

MISTROVSTVÍ ČR A SR V AERIAL SPORTS



POVINNÉ PRVKY AERIAL HOOP



Povinné prvky pro disciplínu AERIAL HOOP jsou rozdělené do skupin FLEXIBILITA, SÍLA, DYNAMICKÉ PRVKY A BALANČNÍ PRVKY. Soutěžící je povinen si do své soutěžní sestavy vybrat povinné prvky v určeném počtu pro každou soutěžní kategorii z každé hodnocené skupiny. Počet předepsaných povinných prvků je uveden v rozpisu níže.

Hodnocení povinných prvků je součástí známky technické hodnoty.

Povinné prvky mají až tři stupně náročnosti provedení, soutěžící může získat 1 bod za méně náročné provedení (například provaz 160°-180°), 2 body za středně náročné provedení (provaz 180°) a 3 body za velmi náročné provedení (over split apod.)

Pokud se soutěžící očividně pokusí o daný prvek, ovšem neprovede prvek dostatečně, bude jeho výkon ohodnocen 0. Jestliže povinný prvek soutěžící nepředvedl, obdrží srážku -3 body za každý nepředvedený prvek.

POČET PŘEDEPSANÝCH POVINNÝCH PRVKŮ

Děti AMATÉŘI

- 1x FLEXIBILITA
- 1x SÍLA
- 1x BALANČNÍ TRIK

Poznámka: v kategorii Děti AMATÉŘI nejsou povoleny dynamické prvky

Junior AMATÉŘI, AMATÉŘI

- 1x FLEXIBILITA
- 1x SÍLA
- 1x DYNAMICKÝ TRIK
- 1x BALANČNÍ TRIK

Děti PROFESIONÁLOVÉ, Junioři PROFESIONÁLOVÉ, PROFESIONÁLOVÉ A

- 2x FLEXIBILITA
- 2x SÍLA
- 1x DYNAMICKÝ TRIK
- 1x BALANČNÍ TRIK






PROFESIONÁLOVÉ B

- 2x FLEXIBILITA
- 2x SÍLA
- 1x DYNAMICKÝ TRIK
- 1x BALANČNÍ TRIK

AERIAL HOOP

FLEXIBILITA AH-PF



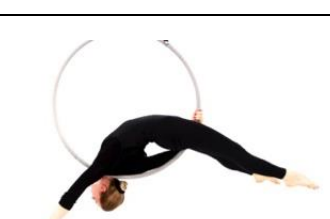

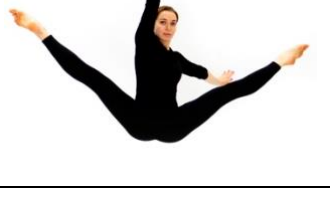
Povinné prvky pro kategorii Děti PROFESIONÁLOVÉ, Junior PROFESIONÁLOVÉ, PROFESIONÁLOVÉ A

