



2019 – 2020 ANADOLU YILDIZLAR LİĞİ CİMNASTİK SPOR DALI TALİMATI

1. Yarışmalar; ANALİG Uygulama Talimatına, Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü öngörülen hükümlere, Uluslararası Oyun Kuralları ve Yarışma Talimatlarına uygun olarak yapılacaktır.
2. Yarışmalar;
 - a. Grup, yarı final ve Türkiye birinciliği kademelerinde, kız ve erkek il karmaları arasında ayrı ayrı yapılacaktır.
 - b. Grup, yarı final ve Türkiye birinciliği yarışmalarına ait duyurular ve katılımcı listeleri Genel Müdürlüğümüzce belirlenen ve ilan edilen takvim doğrultusunda anadoluyildizlarligi.sgm.gov.tr adresinden yayımlanacaktır.

3. Doğum tarihleri:

Artistik Erkekler	2011 – 2012 – 2013
Artistik Kızlar	2012 – 2013

4. Grup, yarı final ve Türkiye birinciliği yarışmalarına katılacak kız ve erkek takımları ayrı ayrı olmak üzere en fazla 5 (3 asil + 2 yedek) sporcudan oluşur. Spor kabileleri, “Spor Kafileleri Seyahat Yönergesi” gereğince oluşturulacaktır.
5. İl Dışı Çıkış Olur’unda; 4 üncü maddede belirtilen sporcu ve Spor Kafileleri Seyahat Yönergesinde yer alan idareci - çalıştırıcı sayısından fazla kişi yer alamaz.
6. Mali konularla ilgili hususlarda, ANALİG Uygulama Talimatının 9 uncu maddesine göre işlem yapılır.
7. Genel Müdürlük ve Tertip Komitelerinin Yetkileri:
 - a. Genel Müdürlüğümüzce gerekli gördüğü takdirde, spor dalı talimatı ve yarışmalara dair diğer hususları değiştirmede yetkilidir.
 - b. Tertip komiteleri, yarışmalar öncesinde düzenlenecek teknik toplantıda Genel Müdürlüğümüz tarafından yayımlanan spor dalı talimatı ve yarışmalara dair diğer hususları dikkate alarak, müsabaka programını belirlemek ve uygulamakla yetkilidir.
8. Yarışma alanına, 4’üncü maddede yer alan sporcu ve çalıştırıcıdan başkasının girmesine izin verilmeyecektir.

TEKNİK AÇIKLAMALAR:

9. Grupta ilk 6’ya giren takımlar yarı final grubuna gelecek, yarı finalde ilk 3’e giren takımlar Türkiye birinciliğine katılacaklardır.
10. Gruplarda ve yarı finallerde ilk 3 dereceyi elde eden sporcular, takımları bir üst tura çıkamazsa dahi yarı final ve Türkiye Birinciliği müsabakalarında yarışmaya hak kazanacaklardır. Bu sporcuların aldıkları dereceler takım puanını etkilemeyecektir.
11. Grupta ilk 6’ya, yarı finalde ilk 3’e giren takımların sporcuları, takım oluşturacak yeterli sayının altına düşmeleri durumunda yarı final veya Türkiye birinciliği müsabakalarına katılamazlar.
12. Her alette her takımdan en az 3 sporcu yarışmak zorundadır. Aksi taktirde takım puanı oluşturulmaz. Yarışmada sakatlık vb. sebepten dolayı 3 kişiyi tamamlayamayan takım ancak doktor raporu ile takım notu oluşumuna izin verilebilir.
13. Yarışma aletleri ve seriler federasyonca belirlenir.
14. Kıyafetler FIG kurallarına uygun olmalıdır.
15. Kurallar ve puanlama sistemi aşağıda açıklanmıştır.



2019 – 2020 ANADOLU YILDIZLAR LİĞİ CİMNASTİK SPOR DALI TALİMATI

KIZLAR YARIŞMA KURALLARI (7-8 YAŞ) D PUANI DEĞERLENDİRMELERİ

ATLAMA MASASI

1. Trampolinden 1.10 cm yükseklikteki puf mindere überslag ayağa geliş	6.00 p.
2. Trampoline amut ittiriş sırt üstü 30 cm. (± 5 cm) yüksekliğindeki mindere düşüş	4.00 p.
Toplam	10.00 p.

