

**Sekcia umeleckého plávania SPF**

**ŠPORTOVO-TECHNICKÉ  
DOKUMENTY  
UMELECKÉHO PLÁVANIA  
2022**

UP 1	VŠEOBECNÉ INFORMÁCIE
UP 2	PRETEKÁRKY A PRETEKÁRI V UMELECKOM PLÁVANÍ
UP 3	VEKOVÉ KATEGÓRIE V ROKU 2022
UP 4	PODMIENKY NA PRERADENIE DO VYŠŠEJ VEKOVEJ
KATEGÓRIE	
UP 5	PRÁVO NA ŠTART NA MAJSTROVSKEJ SÚŤAŽI
UP 6	KVALIFIKAČNÉ KRITÉRIA NA VRCHOLOVÉ PODUJATIA V UMELECKOM PLÁVANÍ
UP 7	KVALIFIKAČNÉ KRITÉRIA NA ZARADENIE PRETEKÁROK A PRETEKÁROV DO REPREZENTÁCIE SLOVENSKEJ REPUBLIKY V UMELECKOM PLÁVANÍ
UP 8	POVINNÉ FIGÚRY A ELEMENTY
UP 9	ČASOVÉ LIMITY ZOSTÁV
UP 10	VÝKONNOSTNÉ TRIEDY
UP 11	PRAVIDLÁ PRE ŠTART/ÚČASŤ NA DOMÁCICH A ZAHRANIČNÝCH SÚŤAŽIACH
UP 12	TERMÍNOVÁ LISTINA SÚŤAŽÍ A VRCHOLOVÝCH PODUJATÍ
UP 13	MAJSTROVSTVÁ SLOVENSKA
UP 14	SLOVENSKÝ POHÁR UMELECKÉHO PLÁVANIA
UP 15	PODMIENKY ÚHRADY NÁKLADOV MAJSTROVSKÝCH
SÚŤAŽÍ	
UP 16	PROJEKT EDUKÁCIE TRÉNEROV A ROZHODCOV
UP 17	ADRESÁR ŠPORTOVÝCH KLUBOV
PRÍLOHA 1	ŽIADOSŤ O PRERADENIE DO VYŠŠEJ VEKOVEJ KATEGÓRIE
PRÍLOHA 2	OZNÁMENIE O ŠTARTE/ÚČASTI NA SÚŤAŽI
PRÍLOHA 3	POVINNÉ FIGÚRY A ELEMENTY

## UP 1 VŠEOBECNÉ INFORMÁCIE

### **Slovenská plavecká federácia**

sídlo: Za kasárňou 1, 831 03 Bratislava, Slovenská republika

IČO: 36068764

štatutárny zástupca: **Mgr. Ivan Šulek**, prezident

### **Sekcia umeleckého plávania Slovenskej plaveckej federácie** (ďalej aj ako „SUP SPF“)

kancelária: Za kasárňou 1, 831 03 Bratislava, Slovenská republika

viceprezidentka pre umelecké plávanie SPF: **Mgr. Lívia Dulová Allárová**

Výbor SUP SPF:

Mgr. Lívia Dulová Allárová, predsedníčka Výboru SUP SPF

Ing. Mária Dzureková, členka Výboru SUP SPF pre ekonomiku

Ing. Jana Mezovská, členka Výboru SUP SPF pre rozhodcovskú činnosť

Mgr. Martina Gaislová, MBA, členka Výboru SUP SPF pre metodiku umeleckého plávania

Mgr. Bc. Katarína Spiess, členka Výboru SUP SPF pre športovo-technické dokumenty

Telefón: +421 2 381 054 78

E-mailová adresa pre všeobecné podania: [sekretariat@swimmsvk.sk](mailto:sekretariat@swimmsvk.sk)

E-mailová adresa pre oznámenie štartu/účasti na zahraničnej súťaži: [artistic@swimmsvk.sk](mailto:artistic@swimmsvk.sk)

Webové sídlo: [www.swimmsvk.sk](http://www.swimmsvk.sk)

[Kalendár súťaží SPF](#)

[Kalendár súťaží FINA](#)

[Kalendár súťaží LEN](#)

## UP 2 PRETEKÁRKY A PRETEKÁRI V UMELECKOM PLÁVANÍ

### **UP 2.1 Pravidlá**

Všetky pretekárky a všetci pretekári v umeleckom plávaní sa riadia podľa právneho poriadku SPF.

### **UP 2.2 Platné pravidlá v roku 2022**

V roku 2022 sa všetky súťaže v umeleckom plávaní organizované v rámci činnosti SPF riadia [Pravidlami FINA na obdobie rokov 2017 – 2021](#)<sup>1</sup>.

### **UP 2.3 Prihlásenie na súťaž**

Pretekárom v umeleckom plávaní na súťaži organizovanej SPF sa môže stať osoba

- (i) zaregistrovaná v zdrojovej evidencii SPF ako individuálny člen SPF (športovec) s príslušnosťou riadneho člena registrovaného pre odvetvie umeleckého plávania na daný kalendárny rok,
- (ii) ktorá spĺňa vekové, zdravotné a výkonnostné požiadavky podľa pravidiel FINA a propozícií uvedených v pozvánke konkrétnej súťaže, ktorá
- (iii) bola na danú súťaž nominovaná osobným/reprezentačným trénerom a včas prihlásená športovým klubom/manažérom reprezentácia/sekretariátom SPF a
- (iv) nebol jej orgánom SPF uložený trest, ktorý by účasti na danej súťaži bránil.

<sup>1</sup> <https://resources.fina.org/fina/document/2021/01/08/e9bfaa2e-3bd5-4127-8ad2-29c51d71fdf4/ARTISTIC-SWIMMING-2017-2021.pdf>

### UP 3 VEKOVÉ KATEGÓRIE V ROKU 2022

#### UP 3.1 Posúdenie veku

Pravidlá FINA na obdobie rokov 2017 – 2021 sú platné a účinné aj v roku 2022 v súťažiach vo všetkých vekových kategóriách. Rozhodné obdobie na posúdenie veku súťažiaciho v každej vekovej kategórii je 1. január až 31. december (do 24:00 h.).

#### UP 3.2 Všeobecné vekové kategórie podľa pravidiel FINA

Vekové kategórie pre umelecké plávanie sú

- (i) **12. rok veku a mladší vek** (mladšie žiačky a mladší žiaci),
- (ii) **13 – 15 rokov veku** (mladšie juniorky/staršie žiačky a mladší juniori/starší žiaci),
- (iii) **15 – 18 rokov veku** (juniorky a juniori),
- (iv) **18 rokov a starší** (seniorky a seniori).

#### UP 3.3 Vekové kategórie v roku 2022 pre účely organizácie súťaží SPF

KATEGÓRIA	VEK	ROČNÍKY NARODENIA
začiatočníci (Ú1, Ú2, Ú3)	12-roční a mladší	2010 a mladšie ročníky
mladšie žiačky/mladší žiaci (MŽ)	12-roční a mladší	2010, 2011 a 2012
mladšie juniorky/mladší juniori (MJ)	15-roční a mladší	2007, 2008 a 2009
juniorky/juniori (J)	18-roční a mladší	2004, 2005 a 2006
seniorky/seniori (S)	15-roční a starší	2007 a starší
masters	25-roční a starší	1997 a starší

### UP 4 PODMIENKY NA PRERADENIE DO VYŠŠEJ VEKOVEJ KATEGÓRIE

#### UP 4.1 Žiadosť o preradenie do vyššej vekovej kategórie

Zaradenie pretekára/ky do vyššej vekovej kategórie vždy podlieha schváleniu prostredníctvom Výboru Sekcie umeleckého plávania SPF, a to na základe „*Žiadosti o preradenie do vyššej vekovej kategórie*“, v ktorej je uvedený dôvod ostaršenia pretekára/ky. Tlačivo s názvom *Žiadosť o preradenie do vyššej vekovej kategórie* tvorí prílohu č. 1 tohto dokumentu.

#### UP 4.2 Obsahové náležitosti žiadosti

V žiadosti je potrebný preukázať

- (i) písomný súhlas zákonných zástupcov pretekára/ky,
- (ii) písomný súhlas osobného trénera pretekára/ky a
- (iii) odborné vyjadrenie k ostaršeniu od športového lekára pretekárky.

#### UP 4.3 Platnosť ostaršenia

Ostaršenie je platné a účinné na určitý čas, a to na obdobie 6 mesiacov odo dňa vydania súhlasu Sekcie umeleckého plávania SPF.

#### UP 4.4 Doručovanie

Žiadosť sa predkladá matrikárke SPF.

## **UP 5 PRÁVO NA ŠTART NA MAJSTROVSKEJ SÚŤAŽI**

### **UP 5.1 Podmienky štartu**

Právo štartovať na akejkoľvek /domácej aj zahraničnej/ súťaži má každý pretekár/ka / klub v zmysle zverejnených propozícií danej súťaže, ak je pretekár/ka členom SPF a spĺňa podmienky štartu podľa Pravidiel SPF a príslušného súťažného poriadku a pravidiel UP 2 a UP 11.

## **UP 6 KVALIFIKAČNÉ KRITÉRIA NA VRCHOLOVÉ PODUJATIA V UMELECKOM PLÁVANÍ**

Na zasadnutí Rady SPF boli dňa 18.01.2022 schválené bodové limity na vrcholné podujatia v umeleckom plávaní organizované v roku 2022 pre všetky vekové kategórie a vo všetkých individuálnych a kolektívnych disciplínach tak, ako je uvedené v tomto ustanovení.

### **UP 6.1 Limity mladších junioriek/juniorov (roč. 2007, 2008, 2009) pre účasť na vrcholových súťažiach v umeleckom plávaní pre obdobie od 01.01.2022 do 31.08.2022**

Hlavným cieľom ustanovenia bodových limitov je dôstojná a zodpovedná reprezentácia Slovenskej republiky a Slovenskej plaveckej federácie.

#### **UP 6.1.2 Vrcholové podujatia pre mladšie juniorky/juniori**

V roku 2022 sú vrcholovými podujatiami mladších junioriek/mladších juniorov:

- (i) **FINA World Youth Artistic Swimming Championships 2022, USA**  
Charlotte v termíne 10.-13.08.2022
- (ii) **Mediterranean Artistic Swimming Cup 2022**, termín: n/a

Pretekárky/pretekári budú nominovaní na vrcholové podujatia v jednotlivých disciplínach na základe dosiahnutých športových výsledkov a umiestnení na prípravných medzinárodných súťažiach v zahraničí v termíne od 01.01.2022 až do času odoslania menovitej prihlášky na vrcholovú súťaž.

Presný termín sa stanoví podľa možných vybraných súťaží. Na vrcholovú súťaž bude nominované sólo/pár/tím na základe splnenia bodového limitu a umiestnenia na troch nominačných súťažiach, o ktorých bude SUP SPF včas informovať.

#### **UP 6.1.2 Bodové limity mladších junioriek/juniorov do 31.08.2022**

Všetky limity je potrebné vyplávať na dvoch medzinárodných súťažiach v zahraničí v danej vekovej kategórii. Na vrcholovú súťaž postúpi najlepšie sólo/pár, v prípade možnosti štartu postúpia dve najlepšie sóla/páry, čo bude určené tak, že všetky aspirujúce sóla/páry absolvujú všetky tri nominačné súťaže, pričom najlepšie umiestnené sólo/pár zo SR získa 3 body, druhé najlepšie 2 body a tretie 1 bod. Po absolvovaní všetkých troch nominačných súťaží sa body za umiestnenie sčítajú a vytvorí sa poradie sól/párov SR.

Reprezentanti Slovenskej republiky budú informovaní o nominácii na vrcholovú súťaž zaslaním nominačného listu. V prípade, že epidemická situácia neumožní konanie dostatočného počtu vhodných súťaží, môže SUP SPF odsúhlasiť poradie sól/párov a tiež splnenie nominačných kritérií pre všetky disciplíny na základe absolvovaných súťaží (súťaže) v uvedenom časovom období.

Pre **individuálne disciplíny** (povinné figúry FINA a voľné sólo) sú limity pre vekovú kategóriu mladších junioriek a juniorov na účasť na vrcholovej súťaži ustanovené nasledovne:

## SEKCIA SYNCHRONIZOVANÉHO PLÁVANIA

Schválené na riadnom zasadnutí VSSP SPF  
Uznesením č. SPF/2022/VSSP/Z5 zo dňa 21. 02. 2022

BODOVÉ LIMITY NA VRCHOLOVÉ SÚŤAŽE PRE MLADŠIE JUNIORKY/JUNIOROV V INDIVIDUÁLNYCH DISCIPLÍNACH UMELECKÉHO PLÁVANIA	
<b>SÓLO (MJ)</b>	BODY
body celkové	<b>142,00</b>
body za povinné figúry	<b>71,00</b>
body za voľné sólo	<b>71,00</b>
<b>PÁR (MJ)</b>	BODY
body celkové	<b>139,00</b>
body za povinné figúry	<b>69,00 (pri páre platí pre obe pretekárky)</b>
body za voľný pár	<b>70,00</b>
<b>ZMIEŠANÝ PÁR (MJ)</b>	BODY
body celkové	<b>136,00</b>
body za povinné figúry	<b>67,00 (pri páre platí pre obidvoch pretekárov)</b>
body za voľný pár	<b>69,00</b>

Pre **koľektívne disciplíny** sú podmienky na účasť na vrcholovej súťaži nasledovné:

### Tím

Kritérium pre účasť tímu je získať pre každú pretekárku minimálne 64 bodov v povinných figúrach na určenej nominačnej súťaži (I.VT je od 66 bodov).

BODOVÉ LIMITY NA VRCHOLOVÉ SÚŤAŽE PRE MLADŠIE JUNIORKY/JUNIOROV V KOLEKTÍVNYCH DISCIPLÍNACH UMELECKÉHO PLÁVANIA	
<b>TÍM (MJ)</b>	BODY
body celkové	<b>138,00</b>
body za povinné figúry	<b>68,00 (priemer bodov 8 pretekárov na určenej nominačnej súťaži)</b>
body za voľný tím	<b>70,00</b>

### COMBO, HIGHLIGHT

V prípade nominácie tímu, sa reprezentačný tréner tímu môže rozhodnúť, ktorú ďalšiu kolektívnu disciplínu obsadí (combo alebo highlight). Na tieto disciplíny nie je určený limit.

*Pozn.: Limity vychádzajú zo získaných bodov slovenských reprezentantiek a reprezentantov na medzinárodných súťažiach v rokoch 2019, 2020, 2021. Bodové podklady dodala manažérka reprezentácie.*

**UP 6.2 Limity junioriek/juniorov (roč. 2004, 2005, 2006) pre účasť na vrcholových súťažiach v umeleckom plávaní pre obdobie od 01.01.2022 do 31.08.2022**

Hlavným cieľom ustanovenia bodových limitov je dôstojná a zodpovedná reprezentácia Slovenskej republiky a Slovenskej plaveckej federácie.

**6.2.1 Vrcholové podujatia pre juniorky a juniorov**

V roku 2022 sú vrcholovými podujatiami junioriek a juniorov nasledovné súťaže:

- (i) **FINA World Youth Artistic Swimming Championships 2022**, Kanada, Quebec v termíne 23.-27.08.2022
- (ii) **Majstrovstvá Európy.**

Pretekárky a pretekári budú nominovaní na vrcholové podujatia v jednotlivých disciplínach na základe dosiahnutých športových výsledkov a umiestnení na prípravných medzinárodných súťažiach v zahraničí v termíne od 01.01.2022 až do času odoslania menovitej prihlášky na vrcholovú súťaž. Presný termín sa stanoví podľa možných vybraných súťaží.

**UP 6.2.2. Bodové limity junioriek/juniorov do 31.08.2022**

Na vrcholovú súťaž bude nominované sólo/pár/tím (technické alebo voľné) na základe splnenia bodového limitu a umiestnenia na troch nominačných súťažiach v zahraničí, o ktorých bude sekcia SP včas informovať. Všetky limity je potrebné získať na dvoch medzinárodných súťažiach v zahraničí v danej vekovej kategórii.

