

ULUSLARARASI CİMNASTİK FEDERASYONU



2022 – 2024 DEĞERLENDİRME KURALLARI



TRAMPOLİN CİMNASTİK

Doç. Dr. Hakan ÜNAL
Dr. Merve KOCA KOSOVA

FIG İcra Kurulu tarafından Şubat 2020 tarihinde onaylanmıştır.

Yayınlanma Tarihi: Mayıs 2021

İÇİNDEKİLER

Önsöz.....	4
Onay	5
Kısaltmalar ve Tanımlar.....	6

TRAMPOLİN YARIŞMA YÖNETMELİĞİ

A. GENEL

1- Bireysel Yarışma.....	7
2- Takım Yarışması.....	9
3- Senkronize Yarışma.....	10
(4)-.....	9
5- Seriler.....	11
6- Cimnastikçi ve Gözlemcilerin Kıyafeti *.....	11
7- Yarışma Kartları.....	13
8- Trampolinler.....	13
9- Güvenlik Gerekleri.....	13
10- Yazıcı ve Sekreteryası.....	13
11- Üst jüri ve Müracaat Jürisi.....	14

B. YARIŞMA YÖNTEMİ

12- Isınma	14
13- Bir Serinin Başlaması	15
14- Element Esnasında İstenen Pozisyon *.....	15
15- Elementlerin Tekrarı *.....	16
16- Seride Duraklama.....	16
17- Serinin Bitirilmesi *.....	17
18- Puanlama	18

C. HAKEM HEYETİ

19- Hakem Grubu.....	21
----------------------	----

FIG 2022 – 2024
DEĞERLENDİRME KURALLARI-TRAMPOLİN CİMNASTİK

20- Başhakemin Görevleri.....	22
21- Yapım Hakemlerinin Görevleri (E1-E6).....	23
22- Zorluk Hakemlerinin Görevleri (D7-D8).....	23
23- Yatay Yer Değiştirme Hakeminin Görevleri.....	24

BÖLÜM II - HAKEMLİK REHBERİ

A Trampolin Hakemlik Kuralları Genel Açıklamaları.....	25
B. Trampolin Yarışma Yönetmeliğinin Açıklanması.....	29

BÖLÜM III. EKLER

A. Trampolin Zorluk Hesaplama – Prensipler.....	39
B. Trampolin Zorluk – Örnekler.....	39
C. FIG Sayısal Sistem–Trampolin.....	40
D. FIG Teknik Terimler.....	41
E. İlk Seride İstenenler.....	43
F. Hesaplamalar – Örnekler.....	44
G. Elektronik Sistemin Bozulması.....	45

BÖLÜM I.

DEĞERLENDİRME KURALLARI

Trampolin Cimnastik, Bireysel Trampolin, Senkronize Trampolin, Tumbling ve Double Mini Trampolin olmak üzere dört kategoriden oluşmaktadır.

Önsöz

Bu kurallar 1 Ocak 2021 tarihinden itibaren uygulanmak üzere FIG icra kurulu tarafından kabul edilmiştir. Bu kurallar, Uluslararası Cimnastik Federasyonu tarafından onaylanan tüm Trampolin Cimnastik Yarışmaları için bağlayıcıdır.

Bu kurallar, her seviyedeki yarışmalarda kullanılmak üzere bir temel oluşturması için oluşturulmuştur. Yaş grupları ve gençler yarışmaları için ayrıca özel kurallar bulunmaktadır. (Bakınız, gençler ve yaş grupları kuralları).

Ulusal Federasyonlar, kendi ülkelerinde trampolin cimnastik branşını geliştirmek üzere yurt içi yarışmalarda ve gelişim programlarında, yetkileri dâhilinde gerekli gördüklerinde kural kitapçığının bölümlerinde değişiklik yapabilirler.

Bazı özel yarışmalarda uygulanabilecek değişiklikler ya da ilaveler (FIG yarışmaları, Dünya Şampiyonaları gibi) italik harflerle yazılmıştır.

Aşağıdaki maddeler bu kurallara uyarlanmış şekilde değerlendirilmelidir:

- Mevcut kural kitabının izahı ve değerlendirilmesine rehberlik.
- FIG teknik Yönetmeliği, Bölüm 1
- FIG teknik Yönetmeliği, Bölüm 4. Trampolin Cimnastik İçin Özel Gerekliler (düzenlemeler)
- FIG Genel Hakem Kuralları ve Trampoline özgü hakem kuralları
- FIG Dünya Yaş Grupları ve Gençler Yarışması Düzenlemeleri
- Trampolin ve Tumbling ve Double Mini FIG Dünya Kupası Yarışma Kuralları
- FIG normları, Bölüm 2.5 Trampolin Cimnastik

Bu kurallar ve teknik yönetmelik arasında herhangi bir çelişki söz konusu olduğunda teknik yönetmelik geçerlidir.

FIG 2022 – 2024
DEĞERLENDİRME KURALLARI-TRAMPOLİN CİMNASTİK

Bu kurallar ve Dünya Kupası kuralları, Dünya Küçükler ve Yaş Grupları Şampiyonası kuralları gibi bir FIG kuralı veya yönetmeliği arasında herhangi bir çelişki olduğunda Yarışma Yönetmeliği geçerlidir.

ONAYLAYANLAR

2017 - 2020 Trampolin Yarışma Yönetmeliği FIG Teknik Komitesinin tüm üyelerinin katkılarıyla hazırlanmıştır.

Başkan	Mr. Horts Kunze	ALMANYA
1. As Başkan	Mr. Miguel Vicente	İSPANYA
2 . As Başkan	Mr. Dmitri Poliaroush	BELARUS
Üye	Cristophe Lambert	FRANSA
Üye	Mr. Nikolai Makarov	RUSYA
Üye	Ms. Tetiana Shuiska	UKRAYNA
Üye	Mr. Liu Xing	ÇİN
Sporcu Temsilcisi	Mr. Nuno Merino	PORTEKİZ

KISALTMALAR VE TANIMLAMALAR

FIG - International Gymnastics Federation - Uluslararası Cimnastik Federasyonu

TRA-TC - FIG Trampoline Technical Committee – FIG Trampolin Teknik Komitesi

Uluslararası Cimnastik Federasyonu Organizasyonları: Olimpiyat Oyunları, Dünya Şampiyonaları, Dünya Oyunları, Dünya Kupaları ve FIG tarafından düzenlenen özel organizasyonlar

TRA - Trampoline - Trampolin

SYN - Synchronized Trampoline - Senkronize Trampolin

TUM - Tumbling - Tumbling

DMT - Double Mini-Trampoline - Double Mini Trampolin

TR - Technical Regulations - Teknik Yönetmelik

CoP - Code of Points - Yarışma Yönetmeliği

OG - Olympic Games - Olimpiyat Oyunları

WCh - World Championships - Dünya Şampiyonası

CJP - Chair of Judges' Panel - Başhakem

TMD - Time Measurement Device - Süre Ölçüm Cihazı

ToF - Time of Flight - Uçuş Süresi

HDD - Horizontal Displacement Device - Yatay Yer Değiştirme Cihazı

HD - Horizontal Displacement - Yatay Yer Değiştirme

* Bu kitaptaki tekil olan kelimeler çoğulları ve çoğullarda tekilleri kapsamaktadır.

*Cinsiyet belirten veya belirtmeyen özneler her iki cinsiyeti de kapsamaktadır.

Resmi FIG yazışma adresi



Fédération Internationale de Gymnastique
Avenue de la Gare
CH-1003 LAUSANNE
SWITZERLAND
Tel: +41.21.321.55.10
Fax: +41.21.321.55.19
E-mail: info@fig-gymnastics.org
Internet: <http://www.fig-gymnastics.org>

YARIŞMA KURALLARI
TRAMPOLİN CİMNASTİK

01.01.2021 tarihinden itibaren geçerlidir.

A.GENEL

Trampolin serisi öne ve geriye, burgulu ya da burgusuz elementlerin çeşitliliğini gösterecek şekilde on (10) elementten oluşur. Seri, uçuş esnasında iyi bir kontrol, her elementte açılış, iyi bir kontrol, vücut pozisyonu, iyi bir sunum ve korunan yükseklikte ortaya konmalıdır. Trampolinde bir seri duraksamaksızın ya da ara düz sıçramasız, ayaktan ayağa, ayaktan sırta, yüz üstüne ya da oturmuş pozisyonuna ritmik ve yüksek yapılan sıçrama hareketleriyle karakterize edilir.

1. BİREYSEL YARIŞMA

1.1. Eleme turu ve finalden oluşan bireysel ve senkronize trampolin yarışmaları aşağıdaki tablodaki yapıya göre oluşmaktadır.

Yarışma Türü	Yarışmacılar	Yarışma Biçimi	Çıkış Sırası
Eleme 1	Tüm Sporcular	2 Seri, En iyisi değerlendirecek	Kura
Eleme 2	- 48 ve üzerinde sporcu katılıyorsa en iyi 24, -32 ile 47 sporcu arasında katılım varsa en iyi 16, -32 katılımcıdan az ise yapılmaz. -1 federasyondan en fazla 3 kişi katılabilir.	1 Seri	Kura
Final 1	İlk 8 sporcu, Her Ulusal Federasyondan maksimum 2 sporcu	1 Seri	Kura

1.1.1. Gençler ve Yaş Grupları yarışmalarında eleme turunda 2 serinin toplamı, cimnastikçinin toplam notunu oluşturur. Gençler ve Dünya Yaş Grupları kurallarına göre özel gerekler içeren birinci seri; ikinci seri serbest seridir.

1.1.2. Ulusal Federasyonlar, kendi yetkileri dâhilinde özel gerekler içeren ilk seri yerine bir mecburi seri belirleyebilirler.

1.2. Elemeler

1.2.1. Eleme turu iki turdan oluşmaktadır: Tüm kayıtlı cimnastikçilerin yarıştığı Eleme turu 1 (Q1) ve katılımcı sayısına göre belirlenen cimnastikçilerin yarıştığı Eleme turu 2 (Q2)’den oluşur.

- 1-31 katılımcı olması halinde Q2 yapılmaz.
- 32-47 katılımcı olması halinde, 16 cimnastikçi Q2’ye girer.
- 48 ve üstü katılımcı olması halinde 24 cimnastikçi Q2’ye girer.

1.2.2 Q1, her iki seride tekrar içermeyen iki serbest seriden oluşur. Bu iki serinin en yüksek puanı ile Q2’ye veya finale kalan cimnastikçiler belirlenir (bkz. TR. Madde 1)

1.2.3 Eleme turunda çıkış sırası kura ile belirlenir (Q1 ve Q2). Cimnastikçiler grup başına en fazla 12 kişi olacak şekilde gruplara ayrılır. Her grup, bir sonraki grup başlamadan öne önce eleme turunun 2 serisini tamamlamak durumundadır.

1.2.3.1 Her grubun kazananı Q2 veya finale girmeye hak kazanır. (bakınız 1.2.1.)

1.2.3.2. Q2 için kalan 16 ya da 24 sıra ya da final için belirlenen 8 sıra ilk eleme turunun nihai sıralamasına göre verilecektir.

1.2.4 Q2’ye her federasyondan maksimum 3 cimnastikçi veya iki çift katılabilir. Eğer bir federasyondan 4 cimnastikçi kendi yarıştıkları grupta kazanırsa, en yüksek puana sahip 3 cimnastikçi Q2’ye katılmaya hak kazanır. Eşitlik durumunda tie-break kuralları uygulanır.

1.2.5 Q2 de gruplar 8 ila 12 kişiden oluşur. Q2 ye cimnastikçiler 0 puanla başlar. Q2 de serbest seri yapılacaktır.

1.2.5.1 Her grup yarışmasının galibi finalde yarışacaktır.

1.2.5.2 Final için kalan 6 sıra cimnastikçilerin sıralamasına göre verilecektir.

1.2.6 Finalde bir federasyondan maksimum 2 cimnastikçi ve 1 çift yarışabilir.

Eğer bir federasyondan 2 çift kendi yarıştıkları grupta kazanırsa en yüksek puanı olan 1 çift finalde yarışabilir.

1.3 Finaller

1.3.1. Finalde çıkış sırası kura ile belirlenir.

1.3.2. Finalde 8 cimnastikçi 1 serbest seri sunacaklardır. Cimnastikçiler finale 0 puanla başlar. Kazanan, finalde en yüksek puanı alan cimnastikçidir.

2. TAKIM YARIŞMASI

2.1 Bir takım en az üç (3) en fazla dört (4) kişiden oluşur (erkek veya kadın yarışmaları).

2.2 Elemeler

2.2.1 Q1 takım finalleri için eleme görevi görür.

2.2.2 Takım üyeleri tarafından birinci seride elde edilen en yüksek üç skor ve takım üyeleri tarafından Q1'in ikinci serisinde elde edilen en yüksek üç skor, eleme turu sonrası toplam takım puanını (6 notun toplamı) oluşturur.

