



KLASIFIKAČNÝ PORIADOK

moderná gymnastika

2023

Úprava 1.3.2023

OBSAH

1	PROGRAMOVÁ ŠTRUKTÚRA.....	3
2	SYSTÉM SÚŤAŽÍ.....	4
3	PROGRAM A	5
4	PROGRAM B.....	6
5	PROGRAM C.....	8
6	SPOLOČNÉ SKLADBY, DVOJICE, TROJICE.....	12
7	PRÍLOHA – ŠPECIFIKÁCIA GYMNASTICKÉHO NÁČINIA.....	14

1 PROGRAMOVÁ ŠTRUKTÚRA

Slovenská gymnastická federácia (ďalej ako SGF) organizuje zaregistrovaných členov SGF do niekoľkých súťažných programov a kategórií s ohľadom na rok narodenia a výkonnosť. Do príslušnej kategórie ich registruje domáci klub a to podľa podmienok Registračného a prestupového poriadku SGF¹. Nasledujúca tabuľka znázorňuje programovú štruktúru MG pre rok **2023**.

PROGRAM A	PROGAM B	PROGARM C	SPOLOČNÉ SKLADBY
SENIORKY ročník 2007 a st.	SENIORKY ročník 2007 a st.	SENIORKY ročník 2007 a st.	SENIORKY ročník 2007 a st.
JUNIORKY ročník 2008-2010	JUNIORKY ročník 2008-2010	JUNIORKY ročník 2008-2010	JUNIORKY ročník 2008-2010
NÁDEJE ročník 2011-2012	NÁDEJE ročník 2011-2012	NÁDEJE ročník 2011-2012	NÁDEJE ročník 2011-2012
STARŠIE ŽIAČKY ročník 2013	STARŠIE ŽIAČKY ročník 2013	STARŠIE ŽIAČKY ročník 2013	ŽIAČKY ročník 2013 -2014
	MLADŠIE ŽIAČKY ročník 2014	MLADŠIE ŽIAČKY ročník 2014	
	PRÍPRAVKY ročník 2015-2016	PRÍPRAVKY ročník 2015-2016	PRÍPRAVKY ročník 2015-2016
		SLNIEČKA ročník 2017 a ml.	

¹ Kluby registrujú gymnastky len ako aktívne členky SGF bez toho, aby vopred vedeli odhadnúť výkonnosť, či zaradenie do A, B, C programu. Programy A, B a C boli vytvorené za tým účelom, aby mali gymnastky „vlastnú“ konkurenciu, v rámci ktorej je ich výkonnosťná úroveň porovnateľná. Zaradenie pretekárky do programu A alebo B určuje tréner podľa prvej majstrovskej súťaže v danom roku. Do konca roka už nesmie byť pretekárka preradená z programu A do programu B alebo opačne. Gymnastky zaradené do úsekov RV a RD 2023 musia súťažiť v programe A v roku 2023. U týchto gymnastiek je totiž identifikovaný potenciál k neskoršiemu zaradeniu do reprezentácie a v programe A je tak vytvorená konkurencia/motivátor na rovnakej výkonnostnej úrovni.

2 SYSTÉM SÚŤAŽÍ

JEDNOTLIVKYNE:

SGF vyhlasuje MSR pre kategórie:

- ▮ v rámci ktorých gymnastky dovърšili minimálnu vekovú hranicu 9 rokov²,
- ▮ pre gymnastky programu „A“ „B“ a „C“, okrem kategórie prípraviek a slniečok.

SGF vyhlasuje Kvalifikáciu na MSR v programe „C“ pre kategórie:

- ▮ v rámci ktorých gymnastky dovърšili minimálnu vekovú hranicu 9 rokov

SGF vyhlasuje SPMG pre kategórie:

- ▮ v rámci ktorých gymnastky dovърšili minimálnu vekovú hranicu 9 rokov,
- ▮ pre gymnastky programu „A“ a „B“, okrem kategórie prípraviek a slniečok.

