



## ESTETICKÁ KATEGORIE AEROBIC TOUR 2017

### OBSAH

OBSAH	1
1 VŠEOBECNÁ KRITÉRIA	2
2 OBSAHOVÉ ZTVÁRNĚNÍ	2
3 VĚKOVÉ KATEGORIE	3
4 HUDEBNÍ DOPROVOD	3
5 ZÁVODNÍ PLOCHA	4
6 KOMENTÁŘ	4
7 POMŮCKY	4
8 POUŽITÝ ODĚV A OBUV	4
9 POROTA	5
10 KRITÉRIA HODNOCENÍ	5
10. 1 TECHNIKA	6
10.2 NÁROČNOST	7
10. 3 SYNCHRON	7
10. 4 CHOREOGRAFIE	8
10. 5 ORIGINALITA	8
11 POVINNÉ PRVKY	9
12 ZAKÁZANÉ PRVKY	9

## 1 VŠEOBECNÁ KRITÉRIA

Tým může být složen z 5-ti a více členů. **Za nedodržení minimálního počtu bude udělena srážka -5 bodů.** Hlavní roli hraje choreografie, přechody, čistota a synchron. Sestavy musí obsahovat několik povinných prvků, útvarů. Hodnotí se také nápaditost, originalita, interakce atd.

Většina sestavy musí mít aerobikový charakter. Sestava estetické kategorie by měla obsahovat v 1. a 2. kategorii min. 5 prvků a ve 3. a 4. kategorii min. 8 prvků komerčního aerobiku v různých obměnách a krokových vazbách (prvky - např. Step touch, Grapevine, V-step, Reverse, Leg curl, Side to side, Mambo, Pivot atd.)

Sestava by měla obsahovat minimálně 2x aerobikovou vazbu na 8 dob.

**Za nedodržení počtu kroků bude udělena srážka -5 bodů**

**Za nedodržení minimálního počtu vazeb bude udělena srážka - 5 bodů**

Za ideální vzor by mohla být prohlášena sestava aerobního (aerobického) charakteru, se stoprocentně zvládnutými prvky (raději jednoduchými, ale skvěle předvedenými všemi členy týmu).

## 2 OBSAHOVÉ ZTVÁRNĚNÍ

Každá sestava by měla mít téma, kterého by se měla držet, aerobikově pestrou skladbu prvků a choreografických vazeb. Zvolené téma by se mělo odrazit ve výběru hudby, kostýmů, pomůcek, dekorací a celkovém výtvarném ztvárnění. Sestava by měla být tvarově různorodá se změnami poloh cvičenců. V případě použitého náčiní se správnou manipulací, výměny mezi členy aj., toto bude hodnoceno kladně, také skupina s výbornou spoluprací, cvičení ve dvojicích, trojicích s obousměrnou komunikací, dělení na další podskupiny apod. Není zakázáno používat prvky sportovního aerobiku, gymnastiky, ale závodníci musí počítat s faktem, že to nebude bráno jako výhoda a bude přihlédnuto k provedení těchto prvků. Choreografie může obsahovat maximálně **3 povinně volitelné prvky**, které nemusí zvládnout všichni cvičenci, ale musí ji provést alespoň 40% členů z týmu, aby se prvek počítal a zohlednil v hodnocení

**Útvary** - Sestava musí obsahovat minimální počet rozpoznatelných útvarů. **Originalita, přesnost i vyšší počty zvládnutých útvarů budou hodnoceny vyšší známkou.** Hodnotí se také rychlost a originalita přechodů mezi útvary.

I. + II. Kategorie: min. 4 útvary

III. + IV. Kategorie: min. 8 útvarů

**nedodržení min. počtu útvarů - 5 bodů**

Formace má nižší hodnocení, pokud je dlouho statická /neměnná/.

**Cvičení na zemi** - všichni členové týmu musejí předvést alespoň **1x cvičení na zemi trvajícím min. 8 dob**

Cvičením na zemi se rozumí klek, sed, leh, vzpor či podpor a počítá se od doteku paží s podložkou. Během sestavy nemusí vždy země předvést všichni členové týmu najednou, ale musí být dobře rozpoznatelné, že všichni členové během sestavy cvičili na zemi. Vyšší bodové hodnocení je i za střídání poloh - přechody na zem a ze země do stoji během sestavy. Čím více – tím vyšší hodnocení.