Kód	Prvek	Grafické znázornění	Požadavky na provedení prvků	Body															
AH-PF1	O BEND/DOVE		<p>Body doteku: obě ruce a obě přední stehna Pozice paží: obě paže jsou zcela natažené, drží se za vrchní a boční část kruhu Pozice těla: hlavou vzhůru, ohnutá v zádech Výdrž v pozici: minimálně 2 vteřiny</p> <table border="1"> <tr> <td>Pozice nohou: obě nohy jsou pokrčené v kolenu</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>Pozice nohou: obě nohy jsou pokrčené v kolenu, špičky chodidel se dotýkají hlavy</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>Pozice nohou: Obě nohy jsou pokrčené v kolenu, špičky chodidel se dotýkají ramenou</td> <td>3</td> </tr> </table>	Pozice nohou: obě nohy jsou pokrčené v kolenu	1	Pozice nohou: obě nohy jsou pokrčené v kolenu, špičky chodidel se dotýkají hlavy	2	Pozice nohou: Obě nohy jsou pokrčené v kolenu, špičky chodidel se dotýkají ramenou	3	<table border="1"> <tr><td>1</td></tr> <tr><td>2</td></tr> <tr><td>3</td></tr> </table>	1	2	3						
Pozice nohou: obě nohy jsou pokrčené v kolenu	1																		
Pozice nohou: obě nohy jsou pokrčené v kolenu, špičky chodidel se dotýkají hlavy	2																		
Pozice nohou: Obě nohy jsou pokrčené v kolenu, špičky chodidel se dotýkají ramenou	3																		
1																			
2																			
3																			
AH-PF2	ALIEN SPLIT (JIGSAW)		<p>Body doteku: obě ruce Pozice paží: obě paže jsou zcela natažené, drží se buď spodní nebo vrchní části kruhu Pozice nohou: obě nohy zcela natažené v pozici provazu, jedna noha míří vpřed a leží na rameni stejné ruky, druhá noha míří vzad Pozice těla: horizontální pozice, nohy jsou vodorovně s podlahou (20° tolerance) Výdrž v pozici: minimálně 2 vteřiny</p> <table border="1"> <tr> <td>Body doteku: obě ruce se drží spodní části kruhu</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>Pozice nohou: v provazu v rozsahu 160° - 180°</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>Body doteku: obě ruce se drží spodní části kruhu</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>Pozice nohou: v provazu v rozsahu 180° a více</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>Body doteku: obě ruce se drží vrchní části kruhu</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>Pozice nohou: v provazu v rozsahu 180° a více</td> <td>3</td> </tr> </table>	Body doteku: obě ruce se drží spodní části kruhu	1	Pozice nohou: v provazu v rozsahu 160° - 180°	2	Body doteku: obě ruce se drží spodní části kruhu	2	Pozice nohou: v provazu v rozsahu 180° a více	3	Body doteku: obě ruce se drží vrchní části kruhu	3	Pozice nohou: v provazu v rozsahu 180° a více	3	<table border="1"> <tr><td>1</td></tr> <tr><td>2</td></tr> <tr><td>3</td></tr> </table>	1	2	3
Body doteku: obě ruce se drží spodní části kruhu	1																		
Pozice nohou: v provazu v rozsahu 160° - 180°	2																		
Body doteku: obě ruce se drží spodní části kruhu	2																		
Pozice nohou: v provazu v rozsahu 180° a více	3																		
Body doteku: obě ruce se drží vrchní části kruhu	3																		
Pozice nohou: v provazu v rozsahu 180° a více	3																		