SGF nevyhlasuje SPMG pre kategórie:

- ▮ v rámci ktorých gymnastky nedovърšili minimálnu vekovú hranicu 9 rokov,
- ▮ pre všetky gymnastky programu „C“

Pri súťažiach MSR a SPMG platí, že:

- ▮ súťaže MSR sa môže zúčastniť gymnastka so slovenskou štátnou príslušnosťou³,
- ▮ gymnastka inej štátnej príslušnosti sa môže zúčastniť MSR bez zaradenia do výsledkovej listiny,
- ▮ súťaže SPMG sa môže zúčastniť aj gymnastka s inou štátnou príslušnosťou⁴.



SGF upravuje MSR a SPMG pre kategórie B nasledovne:

- ▮ členky reprezentačného výberu v kategórii nádeje sú povinne zaradené do programu A,
- ▮ program A je otvorený aj pre gymnastky, ktoré nie sú členkami reprezentačného výberu.

SGF vyhlasuje program Slniečka s rešpektom k nasledovnému:

- ▮ program je vytvorený s cieľom rozvoja športového ducha u detí v pred-súťažnom veku,
- ▮ je určený k zlepšeniu úrovne fyzickej prípravy detí a tiež k vytvoreniu pozitívnejšieho úvodu do súťažného režimu modernej gymnastiky,
- ▮ filozofiu programu je zmena zo zamerania na oceňovanie, vytváranie „rebríčkov“ a podpory potreby konkurencieschopnosti prostredníctvom hodnotenia na posilnenie pozitívnej účasti na súťažiach. Práve takýto prístup vytvára u detí výborný predpoklad pre budúci a najmä dlhodobý rozvoj.

SPOLOČNÉ SKLADBY, DVOJICE A TROJICE:

Pri súťažiach MSR spoločných skladieb, dvojíc a trojíc platí, že:

- ▮ súťaže spoločných skladieb MSR sa môže zúčastniť 1 gymnastka s inou štátnou príslušnosťou,
- ▮ súťaže dvojíc a trojíc MSR sa môže zúčastniť gymnastka s inou štátnou príslušnosťou, výsledky sa vyhlasujú mimo poradia.

² Podľa ročníka narodenia, nie podľa dátumu narodenia (platné v celom dokumente)

³ Pri splnení ďalších povinností účasti uvedených v Súťažnom poriadku SGF

⁴ Pri splnení ďalších povinností účasti uvedených v Súťažnom poriadku SGF

3 PROGRAM A

JEDNOTLIVKYNE

ROZPIS NÁČINIA 2023

SENIORKY	JUNIORKY	NÁDEJE	STARŠIE ŽIAČKY
obruč	obruč	obruč	obruč
lopta	lopta	lopta	lopta
kužele	kužele	kužele	kužele/stuha
stuha	stuha	stuha	

ŠPECIFIKÁCIA NÁPLNE ZOSTÁV 2023

	Obťažnosť tela (DB) ⁵	Vlny celým telom (W)	Dynamické prvky s rotáciou (R)	Kombinované prvky (DB)	Obťažnosť náčinia (DA)	Séria tanečných krokov (S)
SENIORKY	max. 9 najvyšších	min. 2	max. 5	max. 3	min. 1 max. 20	min. 2
JUNIORKY	max. 7 najvyšších	min. 2	max. 4	max. 1	min. 1 max. 15	min. 2
NÁDEJE	max. 7 najvyšších	min. 2	max. 3	max. 1	min. 1 max. 12	min. 2
STARŠIE ŽIAČKY	max. 6 najvyšších	min. 2	max. 3	nie	min. 1 max. 10	min. 2

Program A (kategórie seniorky a juniorky) sa riadi medzinárodnými pravidlami modernej gymnastiky známymi ako Code of Points a to v plnom rozsahu, bez úprav a výnimiek.

Program A (kategória nádeje a staršie žiačky) sa riadi medzinárodnými pravidlami modernej gymnastiky známymi ako Code of Points s vyššie uvedeným úpravami pre národný program.

Fundamentálne skupiny práce s náčiním sú platné podľa pravidiel FIG pre všetky vekové a výkonnostné kategórie programu A, B, C programu na Slovensku.