Na vrcholovú súťaž postúpi najlepšie sólo/pár (technické alebo voľné), v prípade možnosti štartu postúpia dve najlepšie sóla/páry (technické alebo voľné), čo bude určené tak, že všetky aspirujúce sóla/páry (technické alebo voľné) absolvujú všetky tri nominačné súťaže, pričom najlepšie umiestnené sólo/pár (technické alebo voľné) zo SR získa 3 body, druhé najlepšie 2 body a tretie 1 bod. Po absolvovaní všetkých troch nominačných súťaží sa body za umiestnenie sčítajú a vytvorí sa poradie sól/párov SR.

Reprezentanti budú informovaní o nominácii na vrcholovú súťaž zaslaním nominačného listu. V prípade, že epidemická situácia neumožní konanie dostatočného počtu vhodných súťaží, môže sekcia SP odsúhlasiť poradie sól/párov (technické alebo voľné) a tiež splnenie nominačných kritérií pre všetky disciplíny na základe absolvovaných súťaží (súťaže) v uvedenom časovom období.

Pre individuálne disciplíny sú limity pre účasť na vrcholovej súťaži nasledovné:

BODOVÉ LIMITY NA VRCHOLOVÉ SÚŤAŽE PRE JUNIORKY/JUNIOROV V INDIVIDUÁLNYCH DISCIPLÍNACH UMELECKÉHO PLÁVANIA	
<b>SÓLO (J)</b>	BODY
body za technické sólo	<b>75,00</b>
body za voľné sólo	<b>77,00</b>
<b>PÁR (J)</b>	BODY
body za technický pár	<b>73,00</b>
body za voľný pár	<b>73,50</b>
<b>ZMIEŠANÝ PÁR (J)</b>	BODY
body za technický pár	<b>72,00</b>
body za voľný pár	<b>72,50</b>

Pre kolektívne disciplíny vo vekovej kategórii juniorky/juniori sú podmienky na účasť na vrcholovej súťaži nasledovné:

BODOVÉ LIMITY NA VRCHOLOVÉ SÚŤAŽE PRE JUNIORKY/JUNIOROV V KOLEKTÍVNYCH DISCIPLÍNACH UMELECKÉHO PLÁVANIA	
<b>TÍM (J)</b>	BODY
body za technický tím	<b>71,00</b>
body za voľný tím	<b>74,00</b>

#### COMBO, HIGHLIGHT

V prípade nominácie tímu, sa reprezentačný tréner tímu môže rozhodnúť, ktorú ďalšiu kolektívnu disciplínu obsadí (combo alebo highlight). Na tieto disciplíny nie je určený limit.

*Pozn.: Bodové limity pre vekovú kategóriu juniorky/juniori vychádzajú zo získaných bodov slovenských reprezentatov/reprezentantiek na medzinárodných súťažiach v rokoch 2019, 2020, 2021. Bodové podklady dodala manažérka reprezentácie.*

#### UP 6.3 Kvalifikačné limity senioriek/seniorov (roč. 2007 a staršie/i) pre účasť na vrcholových súťažiach v umeleckom plávaní pre obdobie od 01.01.2022 do 31.08.2022

Hlavným cieľom je dôstojná a zodpovedná reprezentácia Slovenskej republiky a Slovenskej plaveckej federácie.

##### UP 6.3.1 Vrcholové podujatia pre seniorky/seniorov

V roku 2022 sú vrcholovými podujatiami seniorky/seniorov:

- (i) **Majstrovstvá sveta**, Fukuoka (Japonsko) súťaž je zrušená pre rok 2022 v termíne od 13.-29.05.2022
- (ii) **Majstrovstvá Sveta**, Budapešť (Maďarsko) v termíne od 18.6.-3.7.2022

- (iii) **Majstrovstvá Európy**, Rím (Taliansko) v termíne od 11.-15.08.2022
- (iv) **FINA Artistic Swimming World Series 2022**  
(online), USA v termíne od 19.-20.03.2022
- (v) **FINA Artistic Swimming World Series 2022**,  
Paríž (Francúzsko) v termíne od 01.-03.04.2022
- (vi) **FINA Artistic Swimming World Series 2022**,  
Kazaň (Rusko) v termíne od 08.-10.04.2022
- (vii) **FINA Artistic Swimming World Series 2022**  
(online), Austrália v termíne od 07.-08.04.2022
- (viii) **FINA Artistic Swimming World Series Superfinal 2022**  
termín: n/a

**UP 6.3.2 Bodové limity senioriek a seniorov do 31.08.2022**

Pretekárky a pretekári budú nominovaní na vrcholové podujatia podľa ustanovenia UP 6.3.1 bodov (i) a (ii) týchto pravidiel v jednotlivých individuálnych disciplínach **na základe dosiahnutých športových výsledkov na medzinárodných súťažiach FINA Artistic Swimming World Series 2022** (ďalej aj ako „Svetová séria“) v termíne **od 1.1.2022 až do času odoslania menovitej prihlášky na vrcholovú súťaž**. Na vrcholovú súťaž postúpi najlepšie sólo/pár (technické alebo voľné). Všetky aspirujúce sólo/páry (technické alebo voľné) absolvujú **minimálne tri (3) súťaže Svetovej série**.

V prípade možnosti účasti troch sól/párov (technické alebo voľné) získa najlepšie umiestnené sólo/pár (technické alebo voľné) zo Slovenskej republiky 3 body, druhé najlepšie 2 body a tretie 1 bod. Na vrcholovú súťaž bude nominované sólo/pár (technické/voľné), ktorý dosiahne v súčte viac bodov na určených súťažiach.

Reprezentanti v jednotlivých disciplínach budú informovaní o nominácii zaslaním nominačného listu. V prípade, že epidemická situácia neumožní konanie dostatočného počtu vhodných súťaží, môže SUM SPF odsúhlasiť poradie sól/párov a tiež splnenie nominačných kritérií pre všetky disciplíny na základe absolvovaných súťaží (súťaže) v uvedenom časovom období.

Pre **individuálne disciplíny** vo vekovej kategórii seniorky/seniore sú limity na účasť na vrcholovej súťaži nasledovné:

BODOVÉ LIMITY NA VRCHOLOVÉ SÚŤAŽE PRE SENIORKY/SENIOROV V INDIVIDUÁLNYCH DISCIPLÍNACH UMELECKÉHO PLÁVANIA	
<b>SÓLO (S)</b>	BODY
body za technické sólo	<b>78,00</b>
body za voľné sólo	<b>78,50</b>
<b>PÁR (S)</b>	BODY
body za technický pár	<b>78,00</b>
body za voľný pár	<b>78,50</b>
<b>ZMIEŠANÝ PÁR (S)</b>	BODY



body za technický pár	<b>73,00</b>
body za voľný pár	<b>73,50</b>

Pre **kolektívne disciplíny** (tím, combo, highlight) vo vekovej kategórii seniorky/seniori nie je plánovaná účasť na vrcholovej súťaži podľa ustanovenia UP 6.3.1 bodov (i) a (ii) týchto pravidiel, a preto nie sú určené bodové limity.

*Pozn.: Bodové limity vo vekovej kategórii seniorky/seniori vychádzajú zo získaných bodov slovenských reprezentantov/reprezentantiek na medzinárodných súťažiach v rokoch 2019, 2020, 2021. Bodové podklady dodala manažérka reprezentácie.*

## **UP 7 KVALIFIKAČNÉ KRITÉRIA NA ZARADENIE PRETEKÁROK/PRETEKÁROV DO REPREZENTÁCIE SLOVENSKEJ REPUBLIKY V UMELECKOM PLÁVANÍ**

Hlavným cieľom zaradenia pretekárok a pretekárov do reprezentačného družstva Slovenskej republiky v umeleckom plávaní je dôstojná a zodpovedná reprezentácia umeleckého plávania na Slovensku a Slovenskej plaveckej federácie

### **UP 7.1 Kvalifikačné kritéria reprezentantky/reprezentanta SR v umeleckom plávaní**

Na zasadnutí Rady SPF boli dňa 18.01.2022 schválené kvalifikačné kritéria pre rok 2022 na zaradenie pretekárok/pretekárov do reprezentácie Slovenskej republiky v umeleckom plávaní, a to pre vekové kategórie

- (i) mladšie juniorky/juniori (roč. 2007, 2008, 2009),
- (ii) juniorky/juniori (roč. 2004, 2005, 2006) a
- (iii) seniorky/seniori (roč. 2007 a staršie/I),

a vo všetkých individuálnych a kolektívnych disciplínach ustanovených v UP 7 týchto pravidiel.

### **UP 7.2 Spôsob zaraďovania pretekárok/pretekárov do reprezentácie SR**

Zaradenie pretekárky/pretekára do reprezentačného družstva Slovenskej republiky v umeleckom plávaní je schvaľované Radou SPF podľa čl. 41 písm. p) Stanov SPF schválených na Konferencii konanej dňa 17.4.2016 v Bratislave v znení neskorších dodatkov<sup>2</sup> (ďalej en „Stanovy SPF“).

### **UP 7.3 Okamih zaradenia do reprezentácie SR**

Rada SPF zaraďuje do reprezentačného družstva Slovenskej republiky v umeleckom plávaní pretekárky a pretekárov, ktorí splnili kritériá ustanovenia UP 7 týchto pravidiel (i) **k 1. januáru nasledujúceho kalendárneho roka**, (ii) **k 1. septembru príslušného kalendárneho roka** a (iii) **výnimočne kedykoľvek počas príslušného kalendárneho roka** po splnení kritérií pre zaradenie alebo ak si to vyžadujú potreby reprezentácie.

### **UP 7.4 Účinnosť rozhodnutia o zaradení do reprezentácie SR**

Zaradenie do reprezentácie s cieľom prípravy na vrcholové podujatia nadobúda účinnosť dňom podpísania a doručenia dokumentu „*Štatút reprezentanta Slovenskej republiky v plaveckých športoch*“.

### **UP 7.5 Vrcholové podujatia reprezentácie SR**

Za vrcholové podujatia v umeleckom plávaní sa považujú

- (i) letné olympijské hry,
- (ii) kvalifikácia na letné olympijské hry,
- (iii) majstrovstvá sveta,
- (iv) majstrovstvá Európy,
- (v) súťaže FINA Artistic Swimming World Series,
- (vi) európsky pohár,

<sup>2</sup> <https://swimmsvk.sk/dokumenty/stanovy>

- (vii) juniorské majstrovstvá sveta,
- (viii) juniorské majstrovstvá Európy,
- (ix) majstrovstvá sveta 13-15 ročných,
- (x) majstrovstvá Európy 13-15 ročných.

#### **UP 7.6 Reprezentačné disciplíny v umeleckom plávaní**

Pretekárky a pretekári sa zaraďujú do reprezentácie v individuálnych disciplínach alebo v kolektívnych disciplínach. Pretekár/ka zaradený/á do reprezentačného družstva Slovenskej republiky v umeleckom plávaní v individuálnych disciplínach sa automaticky stáva reprezentantom/kou v kolektívnych disciplínach.

Reprezentantky a reprezentanti Slovenskej republiky v umeleckom plávaní sa zaraďujú do nasledovných individuálnych a kolektívnych disciplín:

- (i) Individuálne disciplíny:
  - I. sólo
  - II. pár
  - III. mixovaný pár
- (ii) Kolektívne disciplíny:
  - I. tím
  - II. combo
  - III. highlight.

#### **UP 7.7 Všeobecné kritéria pre zaradenie do reprezentácie SR**

Všeobecné kritériá pre zaradenie pretekára/ky do reprezentačného družstva Slovenskej republiky v umeleckom plávaní sú

- (i) štátne občianstvo Slovenskej republiky
- (ii) individuálne členstvo v Slovenskej plaveckej federácii v zmysle Stanov SPF a právneho poriadku SPF.

#### **UP 7.8 Vekové kritéria pre zaradenie do reprezentácie SR**

Vekové kritériá pre zaradenie pretekára/ky do reprezentačného družstva Slovenskej republiky v umeleckom plávaní sa riadia pravidlami FINA pre umelecké plávanie pre príslušný rok a platnými a účinnými pravidlami SUP SPF schválených Radou SPF na príslušné obdobie. Reprezentantky a reprezentanti Slovenskej republiky v umeleckom plávaní sa zaraďujú do troch vekových kategórií – mladšie juniorky/juniori, juniorky/juniori a seniorky/seniiori.

Reprezentantka/reprezentant, ktorí reprezentujú Slovenskú republiku v umeleckom plávaní v poslednom roku veku v danej vekovej kategórii a neabsolvovali súťaže vo vyššej vekovej kategórii počas posledných 12-tich mesiacov sa k 1. januáru nasledujúceho roku automaticky zaraďujú do reprezentačného družstva Slovenskej republiky v umeleckom plávaní do kolektívnych disciplín vyššej vekovej kategórie.

#### **UP 7.9 Výkonnostné kritéria pre zaradenie do reprezentácie SR**

Výkonnostné kritériá (bodové limity) pre zaradenie športovca do reprezentačného družstva Slovenskej republiky v umeleckom plávaní sú každoročne kontrolované, prípadne prehodnotené k 31. decembru daného roka.

##### **UP 7.9.1 Kritériá pre výber do reprezentácie SR účinné k 01.09.2022**

Do reprezentácie môže byť zaradená pretekárka/pretekár, ktorí splnili v rámci sledovaného obdobia – 12-tich predchádzajúcich mesiacov nižšie uvedené bodové limity.

Limit je potrebné získať (odplávať) na **minimálne dvoch súťažiach**. Pre vekovú kategóriu mladší juniiori a vekovú kategóriu juniiori platí obmedzenie počtu zaradených reprezentantov (sumár v kolektívnych disciplínach). Maximálny počet reprezentantov v danej vekovej kategórii je 16. V prípade vyššieho počtu pretekárov, ktorí splnili bodové limity majú prednosť tí pretekári, ktorí splnili limity v

disciplíny pár, sólo a tím s vyššími bodovými hodnotami.

LIMITY PRE INDIVIDUÁLNE DISCIPLÍNY PRE ÚČELY REPREZENTÁCIE SLOVENSKEJ REPUBLIKY			
MLADŠÍ JUNIORI	SÓLO	PÁR	ZMIEŠANÝ PÁR
body celkové	140,00	136,00	132
body za povinné figúry	70,00	<b>68,00*</b>	<b>66,00*</b>
body za voľné zostavy	70,00	68,00	66,00

\* jednotlivito vrátane náhradníčky

\*\* (musia byť splnené všetky tri bodové limity v danej disciplíne)

JUNIORI	SÓLO	PÁR	ZMIEŠANÝ PÁR
body za tech.zostavu	72,00	70,00	68,00
body za voľnú zostavu	72,50	70,50	68,50

SENIORI	SÓLO	PÁR	ZMIEŠANÝ PÁR
body za tech.zostavu	75,00	73,00	71,00
body za voľnú zostavu	75,50	73,50	71,50

LIMITY PRE KOLEKTÍVNE DISCIPLÍNY PRE ÚČELY REPREZENTÁCIE SLOVENSKEJ REPUBLIKY		
MLADŠÍ JUNIORI	POVINNÉ FIGÚRY FINA	
body za povinné figúry	63,00	
JUNIORI	SÓLO	PÁR
body za technickú zostavu	67,00*	65,00*
SENIORI	SÓLO	PÁR
body za technickú zostavu	70,00*	68,00*

\*výhľadovo vyžadovať I.VT - cieľ od roku 2024

## UP 8 POVINNÉ FIGÚRY A ELEMENTY

### UP 8.1 Súťaž v povinných figúrach

Každý/á pretekár/ka musí pred porotou rozhodcov predviesť dve povinné figúry a jednu skupinu dvoch voliteľných figúr, ktoré sa losujú, v súlade s ustanovením AS 8.3. Pravidiel FINA na obdobie rokov 2017 – 2022.

### UP 8.1 Kvalifikačné kritéria na vrcholové podujatia

Skupiny povinných figúr sú uvedené v prílohe V Pravidiel umeleckého plávania.