1																			
2																			
3																			
AH-PF3	EXTREME GAZELLE		<p>Body doteku: obě nohy, jedna ruka, jedna kyčel, záda v dolní části Pozice těla: hlavou dolů Výdrž v pozici: minimálně 2 vteřiny</p> <table border="1"> <tr> <td>Pozice paží: obě paže jsou natažené, každá ruka drží jednu nohu za chodidlo nebo kotník</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>Pozice nohou: přední noha je natažená, zadní noha pokrčená v koleni, nohy tvoří pozici provazu v rozsahu 160° - 180°</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>Pozice paží: obě paže jsou natažené, každá ruka drží jednu nohu za chodidlo nebo kotník</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>Pozice nohou: přední noha je natažená, zadní noha pokrčená v koleni, nohy tvoří pozici provazu v rozsahu 180° a více</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>Pozice paží: obě paže jsou natažené, obě ruce drží obě přímé nohy, přední nohu za chodidlo nebo nárt, zadní nohu za holeň</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>Pozice nohou: obě nohy jsou natažené v pozici provazu</td> <td>3</td> </tr> </table>	Pozice paží: obě paže jsou natažené, každá ruka drží jednu nohu za chodidlo nebo kotník	1	Pozice nohou: přední noha je natažená, zadní noha pokrčená v koleni, nohy tvoří pozici provazu v rozsahu 160° - 180°	2	Pozice paží: obě paže jsou natažené, každá ruka drží jednu nohu za chodidlo nebo kotník	2	Pozice nohou: přední noha je natažená, zadní noha pokrčená v koleni, nohy tvoří pozici provazu v rozsahu 180° a více	3	Pozice paží: obě paže jsou natažené, obě ruce drží obě přímé nohy, přední nohu za chodidlo nebo nárt, zadní nohu za holeň	3	Pozice nohou: obě nohy jsou natažené v pozici provazu	3	<table border="1"> <tr><td>1</td></tr> <tr><td>2</td></tr> <tr><td>3</td></tr> </table>	1	2	3
Pozice paží: obě paže jsou natažené, každá ruka drží jednu nohu za chodidlo nebo kotník	1																		
Pozice nohou: přední noha je natažená, zadní noha pokrčená v koleni, nohy tvoří pozici provazu v rozsahu 160° - 180°	2																		
Pozice paží: obě paže jsou natažené, každá ruka drží jednu nohu za chodidlo nebo kotník	2																		
Pozice nohou: přední noha je natažená, zadní noha pokrčená v koleni, nohy tvoří pozici provazu v rozsahu 180° a více	3																		
Pozice paží: obě paže jsou natažené, obě ruce drží obě přímé nohy, přední nohu za chodidlo nebo nárt, zadní nohu za holeň	3																		
Pozice nohou: obě nohy jsou natažené v pozici provazu	3																		
1																			
2																			
3																			
AH-PF4	RUSSIAN SPLIT		<p>Body doteku: obě ruce, jedno chodidlo Pozice paží: obě paže jsou natažené a drží vrchní část kruhu Pozice nohou: nohy jsou v pozici předního provazu v různě bodovaném rozsahu, chodidlo přední nohy je na spodní části kruhu Pozice těla: hlavou dolů Výdrž v pozici: minimálně 2 vteřiny</p> <table border="1"> <tr> <td>Pozice nohou: v provazu v rozsahu 160° - 180°</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>Pozice nohou: v provazu v rozsahu 180° a více</td> <td>3</td> </tr> </table>	Pozice nohou: v provazu v rozsahu 160° - 180°	1	Pozice nohou: v provazu v rozsahu 180° a více	3	<table border="1"> <tr><td>1</td></tr> <tr><td>3</td></tr> </table>	1	3									
