

Sääntötarkennukset kilpailuihin 2024

Alla olevat sääntötarkennukset on vahvistettu LAR kokouksessa 3.4.2024, ja ne astuvat voimaan 3.4.2024. Sääntötarkennukset koskevat kaikkia kisaluokkia 1–6, paitsi niitä luokkia, missä yksilöliikkeet eivät ole pakollisia.

- SR vähennykset puuttuvista yksilöistä
 - Jokainen puuttuva liike (mukaan lukien jokaisen voimistelijan jokainen yksilöliike) -1 SR
- Variaatiot
 - Liikkeissä ToD sivut 13–16 variaatiot sallittu. Ainoana poikkeuksena on jalat ristissä päälläseisonnassa, joka on sallittu.
- Siltakaato vaihtojaloin ei ole taiteellinen variaatio, joten sitä ei hyväksytä yksilöliikkeeksi siltakaadon tilalla. Liikettä ei lasketa yksilöliikkeeksi, koska spagaattilinja puuttuu. Siltakaatoa vaihtojaloin voi käyttää taiteellisena elementtinä, mutta yksilöliikkeeksi sitä ei lasketa.
- Diamidov alastulo on lantio ylhäällä, ei istuma-asentoon, kuten kuvassa.

Alla olevat sääntötarkennukset on vahvistettu LAR kokouksessa 9.10.2024, ja ne astuvat voimaan 9.10.2024. Sääntötarkennukset koskevat pienryhmien luokkia 2 ja 3.

- Haarakulman tilalla voi tehdä myös kulmapidon, ja toisinpäin. Muut liikkeet eivät ole sallittuja niiden tilalla.
- Käsiseisonnat tulee suorittaa jalat yhdessä, Y-asennossa tai sivuspagaatissa.
- Triojen kuva A4, olkakäsiseisonta jalkojen päällä, tulee suorittaa kuvan mukaisesti eli top pitää basen jaloista kiinni.
- Suorat heitot joko eteen tai taakse sallittu seuraavissa kuvissa: parit D2 ja D3, triot D1 ja D2 ja nelikot D1 ja D2.
- Kehtoheitot joko selällä tai vatsalla sallittu parit F2, triot F1-F3.
- Nostoissa asento voi olla selällä tai vatsallaan parit C3, triot C3 ja nelikot F1-F3
- Kerävoltin (4/4 pyörintä) voi tehdä myös suorana.
- Triojen ja nelikoiden $\frac{3}{4}$ voltin kuvassa F4 tulee tehdä keränä.