Not: Trampolinin önüne ek trampolen konularak yapıldığında 1.00 p. kesinti yapılır (**D Paneli**).

KIZ PARALELİ

I. İSTASYON (Barfiks)

1.85 m.. yüksekliğinde – Eldiven ve bileklik
kullanılarak yapılır.

Bileklik ve eldiven kullanmayan takımlar barfiks aletine
yarışamazlar.

1	Cephe Çıkışı	0.50 p.
2	Amut	1.00 p.
3	Amuda ulaşmayan ştaller dönüş (Max.2)	2.00 p.
4	Sallantı (1 ADET)	1.00 P.
5	Öne Mihfer (düz tutuşlu) (Max.2)	2.00 p.
6	Geri Mihfer (düz tutuşlu)(Max.2)	2.00 p.
Toplam: 8.50 p.		

II. İSTASYON

(Yer Barı ile her iki yöne de konulan minder aynı
yükseklikte olmalı)

7	Düz tutuştan amut 180° dönüş ters tutuş mindere sırt üstü düşüş	0.50p.
8	Ters tutuştan amut 180° dönüş düz tutuş mindere yüzüstü düşüş	0.50p.
9	Kartal tutuştan amut, blok halinde mindere sırtüstü iniş	0.50 p.
Toplam: 1.50 p.		

GENEL TOPLAM: 10:00

I. İstasyon:

D PUANI

- Hareketlerin yeri değiştirilirse 0.50 P. kesilir.
- Mihfer hareketlerindeki ve / veya amut hareketindeki yardım sonucunda alınan hız ile diğer mihfer veya mihferler dönülüyorsa yapılan hareketler **sayılmayacaktır**.

E PUANI

- Cephe çıkışından sonra ve hareketler arasında yapılacak olan ara elan, boş elanlardan 0.50 puan kesilir.
- Seride yapılan her fazla öne ve geri mihfer de 0.50 p. Kesilir. Eğer mihfer tamamlanamaz ise yapılan hareketten Kurallar Kitabının 9.4.3’de belirtilen kuralları doğrultusunda değerlendirilir.
- Tüm seri boyunca E kesintisi ile ilgili tüm FIG kuralları uygulanır.

II. İstasyonda:

D PUANI



2019 – 2020 ANADOLU YILDIZLAR LİĞİ CİMNASTİK SPOR DALI TALİMATI

- Her bir hareket için bir deneme hakkı vardır.
- Amut dönüşler (1. ve 2. hareket) dikeyde 30°'lik açı içerisinde tamamlanmalı ve sporcunun anlık da olsa bara dayandığı görülmelidir. Aksi halde hareket sayılmayacaktır.
- 3. Hareket kartal amutta 30 derecelik açı içerisinde bara dayanma gösterilmelidir. Aksi halde hareket sayılmayacaktır.
- 3. Harekette sporcu yere inişe kadar ellerini bardan ayırmamalıdır. Aksi halde hareket sayılmayacaktır.

E PUANI

- 3 hareket içinde açı kesintileri Kurallar Kitabının 9.4.3'de belirtilen kuralları doğrultusunda değerlendirilir.

ÖZEL KESİNTİLER:

Her bir yardım için 2.00 p. kesilir.

DENGE

(Denge aletinin yüksekliği 65 cm olacaktır)

YER

Seri 1 dk ile 1dk 30 sn arasında süren bir müzik eşliğinde, tek banda da gidilip gelinerek yapılmalı.

	Serbest çıkış	-	1.	Tek ayak üzerinde 360° dönüş	0.50 p.
1.	Planör (en az 90° üzerinde olmalı)	0.50 p.	2.	Amut (2 sn)	1.00 p.
2.	3 Yana ritm (en az 3 adım hareket etmeli, her adım ve duraksamalarda farklı kol ritimleri yapılmalı)	0.50 p.	3.	Kartal	0.50 p.
			4.	Spagat (her iki yöne)(0.50+0.50)	1.00 p.
			5.	Erişmek amut (anlık amut)	1.50 p.
3.	Spagat sıçrayışı	1.50 p.	6.	Geriye Köprü	1.00 p.
4.	Tek ayak üzerinde ½ + ½ dönüş (sağ+sol/sol+sağ yönünde)(0.50+0.50)	1.00 p.	7.	Öne Köprü	1.00 p.
			8.	Çember	1.00 p.
5.	Bir bacak önde 90° de gergin duruş (2 sn) ve inmeden önce parmak ucuna yükseliş	0.50 p.	9.	Geyik	0.50 p.
			10.	Überslag çift ayak inişli	2.00 p.
6.	Amut (anlık amut)	1.50 p.		Toplam	10.00 p.
7.	Geyik	1.50 p.	Not: Überslagtan sonra bir sıçrama için kesinti yapılmaz. Tek ayak inişli yapılırsa 1.00 p. kesilir.		
8.	Çember	2.00 p.			
9.	Koşu ve çift ayak dikey sıçrama ile bitiriş	1.00 p.			
	Toplam	10.00 p.			
Denge 4. Hareketin sayılabilmesi için iki dönüşü de yapmalı veya kabul edilmelidir.					