**nedodržení cvičení na zemi na 8 dob - 5 bodů**

### 3 VĚKOVÉ KATEGORIE

Věkové kategorie pro základní kola i finálové kolo soutěže týmů jsou:

- I. kategorie BABY – do 7 let (věkový průměr týmu do 7,49 let)
- II. kategorie KIDS – 8 – 10 let (věkový průměr týmu 7,50 – 10,49 let)
- III. kategorie CHILDRENS – 11 – 13 let (věkový průměr týmu 10,50 - 13,49 let)
- IV. kategorie TEENEGERS – 14 a více let (věkový průměr týmu 13,50 a více let)

**Věkový průměr týmu je stanoven k roku narození, zaokrouhlování se provádí matematicky na celá čísla. Věk je stanoven podle toho, ve kterém roce se závodník narodil.**

O zařazení do věkové kategorie rozhoduje pouze a jen věkový průměr soutěžících v týmu.

Pokud s týmem vystupuje jiná osoba coby rekvizita, která se pohybuje po ploše a ovlivňuje choreografii, věk této osoby se **ZAPOČÍTÁVÁ** do věkového průměru týmu a tato osoba platí startovné spolu s ostatními závodníky. Taková osoba může svým vystoupením ovlivnit hodnocení intenzity a nasazení týmu.

Pokud se někdo podílí na pomoci s kulisami týmu (např. držení opony), průměr se nezapočítává a startovné osoba nehradí.

Za správnost zařazení do kategorie zodpovídá trenér nebo vysílající organizace.

### 4 HUDEBNÍ DOPROVOD

Rychlost hudby není blíže specifikována. Je povolen mix několika skladeb. Celá skladba musí převažovat charakter aerobiku, ale není zakázáno využít jakékoli jiné styly.

Délka hudebního doprovodu pro všechny kategorie v rozmezí 2:00 min. – 3:00 min.

**Za nedodržení časového limitu bude týmu udělena bodová srážka /každých +/- 10 vteřin – minus 5 bodů / To znamená, když bude choreografie kratší nebo delší o 30 vteřin, týmu bude odepsáno 15 bodů z celkového hodnocení/**

Doporučen je formát hudby MP3..

Závodník/trenér je povinen mít u sebe během závodu kopii všech svých hudeb na USB Flash disku nebo CD.

Pokud dojde k závažné chybě při přehrávání hudby, trenér dojde za hlavní rozhodčí, která dá pokyn zvukaři k zastavení hudby. Po domluvě s hlavním rozhodčím se rozhodne, jestli bude tým sestavu opakovat ihned nebo na konci celé kategorie.

### 5 ZÁVODNÍ PLOCHA

Je vždy vymezena organizátorem soutěže a její velikost je v propozicích soutěže. Za překročení není udělována bodová srážka, ale výrazný posun skupiny nebo jednotlivce z dohledu poroty může mít záporné estetické hodnocení. Pokud bude závodníkům znemožněn hladký průběh skladby překážkou na závodní ploše, má právo skladbu opakovat.

## 6 KOMENTÁŘ

Jsou pro závodníky výhodou, pokud na přihlášku uvede trenér, choreograf nebo vedoucí skupiny komentář k dané skladbě, jeho výběru a upřesnění charakteru. Komentář by měl obsahovat zvolený námět a přiblížení obsahu skladby pro hodnotící porotce. Může upozorňovat i na změnu v počtu cvičenců na ploše, kdo je trenér, choreograf případně věkový průměr skupiny. Komentář musí být v přiměřené délce. Do komentáře nepatří úspěchy skupiny

## 7 POMŮCKY

Je na zvážení každého trenéra, choreografa, vedoucího skupiny, zda pomůcku u závodníků použije či nikoli. Pokud je to pomůcka nezbytná k tématu a během skladby cíleně využívána, může družstvu přispět k lepšímu hodnocení. Při nevyužití, špatném použití nebo neustálým zahazováním pomůcek nebo odbíháním pro další a další pomůcky, může toto při hodnocení družstvu ublížit.

Pokud budou mít závodníci pomůcky a nebudou je používat, bude jim sraženo stejně jako by při sestavě bez pomůcek, že nepoužívali paže.

