

Таблица Исполнения (юниорки и женщины)

Требования и типы ошибок	Сбавка за ошибку (каждый раз/каждый элемент, если не указано иначе)		
	Мелкая: -0.1	Средняя: -0.2	Значительная: -0.3
Осанка и опорная линия, аспекты здоровья	<ul style="list-style-type: none"> - неправильная линия опоры (положение опорной ноги (на равновесиях) или неправильная линия плеч и бедер) - неправильная осанка - тяжелое приземление во время поддержки 	<ul style="list-style-type: none"> - потеря мышечного контроля во время или в конце поддержки 	<ul style="list-style-type: none"> - сохранение изгиба спины при приземлении после прыжка - на поддержке, явные нарушения осанки /линии опоры у поднимающих гимнасток
Базовая техника гимнастики	<ul style="list-style-type: none"> - недостаточное вытягивание - небольшие различия в исполнении среди гимнасток - недостаток плавности / непрерывности - недостаток легкости 		
Потеря равновесия (в любом движении):	с лишним движением (каждый раз/гимнастка)	с лишним подскоком (каждый раз/гимнастка)	с 1 точкой опоры (на руку, стопу или другую часть тела) – каждый раз/гимнастка
Единство	<ul style="list-style-type: none"> - недостаток синхронности - нечеткие плоскости, уровни или направления - неточности между движением и ритмом музыки - неточность построений 		
Столкновение между гимнастками	- исполнение не нарушено или слегка нарушено	- исполнение явно нарушено у 1 гимнастки	- исполнение явно нарушено у 2 и более гимнасток
Физические характеристики: <ul style="list-style-type: none"> - недостаток в какой-либо области (гибкость, сила, скорость, координация, мышечный контроль, выносливость) в течение всей программы 	незначительный недостаток (команда/каждая область)	явный недостаток (1-2 гимнастки/каждая область)	явный недостаток (команда/каждая область)

Требования и типы ошибок	Сбавка за ошибку (каждый раз/каждый элемент, если не указано иначе)		
	Незначительная: -0.1	Средняя: -0.2	Значительная: -0.3
Движения тела: <ul style="list-style-type: none"> - неправильная техника выполнения - характеристики для базовых движений тела не показаны 			
Прыжки и скаки: <ul style="list-style-type: none"> - неправильная техника выполнения - характеристики элемента не показаны (форма не зафиксирована, низкая высота, плохой мышечный контроль, тяжелое приземление) 	незначительные ошибки в технике элемента	частично неправильная техника элемента	совершенно неправильная техника элемента
Равновесия: <ul style="list-style-type: none"> - неправильная техника выполнения - характеристики элемента не показаны (форма не зафиксирована, недостаточная амплитуда, недостаточный мышечный контроль, недостаточное вращение) 			

Полное падение (2 и больше точек опоры) в любом движении	-0.4 каждый раз / каждая гимнастка
Невыполнение поддержки/ взаимодействия	<ul style="list-style-type: none"> - срыв/невыполнение поддержки: -0,5 каждый раз - падение гимнастки (ок) с поддержки: -0,5 каждый раз
Техника ЭГГ: <ul style="list-style-type: none"> - отсутствие техники целостных движений ЭГГ 	-0.3 за всю программу

Штраф, применяемый арбитром:

-0,5 – за каждую недостающую или лишнюю гимнастку

-0,1 – за каждый выход за площадку