



LATVIJAS AUGSTSKOLU
SPORTA SAVIENĪBA

Latvijas XXVI Universiādes 2015/2016 Nolikums ESTĒTISKĀ VINGROŠANA

Vieta

Cigoriņu iela 3, Rīga (pie Arkādija parka RSU sporta zāle)

Laiks

09.04 2016., sacensību sākums plkst.13.00. Zāles izmēģināšana 12:00.

Organizators

LASS sadarbībā ar RSU sporta katedru un sporta klubu.

Dalībnieki

Latvijas augstskolu estētiskās vingrošanas komandas

Programma

Universiādes sacensībās komandas piedalās ar grupu vingrojumu bez priekšmeta.

Vispārējās prasības

Komandas sastāvā 5-10 dalībnieces.

Sacensību laukums 12m x 12m.

Vingrojuma ilgums no 2min.15sek. līdz 2min. 45sek.

Starta kostīms- vingrošanas triko, kombinezons un vingrošanas čības. Atļauti īsie svārki un kostīma dekorācija.

Vingrojuma tehniskā grūtība

Obligātie elementi

1. Ķermeņa kustības: divi dažādi ķermeņa lielie viļņi, divi dažādi uzvēzieni, divas ķermeņa kustību A-sērijas (sastāv no divām ķermeņa plastiskajām kustībām) un divas ķermeņa kustību B-sērijas (sastāv no trijām ķermeņa plastiskajām kustībām).
2. Balansa elementi: divi dažādi līdzsvāri vai griezieni (ne mazāk par 360°), balansa elementu sērija no diviem balansa elementiem.
3. Lēcieni: divi dažādi lēcieni un divu dažādu lēcienų sērija.

Papildgrūtības elementi

Vingrojumā tiek vērtēti arī papildgrūtības elementi, kas sastāv no diviem dažādu strukturgrupu elementiem vai elementa un ķermeņa kustību sērijas.

Vingrojuma kompozīcijas pamatprasības:

1. Vingrojumā jābūt ne mazāk par astoņiem dažādiem zīmējumiem.
2. Visiem elementiem vingrojumā jābūt loģiski un plūstoši savienotiem.
3. Mūzikas izvēle brīva, kustībām jāatbilst mūzikas pavadījumam.

Vērtēšana

Sacensības vērtē trīs tiesnešu grupas:

1. TV- tehniskā vērtība, sastāv no 3-4 tiesnešiem (maks. 6,0 punkti)
2. AV- artistiskā vērtība, sastāv no 3-4 tiesnešiem (maks. 4,0 punkti)
3. EX- izpildījums, sastāv no 3-4 tiesnešiem (maks. 10,0 punkti)

Tiesāt TV, AV, un EX var tie tiesneši, kuri piedalījušies tiesnešu seminārā un nokārtojuši eksāmenu.

Sacensības notiek divos apļos: priekšsacīkstes, maksimālā punktu summa – 20,0 punkti un finālsacensības ar maksimālo punktu summu – 20,0 punkti. Galīgais rezultāts sastāv no punktu summas saņemtas priekšsacīkstēs un finālsacensībās kopā, maksimāli sastāda- 40,0 punktus.

Pieteikšanās

Pieteikumi iesniedzami līdz 2016.gada 5.aprīlim, sūtot tos elektroniski pa e-pastu maruta.hoferte@inbox.lv

Tiesnesis

Galvenā tiesnese Maruta Hoferte, kontakti: tālr.29456943, maruta.hoferte@inbox.lv

Katrai augskolai, kura piedalās sacensībās, jānodrošina 2 tiesneši.

Sastādīja: Maruta Hoferte lektore, trenere, tālr. 29456943.

Saskaņots ar estētiskās vingrošanas kolēģiju kopējā sapulcē 19.04.2008.gadā.