## SEKCIA SYNCHRONIZOVANÉHO PLÁVANIA

Schválené na riadnom zasadnutí VSSP SPF  
Uznesením č. SPF/2022/VSSP/Z5 zo dňa 21. 02. 2022

ŽIAČKY / ŽIACI A			
1.	000	Rio začiatok	1.2
2.	316	Kipnus	1.4
3.	000	Čiastočne salto schylmo vpred	1.1
4.	000	Pozícia split s Walkout Front	1.2

ŽIAČKY / ŽIACI B			
1.	000	Základná poloha na znaku – sculling za nohami, za hlavou	1.0
2.	310	Somersault Back Tuck	1.1
3.	000	Čelné šliapanie vody	1.1
4.	000	Poloha na prsia Bent Knee	1.0

ŽIAČKY / ŽIACI C			
1.	000	Back Layout Position	1.0
2.	000	Front Layout Position	1.0
3.	000	Back Layout Position to Tub Position	1.0
4.	310	Somersault Back Tuck	1.1

MLADŠIE ŽIAČKY / ŽIACI			
<b>Záväzná skupina</b>			
1.	106	Straight Ballet Leg	1.6
2.	301	Barracuda	1.9
<b>I. Losovaná skupina</b>			
3.	420	Walkover Back	1.9
4.	327	Ballerina	1.8
<b>II. Losovaná skupina</b>			

3.	311	Kip	1.6
4.	401	Swordfish	2.0
<b>III. Losovaná skupina</b>			
3.	226	Swan	2.1
4.	363	Water Drop	1.5

**MLADŠIE juniorky/juniori / JUNIORI**

**Záväzná skupina**

1.	423	Ariana	2.2
2.	143	Rio	3.1
<b>I. Losovaná skupina</b>			
3.	351	Jupiter	2.8
4.	437	Oceanea	2.1
<b>II. Losovaná skupina</b>			
3.	240a	Albatross Half Twist	2.2
4.	403	Swordtail	2.3
<b>III. Losovaná skupina</b>			
3.	355f	Porpoise Continuous Spin 720°	2.1
4.	315	Seagull	2.1

**juniorky/juniori / JUNIORI**

**Záväzná skupina**

1.	308i	Barracuda Airborne Split Spin Up 360°	3.3
2.	355g	Porpoise Twist Spin	2.5
<b>I. Losovaná skupina</b>			
3.	154j-2	London Combined Spin 720°	2.9

4.	330c	Aurora Twirl	2.8
<b>II. Losovaná skupina</b>			
3.	364	Whirlwind	2.7
4.	343	Butterfly	2.5
<b>III. Losovaná skupina</b>			
3.	320	Kipswirl Split Closing 180°	2.3
4.	440	Ipanema	3.0

## UP 9 ČASOVÉ LIMITY ZOSTAV

### UP 9.1 Časové limity pre zostavy v umeleckom plávaní

Časové limity pre technické zostavy, voľné zostavy, voľné kombinácie a highlight zostavy vrátane 10-tich sekúnd na suchu:

DISCIPLÍNA	TECHNICKÉ ZOSTAVY				VOĽNÉ ZOSTAVY				COMBO	HIGHLIGHT
	Veková kategória	Sólo	Pár	Mixovaný pár	Tím	Sólo	Pár	Mixovaný pár		
mladšie žiačky / mladší žiaci					2:00	2:30	2:30	3:00	3:00	
mladšie juniorky / mladší juniori					2:15	2:45	2:45	3:30	3:30	
juniorky/juniori	2:00	2:20	2:20	2:50	2:30	3:00	3:00	4:00	4:00	
seniorky/seniori	2:00	2:20	2:20	2:50	2:30	3:00	3:00	4:00	4:00	2:30
masters	1:30	1:40	1:40	1:50	2:30	3:00	3:00	4:00	4:00	

### UP 9.2 Povolená tolerancia časového limitu

Povolená tolerancia časového limitu v technickej zostave, voľnej zostave, voľnej kombinácii a highlight zostave je +/- 15 sekúnd. Pre všetky zostavy nesmie nástup súťažiacich z vyznačeného miesta začiatku nástupu do statickej štartovacej pozície presiahnuť 30 sekúnd.

## UP 10 VÝKONNOSTNÉ TRIEDY

### UP 10.1 Priznanie výkonnostnej triedy pretekárke/pretekárovi

Výkonnostné triedy sú priznané za dosiahnuté výsledky počas predchádzajúceho roku

- (i) pre kategóriu mladších žiačok/žiacov a mladších junioriek/juniorov v povinných figúrach danej kategórie
- (ii) pre kategóriu juniori a seniori v technických zostavách sóla a páru.

Pre pridelenie konečnej výkonnostnej triedy je potrebné získať minimálne dvakrát rovnakú výkonnostnú triedu v príslušnej vekovej kategórii počas predchádzajúceho roka. V prípade, že sa

Športovec zúčastní len dvoch súťaží počas predchádzajúceho roka, na ktorých dosiahne výsledky zodpovedajúce dvom rôznym výkonnostným triedam, bude mu pridelená vyššia výkonnostná trieda. Ak bol športovec na súťaži v páre len ako "neplávajúci" náhradník, výsledky z tohto štartu sa mu nebudú započítavať na priznanie výkonnostnej triedy.

	SENIORKY/SENIORI	JUNIORKY/JUNIORI	MLADŠIE JUNIORKY/JUNIORI	MLADŠIE ŽIAČKY/ŽIACI
<b>M VT</b>	81	-	-	-
<b>I. VT</b>	76	71	66	61
<b>II. VT</b>	71	66	61	56
<b>III. VT</b>	66	61	56	51

## UP 11 PRAVIDLÁ PRE ŠTART/ÚČASŤ NA DOMÁCICH A ZAHRANIČNÝCH SÚŤAŽIACH

### UP 11.1 Oznamovacia povinnosť

Každý člen SPF (riadny/individuálny), ktorý sa zúčastní domácej alebo aj zahraničnej súťaže je povinný v termíne najneskôr 7 dní pred termínom zaslania finálnej prihlášky na danú súťaž, oznámiť predmetný štart/účasť na zahraničnej súťaži Sekcii umeleckého plávania SPF.

### UP 11.2 Doručovanie

Vyplnené tlačivo s názvom „Oznámenie štartu/účasti na zahraničnej súťaži“ zašle zástupca športového klubu matrikárovi športových súťaží v umeleckom plávaní e-mailom na: [artistic@swimmsvk.sk](mailto:artistic@swimmsvk.sk), ten zabezpečí jeho distribúciu členom Výboru SUP SPF. Vzor tlačiva „Oznámenie štartu/účasti na zahraničnej súťaži“ tvorí prílohu č. 2 tohto dokumentu.

### UP 11.3 Klubová príslušnosť

Ak je pretekár/ka reprezentantom/kou Slovenskej republiky v umeleckom plávaní a bude súťažiť za športový klub, ten zašle vyššie uvedené oznámenie súčasne v kópii na e-mail manažéra reprezentácie.

### UP 11.4 Reprezentácia Slovenskej republiky

Ak bola pretekár/ka nominovaný/á a schválený/á na danú súťaž mimo Majstrovstiev Slovenska ako reprezentant/ka Slovenskej republiky v umeleckom plávaní, má povinnosť zúčastniť sa tejto súťaže ako reprezentant/ka. V mimoriadnych prípadoch udeľuje výnimku Výbor SUP SPF.

### UP 11.5 Zaslanie výsledkovej listiny

Člen SPF (riadny/individuálny) je povinný zaslať e-mailom najneskôr do 10 dní odo dňa skončenia súťaže výsledky zo súťaže vo PDF-formáte na adresu [artistic@swimmsvk.sk](mailto:artistic@swimmsvk.sk). Na tomto základe bude výsledok pretekára/ky zapracovaný do štatistík SPF.

## UP 12 TERMÍNOVÁ LISTINA SÚŤAŽÍ A VRCHOLOVÝCH PODUJATÍ NA ROK 2022

### VRCHOLOVÉ PODUJATIA V UMELECKOM PLÁVANÍ V ROKU 2022

19.-20.03.2022	FINA Artistic Swimming World Series 2022 online, USA, (seniorke/seniori)
----------------	---

01.-03.04.2022	FINA Artistic Swimming World Series 2022 Paríž (Francúzsko), (seniorke/seniori)
----------------	--

07.-08.04.2022	FINA Artistic Swimming World Series 2022
----------------	--

	<b>online</b> , Austrália, (seniorky/seniore)
<b>08.-10.04.2022</b>	<b>FINA Artistic Swimming World Series 2022</b> Kazaň (Rusko), (seniorky/seniore)
<b>13.-29.05.2022</b>	<b>Majstrovstvá sveta</b> , (seniorky/seniore) súťaž zrušená pre rok 2022 Fukuoka (Japonsko)
<b>18.6.-3.7.2022</b>	<b>Majstrovstvá sveta</b> , (seniorky/seniore) Budapešť (Maďarsko)
<b>10.-13.08.2022</b>	<b>FINA World Youth Artistic Swimming Championships 2022</b> Charlotte (USA), (mladšie juniorky/juniore)
<b>11.-15.08.2022</b>	<b>Majstrovstvá Európy</b> (seniorky/seniore) Rím (Taliansko)
<b>23.-27.08.2022</b>	<b>FINA World Youth Artistic Swimming Championships 2022</b> Quebec (Kanada), (juniorky/juniore)
<b>n/a</b>	<b>Mediterranean Artistic Swimming Cup 2022 (COMEN CUP)</b> (mladšie juniorky/juniore)
<b>n/a</b>	<b>Majstrovstvá Európy</b> (juniorky/juniore)
<b>n/a</b>	<b>FINA Artistic Swimming World Series 2022 Superfinal</b> , (seniorky/seniore)

#### SÚŤAŽE V UMELECKOM PLÁVANÍ ORGANIZOVANÉ SPF V ROKU 2022

<b>13.02.2022</b>	<b>Majstrovstvá Slovenska v povinných figúrach</b> Bratislava (Slovensko), (mladšie žiačky/žiacki a juniorky/juniore)
<b>01.-03. 04.2022</b>	<b>Majstrovstvá Slovenska</b> Bratislava (Slovensko), (mladšie juniorky/juniore a seniorky/seniore)
<b>14.-15.05.2022</b>	<b>Majstrovstvá Slovenska</b> Bratislava (Slovensko), (mladšie žiačky/žiacki a juniorky/juniore)
<b>12.-13.11.2022</b>	<b>Slovakia Synchro</b> Bratislava (Slovensko), (mladšie žiačky/žiacki a juniorky/juniore)

#### SÚŤAŽE V UMELECKOM PLÁVANÍ S DOTÁCIOU SPF PRE ŠPORTOVÉ KLUBY V ROKU 2022

<b>február 2022</b>	<b>Zlatá rybka</b> Bratislava (Slovensko), (začiatocníčky/začiatocníci a mladšie žiačky/žiacki)
<b>jún 2022</b>	<b>Synchro Stars</b> Bratislava (Slovensko), (začiatocníčky/začiatocníci a mladšie žiačky/žiacki)



**SÚŤAŽE V UMELECKOM PLÁVANÍ ORGANIZOVANÉ ŠPORTOVÝMI KLUBMI V ROKU 2022**

**máj 2022** Delfínik a luventa Cup (mladší žiaci a mladší juniori)

**október 2022** Žabky na Slávii (mladší žiaci a mladší juniori)

Vzhľadom na dynamicky vyvíjajúcu sa epidemickú situáciu je potrebné priebežne sledovať aktuálnu termínovú listinu na zverejnenú na online platforme SPF, webovom sídle FINA a LEN:

[Kalendár súťaží SPF](#)

[Kalendár súťaží FINA](#)

[Kalendár súťaží LEN](#)

**UP 13 MAJSTROVSTVÁ SLOVENSKA**

Titul Majster Slovenska bude usporiadateľom vyhlásený, pokiaľ sa súťaže v danej vekovej kategórii a v danej disciplíne zúčastnia minimálne traja ( 3 ) súťažiaci z klubov.

<b>Názov súťaže:</b>	<b>Majstrovstvá Slovenska</b>	
<b>Usporiadateľ:</b>	<b>Slovenská plavecká federácia</b>	
<b>Termín:</b>	<b>26.-27.03.2022 seniorky/seniore a mladšie juniorky/juniore 30.04.-01.05.2022 juniorky/juniore a mladšie žiačky/žiaci</b>	
<b>Miesto:</b>	Priebežne aktualizované	
<b>Kontaktná osoba:</b>	Asistent pre umelecké plávanie	
<b>Disciplíny:</b>	<b>seniore/seniorky</b>	• sólo - technické zostavy
		• sólo - voľné zostavy
		• pár - technické zostavy
		• pár - voľné zostavy
		• mix pár – technické zostavy
		• mix pár – voľné zostavy
	<b>mladší juniore/juniorky</b>	• povinné figúry
		• sólo - voľné zostavy
		• pár - voľné zostavy
		• mix pár – voľné zostavy
• tím – voľné zostavy		
• kombinované voľné zostavy (combo)		
<b>Disciplíny:</b>	<b>juniore/juniorky</b>	• sólo - technické zostavy
		• sólo - voľné zostavy
		• pár - technické zostavy
		• pár - voľné zostavy

		• mix pár - technické zostavy
		• mix pár - voľné zostavy
		• tím - technické zostavy
		• tím - voľné zostavy
		• kombinované voľné zostavy (combo)
		• akrobatické zostavy (highlights)
	<b>mladšie žiačky/žiaci</b>	• povinné figúry
		• sólo - voľné zostavy
		• pár - voľné zostavy
		• mix pár - voľné zostavy
		• tím - voľné zostavy
		• kombinované voľné zostavy (combo)

**UP 14 SLOVENSKÝ POHÁR UMELECKÉHO PLÁVANIA 2022**

<b>Systém súťaže:</b>	SLOVENSKÝ POHÁR UMELECKÉHO PLÁVANIA 2022 je viac kolovou súťažou jednotlivcov vo vekovej kategórii mladšie žiačky a mladší žiaci
<b>Kategórie:</b>	Mladšie žiačky a mladší žiaci (ročníky narodenia 2010 a mladšie)
<b>Disciplíny:</b>	Povinné figúry FINA 12 roční a mladší
<b>Hodnotenie súťaže:</b>	Do celkového hodnotenia sa započítava <b>súčet troch najlepších výkonov</b> pretekára/ky v povinných figúrach FINA z akejkoľvek súťaže. K tomuto súčtu sa pripočíta 5 bodov za získanú <b>výkonnostnú triedu 1</b> , 3 body za získanú <b>výkonnostnú triedu 2</b> a 1 bod za získanú <b>výkonnostnú triedu 3</b> . Vyhodnotenie výsledkov SLOVENSKÝ POHÁR UMELECKÉHO PLÁVANIA 2022 mladších žiačok a žiakov 2022 sa uskutoční najneskôr do 15. 12. 2022.
<b>Ceny:</b>	1. – 3. miesto v celkovom hodnotení bude ocenené pohárom a diplomom, 4. - 6. miesto v celkovom hodnotení bude ocenené diplomom.

**UP 15 PODMIENKY ÚHRADY NÁKLADOV MAJSTROVSKÝCH SÚŤAŽÍ**

**UP 15.1 Náklady na technické usporiadanie majstrovských súťaží**

Technické usporiadanie majstrovských súťaží vrátane ošatného nominovaným rozhodcom sa hradí zo štátnych zdrojov SUP SPF.

**UP 15.2 Štartovné**

V rozpise majstrovskej súťaže sa určí výška štartovného pre športovca. Výška príspevku bude závisieť od schváleného rozpočtu SUP SPF. Ostatné podmienky budú ustanovené pozíciami súťaže.

**UP 16 PROJEKT EDUKÁCIE TRÉNEROV A ROZHODCOV**

**UP 16.1 Školenia pre trénerov**

Školenia pre trénerov III. kvalifikačnej triedy sú naplánované na jeseň 2022. Prebiehať budú taktiež FINA online školení trénerov.

**UP 16.2 Školenia pre rozhodcov**

Školenia pre rozhodcov II. kvalifikačnej triedy sa uskutoční podľa možností buď prezenčne alebo prostredníctvom online. Podrobné informácie budú doplnené podľa aktuálnej situácie.