Pozice nohou: v provazu v rozsahu 160° - 180°	1																		
Pozice nohou: v provazu v rozsahu 180° a více	3																		
1																			
3																			
AH-PF5	ONE LEG HANG COCOON		<p>Body doteku: podkolenní jamka jedné nohy Pozice těla: hlavou dolů Výdrž v pozici: minimálně 2 vteřiny</p> <table border="1"> <tr> <td>Pozice paží: obě paže jsou natažené a ruce drží spodní nohu v normálním úchopu (bez vytočení ramene)</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>Pozice nohou: vrchní noha je pokrčená v koleni, kruh je pod kolenem, spodní noha je pokrčená a drží ji obě ruce v normálním úchopu</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>Pozice paží: obě paže jsou natažené a ruce drží spodní nohu v úchopu Bielmann</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>Pozice nohou: vrchní noha je pokrčená v koleni, kruh je pod kolenem, spodní noha je pokrčená a drží ji obě ruce v úchopu Bielmann</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>Pozice paží: obě paže jsou zcela natažené a ruce drží spodní nohu v úchopu Bielmann</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>Pozice nohou: vrchní noha je pokrčená v koleni, kruh je pod kolenem, spodní noha je zcela natažená a drží ji obě ruce v úchopu Bielmann</td> <td>3</td> </tr> </table>	Pozice paží: obě paže jsou natažené a ruce drží spodní nohu v normálním úchopu (bez vytočení ramene)	1	Pozice nohou: vrchní noha je pokrčená v koleni, kruh je pod kolenem, spodní noha je pokrčená a drží ji obě ruce v normálním úchopu	2	Pozice paží: obě paže jsou natažené a ruce drží spodní nohu v úchopu Bielmann	2	Pozice nohou: vrchní noha je pokrčená v koleni, kruh je pod kolenem, spodní noha je pokrčená a drží ji obě ruce v úchopu Bielmann	3	Pozice paží: obě paže jsou zcela natažené a ruce drží spodní nohu v úchopu Bielmann	3	Pozice nohou: vrchní noha je pokrčená v koleni, kruh je pod kolenem, spodní noha je zcela natažená a drží ji obě ruce v úchopu Bielmann	3	<table border="1"> <tr><td>1</td></tr> <tr><td>2</td></tr> <tr><td>3</td></tr> </table>	1	2	3
Pozice paží: obě paže jsou natažené a ruce drží spodní nohu v normálním úchopu (bez vytočení ramene)	1																		
Pozice nohou: vrchní noha je pokrčená v koleni, kruh je pod kolenem, spodní noha je pokrčená a drží ji obě ruce v normálním úchopu	2																		
Pozice paží: obě paže jsou natažené a ruce drží spodní nohu v úchopu Bielmann	2																		
Pozice nohou: vrchní noha je pokrčená v koleni, kruh je pod kolenem, spodní noha je pokrčená a drží ji obě ruce v úchopu Bielmann	3																		
Pozice paží: obě paže jsou zcela natažené a ruce drží spodní nohu v úchopu Bielmann	3																		
Pozice nohou: vrchní noha je pokrčená v koleni, kruh je pod kolenem, spodní noha je zcela natažená a drží ji obě ruce v úchopu Bielmann	3																		
1																			
2																			
3																			