2.3 Finaller

2.3.1 Q1 de en iyi 5 puana sahip takım finalde yarışır.

2.3.2 Finalde yarışan takımlar 3 cimnastikçiden oluşur. Her cimnastikçi bir seri sunar.

2.3.3 Takım finalleri 3 turdan oluşur. Takım için her üç turda çıkış sırası, 5. sırada yer alan takımın ilk cimnastikçisi, devamında 4. sırada yer alan takımı temsil eden cimnastikçi...

2.3.4 Ulusal federasyonlar, takım finali için yarışacak 3 sporcusunu takım finalinden en geç 1 saat önce bildirmek durumundadır.

2.3.5 Sınıflandırma bir takımın her turda elde ettiği sıralama puanının (5, 4, 3, 2 ve 1) toplamına göre belirlenir. Takım finalinde kazanan sıralama puanı en yüksek olan takımdır.

2.3.6 Herhangi bir beraberlik durumunda, beraberlik kuralları uygulanır (Bakınız Bölüm 4.4.)

2.4 All Around Takım Finali

Bir takım, bir erkek bir kadın/çift cimnastikçiden aşağıdaki kategorilerde oluşur:

-Bireysel Trampolin

-Sekronize Trampolin

-Tumbling

- DMT

2.4.1 Elemeler

2.4.1.1 Q1 all around takım finali için eleme görevi görür.

2.4.1.2 Her kategori ve cinsiyet için takım puanı, bir cimnastikçi tarafından elde edilen en yüksek puanın toplamı olacaktır.

2.4.2 Finaller

2.4.2.1 Q1 de en yüksek puana sahip 5 takım takım finalinde yarışır.

2.4.2.2 Finaldeki takımlar her ülkeden, her kategori ve cinsiyetten 1 cimnastikçiden oluşur. Her cimnastikçi bir seri sunar.

2.4.2.3 TR Bölüm 4 teki yarışma sürecine bakınız.

2.4.2.4 Sınıflandırma, bir takımın her turda ulaştığı sıralama puanlarının (5, 4, 3, 2 ve 1) toplamına göre yapılır. En yüksek sıralama puanına sahip olan takım birinci olur.

2.4.3 Herhangi bir beraberlik durumunda, beraberlik kuralları uygulanır (Bakınız Bölüm .4 .4.TR).

3. SENKRONİZE YARIŞMA

3.1. Senkronize çift iki (2) kadın ya da iki (2) erkekten oluşur.

3.2. Bir cimnastikçi sadece bir (1) senkronize çift ile yarışabilir.

3.3. Çiftler aynı anda aynı elementi yapmalıdır (bakınız madde 16.1.9.1) ve yüzleri aynı yöne dönük başlamalıdır. Aynı yönde burğu yapmak zorunda değildir.

3.4 Senkronize yarışma bireysel yarışma ile aynı uygulamayı takip eder: Q1, Q2, ve finaller.

3.5 Herhangi bir beraberlik durumunda, beraberlik kuralları uygulanır (Bakınız Bölüm.4 .4.TR).

(4)

5. SERİLER

5.1 Her seri on (10) elementten oluşur.

5.1.1 Gençler ve yaş gruplarında, 17-21 yaş grubu hariç eleme turunun birinci serisinde özel gerekler ve serbest elementler bulunmaktadır. Elementlerin sırası cimnastikçinin isteğine bağlıdır. Bu serinin yapım puanı, yatay yer değiştirme puanı ve uçuş süresi puanı değiştirme puanı toplanır.

5.1.2 Büyükler bireysel yarışmalarının ve 17-21 yaş grubunun tüm serileri serbest serilerdir. Yapım puanı, uçuş süresi puanı ve yatay yer değiştirme puanının zorluk puanıyla toplamı serinin toplam notunu oluşturur.

FIG Ofisi, Trampolin Teknik Komitesi tarafından özel gereklerde yapılan değişiklikleri, gelecek dünya yaş grupları şampiyonası veya gençler dünya şampiyonasından en az 1 yıl önce yayınlayacaktır ve şampiyonanın yapılacağı yılın 1 Ocak itibarıyla geçerli olacaktır.

5.1.3 Eleme turunun ikinci serisi, yarı final ve finaller, yapım puanı, uçuş süresi puanı ve yatay yer değiştirme puanının zorluk puanıyla toplanması sonucu bir serinin toplam puanını veren serbest serilerdir.

5.2 Tüm serbest serilerde, yapım, yatay yer değiştirme, uçuş zamanı ve zorluk puanı toplamı toplam puanı verir. Tüm senkronize serilerde, yapım, yatay yer değiştirme, senkronize ve zorluk puanlarının toplamı, toplam puanı verir.

5.3 Serilerde ikinci denemeye müsaade edilmez.

5.3.1 Eğer cimnastikçi seri sırasında açık bir şekilde engellenirse, (hatalı malzeme, dış etkenler ya da buna benzer) başhakem diğer bir denemeye müsaade edebilir. Cimnastikçinin kıyafeti yukarıda belirtilen malzeme sınıfına girmez.

5.3.2 Seyirci gürültüsü, alkış ve benzeri durumlar senkronize çiftin iletişimini bozmadığı sürece, normalde bir rahatsızlık teşkil etmemektedir.

6. CİMNASTİKÇİ VE GÖZLEMCİ KIYAFETİ

6.1 Erkek cimnastikçi

- Kolsuz veya kısa kollu üst triko
- Cimnastikçi şortu

- Cimnastik pantolonu
- Beyaz renk trampolin patiği ve cimnastikçi pantolonu renginde çorap.

6.2 Kadın cimnastikçi

- Kollu veya kolsuz mayo (vücuda yapışacak şekilde olmalı)
- Uzun taytlar giyilebilir (vücuda yapışacak şekilde olmalı ve mayo ile aynı renkte olmalı)
- Cimnatikçi şortu (vücuda yapışacak şekilde olmalı)
- Vücuda yapışacak şekilde olmayan herhangi başka bir kıyafete müsaade edilmez.
- Güvenlik sebeplerinden dolayı, yüzün ya da başın kapatılmasına izin verilmez.
- Trampolin patiği ve/veya beyaz çorap

6.3 Yarışmada saat, künne veya kolye gibi takılara müsaade edilmez, taşsız yüzük eğer sabitlenirse takılabilir. Bandaj ya da destekleyici bazı parçalar farklı renklerde olamaz, ten renginde olmalıdır. İç çamaşırı gözle görülmemelidir.

6.4 Herhangi birinin ihlalinde (6.1, 6.2, 6.3); bu ihlal hangi seride meydana geldiyse o serinin toplam puanından başhakem tarafından 0.2 puan kesinti yapılır. Büyük bir ihlal, o ihlalin yaşandığı turdan diskalifiyeye sebep olabilir. Buna başhakem karar verir.

6.5* Takımlar

Takım üyeleri veya bir senkronize çift aynı kıyafeti giymeli, kıyafet aynı renkte ve modelde olmalıdır. Bunun ihlali; takımın ya da senkronize çiftin takım yarışması ya da senkronize yarışmasından ihraç edilmesine neden olur. Buna başhakem karar verir.

6.6 Ulusal amblem ya da Federasyon amblemi

Ulusal kimlik ya da amblem takılması zorunludur (Amblem FIG kıyafet kuralları & tanıtım). uygun yapıştırılmalıdır). Aksi durumda ihlalin olduğu serinin toplam puanından başhakem tarafından 0.2 puan kesinti olacaktır. Buna başhakem karar verir.

6.7 Gözlemciler/Antrenörler

Gözlemciler: Eşofman veya şort, t-shirt ve spor ayakkabı.

Antrenörler: Ulusal federasyon eşofmanı veya şort, t-shirt ve spor ayakkabı

7. YARIŞMA KARTLARI

7.1 Q1 ve Q2 de yapılacak her element, yapılacak seri içerisindeki sırası ve zorluk değeri ile birlikte yarışma kartına yazılmak zorundadır.

7.1.1 Gençler ve yaş grupları yarışmalarında ilk seride istenilen özel gerekler (*) yıldız işareti ile belirtilmelidir.

7.1.2 Gençler ve yaş grupları yarışmalarında, zorluk hakemi tarafından yapılmayan her bir element/elementler ya da özel gerek/gerekler için 2.0 puan puan kesintisi uygulanır. Bu gibi değişiklikler zorluk hakemi tarafından yarışma kartına kaydedilecektir.

7.1.3 İlk serbest seri yerine mecburi serinin uygulandığı yarışmada yapılan değişiklikler madde duraksama olarak değerlendirilecektir.

7.2 Finalde yapılan elementlerin (Bireysel final, takım finali ve all around takım finalleri) her biri, yarışma kartına yapılacak seri içerisindeki sırası ve zorluk değeri ile birlikte yazılmak zorundadır.

7.2.1 Elementler yarışma kartına yazılırken sadece FIG sayısal sistemi kullanılabilir, aksi durumda kart geçersizdir (Bak Bölüm. III: I ve K).

7.3 Yarışma kartı, organizasyon komitesi tarafından belirtilen yere zamanında teslim edilmelidir, aksi durumda cimnastikçinin başlamasına müsaade edilmez. Organizasyon komitesi, kartların zorluk hakemlerine yarışma başlamadan en az 2 saat önce teslim edilmesinden sorumludur.

7.4 Yarışma kartına yazılmış olan elementlerdeki tüm değişiklikler zorluk hakemleri tarafından kayıt edilecektir.

8. TRAMPOLİNLER

8.1 Trampolin, tumbling ve double mini trampolin ölçüleri için FIG normlarına bakınız.

9. GÜVENLİK GEREKLERİ

9.1 Bölüm 4 deki Teknik yönetmelik madde 6.1'e bakınız.

10. YAZICI VE SEKRETERYA

10.1 Puanların kaydedilmesi ve gösterilmesi için onaylı bilgisayar programı kullanılmalıdır.

10.2 Sonuçların bir kopyası FIG genel sekreterliğine gönderilmelidir.

10.3 Sekreteryanın Görevleri:

10.3.1 Çıkış sırası için kura çekimi ve madde 7.3 ye uygun olarak yarışma kartlarının toplanması, iletilmesi (bakınız madde 1.2.3 ve 1.3.1).

10.3.2 Yazıcıları denetlemek.

10.3.3 Her seri için çıkış sırasını ve grup ısınma sıralarının belirlemek.

10.4 Skor servisinin görevleri

10.4.1 Yapım, horizontal yer değiştirme, senkronizasyon, uçuş süresi ve zorluk kesintilerini ayrıca ceza puanlarını kontrol etmek (kaydetmek).

10.4.2 Puan kâğıdındaki hesaplamanın kontrolü ve incelenmesi.

10.4.3 Tüm hakemlerin seri puanlarının, kesintilerinin ve toplam puanın gösterildiğinden emin olmak.

10.3.4 Verilen tüm puan değerlerini (zorluk puanı, horizontal yer değiştirme, senkronizasyon puanı, uygulama puanı, her seri için ceza puanı, toplam puan) yazarak sonuç notu çıkarmak.

11. ÜST JÜRİ VE MÜRACAAT JÜRİSİ

11.1. Bakınız madde 7.8.1 ve 7.8.3 teknik yönetmelik, bölüm 1.

11.2. Trampolin yarışmalarında; Üst Jüri, Dünya Şampiyonası, Olimpiyat Oyunları ve Dünya Kupası yarışmalarında görev yapar.

B. YARIŞMA YÖNTEMİ

12. ISINMA

12.1 All around takım finali hariç tüm yarışmalarda, her bir cimnastikçiye çıkış sıralarına göre, 45 saniye olmak üzere 1 çıkış (one touch) hakkı verilecektir. Tüm cimnastikçiler ısınmalarını tamamladıktan sonra yarışma başlayacaktır.

12.2 Zaman kontrolü başhakemin belirleyeceği 2 hakem tarafından yapılacaktır. Bir önceki cimnastikçinin ısınmasını tamamladığında diğerinin süresi başlatılır. 40 saniye dolduğunda hakemler sözlü olarak cimnastikçileri uyarırlar.

12.3 Cimnastikçi zaman limitini aştığı durumda, başhakem takip eden serinin toplam puanından 0.3 puan kesinti yapar (Bakınız 20.11).

12.4 Eğer yarışma salonu yanında standart yarışma trampolini bulunan ve yüksekliği en az 10 metre olan ayrı bir salon varsa yarışma salonundaki ısınma elimine edilebilir.

