

## ЭЛЕМЕНТЫ, ПОЛУЧАЮЩИЕ НАДБАВКИ (бонусы) К ОЦЕНКЕ ЗА ТРУДНОСТЬ НА ВСЕРОССИЙСКИХ СОРЕВНОВАНИЯХ 2020 года

В целях развития сложности акробатических элементов в каждом упражнении будет производиться надбавка к оценке за трудность от 0.1 до 0.5 балла (но не более, чем 0.5 балла) за каждый выполненный элемент, включённый в данный список. Перечень такого рода элементов будет ежегодно пересматриваться Председателем Технического Комитета (ТК) и утверждаться Председателем Тренерского Совета (ТС) с учётом предложений, поступающих от тренеров и тенденций развития акробатики в мире.

### Надбавки будут производиться при следующих УСЛОВИЯХ:

- Элемент получает надбавку, если согласно правилам соревнований и дополнениям ФСАР трудность его засчитывается.
- Элементы можно выполнять из любого начального в любое конечное положение, если таковые не оговорены. Так в вольтиже элементы в соскок могут выполняться как с партнера, так и подкидным прыжком с пола, если таковые положения не оговорены.
- При выполнении двух и более бонусных элементов (связок) в одном блоке (без схода на пол) даётся дополнительно + 0.1 балла за каждый блок.
- Элемент, не имеющий бонусной надбавки за сложность, но являющийся оригинальным, отличающийся абсолютной новизной и, если никем не повторяется, то решением Председателей ТС и/или ТК также может получить надбавку 0.1 балла, которая утверждается Верховным Жюри и действует в течение отдельных соревнований.

Такой бонус является исключительным, и в том случае, если он присуждается за элемент, уже имеющий бонусную надбавку за сложность, то он не дает право получать дополнительную надбавку за выполнение двух и более бонусных элементов в одном блоке (связке).

- Любые поступающие заявки и предложения по включению каких-либо других элементов для получения надбавок будут приниматься и рассматриваться в течение года на заседаниях Технического Комитета и Тренерского Совета.

### В БАЛАНСЕ:

- Понятие «любая стойка на 1 руке» включает в себя любые виды стоек на одиночной опоре без дополнительной поддержки, в том числе «мексиканка», «флаг», «ломаная», «копфштейн» и т.п. Любые упоры: углом, на локте и горизонтальные упоры не являются стойками.
- Любые движения одного или нескольких партнеров должны завершаться статическим положением, являясь единым элементом (согласно правилам). Поэтому конечное положение, как и предшествующие ему движения/переход, могут получать отдельную надбавку, но при этом дополнительная надбавка за выполнение двух и более бонусных элементов в одном блоке (связке) начисляться не будет. Это ограничение также применяется при выполнении входов.
- Элементы, выполняемые с положениями «В» «ноги вместе» или «широкие руки» не дают дополнительную бонусную надбавку, если это специально не оговорено.

### В ВОЛЬТИЖЕ:

- И.П. или ловли «на согнутых руках «Н», приравниваются к положению «на плечах «Н» и будут иметь одинаковую надбавку, при этом считаться разными положениями.
- И.П. или ловли на бедрах «Н» - «зацеп», приравниваются положению «пролет» (когда «В» пролетает под ноги «Н» с поддержкой) и будут иметь одинаковую надбавку, при этом считаться разными положениями.
- Элементы, состоящие в полетной фазе из различных положений (бланш/угол/винт и т.п.) могут выполняться в любых сочетаниях и последовательности, если таковые специально не оговорены.
- Надбавка за вольтижный элемент даётся лишь в том случае, если он выполняется без дополнительной помощи нижнего(-их) на протяжении фазы полета, т.е. подталкиванием верхнего во время вращения, после его вылета до момента приземления/ловли (за исключением элементов, предусматривающих такую дополнительную помощь в женских парах).
- Элементы, выполняемые из ИП и/или при ловлях с положениями «В» «ноги вместе», «широкие руки», «мексиканка», «флаг», «горизонт» и т.п., а также на «Н» в «узкоручке», в 1 руке, не дают дополнительную бонусную надбавку, если это специально не оговорено.



**Бонусные элементы баланса 2020**  
**МУЖСКИЕ ПАРЫ – Статика**

Форма опоры									
Верхний									
Нижний									
	на стопе/ах	0.5	---	---	0.5	---	---	0.3	0.4
	на руке		0.4	0.5		---	---		---
	на шее/ голове		0	0.1		0	0.1		0

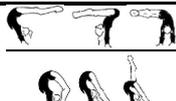
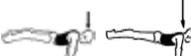
**МУЖСКИЕ ПАРЫ – Входы**

Форма опоры						
Верхний						
Нижний						
	360°	0.2	0.3	---	0.4	0.2
	360°	0.1	0.2	---	0.3	0.1
		---	---	---	0.1	---