Not 1: Burada yer almayan tüm kural ve kesintilerde (Genel hata ve artistik kesintiler) FIG Yarışma Kuralları geçerlidir.

Not 2: Tüm aletlerde hareket sıralarında değişiklik yapılamaz, yapıldığı taktirde D puanında 0.50 puan kesinti yapılır.

E PUANI DEĞERLENDİRMELERİ



2019 – 2020 ANADOLU YILDIZLAR LİĞİ CİMNASTİK SPOR DALI TALİMATI

E puanı 10.00 P. üzerinden değerlendirilir. Aletlere göre E puanı dağılımı aşağıdadır:

	I. İSTASYON	II. İSTASYON	TOPLAM
Atlama Masası	6.00	4.00	10.00

Her yapılmayan istasyonun puanı kadar tarafsız kesinti yapılır.

Kız Paraleli, Denge ve Yer Kısa Egzersiz İçin Tarafsız Kesintiler

- Eğer 7 ve 10 hareket gerçekleşmişse 0.00 P.
- Eğer 5 ve 6 hareket gerçekleşmişse 4.00 P.
- Eğer 3 ve 4 hareket gerçekleşmişse 6.00 P.
- Eğer 1 ve 2 hareket gerçekleşmişse 8.00 P.
- Eğer hiç hareket yapılmamışsa 10.00 P.

Burada yer almayan tüm kural ve kesintilerde (genel hata, özel alet ve ifa kesintileri) FIG yarışma kuralları geçerlidir.

DEĞERLENDİRME KURALLARI ARTİSTİK CİMNASTİK ERKEKLER 7-8-9 YAŞ MECBURİ SERİSİ YER

HN	HAREKET AÇIKLAMASI	D JÜRİSİ	E JÜRİSİ	
1	Serbest Koşu sonrası öne tek bacak elli aşma (1.00) + peşinden çift bacak elli aşma (1.00)	2.000	* Elle aşmalar arasında duraklama (0,300) * Çift bacak elli aşma sonrası bir sıçramaya izin verilir. (kesinti yapılmaz)	Diğer Tüm Hata Kesintileri FIG Değerlendirme Kurallarına Göre Yapılır.
2	Sıçrayarak ¼ Dönüş	0.200	* Yetersiz yükseklik (basit dönüş) (0.100)	
3	Bir adım öne alıp sıçrayarak makas	0.500	* Savuruştta ayakların kalça seviyesinin altında olması (0.100 - 0.300)	
4	Çember (Çember yan veya giriş yönüne bitirilebilir)	1.000	*Yön hatası (0.100 - 0.300)	
5	Amut takla sonrası kartal oturuşu (Amutta duruş aranmaz)	1.000	* Amutta omuz ve kalça açısal hatalar (0.100) * 180 derece olmayan kartal oturuşundan (0.100 - 0.300)	
6	Kartaldan greçe duruşuna geliş (2sn)	0.500	* Bacaklar kaldırılıp geriye doğru salınım yapıp greçeye gelindiğinde (0.300)	
7	Greçe pozisyonundan cephe pozisyonuna geliş (ayaklar en az omuz seviyesinde kapanmalı ve cepheye inilmeli)	0.500	* Çekişte ayakların yere sürtmesi (0.100) * Ayakların omuz seviyesinin altında kapanması (0.100) * Cepheye inişte vücut pozisyonunun bozulması (belin yay olması-kalçalı olması) (0.100)	
8	Cephe pozisyonundan bir ayağı öne alarak spagat oturuşu	0.300	*Diz bükülmesi (0.100) * Açık hatası (0.100) * Yön hatası (0.100)	