13. BİR SERİNİN BAŞLAMASI

13.1 Cimnastikçi başhakemin başlama sinyaliyle seriye başlar.

13.2 Sinyal verildikten sonra cimnastikçi bir (1) dakika içinde ilk elemente başlamak zorundadır, aksi halde başhakem tarafından ceza puanı uygulanacaktır (Bakınız 20.11)

- 61 saniye: 0.2 puan kesinti
- 91 saniye: 0.4 puan kesinti
- 121 saniye: 0.6 puan kesinti
- 181 saniye: DNS (Did not start) (cimnastikçinin seriye başlamasına izin verilmez) (puan yerinde DNS yazar)
- 151 saniyeden sonra başhakem ya da otomatik cihaz, cimnastikçi ve antrenöre, seriye başlanmasına izin verilmeme durumu ile ilgili sesli uyarı verir.

Eğer sporcuya bağlı olmayan hatalı malzeme ya da buna benzer nedenden dolayı zaman aşımı olduysa kesinti uygulanmaz. Buna başhakem karar verir.

13.3 Hatalı bir başlangıç olursa, cimnastikçi serisine başhakem sinyali ile yeniden başlatılabilir. Senkronize yarışmalarda seri iki cimnastikçinin aynı anda elemente başlaması ile başlar.

13.4 Seri başladıktan sonra, cimnastikçinin antrenörü ya da gözlemcileri tarafından cimnastikçiyle konuşulması, herhangi bir sinyal verilmesi durumunda başhakem tarafından yalnızca bir kere 0.6 puan ceza puanı uygulanır (Bakınız madde 20.11).

13.5 Eğer cimnastikçi(ler) /senkronize çiftler çıkış listesinde belirtilen sırada ve zamanında hazır değilse, hiçbir puan verilmez, puan yerine DNS (Did not start) yazacaktır (Bakınız TR Art.8.5)

14. ELEMENT ESNASINDA İSTENEN POZİSYON

14.1 Element gerekliliklerine bağlı olarak uçuş esnasında, tanımlanabilir toplu, bükük ve düz vücut pozisyon gösterilmelidir.

14.2 Vücut pozisyonuna özgü minimum gerekler aşağıda açıklanmaktadır:

14.2.1 **Düz pozisyon:** Gövde ve bacaklar arasındaki açı **135** dereceden büyük olmalıdır.

14.2.2 **Bükülü pozisyon:** Gövde ile bacaklar arasındaki açı **135** dereceye eşit veya daha az olmalıdır ve diz eklemi açısı **135** dereceden büyük olmalıdır.

14.2.3 **Toplu pozisyon:** Gövde ile bacaklar arasındaki açı **135** derece veya daha az olmalıdır ve diz eklemi açısı **135** dereceye eşit veya daha küçük olmalıdır.

14.3 Tüm pozisyonlarda ayaklar ve bacaklar bitişik (straddle jump hariç) ve ayaklar ayakucu gergin.

14.4 Toplu ve bükülü pozisyonda bacaklar üst vücuda yakın olmalıdır.

14.5. Toplu ve bükük pozisyonlarda eller diz altından bacaklara temas etmelidir.

14.6. Mümkün olduğu sürece kollar gergin ve vücuda yakın tutulmalıdır.

15. ELEMENTLERİN TEKRARI

15.1 Serilerde element tekrarı yapılamaz aksi durumda tekrarlanan elementin zorluk değeri sayılmaz.

15.2 Aynı sayıda dönüşlü elementler yapıldıysa ancak element bükülü, toplu ve düz pozisyonda ise bunlar farklı element sayılır ve tekrar sayılmaz.

15.3 Burgular saltoların farklı safhalarındaysa, çoklu saltolarda (630 derece ya da daha fazla) aynı sayıda burgulu veya salto olsa dahi tekrar olarak sayılmaz (Bakınız bölüm II: 1.A).

15.4 Aynı sayıda burgu dönüşü içeren çoklu saltolarda, burgu esnasında tanımlanabilir duraklama veya tanımlanamayan pozisyonlar birden fazla kullanıldığında tekrar olarak sayılır.

16. SERİDE DURAKLAMA

16.1 Bir seride duraklama sayılacak durumlar:

16.1.1* Her iki ayağın gözle görülür bir şekilde trampolinin üzerine eş zamanlı gelmemesi.

16.1.2 Bir elementten sonra yapılacak bir sonraki element için trampolinin elastikiyetinin kullanılmaması.

16.1.3. Orta seviyede (dik) sıçrama sunulması.

16.1.4 Ayaklara, oturuş pozisyonuna, öne ve geriye yapılan inişler haricinde vücudun diğer bölümlerine iniş yapılması.

16.1.5 Tamamlanmamış bir elementin sunulması.

16.1.6 Trampolin sıçrama alanı dışında herhangi bir yere herhangi bir vücut parçasıyla temas.

16.1.7 Gözlemci ya da gözlemci minderine temas.

16.1.8 Trampolini terk etme.

16.1.9 Bir senkronize seride eşlerden birisinin farklı element yapması.

16.1.9.1 Eşlerden biri açıkça bir element için yükselmeye başladıysa ve partneri önceki elementten henüz inmemişse eşler farklı element yapıyor olarak kabul edilir. Senkronizasyon cihazı, eşler arasındaki iniş süresi farkı 0.400 saniye olduğunda duraksar.

16.2 Duraklamanın olduğu element değerlendirilmeye alınmaz.

16.3 Cimnastikçi trampolin sıçrama alanında tamamladığı elementlerin sayısı kadar değerlendirilecektir.

16.4 Başhakem maksimum puana karar verir.

17. SERİNİN BİTİRİLMESİ

17.1 Sıçrama alanında, vücut dik pozisyonda, ayaklar omuz genişliğinden daha dar ve kontrollü bir şekilde seri bitirilmelidir. Aksi durumda kesinti yapılacaktır (Bakınız madde 21.2.2).

17.2 Cimnastikçinin son elementten sonra trampolinin elastikiyetini kullanarak düz pozisyonda bir (1) kontrollü sıçrama daha yapmasına izin verilir. Kontrolsüz sıçrama; 0.1 puan kesinti yapılmasını gerektirir (Bakınız madde 21.2.2).

17.3 Sıçrama alanı üzerine son element bitirişinden sonra, cimnastikçi yaklaşık 3 saniye dik pozisyonda durmalı, aksi durumda stabilite eksikliğinden dolayı 0.1 - 0.2 puan kesinti yapılacaktır (bakınız madde 21.2.2).

17.4 Eğer cimnastikçi serisinde 10'dan fazla element yaparsa E hakemleri 1,0 puan kesinti yapacaklardır (Bakınız madde 21.2.2).

17.5 Senkronize yarışmada her iki cimnastikçi de son elementten sonra ya düz pozisyonda bir sıçrama yapmalı ya da her ikisi de sıçramaksızın durmalıdır. Aksi durumda başhakem tarafından 0.4 puanı kesinti yapılacaktır (Bakınız madde 20.11).

18. PUANLAMA

5 çeşit sembol kullanılır. “D” tipi sembol; bir seride zorlukların derecesinin toplamını, “E” tipi sembol; bir seride bir yapım hakemi tarafından verilen toplamı, “H” tipi sembol yatay yer değiştirme puanını, “T” tipi sembol uçuş süresini, “S” tipi sembol senkronizasyon puanını ifade eder.

18.1* Zorluk Değerlendirmesi

Prensipte bir seri boyunca yapılan tek bir elementle elde edilen zorluk değeri miktarı açıktır, fakat bu değer Gençler Olimpiyat Oyunları ve Gençler yarışmaları için **1.8** zorluk değeriyle sınırlandırılır. Zorluk değeri daha fazla olan elementler sunulabilir, fakat **1,8** zorluk değerini alır. Gençler yarışmalarında dörtlü salto sunulmasına izin verilmez ve bu durum yarışmadan diskalifiye olmakla sonuçlanır. Zorluk sınırları gençler ve WAGC kuralları içerisinde belirtilmiştir.

Her element için zorluk değeri, aşağıdaki kriterlere göre hesaplanmaktadır:

18.1.1 Her element için zorluk değeri, yapılan burgu ve salto dönüşlerinin sayısı temel oluşturacak şekilde hesaplanır.

18.1.1.1 Her ¼ salto (90 derece)..... 0.1 puan

18.1.1.2 Tamamlamış tek salto (360 derece).....0.5 puan

18.1.1.3 Tamamlanmış çift salto (720 derece).....1.0 puan

1.8.1.1.4 Tamamlanmış üçlü salto (1080 derece).....1.6 puan

1.8.1.1.5 Tamamlanmış dörtlü salto (1440 derece).....2.2 puan

1.8.1.1.6 Her ½ burgu(180 derece).....0.1 puan

18.1.2 Yana saltolar ve burgusuz veya salto dönüşü olmayan elementlerin zorluk değeri yoktur.

18.1.3 Salto ve burgunun birleştiği elementlerde salto ve burgu zorluk değerleri birlikte tek olarak değerlendirilir.

18.1.4 Düz vücut ya da bükülü pozisyonda yapılan burgusuz 360 - 630 derece saltolar ekstra 0.1 puanla ödüllendirilir.

18.1.5 Burgulu ya da burgusuz 720 derece ya da daha fazla düz vücut ya da bükülü pozisyonda yapılan saltolar her bir salto için ekstra 0.1 puanla ödüllendirilir.

18.2 Puanlama sistemi

18.2.1 Yapım ve zorluk değerlendirmesi 1/10 puan üzerinden yapılır. Senkronizasyon değerlendirmesi 1/100 puan üzerinden yapılır. Yatay yer değiştirme ve uçuş süresi değerlendirmesi 1/100 saniye üzerinden yapılır (Bakınız Ek M).

18.2.2 Hakemler kesintilerini diğer hakemlerden bağımsız olarak yapmalıdır.

18.2.3 Yapım Puanının değerlendirilmesi (E):

18.2.3.1 Yapım hakemleri yapım kesintilerini 21.2'ye göre yapar.

18.2.3.2 Bireysel yarışmada, her bir element için iki (2) medyan kesinti toplanır, medyan kesintilerin toplamı (iniş kesintileri de) mümkün olan en yüksek yapım skorundan (20 puan) çıkarılarak cimnastikçinin yapım skoru bulunur)

18.2.3.3 Senkronize yarışmada yapım hakemleri tarafından her cimnastikçinin her elementi için yapılır. Medyan kesintilerinin ortalaması (iniş kesintileri de) mümkün olan en yüksek puandan (Max.10 Puan) çıkartılarak sonuç not bulunur.

18.2.4 Yatay yer değiştirme puanının değerlendirilmesi (H):

18.2.4.1 Horizontal yer değiştirme puanının değerlendirilmesi başhakem gözetiminde elektronik olarak yapılmalıdır. Kesintiler madde 23.1 de açıklandığı gibi uygulanmalıdır.

18.2.4.2 Her element için yatay yer değiştirme kesintileri maksimum puandan (10.00) çıkartılır (Bknz, madde 16.4). Bu puan yatay yer değiştirme puanı olarak alınır.

18.2.4.3 Elektronik sistem yok ise; iki (2) uygulama hakemi (no: 5 ve 6) uygulama yerine yatay yer değiştirmeyi değerlendirmekte sorumludur. Bu hakemlerin notları ortalanır ve yatay yer değiştirme puanı olarak alınır. Yatay yer değiştirme hakemleri, videodan değerlendirme yapar. Kamera trampolin yatağının tüm bölgelerini görecektir şekilde konumlandırılmalıdır (Bakınız Ek N).

18.2.6.3.1 Elektronik sistemin çalışmadığı durumunda puan, başhakem denetiminde 7 numaralı zorluk hakemi tarafından resmi video kayıtlarına bakılarak belirlenir (Bakınız Ek P).

18.2.5 Uçuş süresi puanı değerlendirilmesi (T):

18.2.5.1 Uçuş süresi puanının değerlendirilmesi başhakem gözetiminde elektronik olarak yapılmalıdır.

18.2.5.1.1 Elektronik sistemin bozulması halinde süre resmi video kayıtlarının başhakem denetiminde 7 numaralı zorluk hakemi tarafından analiz edilmesiyle belirlenecektir.

18.2.6 Senkronize puanının değerlendirilmesi (S):

18.2.6.1 Senkronize puan hesaplaması başhakem gözetiminde elektronik olarak yapılmalıdır.

18.2.6.1.1 Elektronik sistemin çalışmadığı durumda puan, başhakemin nezaretinde 7 numaralı zorluk hakemi tarafından resmi video kayıtlarına bakılarak belirlenir (Bakınız Ekler N).

18.2.6.2 Yetersiz senkronizasyon kesintileri maksimum puandan (10.00) ya da başhakemin belirlediği puandan çıkartılır (Bknz, madde 16.4). Bu puan daha sonra iki ile çarpılır ve senkronize puan olarak kaydedilir.