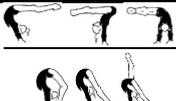
**МУЖСКИЕ ПАРЫ – Движения/ Удержания**

Форма опоры / Движение		Движение «В» на 1-ой руке			Любая стойка «В» на одиночной опоре
Верхний			Из «свечи» опускание в «крокодил» ноги вместе		
Нижний					
		0.1	0	0.1	
		0.2	0.1	0.2	
		0.3	0.2	---	
		---	---	---	0.1
		---	---	---	0.2
		---	---	---	0.1
		---	---	---	0.3

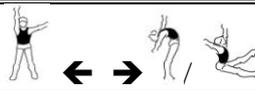
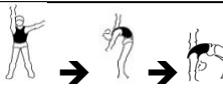
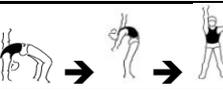
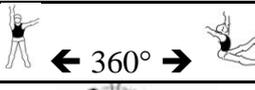
### СМЕШАННЫЕ ПАРЫ – Статика

Форма опоры									
Верхняя									
Нижний									
	 на стопе/ах	<b>0.5</b>	---	---	<b>0.5</b>	---	---	<b>0.3</b>	<b>0.4</b>
	 на 1-ой руке		<b>0.4</b>	<b>0.5</b>		<b>0.5</b>	---		<b>0.3</b>
	на шее/голове		<b>0</b>	<b>0.1</b>		<b>0</b>	<b>0.1</b>		<b>0</b>

### СМЕШАННЫЕ ПАРЫ – Входы

Форма опоры									
Верхняя									
Нижний									
 360°		<b>0</b>	<b>0</b>	---	<b>0.1</b>		---	<b>0.1</b>	
			<b>0.2</b>	<b>0.4</b>		<b>0.3</b>	<b>0.5</b>		<b>0.3</b>
 360°			<b>0.1</b>	<b>0.3</b>		<b>0.2</b>	<b>0.4</b>		<b>0.2</b>
			---	---		---	 <b>0.1</b>		---
			<b>0</b>	<b>0.2</b>		<b>0.1</b>	<b>0.3</b>		---
			---	<b>0.1</b>		<b>0</b>	<b>0.2</b>		---

### СМЕШАННЫЕ ПАРЫ – Движения/ Удержания

Форма опоры / Движение партнеров		Движение «В» на 1-ой руке	Стойка на 1-й руке (одиночной опоре)			Равновесия на 1-ой ноге
Верхняя						
Нижний						
Удерживая на прямой руке		<b>0.3</b>				<b>0.1</b>
	 ← →	---	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0.1</b>	<b>0.1</b>
	 → →	---	<b>0.1</b>	<b>0.1</b>	<b>0.2</b>	<b>0.2</b>
	 → →	---	<b>0.2</b>	<b>0.2</b>	<b>0.3</b>	<b>0.3</b>
	 ← 360° →	---	<b>0.1</b>	<b>0.1</b>	<b>0.2</b>	<b>0.4</b>
		---	<b>0.2</b>	<b>0.2</b>	<b>0.3</b>	<b>0.5</b>

## ПАРЫ

### Примечания:

1. Категории стоек для «Верхних» соответствуют таблице на стр.12, а категории равновесий на стопах и упоров – на стр.13 Таблиц Трудности (ТТ).
2. Бонусная надбавка для категории стоек «краб», «ивушка», «пика» и т.п. приравнивается к бонусам для стоек категории «мексиканка», «флаг», «ломаная», если это не оговорено.
3. При выполнении элементов ВХОДЫ в стойку на 1 руке «флаг захватом» конечное положение приравнивается к простому «флагу» +0.1 балла. Для остальных элементов (статические удержания, движения) стойка на 1 руке «флаг захватом» приравнивается к простому «флагу», если это специально не оговорено.
4. При выполнении стоек «Верхними» положение ног (врозь / вместе) или широких рук носит произвольный характер и не влияет на величину бонусной надбавки, если эти положения специально не оговорены.
5. Входы, имеющие бонусную надбавку и выполненные толчком (рывком) одной рукой «Н» или с дополнительным поворотом «В» на 360\* получают дополнительную надбавку +0.1 балла, если это не оговорено.
6. Надбавки предусматривают, что «В» выполняет бонусные элементы без дополнительной поддержки со стороны «Н». Если рука или нога «Н», на которой удерживается «В», имеет какую-либо дополнительную опору, то такая форма опоры считается узкоручкой /узконожкой.
7. Все движения «Н» выполняются с удержанием «В» на одной прямой руке.
8. Движения «Н» сесть/встать могут соответственно заканчиваться/начинаться следующими положениями: сед, шпагат, мост и лёжа, если они специально не оговорены.
9. Статические удержания на прямой руке/руках «Н» могут выполняться «Нижним» в положениях стоя, стоя на коленях, сидя, сидя в шпагате, полумост, лежа, если они специально не оговорены.