**UP 17      ADRESÁR ŠPORTOVÝCH KLUBOV**

<b>Telovýchovná jednota Slávia STU v Bratislave</b>	
Májová 21, P.O.Box 10, 850 05 Bratislava 55 tel.: 02 623 18 361 e-mail: <a href="mailto:tjsslaviastu@stonline.sk">tjsslaviastu@stonline.sk</a> web: <a href="http://www.akvabely.sk">www.akvabely.sk</a>	Kontaktná osoba: <b>Lucia Noskovičová</b> e-mail: <a href="mailto:synchro.slavia@gmail.com">synchro.slavia@gmail.com</a>
<b>IUVENTA AQUATIX, o.z.</b>	
Karloveská 64, 842 58 Bratislava tel.: tel.: 0904 429 244 e-mail: <a href="mailto:lubov@inethome.sk">lubov@inethome.sk</a> web: <a href="http://www.iuventa-aquatix.sk">www.iuventa-aquatix.sk</a>	Kontaktná osoba: <b>Marián Viazanko</b> e-mail: <a href="mailto:lubov@inethome.sk">lubov@inethome.sk</a>
<b>Športový klub SYNCHRO Bratislava, o.z.</b>	
Levárska 7, 841 04 Bratislava tel.: 0903 392 880 email: <a href="mailto:aquabella@aquabella.sk">aquabella@aquabella.sk</a> web: <a href="http://www.aquabella.sk">www.aquabella.sk</a>	Kontaktná osoba: <b>Helena Allárová</b> e-mail: <a href="mailto:helenaallarova@gmail.com">helenaallarova@gmail.com</a> <a href="mailto:helenaallarova@outlook.sk">helenaallarova@outlook.sk</a>
<b>Plavecký klub Aquabela Stars, o.z.</b>	
Nábrežie mládeže 23/2, 949 01 Nitra tel.: 0907 411 748 e-mail: <a href="mailto:aquabelastars@gmail.com">aquabelastars@gmail.com</a>	Kontaktná osoba: <b>Miriám Bednáriková</b> e-mail: <a href="mailto:aquabelastars@gmail.com">aquabelastars@gmail.com</a>
<b>Klub športového potápania ŽRALOK, o.z.</b>	
Štefana Králik 3/A, 841 07 Bratislava tel.: 0903 649 948 e-mail: <a href="mailto:vaculcik@ksp-zralok.com">vaculcik@ksp-zralok.com</a> web: <a href="http://www.ksp-zralok.com">www.ksp-zralok.com</a>	Kontaktná osoba: <b>Martina Nela Vaculčík</b> e-mail: <a href="mailto:martinanela.lazarova@gmail.com">martinanela.lazarova@gmail.com</a>
<b>Synchronizované plávanie Malacky, n.o.</b>	
Svetlá 7, 811 02 Bratislava tel.: 0908 419 708 e-mail: <a href="mailto:katarina.spiessova@gmail.com">katarina.spiessova@gmail.com</a> web: <a href="http://www.artisticswimming.sk">www.artisticswimming.sk</a>	Kontaktná osoba: <b>Katarína Spiess</b> e-mail: <a href="mailto:katarina.spiessova@gmail.com">katarina.spiessova@gmail.com</a>
<b>Slávia STU Artistic Swimming</b>	
Budovateľská 28, 821 08 Bratislava tel.: 0907 868 502 e-mail: <a href="mailto:synchro.slavia@gmail.com">synchro.slavia@gmail.com</a> web: <a href="http://www.akvabely.sk">www.akvabely.sk</a>	Kontaktná osoba: <b>Zuzana Žáková</b> e-mail: <a href="mailto:zakova.zuzana@gmail.com">zakova.zuzana@gmail.com</a>

## ŽIADOSŤ O SÚHLAS NA PRERADENIE DO VYŠŠEJ VEKOVEJ KATEGÓRIE

### Žiadateľ:

Názov športového klubu: \_\_\_\_\_

Sídlo: \_\_\_\_\_

IČO: \_\_\_\_\_

Konajúca v mene štatutára: \_\_\_\_\_

Konajúca prostredníctvom: \_\_\_\_\_

Na základe splnomocnenia zo dňa: \_\_. \_\_. \_\_\_\_ (príloha)

### žiada v zastúpení zverenkyne/zverenca:

Meno a priezvisko: \_\_\_\_\_

Dátum narodenia: \_\_\_\_\_

Registrácia SPF: \_\_\_\_\_

Príslušná veková kategória: \_\_\_\_\_

Žiadaná veková kategória: \_\_\_\_\_

### o súhlas na preradenie do vyššej vekovej kategórie.

Odôvodnenie:

Dátum: \_\_. \_\_. \_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(vlastnoručný podpis oprávnenej osoby)

### Vyjadrenia súhlasov s preradením zverenkyne/zverenca do vyššej vekovej kategórie :

I. **Meno a priezvisko osobného trénera:** .....

Dátum: \_\_. \_\_. \_\_\_\_

Podpis: .....

II. **Mená a priezviská zákonných zástupcov:** .....

Dátum: \_\_. \_\_. \_\_\_\_

Podpisy: .....

III. **Vyjadrenie športového lekára:**

Dátum: \_\_. \_\_. \_\_\_\_

Podpis a pečiatka športového lekára: .....

### SÚHLAS S PRERADENÍM DO VYŠŠEJ VEKOVEJ KATEGÓRIE

Meno a priezvisko pretekára/ky: \_\_\_\_\_

Registrácia SPF: \_\_\_\_\_ Platnosť preradenia platná od: \_\_. \_\_. \_\_\_\_ do: \_\_. \_\_. \_\_\_\_  
(vrátane)

V Bratislave dňa \_\_. \_\_. \_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Mgr. Lívia Dulová Allárová, viceprezidentka  
Sekcie umeleckého plávania SPF

## OZNÁMENIE O ŠTARTE/ÚČASTI NA SÚŤAŽI

**Oznamovateľ:**

Názov športového klubu: \_\_\_\_\_

Sídlo: \_\_\_\_\_

IČO: \_\_\_\_\_

Konajúca v mene štatutára: \_\_\_\_\_

Konajúca prostredníctvom: \_\_\_\_\_

Na základe splnomocnenia zo dňa: \_\_. \_\_. \_\_\_\_ (príloha)

**o z n a m u j e štart dole uvedených pretekárov/pretekárky a/alebo účasť dole uvedených športových odborníkov na domácej/zahraničnej súťaži s názvom:**

\_\_\_\_\_,  
ktorá sa uskutoční dňa \_\_. \_\_. \_\_\_\_ na mieste: \_\_\_\_\_.

	MENO A PRIEZVISKO PRETEKÁRKY/PRETEKÁR	ROK NARODENIA	REGISTRÁCIA SPF	VEKOVÁ KATEGÓRIA	DISCIPLÍNY
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					
13.					
14.					
15.					
...					

	MENO A PRIEZVISKO ČLENA REALIZAČNÉHO TÍMU	REGISTRÁCIA SPF	FUNKCIA
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
...			

Dátum: \_\_. \_\_. \_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(vlastnoručný podpis oprávnenej osoby)

## Ú1 - 12 roč. a ml.

### 1. BACK LAYOUT POSITION – poloha na znaku 1,0

Telo je vystreté s tvárou, hrudníkom, stehnami a chodidlami na hladine. Hlava (konkrétne uši), boky a členky sú v jednej čiare.



### 2. FRONT LAYOUT POSITION – poloha na prsiach 1,0

Telo je vystreté, s hlavou, hornou časťou chrbta, zadkom a päťami na hladine. Tvár je vo vode.



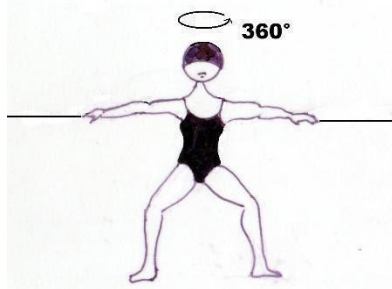
### 3. BACK LAYOUT POSITION TO TUB POSITION 1,0

Z polohy na znaku posunutie kolien a špičiek po hladine do Tub Position – poloha na znaku pokrčmo. Opätovné zaujatie polohy na znaku.



### 4. EGGBEATER TURNING 360° - šliapanie vody s otáčaním 1,0

Telo je od hlavy po boky vo zvislej polohe, poloha paží je ľubovoľná. Nohy vykonávajú striedavý krúživý pohyb. Začiatok tvárou k rozhodcom na dve sekundy, obrat okolo zvislej osi o 90°, výdrž dve sekundy, obrat okolo zvislej osi o 90° v rovnakom smere, výdrž dve sekundy, obrat okolo zvislej osi o 90° v rovnakom smere, výdrž dve sekundy, obrat okolo zvislej osi o 90° v rovnakom smere do pôvodnej polohy tvárou k rozhodcom.



## Ú2 - 12 roč. a ml.

### 1. BACK LAYOUT POSITION TO BENT KNEE POSITION 1,0

Začiatok v polohe na znaku. Jedna noha ostáva stále na hladine. Špička druhej nohy sa posúva po vnútornej strane vystretej nohy do Bent Knee Position – poloha na znaku s pokrčením jednej prednožmo. Rýchla výmena nôh do Bent Knee Position – poloha na znaku s pokrčením jednej prednožmo na druhú nohu. Posunutie špičky po vnútornej strane vystretej nohy pokým nie je zaujatá poloha na znaku.

### 1. FRONT LAYOUT POSITION TO BENT KNEE POSITION 1,0

Z polohy na prsiach zaujatie **Bent Knee Position** – poloha na prsiach s pokrčením jednej prednožmo. Rýchla výmena nôh do **Bent Knee Position** – poloha na prsiach s pokrčením jednej prednožmo na druhú nohu. Opätovné zaujatie polohy na prsiach. Tvár je stále vo vode.



### 3. 310 SOMERSAULT BACK TUCK 1,1

Z polohy na znaku posunutie kolien a špičiek po hladine do **Tuck Position** – poloha na znaku skrčmo. Plynulé zbalenie tela počas otočenia tela o jeden celý obrat vzad okolo bočnej osi. Opätovné zaujatie polohy na znaku.



### 4. BACK LAYOUT POSITION, REVERSE PROPELLER, PROPELLER 1,0

Poloha na znaku, vzpaženie. Posun v smere hlavy (približne 5 m), posun v smere nôh (približne 5m).



## Ú3 - 12 roč. a ml.

### 1. FLAMINGO TO BENT KNEE POSITION 1,0

Z polohy na znaku posunutie kolien a špičiek po hladine do **Tub Position** – poloha na znaku pokrčmo. Zdvihnutie jednej nohy kolmo k hladine a súčasné posunutie druhej nohy k hrudníku s polovicou lýtka proti zvislej nohe do **Surface Flamingo Position** - poloha skrčmo s vystretou jednou so špičkou a kolenom na hladine a rovnobežne s hladinou. Súčasné zloženie zvislej nohy po 90° oblúku na hladinu a posunutie druhej nohy do **Bent Knee Position** – poloha na znaku s pokrčením jednej prednožmo. Posunutie špičky pozdĺž vnútornej strany vystretej nohy pokým nie je zaujatá poloha na znaku.

### 2. FRONT LAYOUT POSITION TO FRONT PIKE POSITION 1,0

Z polohy na prsiach zaujatie polohy na prsiach v predklone (skoba). Posúvanie zadku, nôh a chodidiel po hladine pokým boky nezaujmu polohu hlavy na začiatku tohto prechodu. Vystretie tela späť do polohy na prsiach. Vynorenie hlavy v mieste, kde boli boky na začiatku tohto prechodu.

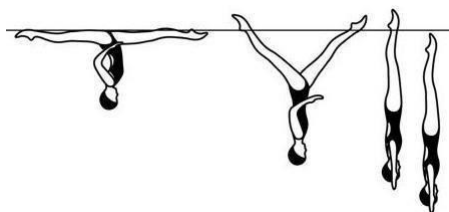
### 1. BACK LAYOUT TO SURFACE ARCH POSITION 1,0

Začiatok *Dolphin* v smere za hlavou. Súčasné pokračovanie posunu bokov, nôh a chodidiel po hladine a zakláňanie chrbta do **Surface Arch Position** - polohy zvislej strmhlav so zanožením. Z polohy **Surface Arch Position** - polohy zvislej strmhlav so zanožením postupné vynorenie bokov, hrudníku a tváre na rovnakom mieste s pohybom za nohami do polohy na znaku pokým hlava nezaujme polohu bokov.



### 1. SPLIT TO VERTICAL POSITION 1,0

Zaujatie **Split Position** – poloha zvislá strmhlav s bočným roznožením. Znoženie nôh do **Vertical Position** – poloha zvislá strmhlav pri členkoch. Ponorenie v polohe zvislej strmhlav.



## MŽ - 12 roč. a ml.

*Záväzné:*

### 1. 106 STRAIGHT BALLETT LEG 1,6

Z polohy na znaku zdvihnutie vystretej nohy do **Ballet Leg Position** - polohy na znaku s prednožením jednej. Ukončenie polohy na znaku s prednožením jednej.

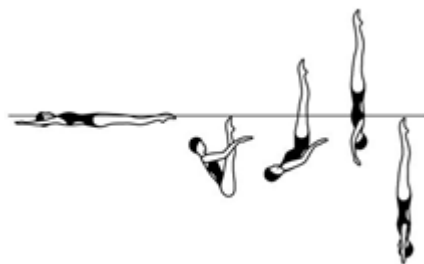


N	1	1	1
V	8	1	0
T	,	,	,
=	5	0	5
P	4	2	2
V	,	,	,
=	6	7	6
	3	5	3

### 2. 301 BARRACUDA 1,9

Z polohy na znaku zdvihnutím nôh do zvislej osi a súčasným ponorením trupu zaujatie **Back Pike Position** – poloha na znaku schýľmo so špičkami tesne pod hladinou. *Thrust* – trčením zaujatie **Vertical Position** – poloha zvislá strmhlav. Ponorenie v polohe zvislej strmhlav rovnakým tempom ako bolo trčenie.





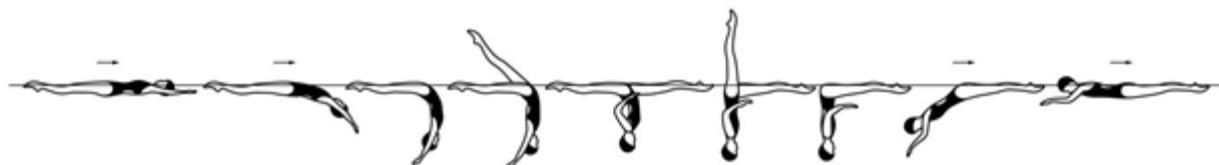
N	1	3	1
V	0	1	5
T	,	,	,
=	0	0	0
P	1	5	2
V	,	,	,
=	8	5	6
	9	4	8

*Losované:*

## 1. skupina

### 1. 420 WALKOVER BACK 1,9

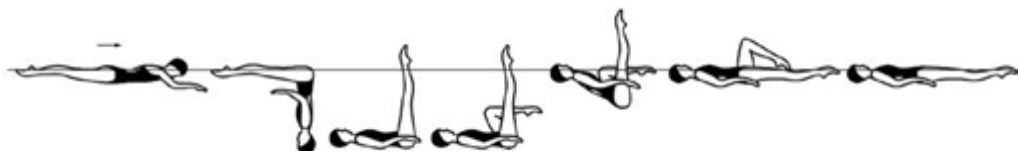
Začiatok *Dolphin* v smere za hlavou. Súčasné pokračovanie posunu bokov, nôh a chodidiel po hladine a zakláňanie chrbta do **Surface Arch Position** - polohy zvislej strmhlav so zanožením. Zdvihnutie jednej nohy 180° oblúkom ponad hladinu do **Split Position** – poloha zvislá strmhlav s bočným roznožením. *Walkout Back*.



N	1	2	1	6
V	2	2	9	,
T	,	,	,	0
=	0	0	0	
P	2	3	3	1
V	,	,	,	,
=	0	7	2	0
	3	9	2	2

### 1. 327 BALLERINA 1,8

Z polohy na prsiach vykonanie figúry Somersault Front Pike po **Submerged Ballet Leg Double Position** – poloha na znaku s prednožením v ponore. Pokrčenie jednej nohy do **Submerged Flamingo Position** - polohy skrčmo s vystretou jednou v ponore. Udržiavajúc túto polohu stúpnutie tela do **Surface Flamingo Position** - polohy skrčmo s vystretou jednou. Súčasné zloženie zvislej nohy po 90° oblúku na hladinu a posunutie druhej nohy do **Bent Knee Position** – poloha na znaku s pokrčením jednej prednožmo. Posunutie špičky pozdĺž vnútornej strany vystretej nohy pokým nie je zaujatá poloha na znaku.