2019 – 2020 ANADOLU YILDIZLAR LİĞİ CİMNASTİK SPOR DALI TALİMATI

9	Kalçayı kaldırmadan diğer tarafa spagat	0.300	* Dönüşte kalçanın kaldırılması (0.100) * Diz bükülmesi (0.100) * Açık hatası (0.100) * Yön hatası (0.100)	
10	Arkadaki ayağın öne alınması ve öne esnemenin gösterilmesi	0.500	* Spagat pozisyonunda ayağın bükülerek öne alınması (0.100) * Öne esneme dizlerin bükülmesi (0.100) * Yetersiz esneklik (0.100)	
11	Gergin kol erişmek amut *(Erişmek amut kollar gergin olarak yapılmalıdır. Kolların 45 derece ve üzerinde bükülmesi halinde hareket tanınmaz) *Erişmek amut pozisyonunun 45 derecenin altında olması halinde hareket tanınmaz)	1.000	* Kolların bükülmesi (0.100-0.300-0.500) * Ellerin tek tek değişmesi (0.100 her defa) * Amutta açısal hata (0.100 - 0.300 - 0.500)	
12	Erişmek amuttan ayağa iniş serbest (tek bacak veya çift bacak)		* Ayakların tek tek inmesi halinde ayakların bitişik pozisyona gelmemesi (0.100) * Çift ayak inişlerde kontrolsüz iniş (0.100)	
13	Sıçrayarak ¼ Dönüş	0.200	* Yetersiz yükseklik (basit dönüş) (0.100)	
14	Denge duruşu 2sn (serbest)	1.000	* Topuğun baş seviyesinin altında olması (0.100)	
15	Sekişten kartvil (Kalış için kartvil sonrası bir sıçramaya izin verilir)	1.000	* Kartvil bitişinde ittiriş yetersizliği sebebi ile vücudun önde olması (0.100 - 0.300) * Yön hatası (0.100 - 0.300)	
D Jürisi Toplam		10.000	E Jürisi Toplam	10.000

- Hareketlerin yeri değiştirilmesinde Seri sonunda D Jürisince 0.500 kesinti yapılır.
(Penaltı-Tarafsız kesinti)
- ‘E’ Başlangıç Notu: 10.000
- Düşmelerde kesinti 1.000 puan
- D hakeminin başlama işareti vermeden sporcunun seriye başlaması durumunda seri tanınmaz.

ARTİSTİK CİMNASTİK ERKEKLER 7-8-9 YAŞ MECBURİ SERİSİ KUPLU BEYGİR (MANTAR)

HN	HAREKET AÇIKLAMASI	D JÜRİSİ	E JÜRİSİ	
1	8 adet devir (her devir için 1.000 puan)	8.000	* Ellerin aynı hizada olmaması her devir için (0.100) * Bacakların Mantar aletine sürütmesi her devir için (0.100) * Yetersiz vücut pozisyonu (açı) her devir için (0.100)	Diğer Tüm Hata Kesintileri FIG Değerlendirme Kurallarına Göre Yapılır.
2	90 derece Çeko dayanması sonrası 90 derece dönüş atlayış	2.000	* Bitirişte vücut pozisyonunun bozulması (0.100-0.300) * Dönüşlerin eksik kalması (0.100-0.300) * Atlayışın omuz seviyesinin altında olması aranmaz.	



2019 – 2020 ANADOLU YILDIZLAR LİĞİ CİMNASTİK SPOR DALI TALİMATI

	D Jürisi Toplam	10.000	E Jürisi Toplam	10.000

- Sporcu seri esnasında aletten düşer ise 1 sefer daha alete çıkmasına izin verilir. Ancak düştüğü için 1.000 puan kesinti yapılır.
- Sporcu ikinci defa aletten düşer ise tekrar çıkmasına izin verilmez.
- Sporcunun 2. sefer düşüşünde yine 1.000 puan kesinti yapılır.
- Mantar aleti üzeri (+) ile işareti ile çizilmelidir. (ban-toz vs)
- ‘E’ Başlangıç Notu: 10.000
- Sporcu 8 deviri bitirdikten sonra 9 uncu devire girişte bitirişini yapmalıdır. Aksi halinde devir sayısı eksik olarak nitelenir.
- D hakeminin başlama işareti vermeden sporcunun seriye başlaması durumunda seri tanınmaz.