18.2.7 Kayıp kesinti(ler)

18.2.7.1 Bireysel yarışmada, yapım hakemi not girişi yapamaz ise her element veya iniş için diğer kesinti/lerin ortalaması alınacaktır. Bu karar başhakeme aittir.

18.2.7.2 Senkronize yarışmada yapım hakemi not girişi yapamaz ise her element veya iniş için aynı trampolinde diğer kesinti/lerin ortalaması alınacaktır. Bu karar başhakeme aittir.

18.2.7.3 Bireysel ve senkronize yarışmada, eğer j cihazı ya da H hakemi kesinti girişi yapamaz ise Başhakem kontrolünde 7 numaralı zorluk hakemi resmi video analizi ile notu belirler (Bknz, Ekler N)

18.2.8 Zorluk notunun değerlendirilmesi (Z):

18.2.8.1 Zorluk hakemleri madde 18.1'e uygun olarak serinin zorluğunu hesaplar.

18.2.9 Bir serinin toplam puanı:

18.2.9.1 Bireysel yarışmalarda toplam puan “E” puanının (yapım), **“H” puanı** (yatay yer değiştirme), “T” puanı (uçuş süresi), ve “D” puanı (zorluk) ile toplanıp, ceza puanlarının (madde 6.4, 6.6, 12.3, 13.2ve 13.4)) çıkartılması ile hesaplanır.

Sonuç Notu: E (max. 20.00) + H (max 10.00) + D + T – Ceza puanı

18.2.9.2 Senkronize yarışmalarda toplam puan “E” puanı (yapım), “H” puanı (yatay yer değiştirme), “S” puanı (senkronizasyon) ve “D” puanının (zorluk) toplanıp ceza puanlarını (madde 6.4, 6.6, 12.3, 13.2 ve 13.4) çıkararak hesaplanır.

Sonuç Notu: E (max. 10.00) + H (max 10.00) + S (max. 20.00) + D – Ceza puanı

18.2.10. Tüm notlar, sonu 2 (iki) ondalık basamak olacak biçime çevrilir. Bu düzeltme cimnastikçinin bir serideki toplam skoru için yapılır.

18.2.11. Başhakem sonuç notunun doğruluğunun tespitinden sorumludur.

C. HAKEM HEYETİ

19. HAKEM HEYETİ

19.1 Yapı	Bireysel	Senkronize
19.1.1 Baş Hakem(ToF, HD, Senk.)	1	1
19.1.2 Yapım Hakemleri		
- Bireysel yarışmada (E1-E6)	6	
- Senkronize yarışmada		6
(Trampolin 1, Hakemler no: 1, 3 ve 5)		
(Trampolin 2, Hakemler no: 2, 4 ve 6)		
19.1.3 Zorluk hakemleri (D7-D8)	<u>2</u>	<u>2</u>
19.1.4 Toplam	9	9

19.2 Baş hakem ve 1-8 numaralı hakemler trampolinden 5 - 7 m uzakta minumum 1 m., maksimum 2 m. yükseklikte olan hakem platformuna oturmalıdır.

19.3 Eğer bir hakem görevini uygun şekilde yerine getiremezse başka bir hakemle yer değiştirir. Buna üst jüri karar verir. Üst jürinin olmadığı hallerde buna başhakem karar verir. (Bakınız, Teknik regulasyon madde 7.8.1, Bölüm 1 ve yarışma yönetmeliğinin 11.2 maddesi).

19.3.1. Yapım hakemi değişikliği durumunda başhakem değiştirilen hakemin daha önce verdiği puanları kalan diğer hakemlerin puanlarının ortalamasıyla değiştirilmesine karar verebilir (bakınız madde 18.2.7).

20. BAŞHAKEMİN GÖREVLERİ

20.1 Salonun ve elektronik hakem sisteminin kontrolü.

20.2 Hakem semineri ve not verme provalarının organizasyonu (Bakınız Teknik Yönetmelik madde 7.9, Bölüm 1)

20.3 Tüm hakemlerin, gözlemcilerin ve yazıcıların yerleştirilmesi ve idaresi.

20.4 Yarışmanın yönetimi.

20.5 Yarışma jürisini toplamak.

20.6 İkinci bir hak verilecekse buna karar vermek (bakınız madde 5.2).

20.7 Seride duraksama halinde maksimum notu ilan etmek (Bakınız 16.Bölüm). Maksimum not seride sunulan geçerli hareketlerin toplamından oluşur.

20.8 Zaman, yatay yer değiştirme ve senkronize cihazlarının çalıştırılması ve puanların girilmesini sağlamak

20.9 Eğer bir hakem notunu zamanında giremez ise hızlıca o hakemin notunu belirlemek (18.2.7)

20.10 Eğer elektronik sistem çalışmadığı durumlarda, senkronizedeki sapmayı, uçuş zamanı ve yatay yer değiştirme puanını 7 numaralı zorluk hakemi asistanlığı ile videoda değerlendirmek (bakınız 18.2.5, 18.2.6, 18.2.7).

20.11 Madde 6.4, 6.6, 12.3, 13.2, 13.4, 17.3, 17.5'e uygun olarak ceza puanlarına karar vermek ve girişini sağlamak.

20.12 Tüm notları kontrol etmek, hesaplama hataları fark ederse sonuç notlarını, kontrol etmek ve denetlemek.

20.13* Bir sonraki grup başlamadan tüm itirazları sonuçlandırmak.

FIG 2022 – 2024
DEĞERLENDİRME KURALLARI-TRAMPOLİN CİMNASTİK

20.14 Senkronize yarışmada, 16.1.9'a göre, zorluk hakemlerinin asistanlığında çiftlerin aynı anda aynı elementi yapıp yapmadıklarına karar vermek ve denetlemek.

20.15 Isınma süresini tutacak hakemleri belirler.

21. YAPIM HAKEMLERİNİN GÖREVLERİ (E1-E6)

21.1 Madde 21.2'ye uygun olarak 0.0 - 0.5 genişliğindeki yapımı değerlendirmek ve kesintileri kaydetmek.

21.2 Yapım kesintileri

21.2.1* Her elementteki yetersiz vücut tutuşu ve kontrolde tutarsızlık 0.1-0.5

21.2.2 * Bütün bir seri (10 element) sonrasında stabilite eksikliği (sadece en büyük hata için tek bir kesinti):

21.2.2.1* Yaklaşık 3 sn dik pozisyonda hareketsiz beklememek (max 0.2)

ve/veya kontrolsüz sıçrama (out bounce) sunmak (max 0.1) 0.1-0.3

21.2.2.2* İniş sonrası trampolin yatağına bir ya da iki elle dokunmak 0.5

21.2.2.3 İniş sonrası trampolin yatağı dışında herhangi bir yere dokunmak 0.5

21.2.2.4 İniş sonrası trampolin yatağına dizlerle, ellerle dokunmak ya da dizlere yüzüstü, sırtüstü düşmek, oturmak 1.0

21.3.2.5 Trampolin yatağı dışına iniş yapmak ya da düşmek, trampolin bölgesini terk etmek, düşmeyi engellemek için ilave salto sunmak 1.0

21.2.3* İlave element sunmak (Bakınız, 17.4).

21.3 Senkronize yarışmada yapım notu değerlendirmesi bireysel yarışmadaki gibidir.

(Hakemlik Rehberine de bakınız)

22. ZORLUK HAKEMLERİNİN GÖREVLERİ (D7-D8)

22.1 Yarışma başlamadan en az 2 saat önce yarışma kartlarının sekreteryadan alınması.

22.2 Yarışma kartlarına yazılan elementlerin ve zorluk değerlerinin kontrolü.

22.3 Zorluk değerleri ile birlikte FIG sayısal sistemine göre yarışma kartına yazılan tüm elementlerin denetlenmesi ve kaydedilmesi.

22.4 Eğer cimnastikçi yarışma kartına yazmış olduğu element sırasında değişiklik veya hareket değişikliği yaparsa herkesin görebileceği biçimde kırmızı bayrak göstermek.

22.5 Seride duraksama olup olmadığının kararını vermek orta derecede dik sıçrama yapılıp yapılmadığını kontrol etmek.

22.6 Senkronize yarışmasında madde 16.1.3'e uygun olarak çiftlerin aynı anda aynı elementleri yapıp yapmadıklarını kontrol etmek ve tutarsızlıkları başhakeme iletmek.

22.7 Zorluk puanının ve zorlukla ilgili ceza puanlarının girilmesi.

23.HORİZONTAL YER DEĞİŞTİRME HAKEMLERİNİN GÖREVLERİ

23.1 Değerlendirme hakemler tarafından yapıldığında, vücudun herhangi bir parçasının tanımlı alandan çıkıp çıkmadığına göre her element için kesinti uygulanır.

23.2* Değerlendirme hakemler tarafından yapılıyorsa; ayakta biten elementler için ayağın herhangi bir bölümü tanımlanan alan dışındaki bir bölgeye geldiyse kesinti o bölgeye göre yapılır (Hakemlik rehberi-Çizimler bölümüne bakınız).

23.3* Değerlendirme hakemler tarafından yapılıyorsa; yüzüstü, sırtüstü ve oturuşa gelen elementler için kalça eklemine yeri vücudun konumunu belirlemek için kullanılabilir (Hakemlik rehberi-Çizimler bölümüne bakınız).

BÖLÜM II. HAKEMLİK REHBERİ

01.01.2021 tarihinden itibaren geçerlidir.

1. KURAL AÇIKLAMALARI

Not: Bu açıklamalar, FIG trampolin teknik komitesi tarafından konulara açıklık getirmek için yapılmıştır. Kuralların açıklamasında olabilecek her hangi bir ihtilaf durumunda başhakem son kararı verir. 2. bölümde gösterilen çizimler sadece kılavuzluk amaçlıdır ve harfi harfine dikkate alınmamalıdır.

A. TRAMPOLİN HAKEMLİK KURALLARI GENEL AÇIKLAMALARI

1.2.2 - Grupların başlaması

Her grup için maksimum 16 cimnastikçi olmalıdır; FIG Trampolin teknik komitesi her grup için 8 - 12 cimnastikçi tavsiye eder.

6 - Kıyafet

Saçlar başa yakın bağlanmalıdır. Bağlı saçların gevşemesi açılması cimnastikçinin kendi sorumluluğudur. Bu, güvenlik sorunlarına neden olabilir ve FIG Trampolin hakemlik kurallarındaki madde 16.1.6 e göre duraksamaya yol açabilir.

Mayonun ön ve arka yakası uygun olmalıdır, yakanın açılması isteğe bağlıdır fakat açıklık sternumun yarısını aşmamalıdır ve omuz başı hizasından daha aşağıda olmamalıdır. Mayolar kollu veya kolsuz olabilir; omuz askısı en az 2 cm. olmalıdır. Mayonun bacak kesimi, kalça kemiğinin yukarısında olmamalıdır (maksimum kalça kemiği). Mayonun bacak uzunluğu, bacağın yatay çizgisini aşacak biçimde olmamalıdır, yani kalça tabanından 2 cm daha aşağıda olmamalıdır. Bazı kısımlarında dantel olan mayolar, astarlı olmalıdır (gövdeden göğüse).

Elemeler sırasında, takım üyeleri şort ya da cimnastik pantolonu giyebilir ancak bunlar aynı renkte olmalıdır. Ancak finallerde aynı kıyafeti giymek zorundadırlar. Senkronize yarışmada partnerlerin her ikisi de şort veya cimnastik pantolonu giymek zorundadır. Ulusal amblem aynı olmalıdır.

7.3- Yarışma Kartları

Tamamlanamayan seride, özel gereklerin yapılamamasından dolayı verilecek olan ceza puanı, yalnızca; serinin devamında bu gereklerin yerine getirilemeyeceği açıksa uygulanır.

14 - İstenen pozisyonlar

Zorluk hakemleri bir hareketin vücut pozisyonunun (toplu, bükülü veya düz vücut pozisyonu) belirlenmesinde, genel koşullarda o hareketin orta noktasındaki pozisyonu göz önüne alacak ve yapılması daha kolay vücut pozisyonunu temel alarak hareketin vücut pozisyonunu tayin edeceklerdir (düz vücut pozisyonları en zor ve toplu pozisyon en kolay pozisyon olarak kabul edilir). Çoklu saltolar durumunda hakemlik rehberinin 15. Maddesine bakılmalıdır.

14.5 Kollar

Kolların hareketinin burgunun rotasyonunu durdurabileceği kabul edilmektedir.

