i/lub z szarfą	X	X		X
11.	Inna kolejność wykonania elementów	X	X	X	
12.	Pominięcie elementu obowiązkowego	X	X	X	
13.	Błędy w karcie trudności zawodnika (karta wypełniona niezgodnie z wymogami, np.: wpisanie dwóch bonusów na planszy, wpisanie tego samego wariantu elementu) Kara jest nakładana za każdym razem gdy wystąpi błąd w karcie	X	X	X	
14.	Element obowiązkowy wytrzymałe krócej niż się wymaga	X	za każdą sekundę	X	X
15.	Wyjście za linię jedną kończyną	X		X	X
16.	Wyjście za linię dwoma kończynami	X	X		X

4. TABLICE OCENY ARTYSTYCZNOŚCI

KRYTERIUM OCENY	PUNKTACJA
bardzo dobrze	0,5
satysfakcjonująco	0,2
słabo	0,1
niewystarczające lub zerowe rozwinięcie kryterium artystycznego	-0,1

INTERPRETACJA MUZYKI					
No.	KOMPONENT ARTYSTYCZNY	- 0,1	0,1	0,2	0,5
1.	Podkreśla akcenty oraz frazy muzyczne				
2.	Zachowuje różnorodność w dynamice układu np: wolna-szybka-wolna muzyka				
3.	Muzyka nie jest tylko tłem, ale częścią występu				
4.	Muzyka tworzy z ruchem harmonijną relację: zawodnik zmienia intensywność ruchów ciała wraz ze zmianą intensywności, tempa, rytmu muzyki				
RAZEM: maksymalnie 2 punkty					

EKSPRESJA					
No.	KOMPONENT ARTYSTYCZNY	- 0,1	0,1	0,2	0,5
1.	Obecność sceniczna: zawodnik nie zapomina o niej podczas całego układu				
2.	Wyraz twarzy i emocje adekwatne do muzyki oraz nastroju				
3.	Charyzma sceniczna: zawodnik włada sceną i publicznością wywołując u niej reakcje, układ staje się łatwy do zapamiętania				
4.	Ogólna prezencja zawodnika, m.in.: wyprostowana postawa ciała, sposób wejścia na planszę i zaprezentowania się				
RAZEM: maksymalnie 2 punkty					

KOMBINACJE ELEMENTÓW					
No.	KOMPONENT ARTYSTYCZNY	- 0,1	0,1	0,2	0,5
1.	Występuje relacja plansza-przyrząd oraz przyrząd-plansza				
2.	Występują kreatywne wejścia w elementy obowiązkowe na przyrządzie oraz planszy:, przejścia pomiędzy nimi oraz wyjścia z nich				
3.	Przejścia pomiędzy elementami są płynne i logiczne (bez niepotrzebnych ruchów, pauz)				
4.	Układ jest zrównoważony. Zawodnik nie pominął żadnej obowiązkowej kategorii elementów: styl wchodzenia, siła, gibkość, balans, dynamika/spady.				
RAZEM: maksymalnie 2 punkty					

KREATYWNOŚĆ					
No.	KOMPONENT ARTYSTYCZNY	- 0,1	0,1	0,2	0,5
1.	Od początku do końca układu jest widoczna myśl przewodnia/historia				
2.	Ciekawe, nieprzewidywalne zwroty w występie				
3.	Muzyka, strój, choreografia współgrają ze sobą				
4.	Widoczny unikatowy styl zawodnika				
RAZEM: maksymalnie 2 punkty					

F. DODATKI

1. WZÓR SKRÓCONEJ KARTY OCENY ZAWODNIKA

Imię i nazwisko										
KATEGORIA										
TRUDNOŚĆ NA PRZYRZĄDZIE	Razem	EL. 1	EL. 2	EL. 3	EL. 4	EL. 5	EL. 6	BONUS		
TRUDNOŚĆ NA PLANSZY	Razem	EL. 1	EL. 2	EL. 3	WYKONANIE NA PLANSZY		WYKONANIE NA PRZYRZĄDZIE	ARTYSTYCZNOŚĆ <input type="text"/>		
POTRĄCENIA ARBITRA						POTRĄCENIA SĘDZIEGO CZASU			RAZEM	

2. PROCEDURA SKŁADANIA PROTESTU

2.1. Protest można złożyć wyłącznie 45 minut od momentu zakończenia występu zawodnika, którego to dotyczy protest (czas zakończenia układu zawodnika notuje każdorazowo SF i/lub SC). Wyjątek stanowi 5-ciu ostatnich zawodników z każdego bloku startowego. 10 minut od oceny ostatniego zawodnika w danym bloku, Sędzia Główny przekazuje trenerom oficjalny komunikat, że na złożenie protestu pozostało ostatnie 10 minut. Jeśli w tym czasie żaden trener nie złoży protestu Organizator przystępuje do liczenia punktów oraz ceremonii rozdania nagród.

2.2. Protest można złożyć wyłącznie od oceny Sędziów Trudności SW1 - elementy na przyrządzie lub od oceny Sędziego Floorwork (wyłącznie ocena trudności elementów na planszy).

2.3. Protest w imieniu zawodnika składa wyłącznie trener, który posiada wobec niego obowiązki oraz uprawnienia trenerskie opisane w regulaminach oraz kodeksach ADA.

2.4. Protesty złożone przez osoby trzecie lub po czasie nie będą rozpatrywane.

2.5. Protest należy złożyć do "technicznego" (dźwiękowiec lub spiker) na specjalnym druku (dostępnym poniżej).

2.6. Opłata za rozpatrzenie niezasadnego protestu wynosi 300 zł i do jej uiszczenia w przeciągu 7 dni zobowiązany jest zawodnik, którego to protest dotyczy.

2.7. Protesty będą rozpatrywane na koniec każdego bloku startowego.

2.8. Trenerzy podważający werdykty sędziowskie i/lub zgłaszający uwagi do oceny zawodników spoza swojego Klubu zostaną upomnieni i jeśli SG uzna za konieczne pozbawieni przez niego prawa do składania protestu wobec własnych zawodników podczas zawodów, na których dopuścili się wykroczenia.

Upomnienie: podważanie przez Trenera oceny Panelu Sędziowskiego w stosunku do zawodników spoza jego Klubu

3. WZÓR PROTESTU

PROTEST

Wypełnia trener:

Imię i nazwisko zawodnika:

Numer startowy zawodnika:

Numer legitymacji licencyjnej zawodnika:

Protest dotyczy:

Trudność na przyrządzie

Trudność na planszy

Protest dotyczy elementu/elementów numer:, o kodzie:
(kolejność wg. karty trudności) (wpisać kod elementu)

.....
podpis Trenera

Wypełnia osoba przyjmująca protest:

Data:

Czas przyjęcia protestu:

Zawody:

Wypełnia Sędzia Floorwork lub Sędzia Czasu

Czas zakończenia układu zawodnika:

PROTEST ROZPATRZONY

POZYTYWNIENIE/NEGATYWNIENIE

.....
podpis Sędziego Głównego