ARTİSTİK CİMNASTİK ERKEKLER 7-8-9 YAŞ MECBURİ SERİSİ HALKA

HN	HAREKET AÇIKLAMASI	D JÜRİSİ	E JÜRİSİ	
1	Omuz değiştiriş	1.000	* Omuzların tek tek değiştirilmesi (0.100)	Diğer Tüm Hata Kesintileri FIG Değerlendirme Kurallarına Göre Yapılır.
2	Mum duruşuna geliş (1 sn)	1.000	* Vücut pozisyonunun bozulması (0.100)	
3	Asılıştta ‘‘L’’ duruşuna iniş	0.500	* Kontrolsüz iniş (0.100)	
4	Asılıştta ‘‘L’’ duruşu 2sn	1.000	* Ayakların L pozisyonundan yukarıda veya aşağıda olması (0.100-0.300) (açısal hata)	
5	‘‘L’’ duruşunda kol çekişi ve orada tutuş (2sn)	2.000	* Kolların tek tek çekilmesi (0.100) * Başın halkalara temas etmesi (0.100) * akıcı kol çekişi olmaması (0.100-0.300)	
6	Mum duruşuna geliş	0.500	* Mum duruşuna gelişte geriye devrilme (0.100)	
7	Mum duruşu (1sn)	0.500		
8	Mumdan katlanıp elan alışı geriye salınım	0.500	* Elan alışı bölümünde dirseklerin bükülmesinde kesinti yapılmaz.	
9	Öne Salınım	0.500	* Salınımlarda vücudun (omuz-kalça-ayak) halka seviyesine çıkmaması (0.100-0.300-0.500)	
10	Geriye Salınım	0.500		
11	Öne Salınım	0.500		
12	Geriye Salınım	0.500		
13	Öne gelişte geriye salto (açık veya toplu) (Bitirişte halkalar mum duruşundan sonra bırakılırsa bitiriş tanınmaz)	1.000	* Bitirişte halkalar mum duruşundan sonra bırakılırsa (0.500)	
	D Jürisi Toplam	10.000	E Jürisi Toplam	10.000

- E Başlangıç Notu: 10.000



2019 – 2020 ANADOLU YILDIZLAR LİĞİ CİMNASTİK SPOR DALI TALİMATI

- Düşmelerde kesinti 1.000 puan
- D hakeminin başlama işareti vermeden sporcunun seriye başlaması durumunda seri tanınmaz.
- ‘E’ Başlangıç Notu: 10.000
- Alet yüksekliği standart 260 cm dir.
- Bitiriş minderine ek 20 cm minder eklenebilir.

ARTİSTİK CİMNASTİK ERKEKLER 7-8-9 YAŞ MECBURİ SERİSİ ATLAMA MASASI (TRAMPLEN-MİNDER)

1. HAREKET

HN	HAREKET AÇIKLAMASI	D JÜRİSİ	E JÜRİSİ	
1	Yaklaşma koşusu ve trampoline basış (Sporcu Trampelenin bastığı yerinden atlayış yeri en az 1m olmalıdır.)	2.000	* Yaklaşma koşusunda adımların düzensizliği (0.100) *Trampoline 1 m den az mesafeden atlama (0.300) * Ayakların trampoline önlü arkalı veya tek tek basması (0.30)	Diğer Tüm Hata Kesintileri FIG Değerlendirme Kurallarına Göre Yapılır.
2	Tek trampelden bitiriş minderine düz vücut sıçrama kalış.	3.000	* Vücut Genliği (0.100-0.300) *Yetersiz Yükseklik (0.100-0.300) Ayakların açık olması (0.100-0.300)	
	D Jürisi Toplam	5.000	E Jürisi	5.000
			Toplam	

- 10 m den fazla koşu yapılması durumunda 0.300 kesinti yapılır. D Jürisi (Penaltı-Tarafsız kesinti)
- 2 metreden daha uzağa konuş-kalış 0.300 kesinti yapılır. D jürisi (Penaltı – Tarafsız kesinti)
- Bitiriş minderi yüksekliği 20 cm dir.
- D hakeminin başlama işareti vermeden sporcunun seriye başlaması durumunda seri tanınmaz.