AERIAL HOOP

SÍLA AH-PS

Povinné prvky pro kategorii Děti PROFESIONÁLOVÉ, Junior PROFESIONÁLOVÉ, PROFESIONÁLOVÉ A

Kód	Prvek	Grafické znázornění	Požadavky na provedení prvků	Body			
AH-PS1	CANDLE STICK		<p>Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené, překřížené kotníky svírají kruh, kruh je mezi nohami</p> <p>Pozice těla: hlavou dolů</p> <p>Výdrž v pozici: minimálně 2 vteřiny</p> <p>Body doteku: obě nohy, jedna ruka</p> <p>Pozice paží: jedna paže je natažená a ruka drží kruh, druhá paže je v libovolné pozici bez kontaktu s kruhem nebo částí těla</p> <p>Body doteku: obě nohy</p> <p>Pozice paží: paže jsou v libovolné pozici bez kontaktu s kruhem</p>	<table border="1"> <tr><td>1</td></tr> <tr><td>2</td></tr> </table>	1	2	
1							
2							
AH-PS2	TAKING BODY OUTSIDE HOLDING BY HANDS (BUTTERFLY)		<p>Body doteku: obě ruce, jedna podkolenní jamka</p> <p>Pozice paží: obě paže jsou zcela natažené a ruce se drží spodní část kruhu</p> <p>Pozice těla: hlavou dolů</p> <p>Výdrž v pozici: minimálně 2 vteřiny</p> <p>Pozice nohou: jedna noha je pokrčená v koleni a je zaháknutá za vrchní část kruhu, druhá noha je zcela natažená směrem dozadu</p> <p>Pozice nohou: jedna noha je pokrčená v koleni a je zaháknutá za vrchní část kruhu, druhá noha je pokrčená a dotýká se hlavy</p>	<table border="1"> <tr><td>2</td></tr> <tr><td>3</td></tr> </table>	2	3	
2							
3							
AH-PS3	MEXICAN STAND		<p>Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené v pozici STRADDLE, boky jsou níže než ruka, která mezi nohami drží kruh</p> <p>Pozice těla: hlavou dolů, ohnutá v zádech</p> <p>Výdrž v pozici: minimálně 2 vteřiny</p> <p>Body doteku: obě ruce, rameno případně krk</p> <p>Pozice paží: obě paže jsou zcela propracované, jedna ruka drží kruh za zády a je ramenem opřena o kruh druhá ruka se drží kruhu před tělem</p> <p>Body doteku: jedna ruka, rameno případně krk</p> <p>Pozice paží: obě paže jsou zcela propracované, jedna paže je natažená směrem dolů, druhá ruka drží kruh za zády a je ramenem opřena o kruh</p>	<table border="1"> <tr><td>2</td></tr> <tr><td>3</td></tr> </table>	2	3	
2							
3							
AH-PS4	ONE ARM HANG		<p>Body doteku: jedna ruka</p> <p>Pozice těla: hlavou vzhůru</p> <p>Výdrž v pozici: minimálně 2 vteřiny</p> <p>Pozice paží: jedna paže je natažená a drží kruh v dolní části, druhá paže v libovolné pozici bez kontaktu s kruhem</p> <p>Pozice nohou: nohy jsou v pozici TUCK</p> <p>Pozice paží: jedna paže je natažená a drží kruh v dolní části, druhá paže v libovolné pozici bez kontaktu s kruhem nebo částí těla</p> <p>Pozice nohou: nohy jsou zvednuté v pozici STRADDLE</p> <p>Pozice paží: jedna paže je natažená a drží kruh v dolní části, druhá paže drží přední nohu ve splitu</p> <p>Pozice nohou: nohy jsou v pozici splitu v rozsahu minimálně 160°</p>	<table border="1"> <tr><td>1</td></tr> <tr><td>2</td></tr> <tr><td>3</td></tr> </table>	1	2	3
1							
2							
3							
AH-PS5	MEATHOOK		<p>Pozice těla: hlavou dolů</p> <p>Výdrž v pozici: minimálně 2 vteřiny</p> <p>Body doteku: obě ruce</p> <p>Pozice paží: obě paže jsou zcela natažené a drží se spodní část kruhu, jedna paže je zmačknutá mezi tělo a nohy</p> <p>Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené, u sebe, v pozici bočního PIKE</p> <p>Body doteku: jedna ruka</p> <p>Pozice paží: jedna paže natažená a zmačknutá mezi tělo a nohy, ruka se drží spodní část kruhu, druhá paže je natažená a drží nohu na stejné straně za kotník nebo chodidlo přes hlavu</p> <p>Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené v pozici boční STRADDLE</p> <p>Body doteku: jedna ruka</p> <p>Pozice paží: jedna paže natažená a zmačknutá mezi tělo a nohy, ruka se drží spodní část kruhu, druhá paže je natažená směrem dolů nebo do strany</p> <p>Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené, u sebe, v pozici bočního PIKE</p>	<table border="1"> <tr><td>1</td></tr> <tr><td>2</td></tr> <tr><td>3</td></tr> </table>	1	2	3
1							
2							
3							





Povinné prvky pro kategorii Děti PROFESIONÁLOVÉ, Junior PROFESIONÁLOVÉ, PROFESIONÁLOVÉ A