**ТРОЙКИ – Статика / Движения**

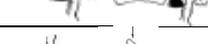
Группа сложности пирамид	Форма опоры партнеров								СПИЧАГ (из угла, крокодила) в любую стойку / ОПУСКАНИЕ обратно	
		Верхняя	Средняя	Нижняя	Верхняя	Средняя	Нижняя		Верхняя	Нижняя
	Верхняя	Средняя	Нижняя	Верхняя	Средняя	Нижняя	Верхняя	Нижняя		
<b>1 гр.</b>			---	---		---	0.1	---	---	0.1/ ---
<b>2 гр. + Базы:</b> <i>стр.66</i> (кат.2)   <i>стр.67</i> ; <i>стр.68</i>			---	0		---	0.1	---	---	0.1/ ---
			---	0.1		---	0.2	---	---	0.2/ ---
<b>3 гр. + Базы:</b> <i>стр.68</i> ; <i>стр.70</i> ; <i>стр.71</i>			---	0.1		0	0.2	---	---	0.2/ 0
			---	0.2		0.1	0.3	---	---	0.3/ 0.1
<b>4 гр. до20 ед. + Базы:</b> <i>стр.67</i> ; <i>стр.68</i> ; <i>стр.70</i> ; <i>стр.71</i>		0			0.1				---	
			0	0.2		0.1	0.3	0	0	0.3/ 0.1
			0.1	0.3		0.2	0.4	0	0.1/ ---	0.4/ 0.2
<b>4 гр. 21 ед. &gt; + Базы:</b> <i>стр.67</i> ; <i>стр.68</i> ; <i>стр.69</i> ; <i>стр.70</i> ; <i>стр.71</i>		0.1			0.2				0.1/ ---	
			0.1	0.3		0.2	0.4	0	0.1/ ---	0.4/ 0.2
			0.2	0.4		0.3	0.5	0.1	0.2/ ---	0.5/ 0.3

Элемент	Верхняя					
	Форма опоры					
Нижние	Кат.1	Кат.2	Другие Категор			
	---				<b>0.1</b>	<b>0.2</b>
					<b>0.1</b>	<b>0.2</b>
	---				<b>0.2</b>	<b>0.3</b>
				<b>0.1</b>		
	---				<b>0.2</b>	<b>0.3</b>
				<b>0.2</b>		
					<b>0.3</b>	<b>0.4</b>
	---				<b>0.4</b>	<b>0.5</b>

### Примечания:

1. Категории стоек «Верхней» соответствуют таблице на стр.12 Таблиц Трудности (горизонтальный упор не считается стойкой). Так, например, при выполнении «Верхней» движения из угла в «горизонт» не будет давать бонусной надбавки.
2. Категория стоек «краб», «ивушка», «пика» и т.п. получает бонусную надбавку на **0.1 больше**, чем категория стоек «мексиканка», «флаг», «ломаная» при условии их выполнения на **одной прямой** руке/ноге «Ср». В иных случаях для обеих категорий стоек бонусная надбавка будет одинаковая.
3. Надбавки предусматривают, что «Верхняя» выполняет бонусные элементы без дополнительной поддержки со стороны «Н»/«Ср», которые удерживают «В» на кисти/ях или стопе/ах **прямых** рук или ног либо приравненных к ним опорах. Если рука/нога «Средней», на которой она удерживает «В» имеет какую-либо дополнительную опору, то такая форма опоры «Ср» считается узкоручкой (узконожкой). Если рука/нога «Средней», на которой она удерживает «В» лежит на полу или на партнере, то такая форма опоры «Ср» не рассматривается для бонусной надбавки.
4. Простые движения «Ср»/«Н» (отведение/поднимание рук/и, ног/и), которые принципиально не меняют конфигурацию базового построения, но, получая дополнительную трудность (1-2 ед.), увеличивают градацию группы сложности пирамиды (например, со 2-ой на 3-ю, с 3-ей на 4-ю), не учитываются для получения бонусной надбавки. Такие движения будут учитываться только для увеличения общей трудности упражнения согласно правилам соревнований.
5. Положения ног «Верхней» (врозь / вместе) или широких рук не влияет на величину бонусной надбавки, если это положение специально не оговорено.
6. Стойка «Верхней» на 1 руке «флаг захватом» приравнена к стойке на 1 руке категории «краб/ивушка/пика» и т.п.
7. В целях увеличения сложности элементов, выполняемых «Верхней» и разнообразия базовых построений вводятся дополнительно для бонусных надбавок следующие базы из Таблиц Трудности:
  - **1-ой группы трудности;**
  - для **2-ой группы:** стр. 66 (кат.2) A4,5,12; B1; C5; D3,4,5; стр. 67 A5;B8; стр.68 E7;
  - для **3-ей группы:** стр.68 C5; стр.70 C2; D9; стр. 71 A4,8;
  - для **4-ой группы:** (18-20 ед.) стр. 67 A8; стр.68 B6; C6; стр.70 B10; C9; D10; E1; стр.71 A6; B1;
  - (21ед. и >) стр. 67 A9,10; C8; стр.68 B7; стр.69 A5,6; стр.70 B11; стр.71 A11;
8. Базы стоимостью 21 ед. и выше и приравненные к ним по трудности, поощряются дополнительной надбавкой **0.1 балла**. (При этом базовое построение получает бонусную надбавку один раз и, являясь частью целого элемента (пирамиды), не дает право на дополнительную надбавку за выполнение двух и более бонусных элементов в одной связке/блоке).