2. HAREKET

HN	HAREKET AÇIKLAMASI	D JÜRİSİ	E JÜRİSİ	
1	Yaklaşma koşusu ve trampoline basış (Sporcu Trampelenin bastığı yerinden atlayış yeri en az 1m olmalıdır.)	1.000	* Yaklaşma koşusunda adımların düzensizliği (0.100) *Trampoline 1 m den az mesafeden atlama (0.300) * Ayakların trampoline önlü arkalı veya tek tek basması (0.30)	Diğer Tüm Hata Kesintileri FIG Değerlendirme Kurallarına Göre Yapılır.
2	Tek trampelden 1 m yüksekliğindeki minder üzerine amut (Amut dayanmanın gösterilmemesi -yuvarlanma Tanınmaz)	3.000	* Amuda çıkışta kalça ve omuz açısı olması (0.100-0.300) *Amut dayanma pozisyonunda dirseklerin bükülmesi (0.100-0.300) *Amut dayanmanın gösterilmemesi (yuvarlanma) (0.500)	
3	Amuttan blok halinde sırta iniş (ittiriş aranmaz)	1.000	Vücut pozisyonunun düzgün olmaması (0.100-0.300)	
	D Jürisi Toplam	5.000	E Jürisi	5.000
			Toplam	

- 20 m den fazla koşu yapılması durumunda 0.300 kesinti yapılır. D Jürisi (Penaltı-Tarafsız kesinti)
- D hakeminin başlama işareti vermeden sporcunun seriye başlaması durumunda seri tanınmaz.
- Sporcu istediği hareketten başlayabilir. Kesinti yapılmaz.
- ‘E’ Başlangıç Notu: hareket başına 5.000 toplamda 10.000 puandır.
- Minder yüksekliği 100 cm dir.

ARTİSTİK CİMNASTİK ERKEKLER



2019 – 2020 ANADOLU YILDIZLAR LİĞİ CİMNASTİK SPOR DALI TALİMATI

7-8-9 YAŞ MECBURİ SERİSİ

PARALEL

HN	HAREKET AÇIKLAMASI	D JÜRİSİ	E JÜRİSİ	
1	Asılıştta elan alış geriye salınım	0.500	* Sallantı yüksekliğinden kesinti yapılmaz * Vücut pozisyonunun bozulması (0.100 - 0.300)	Diğer Tüm Hata Kesintileri FIG Değerlendirme Kurallarına Göre Yapılır.
2	Öne salınım	0.500	*Öne salınımda yükseklikten kesinti yapılmaz *Vücut pozisyonunun bozulması (0.100 - 0.300)	
3	Geriye salınım	0.500	* Omuz ve kalçanın bar atında olması (0.100 - 0.300) *Ayakların bar hizasında olup olmaması aranmaz. * Vücut pozisyonunun bozulması (0.10 0- 0.300)	
4	Öne gelişte açık bacak kipe * (Dirseęin bara teması, destek alması D jürisince hareket tanınmaz.) * (Tırmanarak çıkma Tanınmaz)	2.000	*Dirseęin bara teması, destek alması (0.500) *Dirseklerin bükülmesi (0.100 - 0.300) *Dirseklerin bara sürtmesi, değmesi (0.100 - 0.300)	
5	Greçe duruş (2 sn)	1.500	* Kalçanın yatay pozisyonunun üstünde olması (ayakların aşağıda olması) (0.100-0.300)	
6	Ayakların arkada kapatılması *(‘L’ pozisyonuna iniş düz vücut yapılmalıdır.)	1.000	* Vücudun yatay pozisyonunun (omuz hizasının) altında bacakların kapatılması (0.100 - 0.300) * ‘L ‘ Pozisyonuna katlanarak iniş (0.300)	
7	Öne gelişte ‘L’ duruşu (2sn)	0.500	* Bacakların kalça hizasında olmaması (0.100-0.300)	
8	Önde ayakları ‘sivri’ pozisyonuna çekerek elan alış	1.500	* Sivri pozisyonuna eksik geliş (0.100 - 0.300)	
9	Dayanmada geri salınım	0.500	* Vücudun (kalça ve ayak) omuz seviyesinin altında olması (0.100 – 0.300) * Vücut pozisyonunun bozulması (0.100 – 0.300)	
10	Dayanmada öne salınım	0.500		
11	Geride yana atlayış	1.000	* Atlayışta vücudun omuz seviyesinin altında olması (0.100 – 0.300) * Atlayışta iki elle tek bara dayanmanın gösterilmemesi (0.300) * Vücut pozisyonunun bozulması (0.100 – 0.300)	
	D Jürisi Toplam	10.000	E Jürisi	10.000
			Toplam	