Pomůcka musí být neustále a souvisle využívána jako paže bez pomůcky. Použití pomůcek v aerobních vazbách se hodnotí stejně jako použití paží.

## 8 POUŽITÝ ODĚV A OBUV

Oděv i obuv by měli být v dobrém stavu bez větších známek znečištění nebo poškození. Zvolení vhodného oděvu je zcela v režii závodníků a trenérů. Přihlížet by se mělo ke zvolenému tématu skladby, charakteru a stylu sestavy. Oděv nesmí zakrývat pohyb těla a stejně jako pomůcky nesmí být nebezpečné. Oděv nemá překážet pohybu cvičenců a musí zakrývat intimní části těla.

Úprava cvičenců by měla být přiměřená věku, charakteru skladby, vlasy by neměly zakrývat obličej.

Je povoleno účesy různě upravovat a barvit, používat dekorační líčení, které dokreslují charakter skladby, zvýšit její originalitu. Originalitu skladby může ovlivnit i použití dekorací. Při cvičení není udělována srážka, pokud závodník výjimečně ztratí část oděvu nebo mu upadne pomůcka, spona do vlasů apod.

Pokud, ale během skladby závodníkům neustále něco odpadá nebo často mění pomůcky odkládáním na zem apod., bude tato skutečnost zohledněna při hodnocení záporně.

## 9 POROTA

Závodníky hodnotí minimálně 5 rozhodčích bodovým hodnocením 0-10 za jednotlivé kritérium. Každý

rozhodčí hodnotí pouze jedno kritérium – techniku provedení, náročnost, synchron, choreografii, originalitu.

Rozhodčí nesmí mít vazby na pořádající organizaci, musí být zkušený lektor nebo bývalý závodník aerobiku. U závodů skupin mohou být v porotě i zástupci jiných pohybových aktivit např. učitelé ZUŠ, kterým ale musí být vždy uděleno správné kritérium, nemohou hodnotit např. techniku provedení, ale pouze synchron nebo originalitu.

**Hlavní rozhodčí dohlíží na pravidla a uděluje bodové srážky.**

**SRÁŽKY:**

nedodržení délky skladby	- 5 bodů
nedodržení min. počtu kroků komerčního aerobiku	- 5 bodů
nedodržení minimálního počtu vazeb	- 5 bodů
nedodržení min. počtu útvarů	- 5 bodů
nedodržení cvičení na zemi	- 5 bodů
zařazení povinného prvku (kapitola 11)	- 5 bodů (za každý prvek)
nedodržení minimálního počtu členů	- 5 bodů

Vybraný rozhodčí může hodnotit družstva slovně, slovní rozhodčí není pro základní kola povinný, pouze pro finále.

## 10 KRITÉRIA HODNOCENÍ

**Nejdůležitější a nejvíce hodnocené faktory pro všechny jsou:**

- choreografie** (hlavně formace a přechody mezi nimi, dále nápaditost, pestrost, využití prostoru, vizuální zajímavost... atd.)
- **synchron** všech členů týmu
- **technika a čistota předvedení** - raději jednoduché a perfektně zvládnuté, než těžší, ale nedokonale nacvičené prvky
- estetický projev** - výraz, kontakt s rozhodčími, téma, dresy...

## 10. 1 TECHNIKA

Držení těla	celkový postoj – hlava, ramena, bedra, břicho, kolena, špičky, zdravotní hledisko	0 – 10 bodů
Výběr prvků	skladba musí obsahovat v 1. a 2. kategorii min. 5 prvků a ve 3. a 4. kategorii min. 8 prvků komerčního aerobiku v různých obměnách (krokové vazby -např. step touch, grapevine, V-step, reverse, leg curl, side to side, mambo, pivot atd.)	0 – 10 bodů
Koordinace pohybů	přesnost zvládnutí souladu pohybu paží a nohou	0 – 10 bodů
Provedení nohou	přesnost, zpevněnost, správné technické provedení	0 – 10 bodů
Provedení paží	přesnost, zpevněnost	0 – 10 bodů
<b>celkem</b>		<b>50 bodů</b>

**V choreografii mohou být maximálně dva prvky z tabulky povinných prvků (viz. Kapitola 11). V případě, že více jak 40% členů týmu použije více než 2 prvky, bude mu za každý z nich navíc sraženo 5 bodů.**

Tzn. Aby se skupině počítal provedený povinný prvek, musí ho provést alespoň 40% členů týmu. Když prvek provede pouze např. 1 člen, nebude se prvek počítat.

