

Sportovní aerobik II. VT

Pravidla sportovního aerobiku II. výkonnostní třídy (dále jen VT) se řídí platnými Technickými pravidly FISAF pro sportovní aerobik, pokud níže není uvedeno jinak. Soutěž sportovního aerobiku II. VT je určena jen pro registrované závodníky FISAF.cz.

1 SOUTĚŽNÍ KATEGORIE

Soutěžními kategoriemi jsou:

- a) jednotlivkyně ženy
- b) jednotlivci muži
- c) 2 – 4členné týmy

2 VĚKOVÉ KATEGORIE

- a) děti 8 – 10 let
- b) kadeti 11 – 13 let
- c) junioři 14 – 16 let
- d) senioři 17 a více let

Závodníci v individuálních kategoriích žen a mužů musí startovat ve své věkové kategorii. Jeden závodník ve dvoučlenném týmu smí být o jednu věkovou kategorii mladší, ve 3 – 4členném týmu smí být dva závodníci o jednu věkovou kategorii mladší.

3 DÉLKA SESTAVY

- a) děti 8 – 10 let: 1:45 – 2:00 min.
- b) kadeti 11 – 13 let: 2:00min. +/- 5 sec.
- c) junioři 14 – 16 let: 2:00min. +/- 5 sec.
- d) senioři 17 a více let: 2:00min. +/- 5 sec.

4 PANEL ROZHODČÍCH

Panel rozhodčích tvoří 2 rozhodčí technic, 2 aerobní rozhodčí a 1 rozhodčí artistic. Jeden z aerobních rozhodčích je lead judge. Jeden rozhodčí je hlavním rozhodčím.

5 POŽADAVKY ZA ZÁVODNÍ SESTAVU

5.1 Povinné cviky

Povinné cviky pro kategorii 8 – 10 let jsou uvedeny v dodatku k pravidlům s názvem Kategorie 8 – 10 let, sportovní aerobik. Povinné cviky pro ostatní věkové kategorie jsou uvedeny v Pravidlech pro sportovní aerobik v kapitole VI. 2B Compulsory Exercises – povinné cviky (prvky).

5.2 Povinně volitelné cviky

Kategorie dětí 8 – 10 let povinně volitelné cviky nemá. Ostatní věkové kategorie mají seznam povinně volitelných cviků uveden v Pravidlech pro sportovní aerobik v kapitole VI. 2C Obligatory movements – povinně volitelné cviky (prvky). Pro II. VT si závodníci v juniorské a seniorské kategorii mohou vybrat i z níže uvedených prvků.

a) junioři:

Jump group: Front jete – 1 bod

Flexibility Group: Front split right – 2 body

Front split left – 2 body

b) senioři:

Push up group: Two Arm Triceps Hinge Push Up – 3 body

Jump group: One pirouette jump 360° (skok s obratem o 360°) – 2 body

Static Strength group: Two Arm Supported Planche open – 2 body

Flexibility Group: Front split right – 2 body

Front split left – 2 body

5. 3 Další požadavky na závodní sestavu

Ostatní požadavky na závodní sestavu jsou uvedeny v Pravidlech sportovního aerobiku.