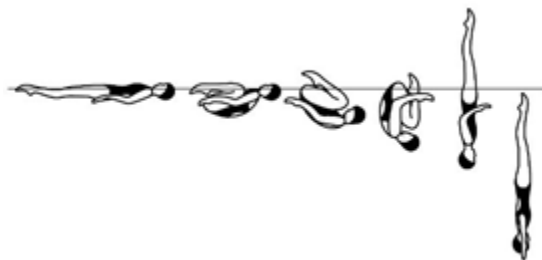


N	6	8	4	1	1	1
V	,	,	,	0	5	0
T	0	0	0	,	,	,
=				0	0	5
P	1	1	0	1	2	1
V	,	,	,	,	,	,
=	1	5	7	8	8	9
	2	0	5	7	0	6

## 2. skupina

### 3. 311 KIP 1,6

Z polohy na znaku čiastočné vykonanie figúry Somersault Back Tuck až kým predkolenie nie je kolmo k hladine. Rozbalenie tela a súčasné vystretie nôh do **Vertical Position** – poloha zvislá strmhlav uprostred medzi predošlú zvislú os prechádzajúcu cez boky a zvislú os prechádzajúcu cez hlavu a predkolenie. *Ponorenie v polohe zvislej strmhlav.*



N	3	2	2	1
V	,	,	3	4
T	0	0	,	,
=			0	0
P	0	0	5	3
V	,	,	,	,
=	7	4	4	3

	1	8	8	3
--	---	---	---	---

#### 4. 401 SWORDFISH 2,0

Z polohy na prsiach zaujatie **Bent Knee Position** – polohy na prsiach s pokrčením jednej prednožmo. Prehnutie chrbta a súčasné zdvihnutie vystretej nohy 180° oblúkom ponad hladinu do **Bent Knee Surface Arch Position** - polohy zvislej strmhlav so zanožením, jedna noha v polohe pokrčmo. Vystretie skrčenej nohy do **Surface Arch Position** - polohy zvislej strmhlav so zanožením a plynulé ukončenie polohy strmhlav so zanožením.



N	4	3	1	8
V	,	5	4	,
T	0	,	,	0
=		0	5	
P	0	5	2	1
V	,	,	,	,
=	6	6	3	3
	5	9	6	0

### 3. skupina

#### 1. 226 SWAN 2,1

Figúra Nova po **Bent Knee Surface Arch Position** – polohu zvislú strmhlav so zanožením, jedna noha v polohe pokrčmo. Vystretie pokrčenej nohy do **Knight Position** - polohy zvislej strmhlav so zanožením jednej. Otočenie tela 180° do **Fishtail Position** - polohy zvislej strmhlav s prednožením jednej poniže. Prinoženie zvislej nohy do **Front Pike Position** - polohy na prsiach v predklone a vystretie tela do polohy na prsiach. Vynorenie hlavy v mieste, kde boli boky na začiatku tohto prechodu.

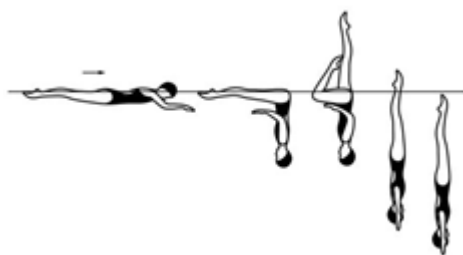


N	1	1	1	1	6
V	7	4	4	4	,
T	,	,	,	,	0
=	5	0	0	5	

P	2	2	2	2	0
V	,	,	,	,	,
=	6	1	1	2	9
	5	2	2	0	1

**1. 363 WATER DROP 1,5**

Z polohy na prsiach zaujatie polohy na prsiach v predklone (skoba). Súčasné zdvihnutie nôh do **Bent Knee Vertical Position** - polohy strmhlav s prednožením jednej pokrčmo. Spin 180° a súčasné prinoženie pokrčenej nohy do **Vertical Position** – polohy zvislej strmhlav skôr ako členky pretnú hladinu vody



N	6	1	1
V	,	5	5
T	0	,	0
=		0	0
P	1	4	4
V	,	,	,
=	4	2	2
	3	9	9

**SŽ – 15 roč. a ml.**

**Záväzné:**

**1. 423 ARIANA 2,2**

Figúra Walkover Back po **Split Position** – polohu zvislú strmhlav s bočným roznožením. Udržiavajúc paralelnú polohu nôh k hladine otočenie bokov o 180°. Walkout Front.

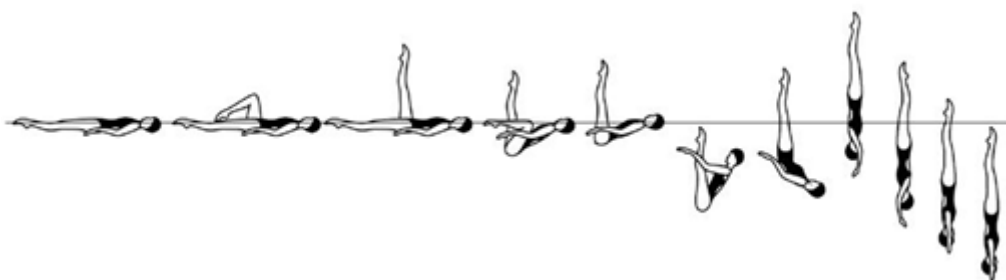


N	1	2	1	2	8
V	2	2	0	3	,
T	,	,	,	,	0
=	0	0	0	0	

P	1	2	1	3	1
V	,	,	,	,	,
=	6	9	3	0	0
		3	3	7	7

1. 143 RIO 3,1

Figúra Flamingo po **Surface Flamingo Position** – polohu skrčmo s vystretou jednou. Vystretie vodorovnej nohy do **Surface Ballet Leg Double Position** - poloha na znaku s prednožením. *Ponorenie tela do Back Pike Position* – poloha na znaku schýľmo so špičkami tesne pod hladinou. Ukončenie ako Barracuda *Spin 360°*.



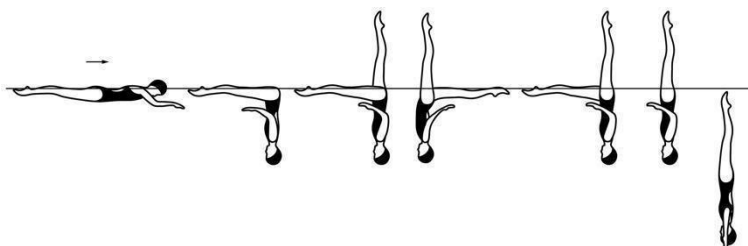
N	1	1	1	1	1	3	3
V	0	1	3	3	5	1	0
T	,	,	,	,	,	,	,
=	5	0	0	0	0	0	0
P	0	0	1	1	1	2	2
V	,	,	,	,	,	,	,
=	8	8	0	0	2	5	4
	5	9	5	5	1	1	3

Losované:

1. skupina

1. 351 JUPITER 2,8

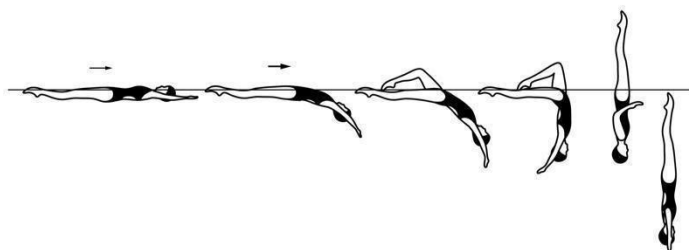
Figúra Dalecarlia po **Knight Position** - polohu zvislú strmhlav so zanožením jednej. Udržiavajúc telo v zvislej polohe presun zanoženej nohy 180° oblúkom po hladine do **Fishtail Position** - polohy zvislej strmhlav s prednožením jednej **poniže**. Prinoženie prednoženej nohy do **Vertical Position** - polohy zvislej strmhlav. *Ponorenie v polohe zvislej strmhlav.*



N V T =	6 , 0	1 4 , 5	3 1 , 0	1 8 , 0	2 0 , 5	1 4 , 0
P V =	0 , 5 8	1 , 3 9	2 , 9 8	1 , 7 3	1 , 9 7	1 , 3 5

### 1. 437 OCEANEA 2,1

Figúra Nova po **Bent Knee Surface Arch Position** - polohu zvislú strmhlav so zanožením, jedna noha v polohe pokrčmo. Zdvihnutie zanoženej nohy do zvislej osi a súčasné prinoženie pokrčenej nohy do **Vertical Position** – poloha zvislú strmhlav. *Kontinuálny Spin 720°* (2 obraty).



N V T =	1 7 , 5	2 1 , 0	3 1 , 0
P V =	2 , 5 1	3 , 0 2	4 , 4 6

## 2. skupina

### 1. 240a ALBATROSS HALF TWIST 2,2

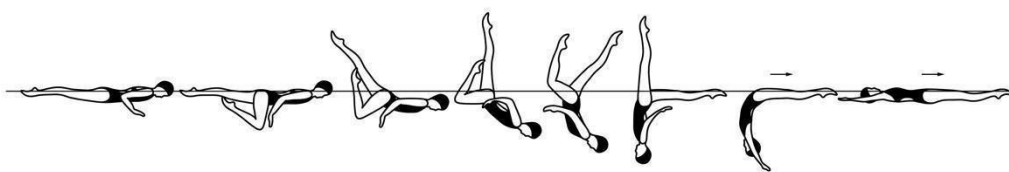
Figúra Albatross po ukončenie *Half Twist* – vertikálneho obratu o 180° v **Bent Knee Vertical Position** - polohe strmhlav s prednožením jednej pokrčmo. *Half Twist* – vertikálny obrat o 180° s prinožením pokrčenej nohy do **Vertical Position** – polohy zvislej strmhlav. *Ponorenie v polohe zvislej strmhlav.*



N	1	1	1	1	1
V	1	5	5	6	4
T	,	,	,	,	,
=	0	0	0	5	0
P	1	2	2	2	1
V	,	,	,	,	,
=	5	1	1	3	9
	4	0	0	1	6

1. 403 SWORDTAIL 2,3

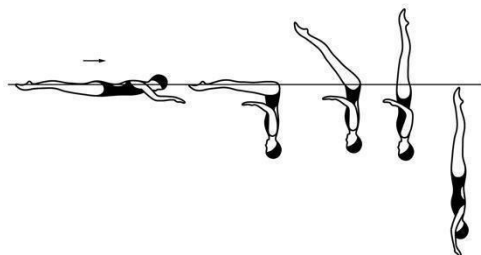
Z polohy na prsiach zaujatie **Bent Knee Position** - poloha na prsiach s pokrčením jednej prednožmo. Prehnutie chrbta a súčasné zdvihnutie vystretej nohy 180° oblúkom ponad hladinu. Od okamihu, keď prechádza vystretá noha kolmicou, vystretie pokrčenej nohy chodidlom po zvislej čiare do **Knight Position** - polohy zvislej strmhlav so zanožením jednej. Prinoženie zvislej nohy do **Surface Arch Position** - polohy zvislej strmhlav so zanožením. Ukončenie polohy strmhlav so zanožením.



N	4	2	2	1	8
V	,	9	0	8	,
T	0	,	,	,	0
=		0	0	5	
P	0	3	2	2	1
V	,	,	,	,	,
=	5	6	5	3	0
	0	5	1	3	0

1. **355f Porpoise Continuous Spin 720° 2,1**

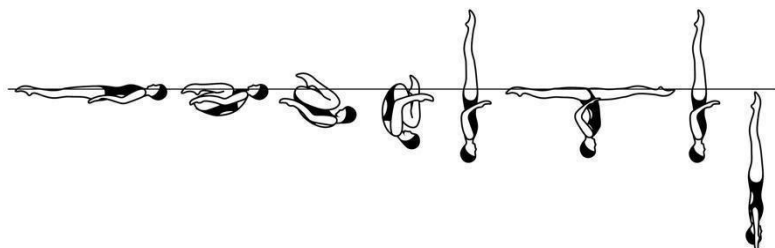
Figúra Porpoise po **Vertical Position** – **polohu zvislú strmhlav**. *Kontinuálny spin 720° (2 obraty).*



N V T =	6 , 0	3 3 , 0	3 1 , 0
P V =	0 , 8 6	4 , 7 1	4 , 4 3

1. **315 SEAGULL 2,1**

Z **polohy na znaku** čiastočné vykonanie figúry Somersault Back Tuck až kým predkolenie nie je kolmo k hladine. Rýchle rozbalenie tela a súčasné vystretie nôh do **Vertical Position** – **poloha zvislá strmhlav** uprostred medzi predošlú zvislú os prechádzajúcu cez boky a zvislú os prechádzajúcu cez hlavu a predkolenie. Rýchle symetrické roznoženie do **Split Position - polohy zvislej strmhlav s bočným roznožením**. Rýchle znoženie do **Vertical Position - poloha zvislá strmhlav**. *Ponorenie v polohe zvislej strmhlav rovnakým tempom ako bol začiatok figúry.*



N V T =	3 , 0	2 , 0	1 8 , 0	1 7 , 0	1 6 , 0	1 4 , 0
P V =	0 , 4	0 , 2	2 , 5	2 , 4	2 , 2	2 , 0



	3	8	7	3	9	0
--	---	---	---	---	---	---

## TECHNICKÉ ELEMENTY

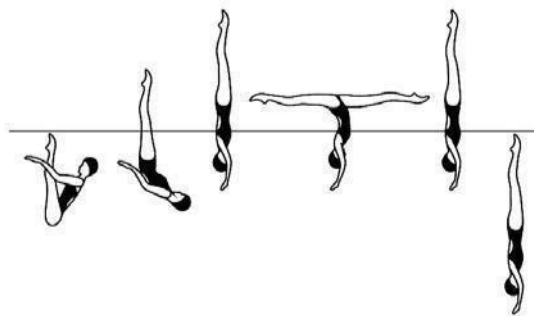
### Všeobecné požiadavky

1. Pokiaľ nie je stanovené inak v popise elementu:
  - Všetky figúry a ich časti sú predvedené podľa požiadaviek uvedených v prílohách II až IV pravidiel FINA.
  - Všetky elementy sú predvedené vysoko a kontrolovane, rovnakou rýchlosťou a s jasne definovanou každou časťou elementu.
  - Pri chybe v elemente vrátane kontinuálneho spinu sa použije pravidlo AS11.2.
2. Technické elementy číslo 1 až číslo 5 sú hodnotené známkou za elementy.
3. Technické elementy číslo 1 až číslo 5 musia byť zacvičené v poradí.
  - Za účelom jasného posúdenia je dôrazne doporučené, aby prvky číslo 1 až číslo 5 boli od seba oddelené iným obsahom zostavy.
4. Časové limity sú podľa pravidla AS 14.1.