Gövde ve kollar arasında maksimum açı aşağıdaki gibi olmalıdır:

Barani, Full, ½ burgulu çoklu saltolar 45°

Full twist'den daha fazla ve diğer tüm burgulu çoklu saltolar 90°

15 - Tekrar

Bir element farklı vücut pozisyonlarında yapıldığında, elementin tekrar olup olmadığını değerlendirmek için 2 faktör göz önüne alınır;

Burgunun yapıldığı safha ve sayısı ve Saltoların sayısı

(B: burgu – S :salto)

1. 0-180 dereceli burgular

270 derece ya da üzerindeki saltolarda en çok üç pozisyon mümkündür.

Örnek:

¾ geri salto ----- (B=0 derece S=270 derece) 3 pozisyonda

½ burgu ayağa ----- (B=180 derece S=90 derece) 1 pozisyonda

1 ½ öne salto ½ burgu ((barani ball out) sırttan öne salto ½ burgu)----- (B=180 derece S=450 derece) 3 pozisyonda

2. 360 derece ya da daha fazla burgular

450 dereceden fazla saltolarda 3 pozisyon mümkündür.

Örnek;

1¼ öne salto, 1½ burgu (Rudi ball out) (B=540 derece S=450 derece) 1 pozisyonda

1 geri salto, 1 burgu (Full) (B=360 derece S=360 derece) 1 pozisyonda

2 geri salto, 2 burgu (full in Full out) (B=720 derece S=720 derece) 3 pozisyonda

3. Çoklu saltolar

Çoklu saltolarda, cimnastikçi her element için bir vücut pozisyonu seçebilir: toplu, bükülü düz.

Zorluk hakemleri cimnastikçi tarafından yapılan vücut pozisyonuna göre en kolay vücut pozisyonunu temel alarak cimnastikçinin pozisyonuna karar vereceklerdir.

Örnek: Barani out Triffis: ilk salto bükülü ve ikinci salto toplu yapılırsa, zorluk hakemleri bu elementi toplu yapılmış olarak kabul edecektir.

Not: Senkronize yarışmalarında (salto ve burgular) vücut pozisyonu değerlendirilirken aynı kural geçerli olacaktır. Çünkü sadece tek bir pozisyonun tanındığı ayakta 1/2 burgu hareketinde bir çift bu hareketi farklı pozisyonda yapmış olabilir ve bu seride duraklama düşünülmesine sebep olmaz . Bununla birlikte, Barani hareketinde yukarıdaki kritere uygun olarak farklı pozisyonlar olabilir ve bu sebepten çiftlerin her biri hareketi aynı pozisyonda yapmalıdır, aksi durumda elementler farklı olarak kabul edilir ve seride duraklama olarak düşünülebilir (bakınız16.1.6 Trampolin Yarışma Yönetmeliği).

4. Saltoların farklı safhalarındaki burgular

- 540 derece veya daha az saltolarda sadece 1 safha tanınır ve element yukarıda belirtilen farklı vücut pozisyonları kuralına uymazsa hareket tekrarı kabul edilir.
- 630-900 derece saltolarda iki safha tanınır, ön safha ve son safha ve bu toplam dairesel dönüş derecesinin ikiye bölümüyle bulunur.
- Tüm çoklu burgulu çift saltolar (aynı miktarda burgu içeren), burgu rotasyonunda tanımlanabilir duraksama olmadan yapılırsa ya da tanımlanabilen bir pozisyon içermiyorsa, 1 den fazla yapıldığında tekrar olarak düşünülür.

17- Seride duraksama / Serinin bitirilmesi

Çift ayak iniş, ayak tabanlarının yere temasıdır.

Cimnastikçi iniş sırasında sıçrama alanına ve çizgili alanlara ayaklarıyla temas eder, ancak gövdesiyle vertikal pozisyona ulaşamazsa (tanımlanabilen iniş hazırlığı görülmezse) ve öne, yüz üstüne düşmemek için ellerini kullanırsa ya da yüz üstüne – dizlere - ellere ya da öne düşerse element sayılmaz. Düşüş için ekstra puan kesilmeyecektir.

18.1 - Zorluk

Zorluk hakemleri arasında çelişki olduğu zaman başhakem son kararı verir. Tekli saltolarda zorluk hakemleri, hareketin başlangıcından iniş pozisyonu arasında kalan 135 derecelik açıyı değerlendirmelidir.

Çoklu saltolarda; zorluk hakemleri hareketin pozisyonunu değerlendirirken;

- Geriye saltolarda: yükselme aşamasındaki 90 derece ile, kalan 180 derece (iniş öncesi) arasında değerlendirme yapmalıdır.

- Öne saltolarda: yükselme aşamasındaki 135 derece ile, kalan 180 derece (iniş öncesi) arasında değerlendirme yapmalıdır.

İnişte ayakların pozisyonuna baktığımızda; burguda ayakların rotasyonu $\frac{1}{4}$ ten fazla

ise $\frac{1}{2}$ olarak düşünülür, ayakların rotasyonu $\frac{3}{4}$ ten fazla ise 1/1 olarak düşünülür, vb.

20.15 Hakem Grubu Başkanının (Başhakem) Görevleri

Zorluk ya da yapım hesaplamalarıyla ilgili bir hata söz konusu olduğunda ve bunun bir hakem, cimnastikçi, antrenör ya da bir resmi yetkili tarafından farkına varıldığında, bu kişiler hatanın olduğu tur bitmeden profesyonelce ve kibarca durumu başhakeme bildirir.

Başhakem bir sonraki tur başlamadan durumu tetkik ederek sonuçlandırır.

21.3.1 Yapımın Hesaplanması

Rotasyon ya da Uçuş Safhası

Kolların pozisyonu **0.0-0.1 puan**

(kolların bükülmesi, burgu sırasında kolların açılması)

Bacakların pozisyonu **0.0-0.2 puan**

(diz bükülmesi, parmak ucu sıkılmaması, bacak açıklığı)

Vücut pozisyonu	0.0-0.2 puan
Pike ve straddle jump sırasında bacakların trampoline açısı	0.0-0.2 puan
<u>Açılış ve İniş Safhası</u>	
Salto açılışı ve bu pozisyonun korunması	0.0-0.3 puan
Açılış yapılmaması	0.3 puan

Her element için yetersiz yapım kesintisi 0.5 puanı geçemez.

21.3.2 - İlave iniş kesintileri

Duraksama olan serilerde ayrıca iniş kesinti yapılmayacaktır.

21.3.2.2 – Bir veya iki elle trampolin yatağına dokunma

Tamamlanan seriden sonra el(ler) düşmeyi engellemek için tüm vücudu desteklemek için kullanılıyorsa (bacaklar yatağa, mavi alanlara dokunmadan) 0.5 puan yerine 1.00 puan kesinti uygulanmalıdır.

B. TRAMPOLİN YARIŞMA YÖNETMELİĞİNİN AÇIKLAMASI

Genel

Sadece iki ayak üzerine, oturuşa, yüz üstü veya sırt üstü inişe yapılan elementler tanınacaktır.

16.1.1 Tek ayak üzerine inişler

Tek ayaküstüne inişli element, bir element olarak sayılmaz ve bu inişte seri duraklar. Bu kural sadece ayaklarla yapılan ikili temasta uygulanır. Eğer sırtta ya da yüz üstüne inişte ayaklar sonradan sıçrama alanına temas ederse bu duraklama teşkil etmez.

17.3 Aynı hareketle bitirmemek

Bir cimnastikçinin ani ve hareketsiz durması durumunda buna karşın diğer cimnastikçinin kısmen durması kural ihlali olarak değerlendirilmez(kısmen durma sıçrama olarak değerlendirilmedikçe).

21.3.2 Son elementte ya da sonrasında yetersiz stabilite

Kesintisiz bir iniş şu şekilde tanımlanır:

- Sabit bir dik duruş gösterme
- Ayakları omuz genişliği veya daha az mesafede bir arada tutma

Stabilitede sıçrama ve iniş kesintilerinin toplamı 0.3 puanı geçemez.

FIG 2022 – 2024
DEĞERLENDİRME KURALLARI-TRAMPOLİN CİMNASTİK

Sıçrama sırasındaki kontrolsüz hareketler stabilite eksikliğinin bir bölümü olarak değerlendirilecektir. Eğer cimnastikçi inişten sonra yaklaşık üç (3) saniye hareketsiz beklemez ve tamamen sabit durmadan önce hakemlere döner veya sıçrama alanını terk ederse E hakemleri 0.2 puan kesinti uygular.

Kontrollü sıçrama (out-bounce) sırasında kesinti (maksimum 0.1)

Sıçrama sırasında kontrolsüz hareketler 0.1

İniş kesintileri (maksimum 0.2)

Trampolin yatağında bekleme sırasında kolların hareketi (daire çizmesi) 0.1

Adım(lar) ya da sıçrama(lar) 0.1-0.2

Dik duramama 0.1

Ayakların omuz genişliğinden daha açık durması ve sabit bir pozisyona dönememek 0.2

-Ceza puanı adımın veya sıçramanın uzunluğuyla değil, miktarıyla ilgilidir.

-Bir adım atıldıktan sonra (kesinti 0.1) aynı adımla stabiliteyi sağlamak için geri gelmek tekrar adım kesintisine neden olmaz.

21.3.2.5 İlave Elementler

Eğer bir cimnastikçi final inişinden (10. Element) sonra duramaz ya da sıçrama alanından geri sekmeyi kontrol edemez ve bir salto ya da flik flak yapmak zorunda kalırsa 1.0 puanlık bir kesinti yapılacaktır.

23.2 ve 23.3 Horizontal Yer Değiştirme'nin Değerlendirilmesi

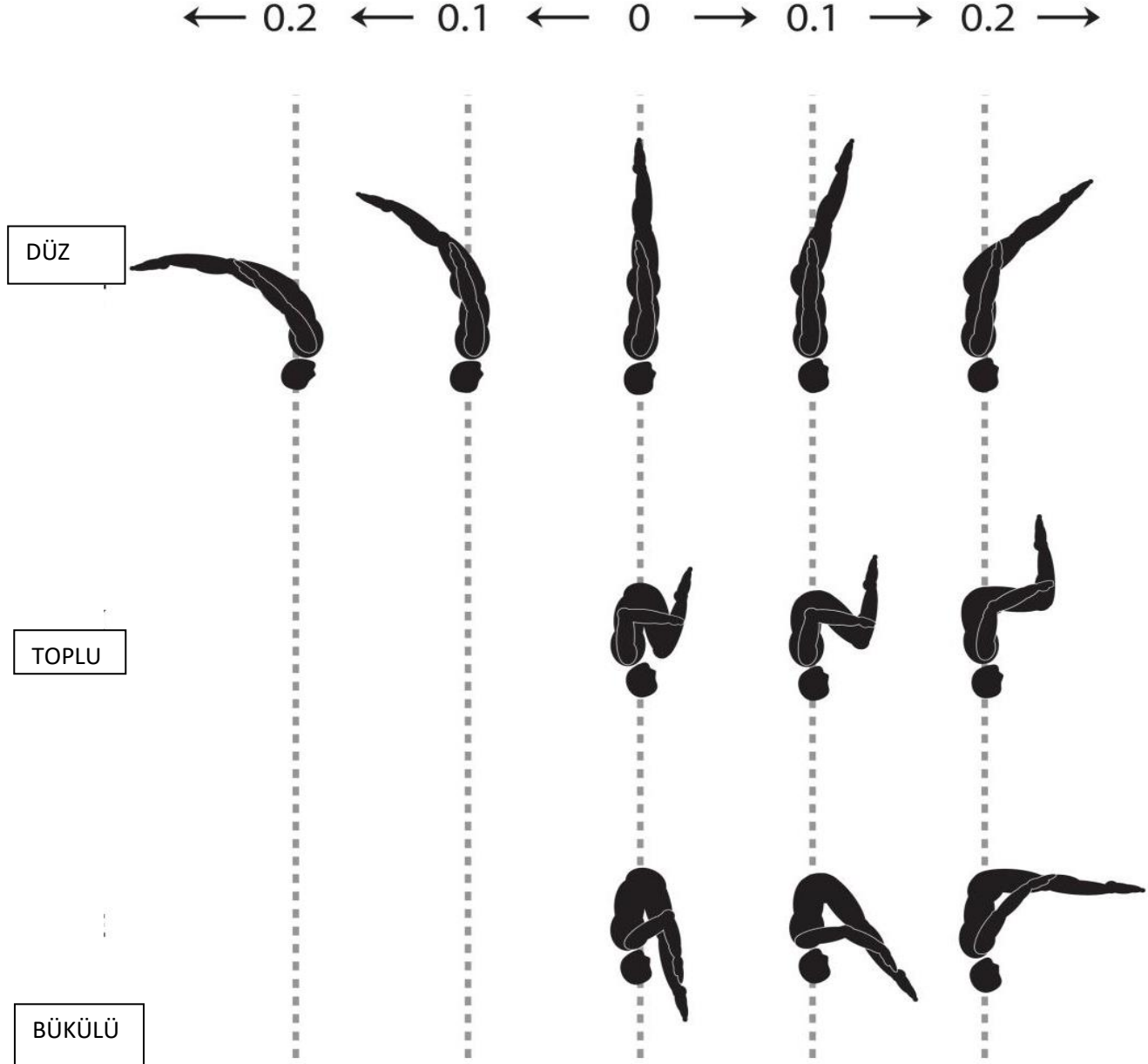
Trampolin yatağının bölgelerine göre her element inişi için kesintisi 0.0 – 0.3 puan

(Ayakta, sırtüstünde, yüzüstünde ve oturuşta biten elementlerin doğru değerlendirilmesi için çizimler bölümüne bakınız)

0.3	0.2	0.3
0.2	0.1	0.2
0.3	0.2	0.3

2. ÇİZİMLER (bu çizimler rehber niteliğindedir ve harfi harfine uygulanmamalıdır).