V zostave s loptou a stuhou musia byť predvedené 2 prvky manipulácie s náčiním v nedominantnej ruke podľa pravidiel FIG platia pre všetky vekové a výkonnostné kategórie A, B, C programu na Slovensku.

⁵ V obťažnosti tela (DB) musí byť zaradený minimálne jeden skok, minimálne jedna rovnováha, minimálne jeden obrat

4 PROGRAM B

JEDNOTLIVKYNE

ROZPIS NÁČINIA 2023

SENIORKY	JUNIORKY	NÁDEJE	STARŠIE ŽIAČKY	MLADŠIE ŽIAČKY	PRÍPRAVKY
lopta	obruč	obruč	bez náčinia	bez náčinia	bez náčinia
stuha	stuha	lopta	kužeľe	šv/obruč/lopta	švihadlo
obruč/kužeľe	lopta/kužeľe	kužeľe/stuha	obruč/lopta		

ŠPECIFIKÁCIA NÁPLNE ZOSTÁV 2023

	Obťažnosť tela (DB) ⁶	Vlny celým telom (W)	Dynamické prvky s rotáciou (R)	Kombinované prvky (DB)	Obťažnosť náčinia (DA)	Séria tanečných krokov (S)
SENIORKY	max. 7 najvyšších	min. 2	max. 4	max. 1	min. 1 max. 12	min. 2
JUNIORKY	max. 7 najvyšších	min. 2	max. 4	max. 1	min. 1 max. 12	min. 2
NÁDEJE	max. 6 najvyšších	min. 2	max. 3	max. 1	min. 1 max. 10	min. 2
STARŠIE ŽIAČKY	max. 6 najvyšších	min. 2	max. 3	nie	min. 1 max. 10	min. 2
MLADŠIE ŽIAČKY	max. 6 najvyšších	min. 2	max. 3 ⁷	nie	min. 1 max. 10	min. 2 (v zostave BN min. 3)
PRÍPRAVKY	max. 6 najvyšších	min. 2	max. 3 ⁸	nie	min. 1 max. 8	min. 2 (v zostave BN min. 3)

Program B sa riadi medzinárodnými pravidlami modernej gymnastiky známymi ako Code of Points s vyššie uvedeným úpravami pre národný program.

Fundamentálne skupiny práce s náčiním sú platné podľa pravidiel FIG pre všetky vekové a výkonnostné kategórie programu A, B, C programu na Slovensku.

V zostave s loptou a stuhou musia byť predvedené 2 prvky manipulácie s náčiním v nedominantnej ruke podľa pravidiel FIG platia pre všetky vekové a výkonnostné kategórie A, B, C programu na Slovensku.

⁶ V obťažnosti tela (DB) musí byť zaradený minimálne jeden skok, minimálne jedna rovnováha, minimálne jeden obrat

⁷ V zostave bez náčinia max. 3x po max. 3 rotácie (príprava tela k R)*

⁸ V zostave bez náčinia max. 3x po max. 3 rotácie (príprava tela k R)*

* **R = Dynamické prvky s rotáciou v zostavách bez náčinia sa počítajú nasledovne:**

Základná hodnota R2 = 0,2 bodu (minimálne 2 rotácie bez prerušenia) plus:

- + 0,1 tretia rotácia max R3 (maximálne 3 rotácie bez prerušenia)
- + 0,1 zmena úrovne/osy max 1 (existujú iba dve úrovne na zemi a v stoji alebo vo výskoku)
- + 0,2 séria 3 identické pre-akrobatické prvky

Gymnastka môže mať v zostave max 3 rotačné kombinácie (počítajú sa v chronologickom poradí).
Hodnota R v zostave bez náčinia tak môže dosiahnuť 0,2 - 0,5 boda.