ЧЕТВЕРКИ – Движения / Статика

Группа трудности пирамид (условно)	Форма опоры партнеров	Движение на 1-ой руке			Статика
	Верхний/Средний				
	Средний/Нижний				
<b>А</b> стр.100 D4; стр.102 B5,6,11,12; C2,4; стр.108 A2,4,6; D2,4; стр.110 A1,2;		0	0	0.1	0
		0	0.1	0.1	0
		0.1	0.2	0.2	0.1
<b>В</b> стр.103 B1,2,3,4,5,6,7; стр.108 A8,10,11; B12		0.1	0.1	0.2	0
		0.1	0.2	0.2	0.1
		0.2	0.3	0.3	0.2
<b>С</b> стр.102 C7,8,11,12; D 5,6,7,8; стр.104 A3,4,7,8; D10,12 стр.108 B3,4; стр.109 A3,4,6		0.1	0.1	0.2	0
		0.2	0.3	0.3	0.2
		0.3	0.4	0.4	0.3
<b>Д</b> стр.104 D3,4,7,8; стр.105 C1,2,3,4; стр.109 A9,10; C5,6		0.2	0.2	0.3	0
		0.2	0.3	0.4	0.2
		0.3	0.4	0.5	0.3

**БАЗОВЫЕ ПОСТРОЕНИЯ**

*(каждое базовое построение получает бонусную надбавку один раз и, являясь частью целого элемента (пирамиды), не дает право на дополнительную надбавку за выполнение двух и более бонусных элементов в одной связке/блоке)*

1. Колонна на плечах «Н» (стр.104, D3,4,7,8), «2Ср» удерживает на прямых руках / руке упор «В» на двух руках/узкоручке \_\_\_\_\_ **0.2**
2. Колонна на плечах «Н» (стр.104, D3,4,7,8), «2Ср» удерживает на прямых руках / руке стойку «В» на двух руках/узкоручке \_\_\_\_\_ **0.3**
3. Колонна на бедрах «Н», «1Ср» удерживает на прямых руках «2Ср» и «В», выполняющих два горизонтальных упора друг на друге (стр. 102, D5-8) \_\_\_\_\_ **0.2**
4. Колонна на плечах «Н» », «1Ср» удерживает на прямых руках «2Ср» и «В», выполняющих два горизонтальных упора друг на друге (стр.105, A/C9,10) \_\_\_\_\_ **0.3**



## Бонусные элементы баланса 2020

### ЧЕТВЕРКИ – Входы

Форма опоры		Верхний						
Элемент	Кат.1 - 0.1	Другие категор.						
				-	0.1		-	
				-	0.2		-	
 360°			0.1			0.1		
				0.2	0.3		0.2	
 360*			0.3			0.3		
				0.4	0.5		0.4	

#### Примечания:

1. Надбавки предусматривают, что «Верхний» выполняет бонусные элементы без дополнительной поддержки со стороны «Н»/«Ср». Если рука/нога «Ср», на которой он удерживает «В» имеет какую-либо дополнительную опору, то такая форма опоры считается узкоручкой (узконожкой).
2. При выполнении стоек положения ног «Верхнего» (врозь / вместе) или широких рук не влияет на величину бонусной надбавки, если это положение специально не оговорено.
3. Стойка «Верхнего» на 1 руке «флаг захватом» приравнена к стойке «флаг» на 1 руке + 0.1 балла.
4. Переход «Ср» может получить отдельную бонусную надбавку при условии, что он выполняется с элементом «Верхнего», имеющим свою бонусную надбавку, и осуществляется между пирамидами, включенными в группы сложности А, В или С и завершается фиксацией. Переход, являясь частью целого элемента (пирамиды), не дает право на дополнительную надбавку за выполнение двух и более бонусных элементов в одной связке/блоке.
5. Форма опоры «Ср/Н» на пирамидах стр.110 А1,2 приравниваются к опоре на голове/шее «Ср/Н», выполняющего горизонтальный упор.

