

TECHNICKÁ KATEGORIE

AEROBIC TOUR

1. OBSAH

OBSAH 1

1 VŠEOBECNÁ KRITÉRIA 1

2 VĚKOVÉ KATEGORIE 2

3 HUDEBNÍ DOPROVOD 3

4 ZÁVODNÍ PLOCHA 4

5 POUŽITÝ ODĚV A OBUV 4

6 ROZHODČÍ 5

7 KRITÉRIA HODNOCENÍ 5

7.1 TECHNIKA 6

7.2 NÁROČNOST 6

7.3 CHOREOGRAFIE 7

7.4 SYNCHRON 7

7.5 ORIGINALITA 8

8 POVINNÉ a ZAKÁZANÉ PRVKY 8

2. 1 VŠEOBECNÁ KRITÉRIA

Kategorie je určena pro závodníky III. a II. výkonnostní třídy a pro další jiné týmy, které mají zájem se do kategorie přihlásit.

V této kategorii je kladen důraz na synchron, techniku a intenzitu cvičení. Sestavy musí obsahovat několik povinných prvků, útvarů a změn. Hodnotí se také nápaditost, originalita, choreografie, interakce atd..

Většina sestavy musí mít aerobický charakter, nesmí to být gymnastická sestava, taneční sestava, scénický tanec až divadlo, atd.. Sestava technické kategorie by měla obsahovat především Hi impact aerobiku - tzn. ne odchozené, ale odskákané.

Obsah sestavy:

Téma u této kategorie není podmínkou. Pokud je choreografie s tématem, nebere se to jako výhoda a hodnotí se stejně jako choreografie bez tématu.

Za ideální vzor by mohla být prohlášena sestava aerobního (aerobického) charakteru, se stoprocentně zvládnutými prvky (raději jednoduchými, ale skvěle předvedenými všemi členy týmu). Sestava by měla být celá v ideálním tempu, závodníci by měli vydržet v konstantním nasazení a projevu. Těžší prvky zařazené v druhé polovině, či před koncem sestavy jsou projevem dokonalého zvládnutí a zvyšují hodnocení (ale pouze perfektně předvedené, pokud ne, bude to naopak bráno jako nevhoda).

3. 2 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 stanovován 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, věk této osoby se nezapočítává do věkového průměru týmu, ale tato osoba platí startovné spolu s ostatními závodníky.

Za správnost zařazení do kategorie zodpovídá trenér nebo vysílající organizace.

4. 3 HUDEBNÍ DOPROVOD

Rychlost hudby není blíže specifikována. Je povolen mix několika skladeb.

Délka skladby 1:30 - 3 minuty

Za nedodržení časového limitu bude týmu udělena bodová srážka /každých +/- 10 vteřin – mínus pět 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. Trenér se po domluvě s hlavním rozhodčím rozhodne, jestli bude závodník sestavu opakovat ihned nebo na konci celé kategorie.

5. 4 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. 5 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 nebezpečný. 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.

7. 6 ROZHODČÍ

Závodníky hodnotí minimálně 4 rozhodčí bodovým hodnocením 0-10 za jednotlivé kritérium. Každý rozhodčí hodnotí pouze jedno kritérium – techniku provedení, náročnost, synchron, choreografie, pozitivní emocionalitu.

Rozhodčí nesmí mít v kategorii, kterou hodnotí svůj tým nebo choreografii. Pokud tomu tak je, je nutné, aby ho někdo na celou kategorii vystřídal. 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.

Vybraný rozhodčí může hodnotit družstva slovně, slovní rozhodčí není pro základní kola ani finále povinný, je to pouze na organizátorovi daného kola, zda si slovního rozhodčího zvolí.

7 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, obzvláště v povinných prvcích
- **technika a čistota předvedení** - raději jednoduché a perfektně zvládnuté, než těžší, ale nedokonale nacvičené prvky
- estetický projev** - výraz, kontakt s rozhodčími, téma, dresy...

1. 7.1 TECHNIKA

Držení těla	celkový postoj – hlava, ramena, bedra, břicho, kolena, špičky, zdravotní hledisko	0 – 10 bodů
Přiměřenost pohybů	Úroveň pohybů všech členů týmu, práce paží, koordinace pohybu, přiměřenost pohybu k věku vyspělosti všech cvičenců	0 – 10 bodů
Technika	technika provedení cviků – nášlapy, postavení kolen a špiček, držení těla při pohybu	0 – 10 bodů
Flexibilita	Flexibilita zvolených prvků i pohybů, síla, koordinace	0 – 10 bodů
celkem		40 bodů

2. 7.2 NÁROČNOST

Dynamika a intenzita skladby	vytrvalost, intenzita, nasazení, plynulost skladby, High impact aerobic	0 – 10 bodů
Paže – náročnost a originalita	využití všech směrů, malá, velká páka, práce zápěstí, prstů	0 – 10 bodů
Dolní končetiny	Provedení, přesnost, synchron, rozsah pohybu	0 – 10 bodů
Plocha	využití celé plochy, pohyb po ploše – originalita, pestrost a rychlost přechodů mezi útvary	0 – 10 bodů
celkem		40 bodů

3. 7.3 CHOREOGRAFIE

Útvary	přesnost, čitelnost, četnost, originality, střídání cvičenců v čele útvarů (neměli by být vpředu stále stejní cvičenci)	0 – 10 bodů
3D a přechody	přechody na zem a ze země do stoje, výskoku – pestrost, originalita, rychlost, Variabilita přechodů	0 – 10 bodů
celkem		20 bodů

4. 7.4 SYNCHRON

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

	40 bodů
--	--------------------

5. 7. 5 ORIGINALITA

Výraz, vzhled	přirozený, optimistický výraz odpovídající tématu skladby, oční kontakt mezi cvičenci a diváky, projevení sebevědomí a emocí	0 – 10 bodů
kostýmy, líčení, pomůcky, dekorace	vhodnost a výběr s ohledem na téma a věk cvičenců	0 – 10 bodů
Týmovost, kontakt	kontakt mezi členy týmu, spolupráce mezi cvičenci, synchron mezi cvičenci	0 – 10 bodů
celkem		30 bodů

8. 8 POVINNÉ PRVKY

1. 11 POVINNÉ a ZAKÁZANÉ PRVKY

VIZ: <https://docs.google.com/document/d/1UTrqabe4he3usAe7p3R52KYEqXrY-t5JCwFTue0sn40/edit>

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