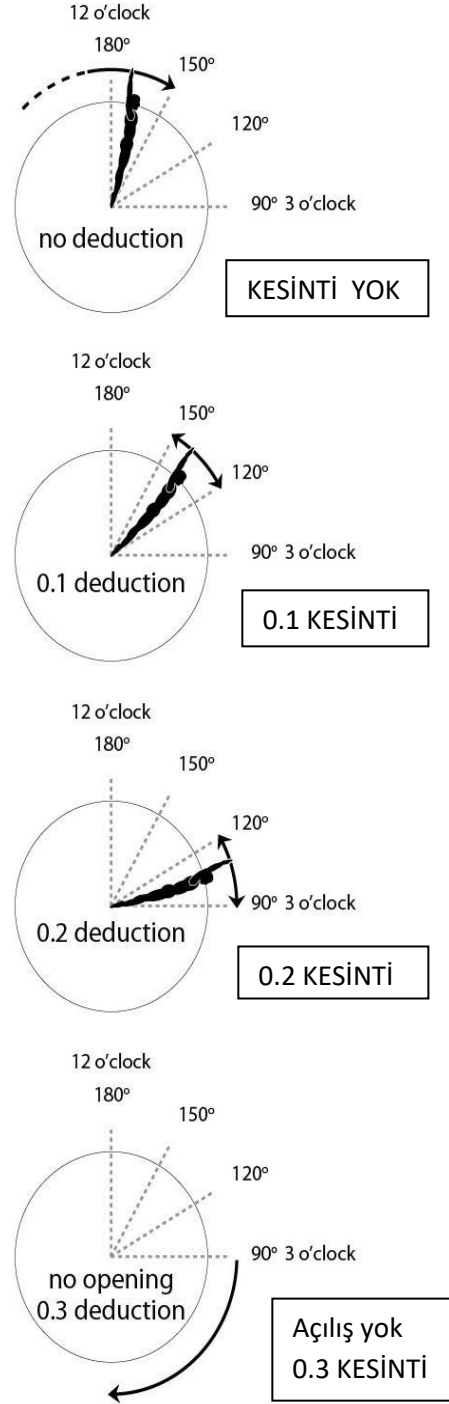
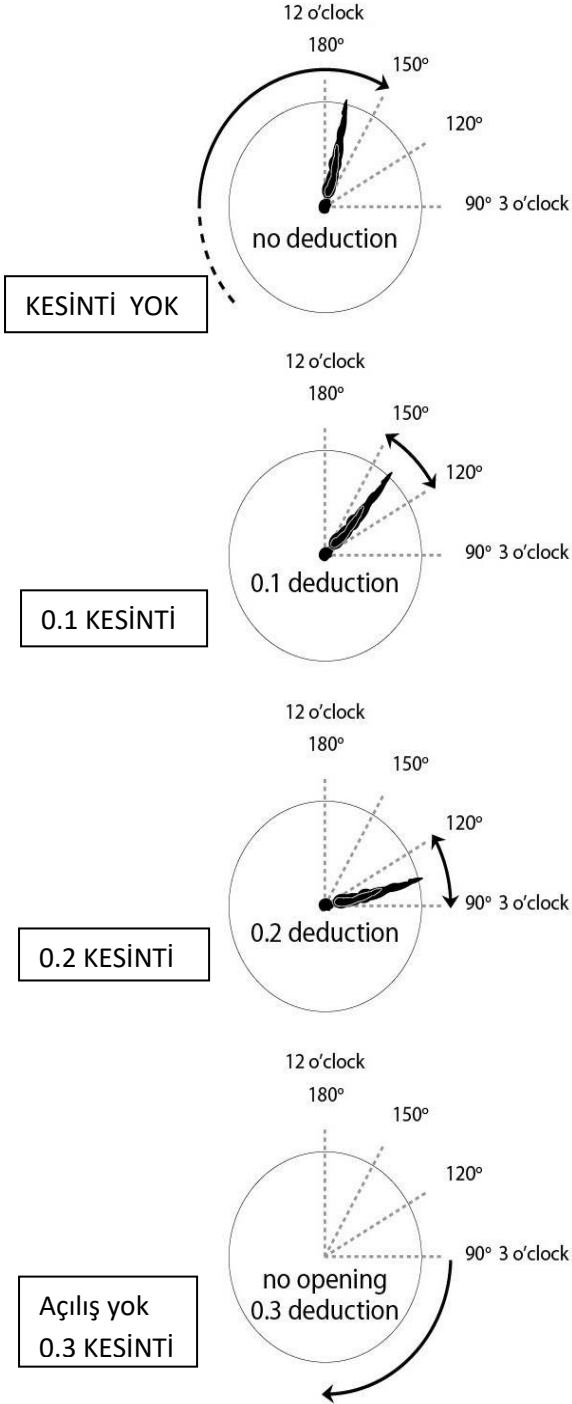
POZİSYON KESİNTİLERİ