## 10.2 NÁROČNOST

intenzita, nasazení, vytrvalost	co nejvyšší intenzita po celou délku sestavy s ohledem na věk cvičenců	0 – 10 bodů
náročnost koordinace	složitost aerobních vazeb paží i nohou, jejich variabilita	0 – 10 bodů
přechody, choreo. výměny	náročnost, rychlost, provedení do prostoru – přesnost útvarů	0 – 10 bodů
provedení nohou	přesnost, synchron, dynamika, pestrost	0 – 10 bodů
provedení paží	rozmanitost: různá tempa pohybu – statický, švihový; v různých drahách pohybu – po přímce, kruhu; různými směry – vpřed, vzad, vzhůru, dolů. dovnitř a zevnitř; rytmicky různorodé pohyby; pohyby malého a velkého rozpětí – zápěstí, prstů, předloktím, celou paží; vše s ohledem na použití či nepoužití pomůcek	0 – 10 bodů
<b>celkem</b>		<b>50 bodů</b>

## 10.3 SYNCHRON

<b>celistvost a jednotnost projevu</b>	synchron s hudbou, týmovost, synchron mezi členy týmu	0 – 10 bodů
<b>přesnost paží</b>	dotažení pohybů, synchron	0 – 10 bodů
<b>přesnost nohou</b>	dotažení pohybů, synchron	0 – 10 bodů
<b>synchron pohybů s přihlédnutím na náročnost</b>	kladně bude hodnocena jednotnost a přesnost pohybů v náročnějších vazbách	0 – 10 bodů
<b>celkem</b>		<b>40 bodů</b>

## 10. 4 CHOREOGRAFIE

<b>tvarové změny (útvary a jejich pestrost)</b>	útvary a jejich pestrost, přesnost, čitelnost, četnost, originality min. počet útvarů (I.+II. 4 útvary, III.+IV. 8 útvarů)	0 – 10 bodů
<b>střídání poloh</b>	přechody na zem a ze země do stoje	0 – 10 bodů
<b>přechody</b>	zajímavost, variabilita při přechodech musí být použity různé krokové variace, ne jenom běh	0 – 10 bodů
<b>choreo. zajímavé vazby</b>	pestrost a řešení vazeb do prostoru nejen čelem, ale i bokem a zády, tj. využití všech směrů a poloh	0 – 10 bodů
<b>celkem</b>		<b>40 bodů</b>

## 10. 5 ORIGINALITA

<b>námět, estetické zpracování</b>	výběr a vhodnost tématu vzhledem k věku cvičenců, vyjádření tématu pohyby, neotřelost tématu	0 – 10 bodů
<b>výraz, kontakt s diváky</b>	emotivní vyjádření – výraz odpovídající zvolenému tématu	0 – 10 bodů
<b>průběh děje a rytmické změny</b>	interakce mezi členy týmu, spolupráce, nečekané zvraty	0 – 10 bodů
<b>kostýmy líčení, pomůcky, dekorace</b>	vhodnost a výběr s ohledem na téma a věk cvičenců	0 – 10 bodů
<b>soulad všech prvků</b>	celkové ztvárnění a výběr hudební předlohy s ohledem na téma a věk cvičenců	0 – 10 bodů
<b>celkem</b>		<b>50 bodů</b>



## 11. POUŽITÉ PRVKY

Choreografie může obsahovat maximálně **3 volitelné prvky**.

Prvek se počítá v případě provedení 40% a více členů týmu.

**Při zvolení takového prvku se bude přihlížet na jeho správné provedení a techniku.**

Celkové hodnocení jakéhokoliv prvku (tzn. technika, čistota, předvedení, rozsah) se hodnotí podle provedení nejhoršího. Pokud jeden člen týmu prvek nezvládne, bude to bráno jako nezvládnutí celého týmu a adekvátně sankcionováno.

## 12 ZAKÁZANÉ PRVKY

**Viz. Prvky specifikující kategorii Technickou a Estetickou a jejich popis**

Nezvládnutí obtížných prvků může ovlivnit hodnocení nižší známkou.