И.О. Председателя Тренерского Совета:

Т.В. Гургенидзе

Председатель Технического Комитета:

Д.А. Винников

## Бонусные элементы вольтижа 2020

### ЖЕНСКИЕ ПАРЫ

#### Надбавка - 0.1

- Полфляка: в стойку кистями на прямые «Н» или в узкоручку на согнутую «Н»; плечами на прямые «Н» в темпе соскок 6/4 назад углом; на 180\* на согнутые «Н» или на 360\* плечами на прямые «Н»;
- Курбет: в стойку на 360\* на согнутые «Н»; на 180\* в стойку на 1 руке на согнутую «Н»; в узкоручку на прямую «Н»;
- С ног: 4/4 вперед групп. или назад углом на согнутые «Н»; 5/4 вперед углом в «ласточку» на прямые «Н»;
- Из стойки: на согнутых «Н» 4/4 вперед на 360\* в стойку на бёдра/бедро «Н»;
- Накат: 4/4 вперед в стойку на 1 руке на согнутую «Н»; 4/4 вперед с пов. на 180\* в узкоручку на согнутую «Н» или на прямые «Н»;
- Соскок/подкидной: 8/4 назад/вперед углом; со стойки 6/4 назад прогнувшись;

#### Надбавка - 0.2

- Полфляка: в стойку на 1 руке на согнутую «Н» или в узкоручку на прямые «Н»; на 360 на согнутые «Н»;
- Курбет: в стойку на 1 руке на прямую «Н»; с пов. на 180\* в узкоручку на прямую «Н»; в стойку на 360\* на прямые «Н» или в узкоручку на согнутую «Н»;
- С ног: 4/4: вперед углом или назад бланш или твист групп. на согнутые «Н»; 9/4 назад/вперед групп. в «зацеп»;
- Накат: 4/4 вперед на 180\* в стойку на 1 руке на согнутую «Н» или на 360\* в стойку на согнутые «Н»; 7/4 углом в «ласточку» на прямые «Н»;
- Соскок/подкидной: 3-ой пируэт назад или 900\* вперед; любые 8/4 сальто групп. на 180\*; 8/4 прогнувш. с подбивом в полете; из «зацепа» 9/4 назад/вперед в групп; со стойки 6/4 прогнувшись на 360\*; с «ласточки» 7/4 вперед бланш;

#### Надбавка - 0.3

- Полфляка: на 360\* на прямые или в узкоручку на согнутую «Н»;
- С ног: 4/4: вперед бланш или 180\* на согнутые «Н»; твист углом или пируэт на согнутые «Н»; 3-ой пируэт в «зацеп»; 9/4 назад/вперед углом в «зацеп»;
- Накат: 11/4 групп. в «зацеп»;
- Соскок/подкидной: 8/4 на 360\*- групп.; 8/4 прогнувшись на 360\* с подбивом в полете; любые 8/4 сальто углом на 180\*; 8/4 твист групп. на 180\*; со стойки 6/4 бланш на 720\*; из «зацепа» 9/4 назад/вперед углом;

#### Надбавка – 0.4

- Накат: 11/4 углом в «зацеп»;
- Соскок/подкидной: 8/4 на 360\*-угол; 8/4 твист углом на 180\*;

#### Надбавка – 0.5

- С ног: 2-ой пируэт на согнутые «Н»;
- Соскок/подкидной: 8/4 бланш на 720\* с подбивом в полете; 8/4 бланш;

## Бонусные элементы вольтижа 2020

### МУЖСКИЕ ПАРЫ

#### Надбавка - 0.1

- Полфляка: с рондата в 1 руку на согнутую «Н»; с пов. на 360\* на согнутые «Н»;
- Курбет: или подсечка разрывом хвата в «свечу»/«флаг» или с пов. на 180\* в стойку на 1 руке на прямую «Н»;
- С ног: 2-ой пируэт назад или 540\* вперед на согнутые руки/плечи «Н»; с рондата 4/4 назад групп. или углом на плечи «Н»;
- Со стойки: на согнутых «Н» 4/4 вперед в стойку на согнутые «Н»; 6/4 назад в групп. на согнутые руки/плечи «Н»;
- Накат: 4/4 вперед в стойку на 1 руке или с пов. на 180\* в узкоручку на прямую «Н»;
- Соскок/подкидной: 3-ой пируэт назад или 900\* вперед; 8/4 на 360\*-угол; со стойки 6/4 назад бланш 720\*; из виса 10/4 вперед групп.;

#### Надбавка – 0.2

- Полфляка: с рондата с пов. на 360\* в 1 руку на согнутую «Н»; с пов. на 360\* на прямые «Н»;
- Курбет: или подсечка разрывом хвата с пов. на 180\* в «свечу»/«флаг» на прямую «Н»;
- С ног: 8/4 групп. на согнутые руки/плечи «Н»; с рондата бланш назад на плечи «Н»;
- Из стойки: на согнутых «Н» 4/4 назад или 4/4 вперед с пов. на 180\* в стойку на согнутые «Н»; 6/4 назад углом на согнутые руки/плечи «Н»;
- Из виса: 4/4 вперед углом в «горизонталь» на прямые «Н»; 6/4 вперед в групп. на согн. «Н»;
- Накат: 4/4 вперед 180\* в стойку на 1 руке на прямую «Н»;
- Соскок/подкидной: со стойки 10/4 назад групп.; из виса 10/4 вперед углом или групп. на 180\*; 8/4 твист углом на 180\*; 8/4 бланш;