- Alet yüksekliği minderden 165 cm’dir.
- Sporçunun ayaklarının yere değmesi durumunda dizlerini bükerek yapabilir.
- Sporcu alt ön salınımlarda dizlerini bükük tutabilir ancak geri salınımlarda dizler gergin pozisyonda olmalıdır. Aksi halde 0.300 kesinti yapılır. (E jürisi)



2019 – 2020 ANADOLU YILDIZLAR LİĞİ CİMNASTİK SPOR DALI TALİMATI

- Dizleri bükük sallantı yapan sporcular kipe'ye girişte dizlerini gergin pozisyonda girmelidir aksi halde 0.300 kesinti yapılır. (E jürisi)
- D hakeminin başlama işareti vermeden sporcunun seriye başlaması durumunda seri tanınmaz.
- 'E' Başlangıç Notu: 10.000

ARTİSTİK CİMNASTİK ERKEKLER 7-8-9 YAŞ MECBURİ SERİSİ BARFİKS

HN	HAREKET AÇIKLAMASI	D JÜRİSİ	E JÜRİSİ	
1	Karın çıkışı dayanmaya geliş	1.000	* Dayanım beklentisinde el düzeltmesinde kesinti yapılmaz. * Elan yardımı ile çıkış (0.300) * Kolların tek tek çekilmesi (0.100) her defa * Karına yığılma (0.100 – 0.300)	Diğer Tüm Hata Kesintileri FIG Değerlendirme Kurallarına Göre Yapılır.
2	Dayanmada açılış	1.000	* Dayanmada amuda doğru açılışta vücudun omuz seviyesinin altında kalması (0.100 – 0.300)	
3	Karın dönüşü	1.000	* Karın dönüşü esnasında bekleme (0.300) * Dönüş esnasında katlanma (kalçalanma) (0.100 – 0.300)	
4	Alta dalış geriye gelişte çift kol çıkış	1.000	* Alta dalışta kalçanın bar seviyesinin altında olması (0.100 – 0.300)	
5	Çift kol çıkışta beklemeksizin karın dönüşü	1.000	* Bekleme yapılması durumunda (0.300)	
6	Alta dalış geriye salınım	1.000	* Salınımında vücudun bar seviyesinin altında olması (0.100 – 0.300)	
7	Öne gelişte düz mihver (ilk salınımında yapılmadığında 1 salınım daha izin verilir kesinti yapılmaz. Ancak bir sonraki salınımlarda mihver yapılırsa 0.50 kesinti yapılır. (her ara sallantı için)	2.000	* Mihverde ellerin aynı anda dönmemesi (0.100) her defa * Mihverde kolların bükülmesi (0.100 – 0.300) * Amut pozisyonunun gözükmemesi 15der. Açısız sapha (0.100 – 0.300) * Mihver çıkışlarında vücudun blok halinde çıkmaması (0.300)	
8	Düz mihver	1.000		
9	Düz mihver (3.cü mihver sonrası amut dayanımında seri biter. Sporcu antrenör yardımıyla durdurulur)	1.000		
D Jürisi Toplam		10.000	E Jürisi Toplam	10.000

- Alet yüksekliği; Sporcuların ayağının değmeyeceği yükseklikte olmalıdır.
- Serinin herhangi bir hareketinde antrenörün sporcuya yardım etmesi durumunda yardım edilen hareket ve sonrası hiçbir hareket D jürisince tanınmaz. Yardım edilen hareketten önceki hareketler D jürisince tanınır.
- Sporcu eldivenli olduğu için seri sonunda bitiriş selamı verip vermediği aranmaz.
- D hakeminin başlama işareti vermeden sporcunun seriye başlaması durumunda seri tanınmaz.
- 'E' Başlangıç Notu: 10.000 puandır.

Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü'nün 11/11/2019 tarih ve 1284373 sayılı olurları ile yayımlanmıştır.