Kód	Prvek	Grafické znázornění	Požadavky na provedení prvků	Body						
AH-PD1	FALL FROM SITTING TO STRADDLE		<p>Startovní pozice: sed na spodní části kruhu, nohy jsou z pozice STRADDLE</p> <p>Konečná pozice: přetočení vpřed do visu za ruce na dolní části kruhu, nohy končí v pozici STRADDLE, boky jsou nad hlavou</p> <p>Další podmínky provedení: přetočení musí být provedeno zcela dynamicky bez zaváhání</p>	<table border="1"> <tr><td> </td></tr> <tr><td>2</td></tr> <tr><td> </td></tr> </table>		2				
2										
AH-PD2	CRUCIFIX APPLE TO DOUBLE KNEE HANG (HOX) NEBO BACKSTAR		<p>Startovní pozice: paže pokrčené v loktech drží spodní část kruhu v loketních jamkách, kruh je za zády, nohy v libovolné pozici</p> <p>Provedení: otočení vpřed</p> <p>Konečná pozice: vis za obě kolena na spodní části kruhu nebo backstar</p> <p>Další podmínky provedení: startovní pozici je nutno držet 2 vteřiny, otočka musí být provedena zcela dynamicky bez viditelného zasekávání nebo ztráty rovnováhy</p>	<table border="1"> <tr><td>3</td></tr> </table>	3					
3										
AH-PD3	FALL FROM UPPER BAR TO LOWER		<p>Startovní pozice: vis za ruce na horní části kruhu</p> <p>Další podmínky provedení: startovní pozici je nutno držet 2 vteřiny, pád musí být proveden zcela dynamicky bez zaváhání</p> <table border="1"> <tr><td>Konečná pozice: pád do visu za ruce na dolní části kruhu</td></tr> <tr><td>Konečná pozice: pád a salto do polohy na bříše</td></tr> <tr><td>Konečná pozice: pád do visu za ruce na dolní části kruhu, nohy končí v pozici STRADDLE, boky jsou nad hlavou</td></tr> </table>	Konečná pozice: pád do visu za ruce na dolní části kruhu	Konečná pozice: pád a salto do polohy na bříše	Konečná pozice: pád do visu za ruce na dolní části kruhu, nohy končí v pozici STRADDLE, boky jsou nad hlavou	<table border="1"> <tr><td>1</td></tr> <tr><td>2</td></tr> <tr><td>3</td></tr> </table>	1	2	3
Konečná pozice: pád do visu za ruce na dolní části kruhu										
Konečná pozice: pád a salto do polohy na bříše										
Konečná pozice: pád do visu za ruce na dolní části kruhu, nohy končí v pozici STRADDLE, boky jsou nad hlavou										
1										
2										
3										
AH-PD4	URNS ON HIP FORWARD/BACKWARD		<p>Startovní pozice: přední balanc na spodním bříše/bocích</p> <p>Provedení: dynamické otočení vpřed nebo vzad o 360°, ruce se opírají (nedrží se) o spodní část kruhu v oblasti loktů, tělo v oblasti boků</p> <p>Další podmínky provedení: otočky musí být provedeny zcela dynamicky bez viditelného zasekávání nebo ztráty rovnováhy</p> <table border="1"> <tr><td>- 1x otočka dozadu nebo 1x otočka dopředu</td></tr> <tr><td>- 2x otočka dopředu</td></tr> <tr><td>- 2x otočka dozadu</td></tr> </table>	- 1x otočka dozadu nebo 1x otočka dopředu	- 2x otočka dopředu	- 2x otočka dozadu	<table border="1"> <tr><td>1</td></tr> <tr><td>2</td></tr> <tr><td>3</td></tr> </table>	1	2	3
- 1x otočka dozadu nebo 1x otočka dopředu										
- 2x otočka dopředu										
- 2x otočka dozadu										
1										
2										
3										

AERIAL HOOP

BALANČNÍ PRVKY AH-PB

Povinné prvky pro kategorii Děti PROFESIONÁLOVÉ, Junior PROFESIONÁLOVÉ, PROFESIONÁLOVÉ A