## JUNIORI

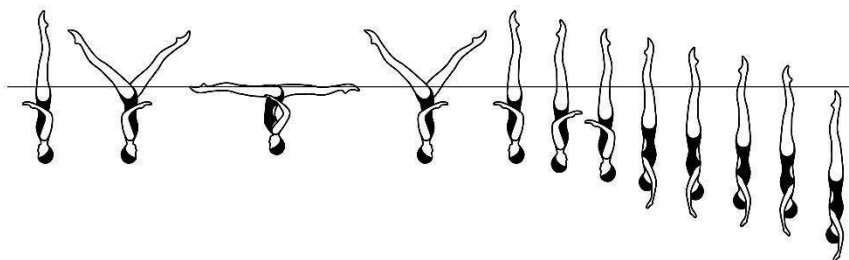
### Sólo

1. Začiatok v **Submerged Back Pike Position** - poloha na znaku schyľmo v ponore s nohami kolmo k hladine, Barracuda Airborne Split. [KN 2,5]



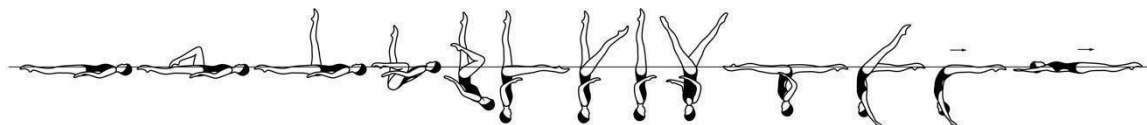
N	3	4	1
V	1	3	5
T	,	,	,
=	0	0	0
P	3	4	1
V	,	,	,
=	4	8	6
	8	3	9

1. Začiatok vo **Vertical Position - polohe zvislej strmhlav**, obrat tela o  $360^\circ$  a súčasné symetrické roznoženie do **Split Position - poloha zvislá strmhlav s bočným roznožením**. Pokračovanie v rovnakom smere, ďalší obrat o  $360^\circ$  a súčasné symetrické znoženie do **Vertical Position - polohy zvislej strmhlav**. *Kontinuálny spin  $1080^\circ$  (3 obraty) v rovnakom smere.* [KN 2,5]



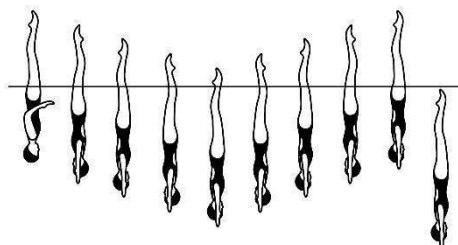
N	2	2	3
V	6	7	5
T	,	,	,
=	0	0	0
P	2	3	3
V	,	,	,
=	9	0	9
	5	7	8

Figúra Flamingo po **Surface Flamingo Position** – polohu skrčmo s vystretou jednou s posunom v smere hlavy. Udržiavajúc prednoženú nohu vo zvislej polohe, zdvihnutie bokov a súčasné rozbalenie tela spolu s presunom skrčenej nohy kolenom po hladine do **Fishtail Position** - poloha zvislá strmhľav s prednožením jednej poniže. Zdvihnutie prednoženej nohy oblúkom nad hladinou. Od okamihu, keď prechádza vystretá noha kolmicou, obrat o 180°, ktorý je dokončený pri zaujatí **Split Position** - poloha zvislá strmhľav s bočným roznožením - polohy zvislej strmhľav. *Walkout Front*. [KN 3,2]



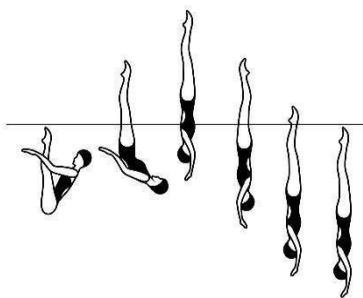
N	1	1	1	2	2	2	2	8
V	0	1	3	2	0	0	3	,
T	,	,	,	,	,	,	,	0
=	5	0	0	5	5	0	0	
P	0	0	1	1	1	1	1	0
V	,	,	,	,	,	,	,	,
=	8	8	0	7	6	5	7	6
	2	6	1	5	0	6	9	2

1. Začiatok vo **Vertical Position** - polohe zvislej strmhľav. *Kombinovaný Spin 720°* (2 obraty + 2 obraty). [KN 1,9]



N	4	1
V	2	4
T	,	,
=	0	0
P	7	2
V	,	,
=	5	5

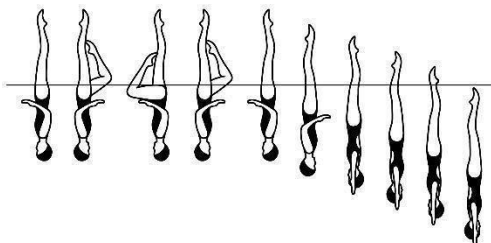
1. Začiatok v **Submerged Back Pike Position** - poloha na znaku schýľmo v ponore s nohami kolmo k hladine, *Barracuda Spin 360°*. [KN 2,0]



N	3	3
V	1	0
T	,	,
=	0	0
P	5	4
V	,	,
=	0	9
	8	2

## Pár

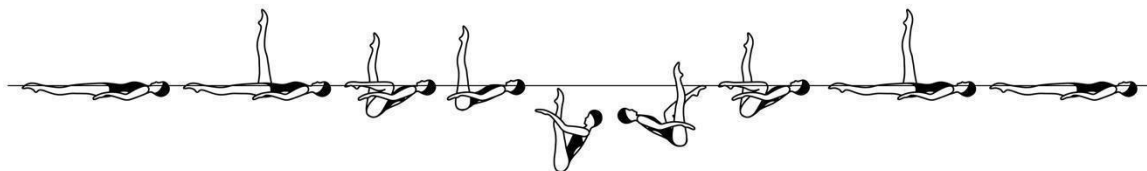
1. Začiatok vo **Vertical Position - polohe zvislej strmhlav, Full Twist** do a **Bent Knee Vertical Position**. V rovnakom smere ďalší **Full Twist** do **Vertical Position - polohy zvislej strmhlav**. *Kontinuálny spin 720° (2 obraty)*. [KN 2,2]



N	2	2	3
V	0	2	1
T	,	,	,
=	5	0	0
P	2	2	4
V	,	,	,
=	7	9	2
	9	9	2

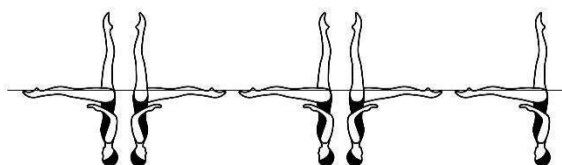
1. Z **polohy na znaku** zdvihnutie vystretej nohy do **Ballet Leg Position - polohy na znaku s prednožením jednej**. Posun predkolenia vodorovnej nohy po hladine do **Surface Flamingo Position - poloha skrčmo s vystretou jednou**. Vystretie do **Surface Ballet Leg Double Position - poloha na znaku s prenožením**. Udržiavajúc nohy zvisle, ponorenie tela do **Submerged Back Pike Position - poloha na znaku schýľmo v ponore** pokým špičky nie sú tesne pod hladinou. Pri obrate o 360° stúpnutie

tela k hladine a súčasne skrčenie jednej nohy špičkou po hladine do **Surface Flamingo Position**. Vystretie vodorovnej nohy do **Ballet Leg Position - poloha na znaku s prednožením jednej**. Prinoženie zvislej nohy priamo do **polohy na znaku**. Posun v smere hlavy je dovolený počas baletkovej pasáže. [KN 2,9]



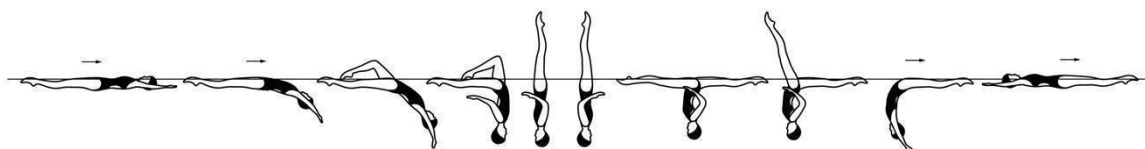
N	1	1	1	1	1	1	1
V	8	3	3	5	8	3	8
T	,	,	,	,	,	,	,
=	5	0	0	0	5	0	5
P	1	1	1	1	1	1	1
V	,	,	,	,	,	,	,
=	6	1	1	3	6	1	6
	9	9	9	7	9	9	9

1. Začínajúc a udržiavajúc **Fishtail Position - polohu zvislú strmhlav s prednožením jednej poniže**, 2 rýchle obraty (720°) s vodorovnou nohou smerom k zvislej nohe. [KN 1,8]



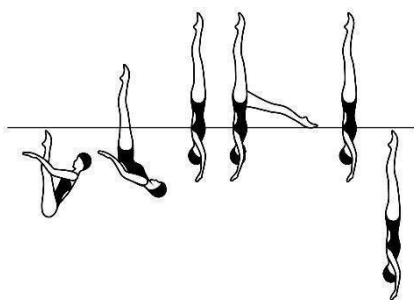
N	5
V	0
T	,
=	0
P	1
V	0
=	0

1. Figúra Cyclone po **Vertical Position - polohu zvislú strmhlav**. *Half Twist*. Pokračujúc v rovnakom smere ďalší obrat o 180° pri symetrickom otvorení nôh do **Split Position - polohy zvislej strmhlav s bočným roznožením**. *Walkout Front*. [KN 3,0]



N	1	2	2	2	2	8
V	7	9	1	0	3	,
T	,	,	,	,	,	0
=	5	0	0	0	0	
P	1	2	1	1	1	0
V	,	,	,	,	,	,
=	4	4	7	6	9	6
	8	5	7	9	4	8

1. Začiatok v **Submerged Back Pike Position** - poloha na znaku schyľmo v ponore s nohami kolmo k hladine, Flying Fishtail. [KN 2,5]



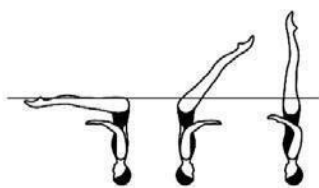
N	3	4	1
V	1	4	5
T	,	,	,
=	0	0	0
P	3	4	1
V	,	,	,
=	4	8	6
	4	9	7

1. Zostava musí obsahovať jedno zdvihnutie, odskok alebo vyhodenie kedykoľvek počas zostavy.

1. Okrem sucha, nástupu a zdvihnutia, odskoku alebo vyhodenia musia byť všetky prvky - povinné aj doplnkové - vykonané súčasne a v rovnakom smere. Zrkadlové pohyby nie sú povolené.

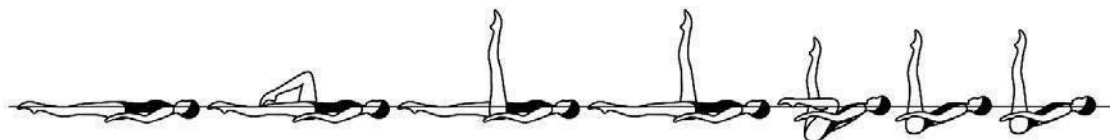
### Zmiešaný pár

1. Z **Front Pike Position** – polohy na prsiach v predklone zdvih nôh do **Vertical Position** - polohy zvislej strmhlav počas obratu o 360°. [KN 1,5]



N V T =	3 5 , 0
P V =	1 0 , 0

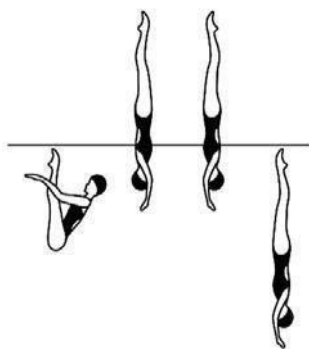
1. Baletková pasáž: *Zaujatie polohy na znaku s prednožením jednej*, následne rýchla výmena nôh do **Ballet Leg Position - polohy na znaku s prednožením jednej** na druhú nohu, pri prinožení vystretej prednoženej nohy. Skrčenie vodorovnej nohy do **Surface Flamingo Position - poloha skrčmo s vystretou druhou**. Vystretie pokrčenej nohy do **Ballet Leg Double Position**. Udržiavajúc **Ballet Leg Double Position - polohu na znaku s prenožením**, obrat o 360°. Posun v smere hlavy po **Ballet Leg Double Position - polohu na znaku s prenožením**. [KN 2,5]



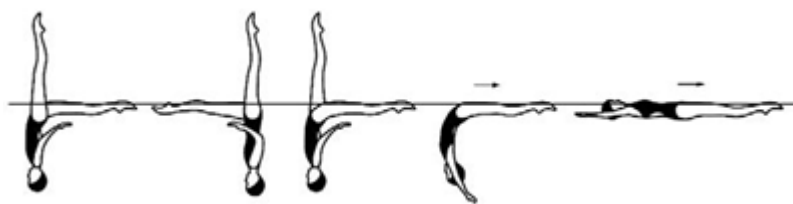
N	1	1	1	1	1	2
V	0	1	7	3	3	4
T	,	,	,	,	,	,
=	5	0	0	0	0	0
P	1	1	1	1	1	2
V	,	,	,	,	,	,
=	1	2	9	4	4	7
	9	4	2	7	7	1

1. Z **Submerged Back Pike Position - polohy na znaku schyľmo v ponore** s nohami kolmo k hladine, Barracuda Twirl. [KN 2,4]

N	3	3	1
V	1	6	5
T	,	,	,
=	0	0	0
P	3	4	1
V	,	,	,
=	7	3	8
	8	9	3

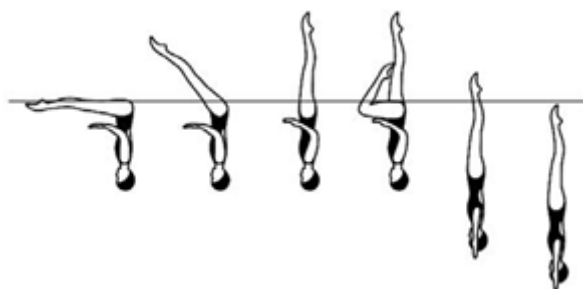


1. Z Knight Position - poloha strmhlav so zanožením jednej, udržiavajúc telo zvisle, presun zanoženej nohy oblúkom o 180° po hladine do Fishtail Position - poloha zvislá strmhlav s prednožením jednej **poniže**. Udržiavajúc uhol medzi nohami, súčasný presun oboch nôh do Knight Position - poloha strmhlav so zanožením jednej. Prinoženie zvislej nohy do Surface Arch Position Surface Arch Position - polohy zvislej strmhlav so zanožením a plynulé ukončenie polohy strmhlav so zanožením. [KN 2,2]



N	1	3	1	8
V	8	1	8	,
T	,	,	,	0
=	0	0	5	
P	2	4	2	1
V	,	,	,	,
=	3	1	4	0
	8	1	5	6

1. Z polohy na prsiach zdvihnutie nôh do Vertical Position – polohy zvislej strmhlav. Full Twist do Bent Knee Vertical Position - polohy strmhlav s prednožením jednej pokrčmo, Kontinuálny spin 720° (2 obraty) do Vertical Position – polohy zvislej strmhlav. [KN 2,3]



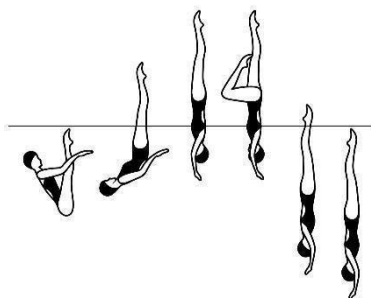


N	3	2	2
V	3	0	4
T	,	,	,
=	0	5	0
P	4	2	3
V	,	,	,
=	2	6	1
	6	5	0

- Zostava musí obsahovať jedno zdvihnutie, odskok alebo vyhodenie kedykoľvek počas zostavy.
  - Zostava musí obsahovať najmenej jednu spojenú činnosť kedykoľvek počas zostavy. Spojená činnosť: súťažiaci sa musia nejakým spôsobom počas elementu dotýkať.
- Elementy č.1 až č.5 musia byť vykonané súčasne a v rovnakom smere.