SALTOLARDA AÇILIŞ

AYAĞA YA DA YÜZÜSTÜNE İNİŞ

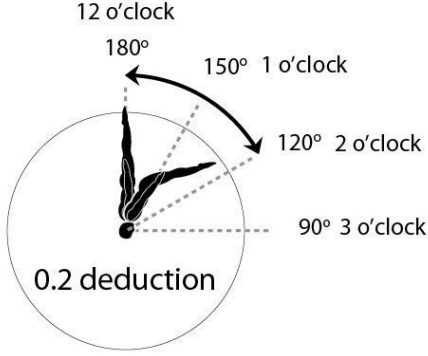
SIRTA İNİŞ



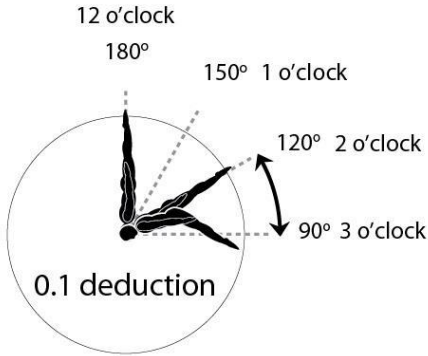
AÇILIŞ SONRASI - BÜKÜLÜ İNİŞ

AYAĞA YA DA YÜZÜSTÜNE İNİŞ

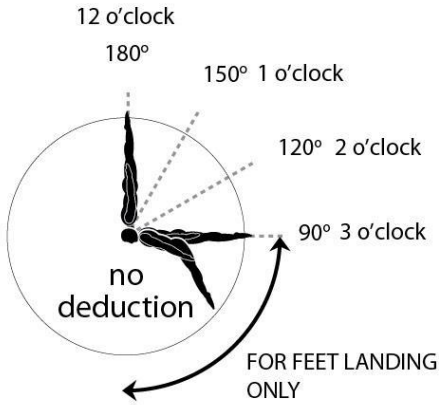
SIRTA İNİŞ



0.2 KESİNTİ

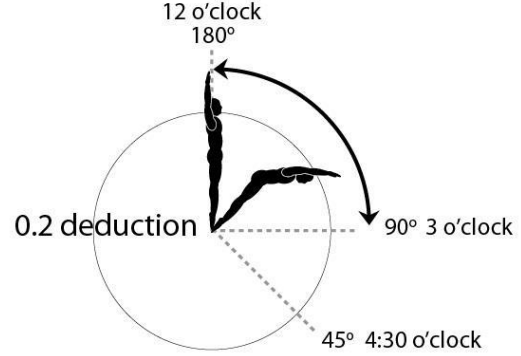


0.1 KESİNTİ

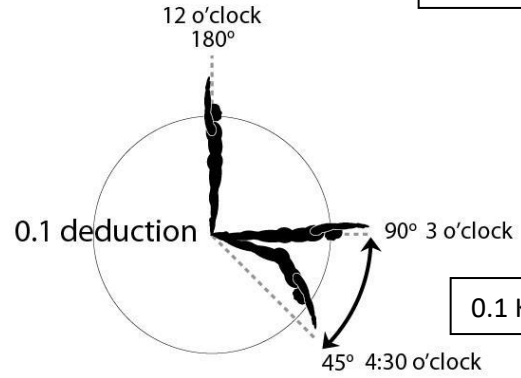


KESİNTİ YOK

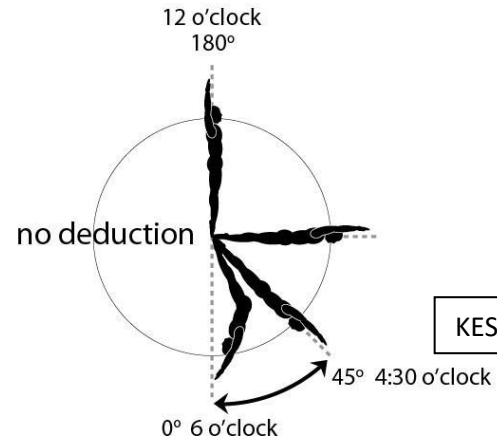
Sadece ayağa
inişler



0.2 KESİNTİ



0.1 KESİNTİ

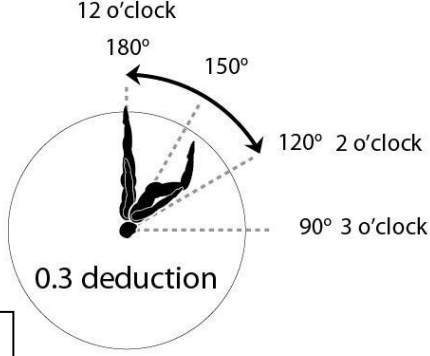


KESİNTİ YOK

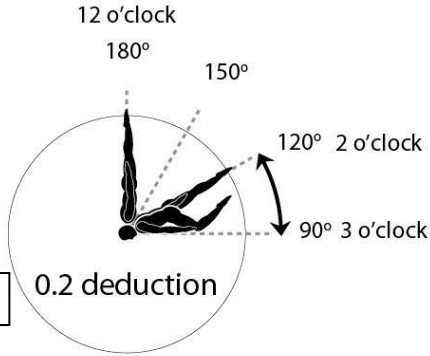
AÇILIŞ SONRASI - TOPLU İNİŞ

AYAĞA YA DA YÜZÜSTÜNE İNİŞ

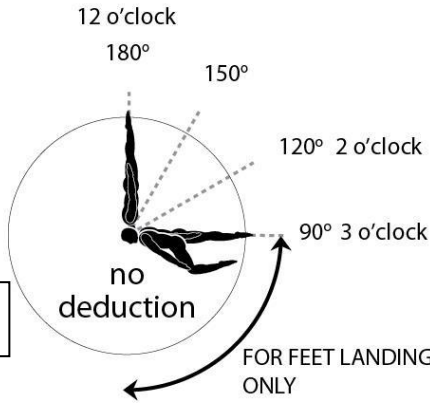
SIRTA İNİŞ



0.3 KESİNTİ

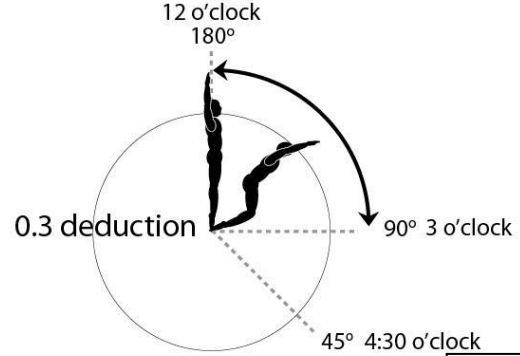


0.2 KESİNTİ

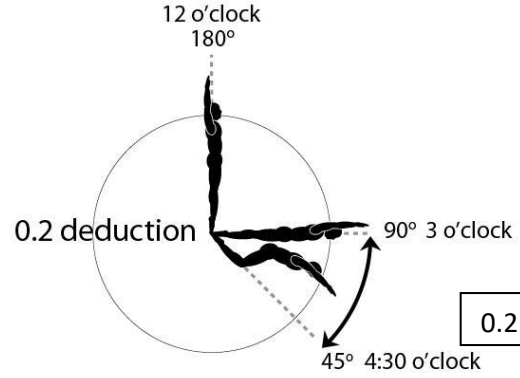


KESİNTİ YOK

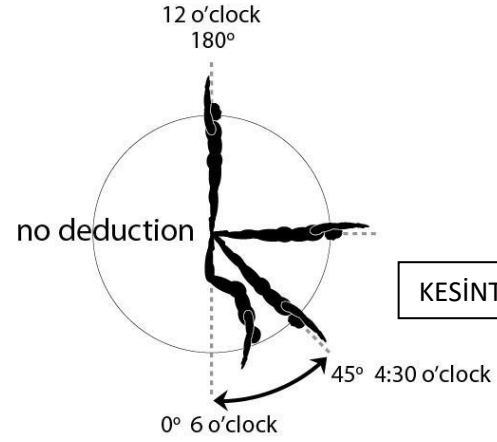
Sadece ayağa
inişler



0.3 KESİNTİ



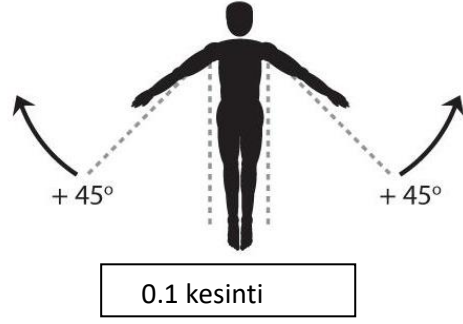
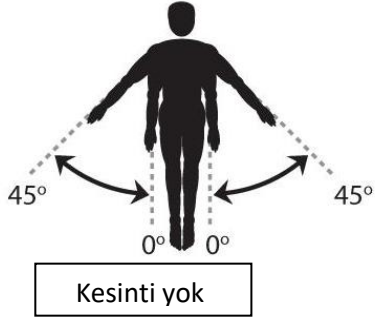
0.2 KESİNTİ



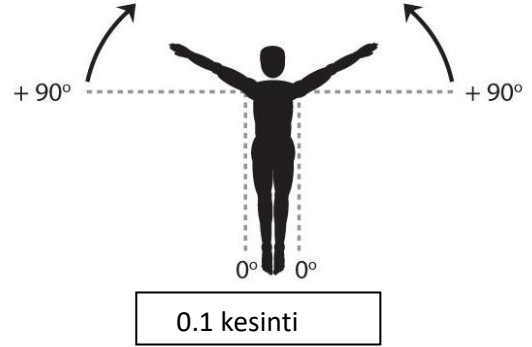
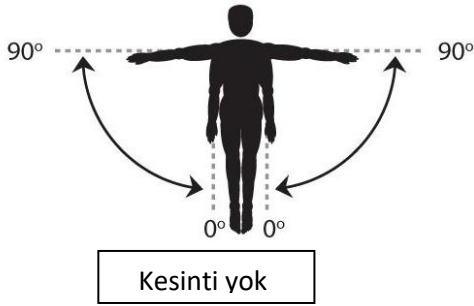
KESİNTİ YOK

BURGUNUN SONLANDIRILMASINDA KOLLARIN POZİSYONU

BARANI, FULL, SONU ½ BURGULU ÇOKLU SALTOLAR



FULL TWİST'TEN DAHA FAZLA TEKLİ SALTO VE DİĞER TÜM ÇOKLU BURGULU SALTOLAR



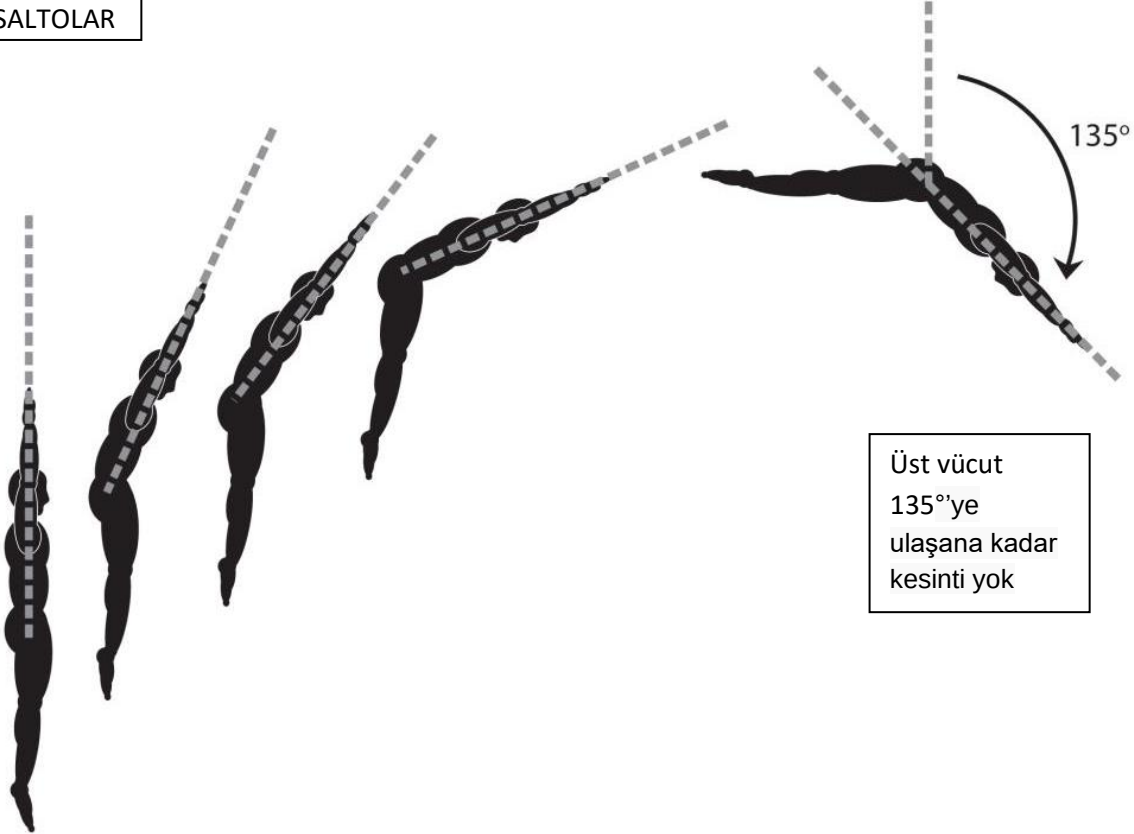
ÇOKLU SALTOLARDA ÇIKIŞ

GERİYE
SALTOLAR



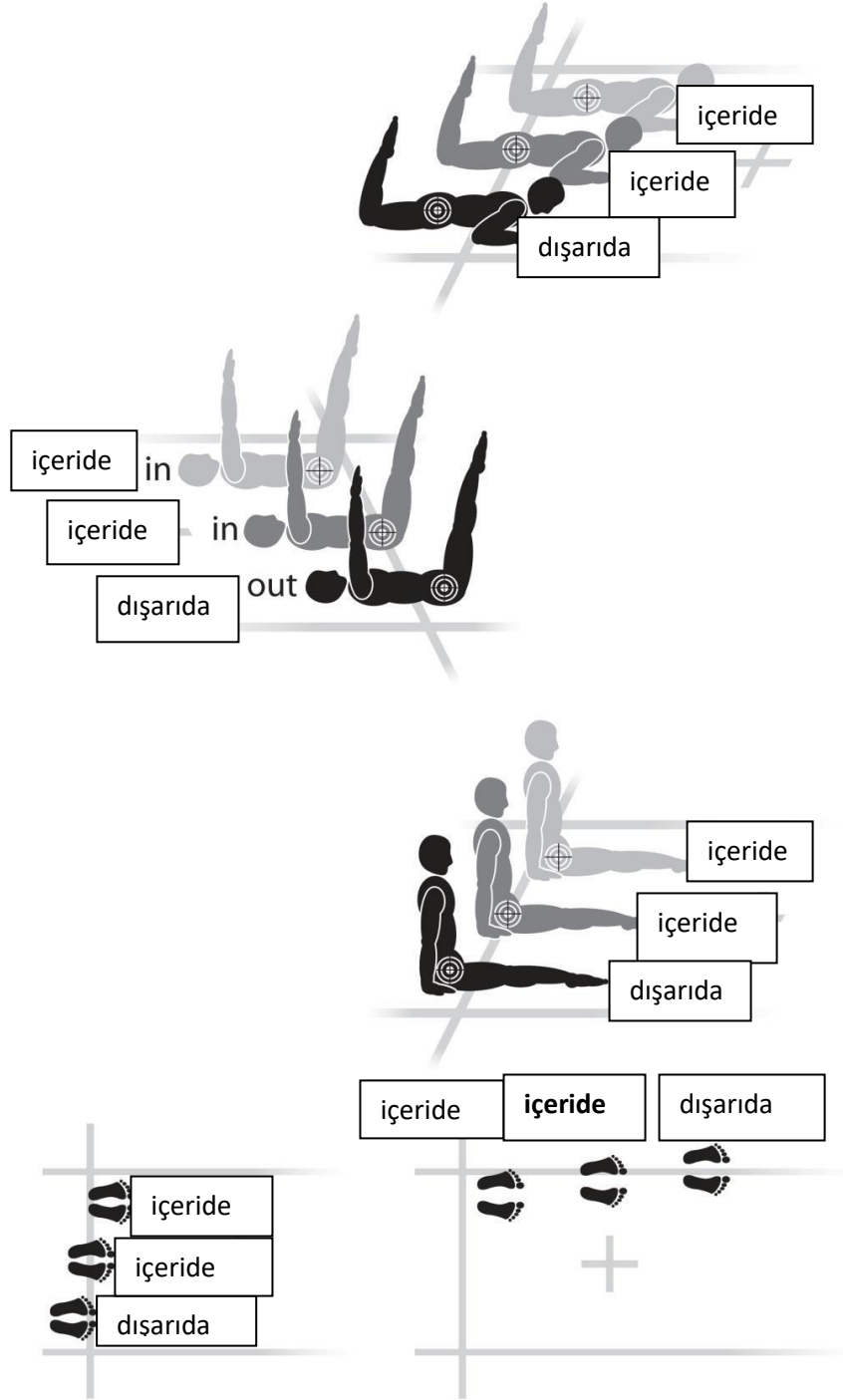
Üst vücut
90°'ye ulaşana
kadar kesinti
yok

ÖNE
SALTOLAR



Üst vücut
135°'ye
ulaşana kadar
kesinti yok

HORİZONTAL YER DEĞİŞTİRME



PIKE VE STRADDLE JUMP

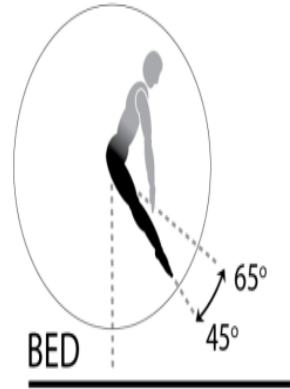
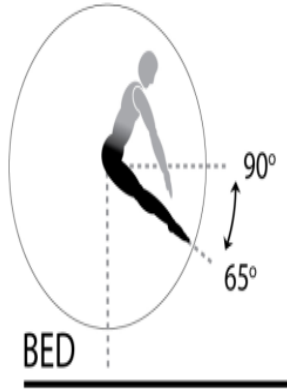
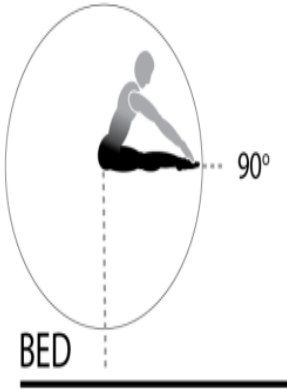
PIKE AND PIKE STRADDLE JUMPS

Bacakların trampolin yatağına açısı

KESİNTİ YOK

0.1 KESİNTİ

0.2 KESİNTİ



BÖLÜM III. EKLER

A.ZORLUK NOTU HESAPLAMA PRENSİPLERİ

Dönüş	Değer	Bonus	Örnek
¼ somersault	0.1	---	¾ back = 0.3
Tamamlanmış salto (360°)		0.1	Geriye Toplu Salto = 0.5
Tamamlanmış üçlü salto (1080°)	1.6		Geriye Üçlü Salto = 1.6
Tamamlanmış Dörtlü salto (1440°)	2.2		Geriye Dörtlü Salto = 2.2
½ twist	Position	0.1	1/1 twist to back [0.1+0.2] = 0.3
0° - 630° somersault <u>with</u> twist	< or /	---	Barani straight [0.5+0.1] = 0.6
360° - 630° somersault <u>without</u> twist	< or /	0.1	1 ¾ pike [0.8+0.1] = 0.9
720° - 990° somersault with or without twist	< or /	0.2	2 ¾ pike [1.3+0.2] = 1.5
1080° - 1350° somersault with or without twist	< or /	0.3	¾ out Triffis pike [1.6+0.1+0.3] = 2.0
1440° somersault with or without twist	< or /	0.4	¾ out Quadriffis pike [2.2+0.1+0.4] = 2.7