Kód	Prvek	Grafické znázornění	Požadavky na provedení prvků	Body									
AH-PB1	SHOULDER STAND 2		<p>Body doteku: krk, ramena, obě ruce Pozice paží: obě ruce drží kruh Pozice těla: hlavou dolů Výdrž v pozici: minimálně 2 vteřiny</p> <table border="1"> <tr> <td>Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené v pozici PIKE, vodorovně s podlahou, nedotýkají se kruhu</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>Pozice nohou: kolena jsou pokrčena v pozici ATTITUDE, nedotýkají se kruhu</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené v pozici provazu minimálně 160°</td> <td>3</td> </tr> </table>	Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené v pozici PIKE, vodorovně s podlahou, nedotýkají se kruhu	1	Pozice nohou: kolena jsou pokrčena v pozici ATTITUDE, nedotýkají se kruhu	2	Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené v pozici provazu minimálně 160°	3	<table border="1"> <tr><td>1</td></tr> <tr><td>2</td></tr> <tr><td>3</td></tr> </table>	1	2	3
Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené v pozici PIKE, vodorovně s podlahou, nedotýkají se kruhu	1												
Pozice nohou: kolena jsou pokrčena v pozici ATTITUDE, nedotýkají se kruhu	2												
Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené v pozici provazu minimálně 160°	3												
1													
2													
3													
AH-PB2	BACK BALANCE		<p>Body doteku: spodní záda na spodní části kruhu Pozice paží: obě paže jsou v libovolné pozici bez kontaktu s kruhem nebo částí těla Pozice těla: hlavou dolů, v leže na zádech na kruhu Výdrž v pozici: minimálně 2 vteřiny</p> <table border="1"> <tr> <td>Pozice nohou: jedna noha je natažená a druhá je pokrčena v koleni v pozici PASSE</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>Pozice nohou: obě nohy jsou pokrčeny v kolenu a v kyčlích, boky jsou výše než hlava, chodidla jsou výše než spodní část kruhu</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené a u sebe, boky jsou výše než hlava</td> <td>3</td> </tr> </table>	Pozice nohou: jedna noha je natažená a druhá je pokrčena v koleni v pozici PASSE	1	Pozice nohou: obě nohy jsou pokrčeny v kolenu a v kyčlích, boky jsou výše než hlava, chodidla jsou výše než spodní část kruhu	2	Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené a u sebe, boky jsou výše než hlava	3	<table border="1"> <tr><td>1</td></tr> <tr><td>2</td></tr> <tr><td>3</td></tr> </table>	1	2	3
Pozice nohou: jedna noha je natažená a druhá je pokrčena v koleni v pozici PASSE	1												
Pozice nohou: obě nohy jsou pokrčeny v kolenu a v kyčlích, boky jsou výše než hlava, chodidla jsou výše než spodní část kruhu	2												
Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené a u sebe, boky jsou výše než hlava	3												
1													
2													
3													
AH-PB3	HIP BALANCE		<p>Body doteku: kyčel/bok jedné nohy Výdrž v pozici: minimálně 2 vteřiny</p> <table border="1"> <tr> <td>Pozice paží: obě paže jsou v libovolné pozici bez kontaktu s kruhem Pozice nohou: nohy společně tvoří pozici TUCK Pozice těla: hlavou dolů, zaháknuté za kruh na jedné kyčli/boku</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>Pozice paží: obě paže jsou v libovolné pozici bez kontaktu s kruhem Pozice nohou: nohy společně tvoří pozici STRADDLE, Pozice těla: hlavou dolů, zaháknuté za kruh na jedné kyčli/boku</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>Pozice paží: alespoň opačná ruka drží přední nohu za chodidlo nebo nárt Pozice nohou: v provazu v rozsahu minimálně 160° Pozice těla: horizontální, nohy tvoří pozici provazu vodorovně s podlahou (20° tolerance)</td> <td>3</td> </tr> </table>	Pozice paží: obě paže jsou v libovolné pozici bez kontaktu s kruhem Pozice nohou: nohy společně tvoří pozici TUCK Pozice těla: hlavou dolů, zaháknuté za kruh na jedné kyčli/boku	1	Pozice paží: obě paže jsou v libovolné pozici bez kontaktu s kruhem Pozice nohou: nohy společně tvoří pozici STRADDLE, Pozice těla: hlavou dolů, zaháknuté za kruh na jedné kyčli/boku	2	Pozice paží: alespoň opačná ruka drží přední nohu za chodidlo nebo nárt Pozice nohou: v provazu v rozsahu minimálně 160° Pozice těla: horizontální, nohy tvoří pozici provazu vodorovně s podlahou (20° tolerance)	3	<table border="1"> <tr><td>1</td></tr> <tr><td>2</td></tr> <tr><td>3</td></tr> </table>	1	2	3