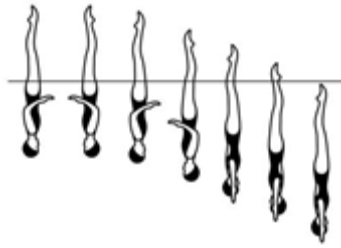
### Tím

- Začiatok v **Submerged Back Pike Position - poloha na znaku schyľmo v ponore** s nohami kolmo k hladine, *Thrust* do **Vertical Position – polohy zvislej strmhlav** a bez straty výšky skrčenie jednej nohy do **Bent Knee Vertical Position – polohy zvislej strmhlav s prednožením jednej pokrčmo**. Rýchly *Spin o 180° a súčasne* vystretie skrčenej nohy do **Vertical Position - polohy zvislej strmhlav**. Všetky pohyby sú rýchle. [KN 2,3]



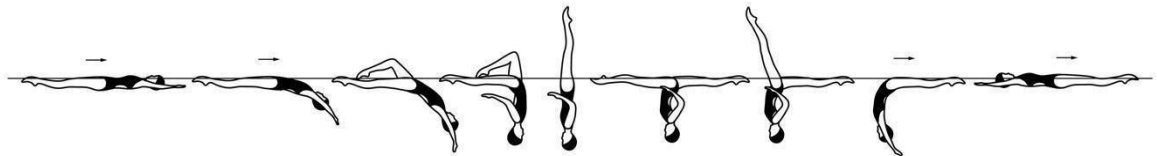
N	3	3	1
V	1	2	8
T	,	,	,
=	0	0	0
P	3	3	2
V	,	,	,
=	8	9	2
	3	5	2

- Vertical Position - poloha zvislá strmhlav, Twist Spin.** [KN 1,8]



N	2	3
V	1	1
T	,	,
=	0	0
P	4	5
V	,	,
=	0	9
	4	6

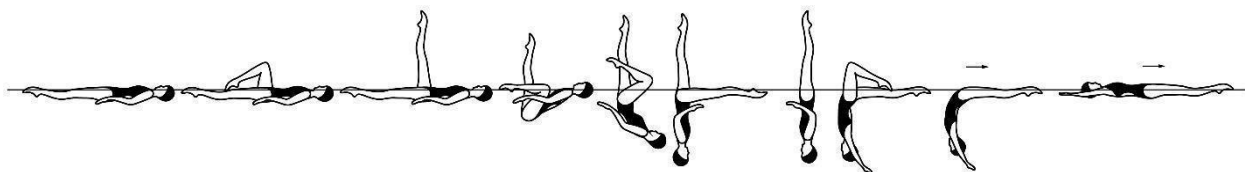
1. Figúra Cyclone po **Vertical Position - polohu zvislú strmhlav**, symetrické roznoženie do **Split Position - poloha zvislá strmhlav s bočným roznožením**. *Walkout Front*. [KN 2,6]



N	1	2	1	2	8
V	7	9	7	3	,
T	,	,	,	,	0
=	5	0	0	0	
P	1	3	1	2	0
V	,	,	,	,	,
=	8	0	8	4	8
	5	7	0	3	5

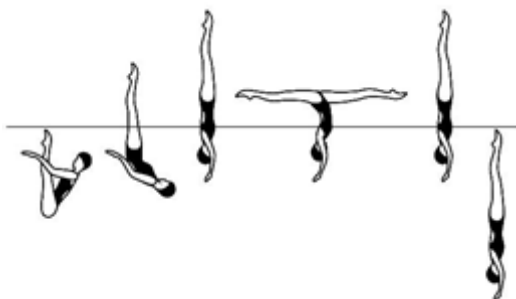
1. Manta Ray Hybrid: Figúra Flamingo po **Surface Flamingo Position - poloha skrčmo s vystretou druhou** s posunom v smere hlavy. Udržiavajúc prednoženú nohu vo zvislej polohe, zdvihnutie bokov a súčasné rozbalenie tela spolu s presunom skrčenej nohy kolenom po hladine do **Fishtail Position - poloha zvislá strmhlav s prednožením jednej poniže**. Rýchle prinoženie prednoženej nohy do **Vertical Position - polohy zvislej strmhlav** počas obratu o 180° dnu. (pozn.: *flamingo na pravú = obrat vpravo, flamingo na ľavú = obrat vľavo*). Rýchle súčasné zloženie nôh do **Bent Knee Surface Arch Position - polohy zvislej strmhlav so zanožením, jedna noha v polohe pokrčmo** (pozn.: *na ktorúkoľvek nohu*). Vystretie do do **Surface Arch**

Position - polohy zvislej strmhlav so zanožením a plynulé ukončenie polohy strmhlav so zanožením. [KN 3,1]



N	1	1	1	2	2	2	1	8
V	0	1	3	2	1	1	4	,
T	,	,	,	,	,	,	,	0
=	5	0	0	5	5	0	5	
P	0	0	1	1	1	1	1	0
V	,	,	,	,	,	,	,	,
=	8	9	0	8	7	7	1	6
	6	0	7	4	6	2	9	6

1. Z Submerged Back Pike Position - polohy na znaku schyľmo v ponore, s nohami kolmo k hladine, Barracuda Airborne Split. [KN 2,5]



N	3	4	1
V	1	3	5
T	,	,	,
=	0	0	0
P	3	4	1
V	,	,	,
=	4	8	6
	8	3	9

1. Zostava musí obsahovať len dva akrobatické prvky: jeden využitím všetkých členov tímu a druhý, v ktorom sú rozdelení do dvoch identických skupín, ktoré súčasne vykonajú identické akrobatické pohyby. Tieto môžu byť vykonané kedykoľvek počas zostavy. Akrobatické pohyby: všeobecný termín pre odskoky, vyhodenia, zdvihy, komíny, plošiny atď., ktoré sa vykonávajú ako veľkolepé gymnastické výkony a/alebo riskantné akcie a sú väčšinou dosiahnuté za pomoci druhých).

1. Zostava musí obsahovať kaskádovú akciu buď pažami alebo nohami alebo oboma. Toto môže byť vykonané kedykoľvek počas zostavy. Kaskádová akcia: Identický pohyb(y) vykonaný postupne po jednom všetkými členmi tímu. Ak sa vykonáva viac ako jedna kaskádová akcia, musia byť po sebe idúce a nie oddelené inými voliteľnými alebo povinnými elementami. Druhá kaskádová činnosť môže začať skôr ako je ukončená prvá všetkými členmi tímu, ale každý člen tímu musí urobiť akciu každej kaskády.

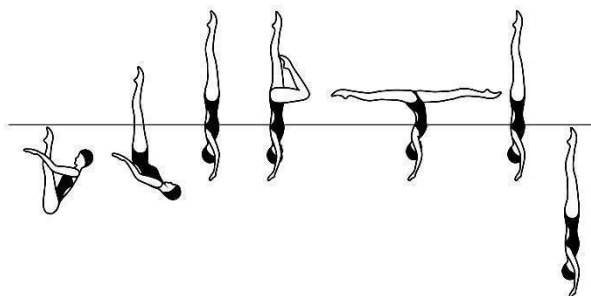
1. Zostava musí obsahovať najmenej jeden kruh a najmenej jednu rovnú čiaru.

1. Okrem sucha, nástupu, akrobatických pohybov a kaskádovej akcie, musia byť všetky prvky - povinné aj doplnkové – vykonané súčasne a v rovnakom smere všetkými členmi tímu. Variácie v pohybe a smeroch pohľadu sú povolené len pri presunoch do útvarov pod vodou, činnostiach pod vodou a pri vytváraní a ukončení kruhu. Zrkadlové pohyby nie sú povolené s výnimkou kruhu.

## SENIORI

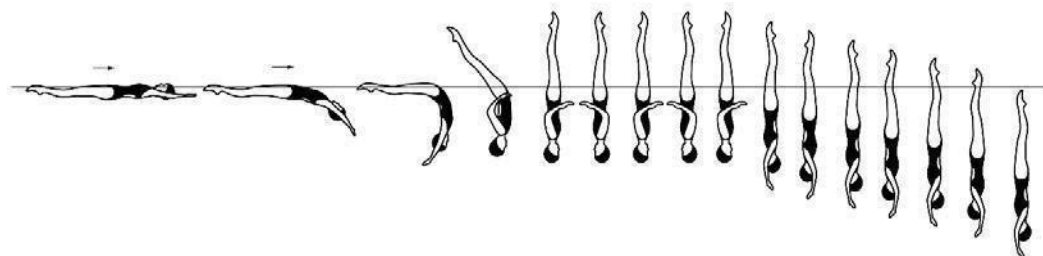
### Sólo

1. Začiatok v **Submerged Back Pike Position** - poloha na znaku schyľmo v ponore s nohami kolmo k hladine, *Thrust* do **Vertical Position** - polohy zvislej strmhlav a bez straty výšky rýchle skrčenie jednej nohy do **Bent Knee Position** – polohy zvislej strmhlav s prednožením jednej pokrčmo. Súčasné prednoženie zvislej nohy a vystretie skrčenej nohy vzad do **Airborne Split Position** - polohy zvislej strmhlav s bočným roznožením a udržiavajúc maximálnu výšku, symetrické znoženie do **Vertical Position** - polohy zvislej strmhlav, *ponorenie* v polohe zvislej strmhlav. Všetky pohyby sú rýchle. [KN 2,7]



N	3	5	1
V	1	2	5
T	,	,	,
=	0	0	0
P	3	5	1
V	,	,	,
=	1	3	5
	6	1	3

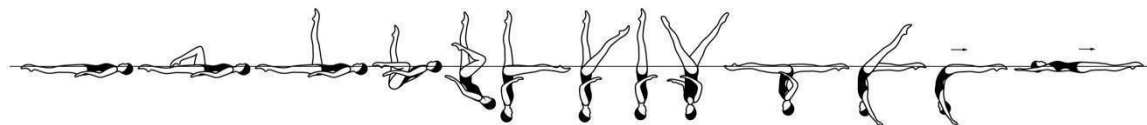
1. Začiatok *Dolphin*, chrbát pokračuje do **Surface Arch Position - polohy zvislej strmhlav so zanožením**. Zdvih nôh do **Vertical Position - polohy zvislej strmhlav**. Dvakrát *Full Twist* (720°), pokračujúc v rovnakom smere *Kontinuálny spin* o 1080° (3 obraty). [KN 3,4]



N	1	3	5	3
V	2	7	4	5
T	,	,	,	,
=	0	0	0	0
P	0	2	3	2
V	,	,	,	,
=	8	6	9	5
	7	8	1	4

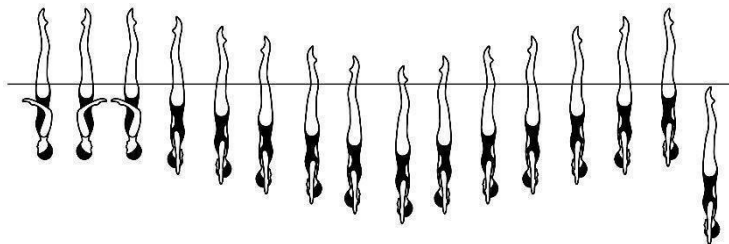
1. 141 - Stingray

Figúra Flamingo po **Surface Flamingo Position – polohu skrčmo s vystretou jednou** s posunom v smere hlavy. Udržiavajúc prednoženú nohu vo zvislej polohe, zdvihnutie bokov a súčasné rozbalenie tela spolu s presunom skrčenej nohy kolenom po hladine do **Fishtail Position - poloha zvislá strmhlav s prednožením jednej poniže**. Zdvihnutie prednoženej nohy oblúkom nad hladinou. Od okamihu, keď prechádza vystretá noha kolmicou, obrat o 180°, ktorý je dokončený pri zaujatí **Split Position - poloha zvislá strmhlav s bočným roznožením - polohy zvislej strmhlav**. *Walkout Front*. [KN 3,2]



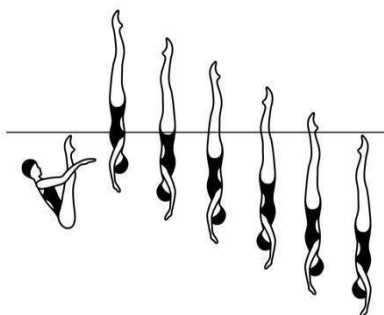
N	1	1	1	2	2	2	2	8
V	0	1	3	2	0	0	3	,
T	,	,	,	,	,	,	,	0
=	5	0	0	5	5	0	0	
P	0	0	1	1	1	1	1	0
V	,	,	,	,	,	,	,	,
=	8	8	0	7	6	5	7	6
	2	6	1	5	0	6	9	2

1. Začiatok vo **Vertical Position - polohe zvislej strmhlav, Full Twist, Kombinovaný spin o 1080°** (3 obraty + 3 obraty). [KN 2,7]



N	3	5	1
V	2	4	4
T	,	,	,
=	0	0	0
P	3	5	1
V	,	,	,
=	2	4	4
	0	0	0

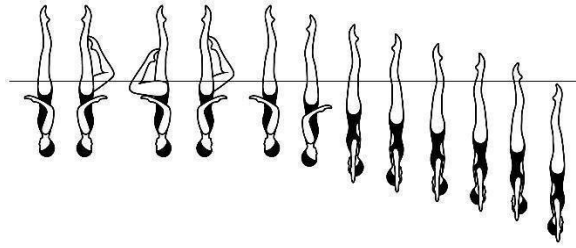
1. Začiatok v **Submerged Back Pike Position - polohe na znaku schyľmo v ponore s nohami kolmo k hladine, Barracuda Continuous Spin 720°** (2 obraty). [KN 2,3]



N	3	5
V	1	0
T	,	,
=	0	0
P	3	6
V	,	,
=	8	1
	3	7

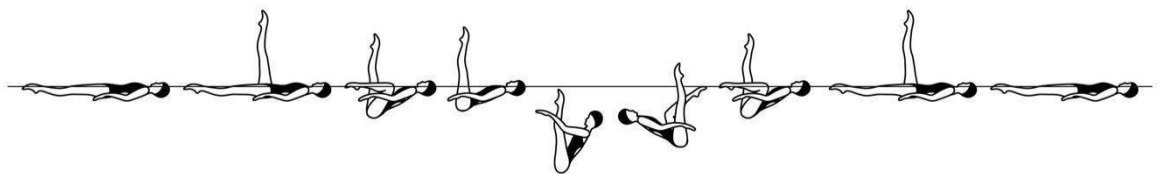
## Pár

1. Začiatok vo **Vertical Position - polohe zvislej strmhlav, Full Twist** do a **Bent Knee Vertical Position**. V rovnakom smere ďalší **Full Twist** do **Vertical Position - polohe zvislej strmhlav**. **Kontinuálny spin 1080°** (3 obraty). [KN 2,3]



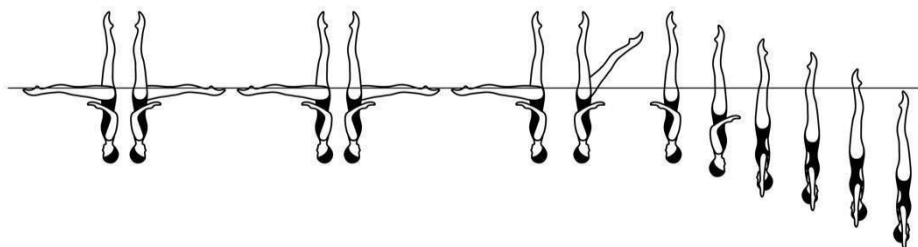
N	2	2	3
V	0	2	5
T	,	,	,
=	5	0	0
P	2	2	4
V	,	,	,
=	6	8	5
	5	4	2

1. Z polohy na znaku zdvihnutie vystretej nohy do **Ballet Leg Position** - polohy na znaku s prednožením jednej. Posun predkolenia vodorovnej nohy po hladine do **Surface Flamingo Position** - poloha skrčmo s vystretou jednou. Vystretie do **Surface Ballet Leg Double Position** - poloha na znaku s prenožením. Udržiavajúc nohy zvisle, ponorenie tela do **Submerged Back Pike Position** - poloha na znaku schyľmo v ponore pokým špičky nie sú tesne pod hladinou. Pri obrate o 360° stúpnutie tela k hladine a súčasne skrčenie jednej nohy špičkou po hladine do **Surface Flamingo Position**. Vystretie vodorovnej nohy do **Ballet Leg Position** - poloha na znaku s prednožením jednej. Prinoženie zvislej nohy priamo do polohy na znaku. Posun v smere hlavy je dovolený počas baletkovej pasáže. [KN 2,9]



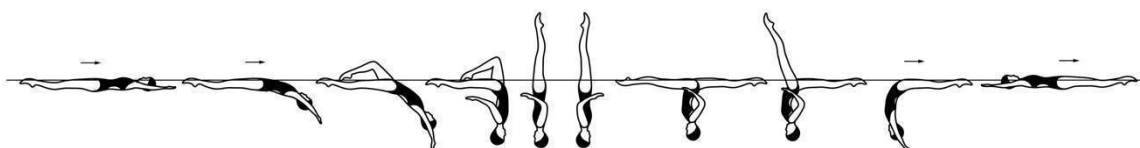
N	1	1	1	1	1	1	1
V	8	3	3	5	8	3	8
T	,	,	,	,	,	,	,
=	5	0	0	0	5	0	5
P	1	1	1	1	1	1	1
V	,	,	,	,	,	,	,
=	6	1	1	3	6	1	6
	9	9	9	7	9	9	9