B.ZORLUK HESAPLAMA ÖRNEKLERİ

Element	o	< or /
¾ back or front 3 -	0.3	0.3
Back or front somersault 4 -	0.5	0.6
Barani 4 1	0.6	0.6
Cody 5 -	0.6	0.7
Barani ball out 5 1	0.7	0.7
Full 4 2	0.7	
Rudolf 4 3	0.8	
1 ¾ somersault 7 --	0.8	0.9
Double-full 4 4	0.9	
Rudi ball out 5 3	0.9	
Double back 8 --	1.0	1.2
Half out 8 - 1	1.1	1.3
Half in Half out 8 1 1	1.2	1.4
Full out 8 - 2	1.2	1.4
2 ¾ somersault 11 - - -	1.3	1.5
Rudi out 8 - 3	1.3	1.5
Full in Half out 8 2 1	1.3	1.5

Element	o	< or /
Full in Full out 8 2 2	1.4	1.6
Half in Rudi out 8 1 3	1.4	1.6
Randi out 8 - 5	1.5	1.7
Full in Rudi out 8 2 3	1.5	1.7
Triple back 12 - - -	1.6	1.9
Half in Randi out 8 1 5	1.6	1.8
Full in Double-full out 8 2 4	1.6	1.8
Half out Triffis 12 - - 1	1.7	2.0
Full in Randi out 8 2 5	1.7	1.9
Half in Half out Triffis 12 1 - 1	1.8	2.1
Full in Half out Triffis 12 2 - 1	1.9	2.2
Rudi out Triffis 12 - - 3	1.9	2.2
Half in Rudi out Triffis 12 1 - 3	2.0	2.3
Full in Rudi out Triffis 12 2 - 3	2.1	2.4
Full Full Full 12 2 2 2	2.2	2.5
Half out Quadriffis 16 - - - 1	2.3	2.7
Half in Half out Quadriffis 16 1 - - 1	2.4	2.8

FIG 2022 – 2024
DEĞERLENDİRME KURALLARI-TRAMPOLİN CİMNASTİK

C.FIG Sayısal Sistem - Trampolin

FIG yarışmalarında yalnızca FIG sayısal sistemi kabul edilir.

- İkinci kolon ¼ lük saltoların sayısını verir.
- Üçüncü kolon her saltodaki burguların dağılımlarını verir.
- Dördüncü kolon elementin yapılış pozisyonunu belirtmek için “ O” ya da boşluk bırakılması toplu pozisyon, “<” bükülü pozisyon ve “/” düz vücut pozisyon tanımlarını verir.

Element	¼ Saltolar	½ Burgular			Pozisyon	Zorluk
Half out Triffis, tucked 3 salto ½ burgu (toplu)	12	-	-	1	O	1.7
Half in Rudy out, piked Öne salto 2 burgu (bükülü)	8	1	3		<	1.6
Full in half out, Straight Geriye 1 ½ burgolu salto (düz vücut)	8	2	1		/	1.5
Half in Rudy out, Tucked Öne salto 2 burgu (Toplu)	8	1	3		O	1.4
Double back, Tucked Geriye 2 salto (toplu)	8	-	-		O	1.0
Half out, Tucked 2 salto ½ burgu, (toplu)	8	-	1		O	1.1
Rudy Öne salto 1 ½ burgu	4	3				0.8
Double-Full 1 salto 2 burgu	4	4				0.9

Half in 1 ¾ back, tucked 1 ¾ salto ½ burgu (toplu)	7	1	-		O	0.9
Half out double ball out, Piked Sırttan ön 2 salto ½ burgu	9	-	1		<	1.4

D. FIG TEKNİK TERİMLER

BACK	Geri salto
FRONT	Öne salto
BALL OUT	Sırttan öne salto
CODY	Yüz üstünden geri salto
FLIFFIS	Burgulu her türlü çift salto
TRIFFIS	Burgulu her türlü üç salto
QADRIFFIS	Burgulu her türlü dört salto
IN	Elementte yapılan burguların elementin birinci safhasında olduğunu belirtir.
OUT	Elementte yapılan burguların elementin son safhasında olduğunu belirtir.
MIDDLE	Elementte yapılan burguların elementin orta safhasında olduğunu belirtir
BARANI	½ burgulu öne salto
HALF	½ burgulu 2 salto
FULL	1 burgulu 1 geri salto
DOUBLE FULL	2 burgulu 1 geri salto
TRIPLE FULL	3 burgulu 1 geri salto
RUDOLPH (RUDY)	1 ½ burgulu 1 öne salto
RANDOLPH (RANDY)	2 ½ burgulu 1 öne salto
ADOLPH	3 ½ burgulu 1 öne salto

FIG 2022 – 2024
DEĞERLENDİRME KURALLARI-TRAMPOLİN CİMNASTİK

Örnekler:

Saltoların Sayısı	Burguların Sayısı	Dağılım	Terminoloji
2	$\frac{1}{2}$	OUT	Half out FILIFFIS
2	$\frac{1}{2} + \frac{1}{2}$	IN & OUT	Half in Half out FLIFFIS
3	$1 + \frac{1}{2}$	MIDDLE & OUT	Full middle half out TRIFFIS
2	$\frac{1}{2} + 1 \frac{1}{2}$	IN & OUT	Half in Rudy out FLIFFIS

E. İLK SERİDE İSTENENLER

I. Gençler kategorisinde eleme turundaki birinci seride istenenler

Birinci seri 10 farklı elementten oluşur. 270 dereceden daha az salto dönüşlü sadece 1 elemente izin verilir. Yarışma kartında gerekleri yerine getiren elementler asteriksle (*) işaretlenmelidir. Bu gerekler bir element içerisinde birden fazla yer alamaz ve farklı elementlerde sunulmalıdır.

- 1- Yüz üstüne veya sırtta yapılan bir element.
- 2- Yüz üstünden veya sırttan yapılan bir element – gerekler No:1`in kombinasyonu.
- 3- Burgulu veya burgusuz yapılan öne/geri bir çift salto.
- 4- Minimum 540 derece burgulu ve minimum 360 derece saltolu bir element.

Bu gerekler 13-14 ve 15-16 yaş grupları için de geçerlidir.

Uluslararası Cimnastik Federasyonu

Horst Kunze

Trampolin Teknik Komite Başkanı

F. HESAPLAMALAR – ÖRNEKLER

1. Uçuş süresi puanı – 18.2.1

18.2.1: Yapım, zorluk ve senkronizasyon değerlendirilmesi 10 puan üzerinden yapılır. Uçuş süresi değerlendirmesi saniyenin 1/1000' inin 5/1000 e yuvarlanması ile yapılır.

Örnek

Uçuş süresi puanı 1: 16.233 >>> 16.230'a yuvarlandı

Uçuş süresi puanı 2: 17.196 >>> 17.195'e yuvarlandı

Uçuş süresi puanı 3: 17.455 >>> 17.455

Uçuş süresi puanı 4: 17.194 >>> 17.190'a yuvarlandı

2. Eksik E puanı – 18.2.4

18.2.4: Eğer yapım veya senkronize hakemlerinden biri veya bazıları başhakem sinyal verdiğinde not göstermekte başarısız olursa, eksik notun (notların) yerine diğer notların ortalaması alınacaktır.

Örnek

E1	E2	E3	E4	E5	E6
9.1	9.1	9.2	---	9.2	9.3

Bu durumda 5 notun ortalaması alınır $(9.1+9.1+9.2+9.2+9.3) / 5 = 9.18$ ve 9.18 eksik notun yerine konur.

E1	E2	E3	E4	E5	E6
9.1	9.1	9.2	9.18	9.2	9.3

Bu durumda bu seri için E puanı 18.380

E1	E2	E3	E4	E5	E6	
~~9.1~~	~~9.1~~	9.2	9.18	~~9.2~~	~~9.3~~	= 18.380

Senkronize trampolin için örnek

E1	E2	E3	E4	E5	E6
9.1	8.4	9.2	---	9.2	8.3

Bu durumda aynı cimnastikçi için 2 notun ortalaması alınır (Trampolin 2: E2, E4, E6)

$$(8.4+8.3) / 2 = 8.35 \text{ ve}$$

8.35 eksik notun yerine konur.

E1	E2	E3	E4	E5	E6
9.1	8.4	9.2	8.35	9.2	8.3

Bu seri için E puanı 8.775

E1	E2	E3	E4	E5	E6	
~~9.1~~	~~8.4~~	9.2	8.35	~~9.2~~	~~8.3~~	$(9.2+8.35) / 2 = 8.775$

3. Yuvarlama (Düzeltilme) – 18.2.10

18.2.10: Tüm notlar, sonu 3 (üç) ondalık basamak olacak biçime çevrilir. Bu düzeltme cimnastikçinin bir serideki toplam skoru için yapılır.

G. ELEKTRONİK SİSTEMİN BOZULMASI

Hakemin veya uçuş süresi ölçüm cihazının çalıştırılmasında başarısızlık olması durumunda hakemler cihazı yedeklemek maksadıyla ekstra bir sisteme sahip olmalıdır. Tercihen bu sistem saniyede 50 kare çekebilen ve bilgisayarda anında oynatılabilen video sistemi olmalıdır. Yarışma organizatörü, uçuş süresi hakemi, başhakem ve üst jüri bu sistemin mevcut olduğundan ve net görüş sağlayacak doğru açıda kurulduğundan emin olmalıdır.

1. Bireysel trampolin ve videonun kullanımı

Video kayıtları için uçuş süresi ölçüm cihazı yapımcıları tarafından uçuş süresi ölçümünde özel bir yazılım kullanılması önerilmiştir.

Ya da

1. Video kayıtlarından serinin toplam süresini ölçün (trampolin üzerinde geçirilen iniş zamanları da dahil).

FIG 2022 – 2024
DEĞERLENDİRME KURALLARI-TRAMPOLİN CİMNASTİK

- Zaman ölçüm işlevselliği olan standart yazılım ile veya

- Video kameraya yüklenen zaman ölçümü ile

2. Trampolinde (temas halinde iken) harcanan toplam iniş süresini ölçüm (trampolinde geçirilen video kaydı karelerinin toplamını saniyenin 1/100'üne dönüştürerek).

Kare sayısı	Zaman aralığı (25 kare/sn.)	Zaman aralığı (50 kare/sn.)
1	0,04	0,02
2	0,08	0,04
3	0,12	0,06
4	0,16	0,08
5	0,20	0,10
Vs.	Vs.	Vs.

3. Uçuş süresini bulmak için serinin toplam süresinden trampolinde (temas halinde iken) geçirilen süreyi çıkarın.

2. Senkronize trampolin ve videonun kullanımı

Video kareleri dönüştürme zamanı (25 kare/sn.)

Kesinti	Zaman farkı	Karelerdeki fark
0,05	0,02	0,5
0,10	0,04	1
0,15	0,06	1,5
0,20	0,08	2
0,25	0,10	2,5
0,30	0,12	3
0,35	0,14	3,5
0,40	0,16	4
0,45	0,18	4,5
0,50	0,20	5
0,55	0,22	5,5
0,60	0,24	6
0,65	0,26	6,5
0,70	0,28	7,0
0,75	0,30	7,5
0,80	0,32	8
0,85	0,34	8,5
0,90	0,36	9
0,95	0,38	9,5

FIG 2022 – 2024
DEĞERLENDİRME KURALLARI-TRAMPOLİN CİMNASTİK

1,00	0,40-0,50	10-12,5
------	-----------	---------

1. Resmi video sayım karelerine göre element başına iniş farklılıkları:

Saniyedeki kare (sıklık)	25	30	50	60
Element başına sayılan maksimum kare	5	6	10	12

(Not: İniş başına yapılabilecek maksimum kesinti 1.00 puandır).

2. Toplam süreyi bulmak için karelerin toplamını sıklığa bölün.

3. Serinin toplam senkronizasyon kesintisini bulmak için toplam puanı 2.5 ile çarpın ya da 0.4'e bölün.

Örnek: (Video 25 kare/sn.)

a) Toplam 17 kare

b) $17 / 25 = 0,68$ sn.

c) $0,68 \times 2,5 = 1,7$ puan kesinti

d) $10 - 1,7 = 8,3$ senkronizasyon puanı