#### Надбавка – 0.3

- С ног: 3-ой пируэт на согнутые руки/плечи «Н»; 8/4 углом на согнутые руки/плечи «Н»; 6/4 вперед групп. в стойку на согн. «Н»; с рондата пируэт назад на плечи «Н»;
- Соскок/подкидной: 8/4 бланш на 360\*; 8/4 на 720\*-угол; 4-ой пируэт назад или 1260\* вперед; со стойки 10/4 назад углом;

#### Надбавка – 0.4

- С ног: 8/4 на 360\*/групп. на согнутые руки/плечи «Н»; 6/4 вперед углом на согн; с рондата 4/4 назад на 720\* на плечи «Н»;
- Соскок/подкидной: 8/4 бланш с пов. на 720\*; 12/4 групп.;

#### Надбавка – 0.5

- С ног: 8/4 на 360\*/угол на согнутые руки/плечи «Н»; с рондата 8/4 назад на плечи «Н»;
- Соскок/подкидной: 8/4 бланш на 1080\*; 12/4 углом;

## СМЕШАННЫЕ ПАРЫ

### Надбавка – 0.1

- Полфляка: в стойку на 1 руке на согнутую «Н» или в узкоручку на прямую «Н», или с согнутых рук «Н» 360\* на согнутые/прямые «Н»;
- С ног: курбет 180\*, боком или подсечка разрывом хвата в стойку на 1 руке на прямую «Н»; пируэт назад или углом вперед 360\* на согн.«Н»; бланш вперед 720\* в «зацеп»
- Со стойки: 4/4 назад групп. в вис; 4/4 вперед в стойку на согн. «Н»; 6/4 назад групп. на согн. «Н»;
- Из виса: 7/4 вперед углом/бланш 180\* в «зацеп»; 4/4 углом вперед в стойку/горизонт на прямые или в узкоручку на согнутую «Н»;
- Накат: 7/4 вперед углом/бланш 360\* в «зацеп»; 4/4 вперед углом/бланш в 1 руку на согнутую «Н» или в узкоручку на прямую «Н»;
- Из «зацепа»: 10/4 вперед групп. с пов. «Н» в «зацеп»;
- Соскок/подкидной: 3-ой пируэт назад или 900\* вперед; 8/4 твист углом или групп. 180\*; 8/4 винт-угол; подкидной 8/4 бланш назад; со стойки 6/4 назад бланш 360\*/540\* или вперед 360\*; из виса 6/4 вперед углом/бланш 540\*;

### Надбавка – 0.2

- Полфляка: в стойку на 1 руке на прямую «Н» или 360\* в стойку на 1 руке на согнутую «Н» или 360\* в узкоручку на прямую «Н»;
- С ног: 2-ой пируэт назад или 540\* вперед на согн. «Н»; 5/4 бланш вперед 900/1080\* в «зацеп» или бланш назад 1260\*/1440\* на предплечья/«рыбку»;
- Из стойки: 4/4 назад углом в вис; 4/4 вперед в стойку/горизонт на прямые или в узкоручку на согнутую «Н»; 4/4 углом 180\* на согн. «Н»; 6/4 назад углом на согн. «Н»;
- Из виса: 7/4 вперед углом/бланш 360\* в «зацеп»; 8/4 вперед групп. в вис;
- Накат: 7/4 на 540\*/720\* в «зацеп»; 4/4 на 180\* в узкоручку на прямую «Н» или в 1руку на прямую «Н»; 11/4 групп. в «зацеп»; 9/4 вперед углом в вис;
- Соскок/подкидной: с согн. «Н» 8/4 бланш назад; подкидной 8/4 бланш вперед или назад 360\*; 8/4 твист углом 180\*; со стойки 6/4 назад бланш 720\*; со стойки 10/4 назад групп.; из виса/наката 10/4 вперед углом/бланш или в групп. на 180\*;

### Надбавка – 0.3

- Полфляка: 360\* в стойку на 1 руке на прямую «Н»
- С ног: 3-ой пируэт на согн. «Н»; 8/4 групп. на согн. «Н»; 6/4 вперед групп. на согн. «Н»;
- Из стойки: 4/4 назад в стойку на согн. «Н» или с пируэтом в вис; 9/4 вперед групп. в вис; 4/4 вперед из узкоручки на согнутой «Н» в то же положение;
- Из виса/наката: 4/4 на 180\* в 1руку на прямую «Н»; 8/4 углом в стойку на согн. «Н»; 11/4 групп. 180\* в «зацеп»; 11/4 углом/бланш в «зацеп»;
- Соскок/подкидной: с согнутых «Н» 8/4 бланш назад 360\* или 720\*-угол или подкидной бланш 720\*; из виса/наката 10/4 углом/бланш или групп. 180\*;