1. Začínajúc a udržiavajúc **Fishtail Position - polohu zvislú strmhlav s prednožením jednej poniže**, 2 rýchle obraty (720°) s vodorovnou nohou smerom k zvislej nohe. Pokračujúc v rovnakom smere a rovnakou rýchlosťou, rýchly *Full Twist* s pronožením prednoženej nohy do **Vertical Position - polohy zvislej strmhlav**. *Kontinuálny spin o 720°*. [KN 2,8]



N	5	2	3
V	0	6	1
T	,	,	,
=	0	5	0
P	4	2	2
V	,	,	,
=	6	4	8
	5	7	8

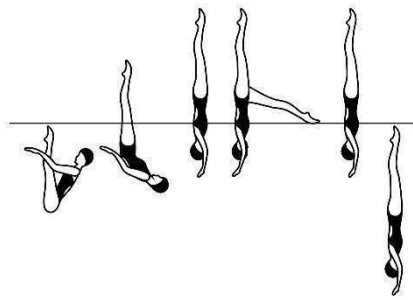
1. **Figúra Cyclone po Vertical Position - polohu zvislú strmhlav. Half Twist**. Pokračujúc v rovnakom smere ďalší obrat o 180° pri symetrickom otvorení nôh do **Split Position - poloha zvislá strmhlav s bočným roznožením**. *Walkout Front*. [KN 3,0]



N	1	2	2	2	2	8
V	7	9	1	0	3	,
T	,	,	,	,	,	0
=	5	0	0	0	0	
P	1	2	1	1	1	0
V	,	,	,	,	,	,
=	4	4	7	6	9	6
	8	5	7	9	4	8

1. Začiatok v **Submerged Back Pike Position - poloha na znaku schýľmo v ponore s nohami kolmo k hladine, Flying Fishtail**. [KN 2,5]





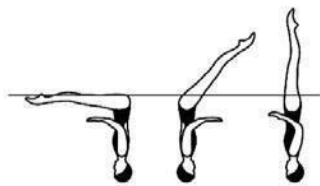
N	3	4	1
V	1	4	5
T	,	,	,
=	0	0	0
P	3	4	1
V	,	,	,
=	4	8	6
	4	9	7

1. Zostava musí obsahovať jedno zdvihnutie, odskok alebo vyhodenie kedykoľvek počas zostavy.

1. Okrem sucha, nástupu a zdvihnutia, odskoku alebo vyhodenia musia byť všetky prvky - povinné aj doplnkové - vykonané súčasne a v rovnakom smere. Zrkadlové pohyby nie sú povolené.

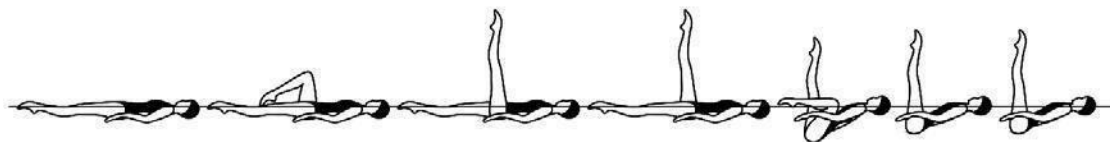
### Zmiešaný pár

1. Z **Front Pike Position** – polohy na prsiach v predklone zdvih nôh do **Vertical Position** – polohy zvislej strmhlav počas obratu o 360°. [KN 1,5]



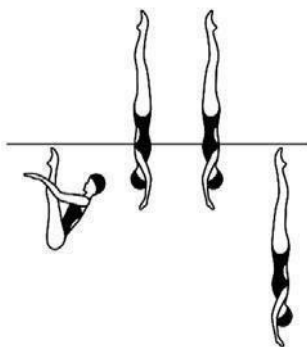
N	3
V	5
T	,
=	0
P	1
V	0
=	,
	0

1. Baletková pasáž: *Zaujatie polohy na znaku s prednožením jednej*, následne rýchla výmena nôh do **Ballet Leg Position - polohy na znaku s prednožením jednej** na druhú nohu, pri prinožení vystretej prednoženej nohy. Skrčenie vodorovnej nohy do **Surface Flamingo Position - poloha skrčmo s vystretou druhou**. Vystretie pokrčenej nohy do **Ballet Leg Double Position**. Udržavajúc **Ballet Leg Double Position - polohu na znaku s prenožením**, obrat o 360°. Posun v smere hlavy po **Ballet Leg Double Position - polohu na znaku s prenožením**. [KN 2,5]



N	1	1	1	1	1	2
V	0	1	7	3	3	4
T	,	,	,	,	,	,
=	5	0	0	0	0	0
P	1	1	1	1	1	2
V	,	,	,	,	,	,
=	1	2	9	4	4	7
	9	4	2	7	7	1

1. Z **Submerged Back Pike Position - polohy na znaku schyľmo v ponore** s nohami kolmo k hladine, Barracuda Twirl. [KN 2,4]



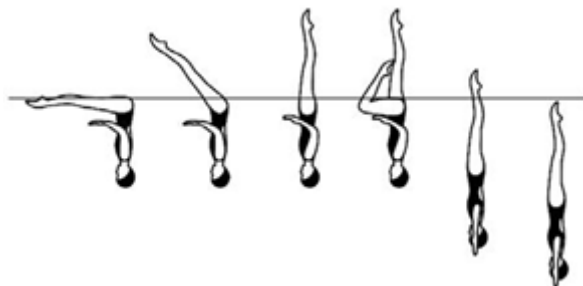
N	3	3	1
V	1	6	5
T	,	,	,
=	0	0	0
P	3	4	1
V	,	,	,
=	7	3	8
	8	9	3

1. Z Knight Position - poloha strmhlav so zanožením jednej, udržiavajúc telo zvisle, presun zanoženej nohy oblúkom o 180° po hladine do Fishtail Position - poloha zvislá strmhlav s prednožením jednej **poniže**. Udržiavajúc uhol medzi nohami, súčasný presun oboch nôh do Knight Position - poloha strmhlav so zanožením jednej. Prinoženie zvislej nohy do Surface Arch Position - polohy zvislej strmhlav so zanožením a plynulé ukončenie polohy strmhlav so zanožením. [KN 2,2]



N	1	3	1	8
V	8	1	8	,
T	,	,	,	0
=	0	0	5	
P	2	4	2	1
V	,	,	,	,
=	3	1	4	0
	8	1	5	6

1. Z Front Pike Position - polohy na prsiach v predklone zdvihnutie nôh do Vertical Position – polohy zvislej strmhlav. Full Twist do Bent Knee Vertical Position – polohy strmhlav s prednožením jednej pokrčmo, Kontinuálny spin 720° (2 obraty) do Vertical Position – polohy zvislej strmhlav. [KN 2,3]



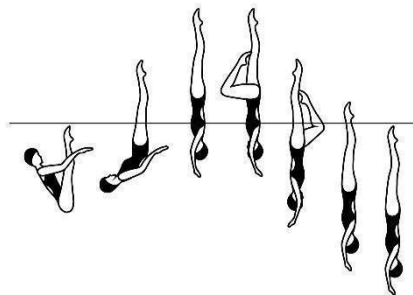
N	3	2	2
V	3	0	4
T	,	,	,
=	0	5	0
P	4	2	3
V	,	,	,
=	2	6	1
	6	5	0

1. Zostava musí obsahovať jedno zdvihnutie, odskok alebo vyhodenie kedykoľvek počas zostavy.
1. Zostava musí obsahovať najmenej jednu spojenú činnosť kedykoľvek počas zostavy. Spojená činnosť: súťažiaci sa musia nejakým spôsobom počas elementu dotýkať.

1. Elementy č.1 až č.5 musia byť vykonané súčasne a v rovnakom smere.

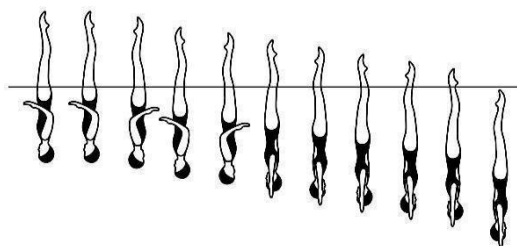
**Tím**

1. Začiatok v **Submerged Back Pike Position - poloha na znaku schýľmo v ponore** s nohami kolmo k hladine, *Thrust* do **Vertical Position - polohy zvislej strmhlav** a bez straty výšky skrčenie jednej nohy do **Bent Knee Vertical Position**. Rýchly *spin* o  $360^\circ$  do **Vertical Position - polohy zvislej strmhlav**. [KN 2,5]



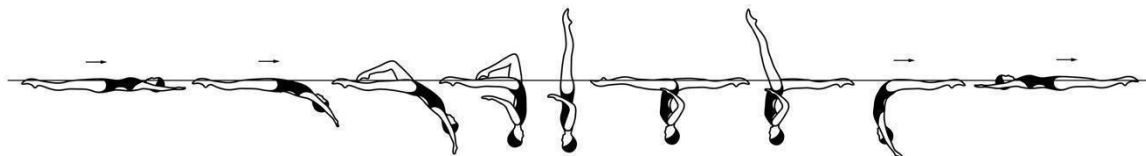
N	3	3	2
V	1	2	4
T	,	,	,
=	0	0	0
P	3	3	2
V	,	,	,
=	8	9	7
	3	5	6

1. **Z Vertical Position - polohy zvislej strmhlav, Full Twist, Kontinuálny spin 1440° (4 obraty)**. [KN 2,2]



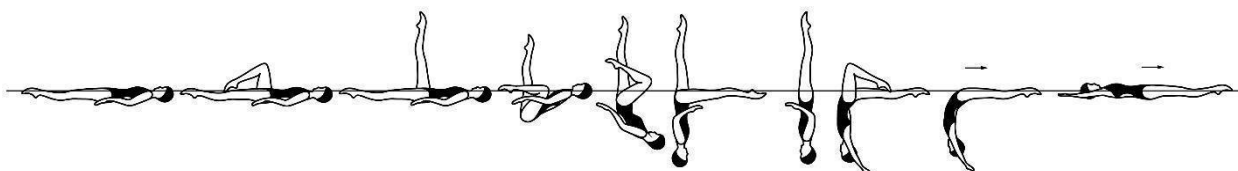
N	3	3
V	2	9
T	,	,
=	0	0
P	4	5
V	,	,
=	5	4
	1	9

1. **Figúra Cyclone po Vertical Position - polohu zvislú strmhlav, symetrické ronoženie do Split Position - poloha zvislá strmhlav s bočným roznožením. Walkout Front. [KN 2,6]**



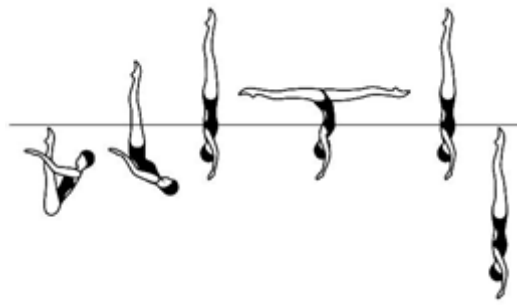
N	1	2	1	2	8
V	7	9	7	3	,
T	,	,	,	,	0
=	5	0	0	0	
P	1	3	1	2	0
V	,	,	,	,	,
=	8	0	8	4	8
	5	7	0	3	5

1. **Manta Ray Hybrid: Figúra Flamingo po Surface Flamingo Position - poloha skrčmo s vystretou druhou s posunom v smere hlavy. Udržiavajúc prednoženú nohu vo zvislej polohe, zdvihnutie bokov a súčasné rozbalenie tela spolu s presunom skrčenej nohy kolenom po hladine do Fishtail Position - poloha zvislá strmhlav s prednožením jednej poniže. Rýchle prinoženie prednoženej nohy do Vertical Position - polohy zvislej strmhlav počas obratu o 180° dnu. (pozn.: flamingo na pravú = obrat vpravo, flamingo na ľavú = obrat vľavo). Rýchle súčasné zloženie nôh do Bent Knee Surface Arch Position - polohy zvislej strmhlav so zanožením, jedna noha v polohe pokrčmo (pozn.: na ktorúkoľvek nohu). Vystretie do do Surface Arch Position - polohy zvislej strmhlav so zanožením a plynulé ukončenie polohy strmhlav so zanožením. [KN 3,1]**



N	1	1	1	2	2	2	1	8
V	0	1	3	2	1	1	4	,
T	,	,	,	,	,	,	,	0
=	5	0	0	5	5	0	5	
P	0	0	1	1	1	1	1	0
V	,	,	,	,	,	,	,	,
=	8	9	0	8	7	7	1	6
	6	0	7	4	6	2	9	6

1. **Z Submerged Back Pike Position - polohy na znaku schyľmo v ponore, s nohami kolmo k hladine, Barracuda Airborne Split. [KN 2,5]**



N	3	4	1
V	1	3	5
T	,	,	,
=	0	0	0
P	3	4	1
V	,	,	,
=	4	8	6
	8	3	9

- Zostava musí obsahovať len dva akrobatické prvky: jeden využitím všetkých členov tímu a druhý, v ktorom sú členovia tímu rozdelení do dvoch identických skupín, ktoré súčasne vykonajú identické akrobatické pohyby. Tieto môžu byť vykonané kedykoľvek počas zostavy. Akrobatické pohyby: všeobecný termín pre odskoky, vyhodenia, zdvihy, komíny, plošiny atď., ktoré sa vykonávajú ako veľkolepé gymnastické výkony a/alebo riskantné akcie a sú väčšinou dosiahnuté za pomoci druhých).
- Zostava musí obsahovať kaskádovú akciu buď pažami alebo nohami alebo oboma. Toto môže byť vykonané kedykoľvek počas zostavy. Kaskádová akcia: Identický pohyb(y) vykonaný postupne po jednom všetkými členmi tímu. Ak sa vykonáva viac ako jedna kaskádová akcia, musia byť po sebe idúce a nie oddelené inými voliteľnými alebo povinnými elementami. Druhá kaskádová činnosť môže začať skôr ako je ukončená prvá všetkými členmi tímu, ale každý člen tímu musí urobiť akciu každej kaskády.
- Zostava musí obsahovať najmenej jeden kruh a najmenej jednu rovnú čiaru.
- Okrem sucha, nástupu, akrobatických pohybov a kaskádovej akcie, musia byť všetky prvky - povinné aj doplnkové – vykonané súčasne a v rovnakom smere všetkými členmi tímu. Variácie v pohybe a smeroch pohľadu sú povolené len pri presunoch do útvarov pod vodou, činnostiach pod vodou a pri vytváraní a ukončení kruhu. Zrkadlové pohyby nie sú povolené s výnimkou kruhu.

## MASTERS

[http://www.fina.org/sites/default/files/2017\\_2021\\_masters\\_11102017\\_new.pdf](http://www.fina.org/sites/default/files/2017_2021_masters_11102017_new.pdf)

## TECHNICKÉ ELEMENTY PRE HIGHLIGHT ZOSTAVY

### VŠEOBECNÉ POŽIADAVKY

- Časové limity sú podľa pravidla FINA SS 14.1.

2. Môže byť pridaný ďalší obsah zostavy.
3. Požadované prvky č.1 až 3 môžu byť vykonané v ľubovoľnom poradí.

## **TECHNICKÉ ELEMENTY**

1. Najmenej štyri akrobatické pohyby.  
Akrobatické pohyby: všeobecný termín pre odskoky, vyhodenia, zdvihy, komíny, plošiny atď., ktoré sa vykonávajú ako veľkolepé gymnastické výkony a/alebo riskantné akcie a sú väčšinou dosiahnuté za pomoci druhých.
2. Jedna spojená alebo točiaca činnosť.  
Spojená činnosť: spojené alebo prepojené pohyby.  
Točiaca činnosť: spoločné točenie a špiralovité pohybovanie okolo seba.
3. Jeden plávajúci útvar s kaleidoskopickým efektom.  
Plávajúci útvar: formácia alebo útvar vzniknutý z tel športovcov na hladine vody.  
Niektoré časti ich tel môžu byť nad alebo pod hladinou.  
Kaleidoskopický efekt: symetrický dizajn alebo vzor, ktorý sa nepretržite a rýchlo mení.