

**ПРОГРАМ ТАКМИЧЕЊА ЗА ИНДИВИДУАЛНЕ ВЕЖБЕ  
ЗА 2025. ГОДИНУ СА ПРАВИЛНИКОМ ЗА СУЂЕЊЕ**

**ТАКМИЧАРСКИ ПРОГРАМ, КАТЕГОРИЈЕ И РЕКВИЗИТИ**

- Трајање вежбе: од 1 минут и 15 секунди до 1 минут и 30 секунди
- Екипу чине 2 такмичарке

**А програм: 4 вежбе**

- Пионирке (2015. 2016. и 2017.): без реквизита, вијача, обруч, лопта
- Кадеткиње (2012. 2013. и 2014.): вијача или трака, обруч, лопта, чуњеви
- Јуниорке (2010. и 2011.): обруч, лопта, чуњеви, трака
- Сениорке (2009. и старије): обруч, лопта, чуњеви, трака

**Б програм: 2 вежбе**

- Млађе пионирке (2016. 2017. и 2018.): без реквизита и реквизит по избору (вијача или обруч)
- Пионирке (2015. и 2016.): без реквизита и реквизит по избору (вијача, обруч, лопта)
- Кадеткиње (2012. 2013. и 2014.): 2 вежбе по избору (вијача, обруч, лопта, чуњеви)
- Јуниорке (2010. и 2011.): 2 вежбе по избору (обруч, лопта, чуњеви, трака)
- Сениорке (2009. и старије): 2 вежбе по избору (обруч, лопта, чуњеви, трака)

## Ц програм: 1 вежба

- Млађе пионирке (2017. 2018. и 2019.): без реквизита
  - Пионирке (2015. и 2016.): без реквизита или 1 реквизит по избору (вијача, обруч, лопта)
  - Кадеткиње (2012. 2013. и 2014.): 1 реквизит по избору (вијача, обруч, лопта)
  - Јуниорке (2010. и 2011.): 1 реквизит по избору (обруч, лопта, чуњеви, трака)
  - Сениорке (2009. и старије): 1 реквизит по избору (обруч, лопта, чуњеви, трака)
- ❖ У Б и Ц програму проглашаваће се по годишту и по реквизиту, осим за категорију сениорки у оба програма.
- ❖ У Б и Ц програму проглашаваће се екипно по годишту.

## СУДИЈСКИ ЗАХТЕВИ

- Судијска комисија за тежине – Д ( ДБ1,2,3,4 + ДА 1,2,3,4)
- Судијска комисија за артистику – А
- Судијска комисија за извођење/техничке грешке - Е

## МЛАЂЕ ПИОНИРКЕ И ПИОНИРКЕ

### Вежба без реквизита:

- минимум 3, рачунају се максимум 6 највећих вредности тежина телом (минимум 1 из сваке групе елемената телом – 1 скок, 1 равнотежа, 1 ротација)
- минимум 2 комбинације плесних корака
- 2 таласа целим телом – за сваки недостатак таласа судије у комисији ДБ одузимају по 0,30
- динамички елементи са ротацијом - мин. 2 везана у серији (4 x 0.20)
- максимум 1 „slow turn“ равнотежа

### **Вежбе реkwизитом:**

- минимум 3, рачунају се максимум 6 највећих вредности тежина телом, координисане са фундаменталном техничком групом елемената специфичном за реkwизит и/или из друге групе техничких елемената реkwизитом (минимум 1 тежина телом из сваке групе елемената телом – 1 скок, 1 равнотежа, 1 ротација)
- минимум 2 комбинације плесних корака
- 2 таласа целим телом - за сваки недостатак таласа судије у комисији ДБ одузимају по 0,30
- динамички елементи са ротацијом и избацавањем, ризик–без обавезе извођења, максимум 3
- тежине реkwизитом – без обавезе извођења у вежби, рачунају се максимум 12 редоследом извођења, максимум 3 повезана у позицији на поду
- максимум 1 „slow turn“ равнотежа
- у вежби лоптом и траком 2 тежине телом морају бити урађене **недоминантном** руком координисане са фундаменталном техничком групом елемената специфичном за реkwизит и/или из нефундаменталне групе техничких елемената реkwизитом ( за Б и Ц програм 1 таква тежина) - за мање од 2 тежине телом са техничким елементом урађеним недоминантном руком, судије у комисији ДБ одузимају по 0,30

**КАДЕТКИЊЕ и ЈУНИОРКЕ такмиче у складу са ФИГ правилима за јуниорке  
СЕНИОРКЕ такмиче у складу са ФИГ правилима за сениорке.**

#### **Напомене:**

**Кадеткиње и јуниорке могу да вежбају траком дужине 5м или 6м.**

**За све одредбе које нису дефинисане овим Правилником, важи Правилник ФИГ (FIG RG Code of Points) 2025-2028.**

**На Првенству Србије у индивидуалном програму право наступа имају регистроване такмичарке у ГСС за одређени програм. Вежбачице у току године могу наступити само на једном индивидуалном Првенству Србије.**

**У А програму резултати се проглашавају по категоријама у вишебоју и по реkwизитима/без реkwизита.**

**У Б програму резултати се проглашавају по годишту у вишебоју и по реkwизитима/без реkwизита.**

**У Ц програму резултати се проглашавају по годишту и то само по реkwизитима/без реkwизита.**

**Индивидуално проглашење је дозвољено где је такмичила једна индивидуална такмичарка, а екипно где је било најмање 3 екипе.**

**На свим такмичењима у организацији клубова регистрованих у ГСС за РГ, могућа је пријава такмичарки у програму који је исти или виши у односу на регистрацију у ГСС. У случају пријаве такмичарке на нижи програм у односу на регистрацију, то подразумева наступ такмичарке ван конкуренције.**

**Проглашење је дозвољено и по годиштима и по реkwизитима.**

**За репрезентацију Србије у индивидуалном програму могу да конкуришу само вежбачице регистроване у ГСС у А програму.**