### Надбавка – 0.4

- С ног: 8/4 углом на согн. «Н»; 6/4 вперед углом на согн. «Н»; 13/4 групп. с пола в «зацеп»;
- Из стойки: 4/4 назад с пируэтом в стойку на согн. «Н»; 8/4 назад групп. в вис;
- Из виса/наката 11/4 вперед углом 180\* в «зацеп»; 11/4 вперед групп. 360\* в «зацеп»;
- Соскок/подкидной: 4-ой пируэт; с согнутых «Н» 8/4 бланш 720\* или подкидной 1080\*; 12/4 групп.; из «зацепа» 13/4 групп.; из виса/наката 10/4 углом/бланш 180\* или 10/4 вперед групп. 360\*;

### Надбавка – 0.5

- С ног: 8/4 на 360\* на согнутые «Н»; 13/4 углом с пола в «зацеп»;
- Из стойки: 8/4 назад углом в вис; на 1 руке на согнутой «Н» 4/4 углом вперед в 1 руку на согн. «Н»;
- Из виса/наката: 11/4 углом/бланш 360\* в «зацеп»;
- Соскок/подкидной: с согнутых «Н» 8/4 бланш 1080\*; 12/4 углом; из «зацепа» 13/4 углом; из виса/наката 10/4 углом/бланш 360\*;

## Бонусные элементы вольтижа 2020

### ТРОЙКИ

#### Надбавка – 0.1

- Любое: 12/4 групп.; 8/4 или 9/4 вперед углом 360\* или групп. 720\* на предплечья;
- С ног (решётка/купе): 8/4 назад групп. на решётку; 11/4 вперед групп. на предплечья; 2-ой пируэт назад или 540\* вперед на решетку; 6/4 вперед углом или твист групп. в стойку китайским; 6/4 вперед групп. в стойку на решетку;
- Из стойки: с решетки 4/4 на согн. «Н» или на 180\* на решетку или на 360\* в стойку китайским;
- С наката: 8/4 углом в стойку китайским; 6/4 углом на решетку;
- С качелей/виса: 7/4 вперед углом/бланш. в стойку китайским; 8/4 назад групп. в вис;
- Соскок: 2-ой бланш на 360\*; из стойки 10/4 в групп.

#### Надбавка – 0.2

- Любое: 12/4 углом; 8/4 или 9/4 вперед углом 720\* на предплечья;
- С ног (решётка/купе): 8/4 назад углом на решётку; 8/4 вперед групп. на решетку; 11/4 вперед углом на предплечья; 1080\* бланш на решетку; 6/4 твист углом в стойку китайским; 6/4 вперед углом или твист групп. в стойку на решетку; 9/4 винт-групп. на решетку;
- Из стойки: с решетки 4/4 на 180\* на согн. «Н» или на 360\* в стойку на решетку;
- С наката: 8/4 углом в стойку на решетку;
- С качелей/виса: 7/4 вперед углом/бланш в стойку на решетку; 9/4 вперед групп. на решетку; 8/4 назад углом в вис;
- Соскок: 8/4 720\*-угол; 12/4 твист в групп.; из стойки 10/4 углом;

#### Надбавка - 0.3

- Любое: 13/4 групп.;
- С ног (решётки/купе): 8/4 вперед углом или твист групп. на решетку; 6/4 углом 360\* в стойку китайским; 6/4 твист углом в стойку на решетку; 9/4 винт-угол на решетку;
- Из стойки: с решетки 4/4 на 360\* на согн. «Н»;
- С наката: 8/4 углом на согн. «Н»;
- С качелей/виса: 9/4 вперед углом на решетку;
- Соскок: 8/4 бланш 720\*; 12/4 твист углом; 4-ой пируэт;

#### Надбавка – 0.4

- Любое: 13/4 углом;
- С ног (решётки/купе): 8/4 винт-групп. на решётку; 8/4 твист углом на решетку; 6/4 углом 360\* в стойку на решетку;
- Соскок: 8/4 бланш 1080\*; 12/4 групп. 360\*;

#### Надбавка – 0.5

- Любые 14/4 сальто;
- С ног (решётки/купе): 8/4 винт-угол на решётку;
- Соскок: 12/4 углом 360\*;

## ЧЕТВЕРКИ

### Надбавка – 0.1

- С ног (с решётки/купе): 6/4 твиста углом в стойку на решетку; 2-ое сальто в групп. на плечи «Н»; 6/4 сальто вперед углом или 6/4 твиста в группировке в стойку на согнутые к «Н»; 3-ой пируэт на решетку; 8/4 вперед на 540\* на решетку;
- С выпрыжки: 360\*/заднее на решетку; 2-ой бланш на решетку; 2-ой твист групп. с пов. на 180\* на решетку;
- Из стойки: китайским хватом 4/4 сальто вперед/назад с пов. на 360\* в стойку китайским хватом;
- С «качелей»: «В» 4/4 бланш в «качели»
- Соскок: 12/4 групп.; 8/4 бланш на 720\*; 8/4 вперед на 900\*;
- Две пары: стоя друг за другом, оба «Верхних» на плечах «Нижних». «В-1» 6/4 сальто вперед в группировке толчком «Н-1» и «В-2» в стойку на согнутые «Н-2»;