Pozice paží: obě paže jsou v libovolné pozici bez kontaktu s kruhem Pozice nohou: nohy společně tvoří pozici TUCK Pozice těla: hlavou dolů, zaháknuté za kruh na jedné kyčli/boku	1												
Pozice paží: obě paže jsou v libovolné pozici bez kontaktu s kruhem Pozice nohou: nohy společně tvoří pozici STRADDLE, Pozice těla: hlavou dolů, zaháknuté za kruh na jedné kyčli/boku	2												
Pozice paží: alespoň opačná ruka drží přední nohu za chodidlo nebo nárt Pozice nohou: v provazu v rozsahu minimálně 160° Pozice těla: horizontální, nohy tvoří pozici provazu vodorovně s podlahou (20° tolerance)	3												
1													
2													
3													
AH-PB4	ICARUS STRADDLE/PIKE		<p>Body doteku: obě ruce, jedno rameno Pozice paží: spodní paže je natažená a drží spodní část kruhu, vrchní ruka je v libovolném úchopu a drží vrchní část kruhu Pozice těla: tělo se uvnitř kruhu opírá o rameno, boky jsou výše než hlava Výdrž v pozici: minimálně 2 vteřiny</p> <table border="1"> <tr> <td>Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené v pozici STRADDLE Další požadavky: trik je do své konečné podoby vytažen z polohy sedu nebo man in the moon</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené v pozici STRADDLE Další požadavky: trik je do své konečné podoby vytažen z polohy Amazon</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené v pozici PIKE Další požadavky: trik je do své konečné podoby vytažen z polohy Amazon</td> <td>3</td> </tr> </table>	Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené v pozici STRADDLE Další požadavky: trik je do své konečné podoby vytažen z polohy sedu nebo man in the moon	1	Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené v pozici STRADDLE Další požadavky: trik je do své konečné podoby vytažen z polohy Amazon	2	Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené v pozici PIKE Další požadavky: trik je do své konečné podoby vytažen z polohy Amazon	3	<table border="1"> <tr><td>1</td></tr> <tr><td>2</td></tr> <tr><td>3</td></tr> </table>	1	2	3
Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené v pozici STRADDLE Další požadavky: trik je do své konečné podoby vytažen z polohy sedu nebo man in the moon	1												
Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené v pozici STRADDLE Další požadavky: trik je do své konečné podoby vytažen z polohy Amazon	2												
Pozice nohou: obě nohy jsou zcela natažené v pozici PIKE Další požadavky: trik je do své konečné podoby vytažen z polohy Amazon	3												
1													
2													
3													

Všechna práva vyhrazena

Tento dokument je jak v části, tak v celku autorským dílem. Veškeré zobrazené fotografie jsou chráněny autorským zákonem. Výhradní práva na veškeré obsažené texty a fotografie jsou majetkem autorského týmu ve smyslu zákona č. 121/2000 Sb., o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon), ve znění pozdějších novelizací a jejich neautorizované použití může být postíženo v souladu s výše uvedeným zákonem a zákonem č. 89/2012 Sb., občanský zákoník. Všechna práva vyhrazena. Žádná část tohoto dokumentu (text, fotografie, ani jiná část dokumentu), není-li uvedeno jinak, v celku ani v části nesmí být kopírována nebo jinak reprodukována bez výslovného souhlasu autora.

ODPOVĚDNOST A INFORMACE

Organizátor si vyhrazuje právo na aktualizace, změny a úpravy bez předchozího upozornění.

Organizátor nenese vůči jiným subjektům odpovědnost za přímé i nepřímé následky škod, vzniklé použitím získaných informací.

Organizátor se zříká odpovědnosti za nepřesnosti či chyby.

Autorský tým:

Zuzana Klokočnicková
Olga Jasinská
Julia Kalinicheva
Lucie Drahotušská