### Надбавка – 0.2

- С ног (с решётки/купе): 2-ое сальто углом на плечи «Н»; 10/4 сальто вперед в групп. в стойку китайским хватом; 6/4 твиста углом в стойку на согнутые «Н»; 4-ой пируэт на решетку; 8/4 вперед на 900\* на решетку;
- С выпрыжки: 6/4 твиста углом в стойку на решетку; 6/4 сальто вперед групп. с пов. на 360\* в стойку китайским хватом; «В» стойка на согнутых «Ср» 4/4 сальто вперед/назад с пов. на 360\* в стойку китайским хватом; 2-ой бланш с пов. на 360\* на решетку; 2-ой твист углом с пов. на 180\* на решетку;
- Из стойки: 4/4 сальто вперед/назад с пов. на 360\* в стойку к одному партнеру; 8/4 сальто назад в стойку китайским хватом;
- С «качелей»: «В» 8/4 сальто вперед в групп. в «качели»; «В» пируэт вперед в «качели»;
- Соскок: 3-ое сальто углом; 2-ой бланш с пов. на 1080\*; 3-ой пируэт – заднее (групп./угол)сальто; с качелей «В» 8/4 вперед углом/ прогнувш. с пов. на 180\*/360\* в соскок;
- Две пары: стоя друг за другом, оба «Верхних» на плечах «Нижних». «В-1» 6/4 сальто вперед согнувшись толчком «Н-1» и «В-2» в стойку на согнутые «Н-2»

### Надбавка – 0.3

- С ног (с решетки/купе): 2-ое сальто 360\*/групп. на плечи «Н»; 10/4 сальто вперед согнувшись в стойку китайским хватом;
- С выпрыжки: 6/4 сальто вперед углом с пов. на 360\* в стойку китайским хватом; «В» стойка на согнутых «Ср» 8/4 сальто вперед углом в стойку китайским хватом; «В» пируэт с согнутых рук/плеч «Ср» на согнутые руки/плечи «Ср», стоящего на «решетке»; 2-ой твист групп. с пов. на 540\* на решетку;
- Соскок: 3-ое сальто с винтом в группировке; с качелей «В» 8/4 вперед углом/ прогнувш. с пов. на 540\*/720\* в соскок;
- С «качелей»: «В» 8/4 сальто вперед углом в «качели»; «В» 12/4 сальто вперед в групп. в соскок; «В» 13/4 сальто вперед в групп. в ловлю на предплечья «Нижних»;

### Надбавка – 0.4

- С ног (с решетки/купе): 2-ое сальто 360\*/угол на плечи «Н»; 3-ое сальто в групп./углом на решётку;
- С выпрыжки: 2-ой бланш с пов. на 720\* на решетку; 2-ой твист углом с пов. на 540\* на решетку;
- Соскок: 3-ое сальто с винтом согнувшись;

### Надбавка – 0.5

- С выпрыжки: 3-ое сальто в групп./углом на решётку;
- Соскок: 3-ое сальто: бланш – винт – группированное или винт – бланш – группированное;

**Бонусные элементы 2020**  
**ЧЕТВЕРКИ – выпрыжки с элементом «Среднего»**

<b>Верхний</b> <b>Средний</b>	<b>Бонусный элемент</b>	<b>Не бонусный элемент</b> <u>Соскок:</u> от 8/4 прогнувшись <u>Ловля:</u> от 6/4 углом в вертикальное положение
Бланш	<b>0.1</b>	<b>0</b>
Пируэт	<b>0.2</b>	<b>0.1</b>
2-й пируэт	<b>0.3</b>	<b>0.2</b>
2-ое групп. 3-й пируэт	<b>0.4</b>	<b>0.3</b>
2-ое углом	<b>0.5</b>	<b>0.4</b>

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ**

**При условии выполнения всеми партнерами**

1. Стойка на 1 руке \_\_\_\_\_ **0.1** (для пар) и **0.2** (для групп)
2. Двойной пируэт \_\_\_\_\_ **0.1** (для пар) и **0.2** (для групп);
3. Двойное сальто в группировке \_\_\_\_\_ **0.2** (для пар) и **0.3** (для групп);
4. Двойное сальто углом \_\_\_\_\_ **0.4** (для пар) и **0.5** (для групп).

Председатель Тренерского Совета:



Т.В. Гургенидзе

Председатель Технического Комитета:



Д.А. Винников