5 PROGRAM C

JEDNOTLIVKYNE























ROZPIS NÁČINIA

	2021/2022	2023		2023
		Predpísaná video-zostava	Voľná alebo predpísaná zostava	
SENIORKY	kužele	stuha	kužele	
	stuha			
JUNIORKY	lopta	kužele	lopta	
	kužele			
NÁDEJE	obruč	lopta	obruč	
	lopta			
STARŠIE ŽIAČKY	švihadlo	obruč	švihadlo	
	obruč			
MLADŠIE ŽIAČKY	švihadlo	obruč	švihadlo	
	obruč			
PRÍPRAVKY	bez náčinia	bez náčinia	X	
	švihadlo	švihadlo	X	
 SLNIEČKA	bez náčinia	bez náčinia	X	

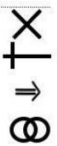
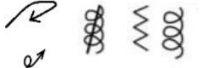








ŠPECIFIKÁCIA NÁPLNE ZOSTÁV (PREDPÍSANÉ AJ VOĽNÉ ZOSTAVY)

	Obťažnosť tela (DB) ⁹	Vlny celým telom (W)	Dynamické prvky s rotáciou (R)	Kombinované prvky (DB)	Obťažnosť náčinia (DA)	Séria tanečných krokov (S)
SENIORKY	min. 3 max. 6	min. 2	nie	nie	min. 1 max. 6	min. 2
JUNIORKY	min. 3 max. 6	min. 2	nie	nie	min. 1 max. 6	min. 2
NÁDEJE	min. 3 max. 5	min. 2	nie	nie	min. 1 max. 4	min. 2
STARŠIE ŽIAČKY	min. 3 max. 5	min. 2	nie	nie	min. 1 max. 2	min. 2
MLADŠIE ŽIAČKY	min. 3 max. 5	min. 2	nie	nie	min. 1 max. 2	min. 2
PRÍPRAVKY (IBA VIDEO)	4	2	iba v zostave BN 2x R2	nie	nie	3
 SLNIEČKA (IBA VIDEO)	3	1	2x akrobatický prvok	nie	nie	3

POVINNÉ PRVKY OBŤAŽNOSTI TELA – DB¹⁰

	PREDPÍSANÉ PRVKY						ĽUBOVOĽNÉ PRVKY		
	1. prvok Rovnováhy		2. prvok Skoky		3. prvok Rotácie		4. prvok	5. prvok	6. prvok
SENIORKY		0,3		0,3		0,2	Max. 0,3	Max. 0,3	Max. 0,3
JUNIORKY		0,3		0,3		0,3	Max. 0,3	Max. 0,3	Max. 0,3
NÁDEJE		0,3		0,3		0,3	Max. 0,2	Max. 0,2	x
STARŠIE ŽIAČKY		0,2		0,3		0,2	Max. 0,2	Max. 0,2	x
MLADŠIE ŽIAČKY		0,2		0,3		0,2	Max. 0,2	Max. 0,2	x
PRÍPRAVKY (IBA VIDEO)		0,1		0,2		0,1	BN / ŠV 0,1  / 	x	x
 SLNIEČKA (IBA VIDEO)		0,0	„čertík“	0,0	„rotácia“	0,0	x	x	x

POVINNÉ PRVKY OBŤAŽNOSTI NÁČINIA - DA¹¹

	Švihadlo	Obruč	Lopta	Kužele	Stuha
SENIORKY					
JUNIORKY					
NÁDEJE					
STARŠIE ŽIAČKY					
MLADŠIE ŽIAČKY					
PRÍPRAVKY (IBA VIDEO)					
 SLNIEČKA (IBA VIDEO)	zostava BN bez DA				

⁹ V obťažnosti tela (DB) musí byť zaradený minimálne jeden skok, minimálne jedna rovnováha, minimálne jeden obrat

¹⁰ Predpísané video-zostavy: bez možnosti zámény DB, DA a manipulácie s náčiním. Voľné zostavy: výber z predpísaných povinných prvkov a ľubovoľných prvkov v predpísanej max. hodnote.

¹¹ Manipulácie môžu byť predvedené aj samostatne.

Program C sa riadi medzinárodnými pravidlami modernej gymnastiky známymi ako Code of Points s vyššie uvedeným úpravami pre národný program.

Fundamentálne skupiny práce s náčiním sú platné podľa pravidiel FIG pre všetky vekové a výkonnostné kategórie programu A, B, C programu na Slovensku.


V zostave s loptou a stuhou musia byť predvedené 2 prvky manipulácie s náčiním v nedominantnej ruke podľa pravidiel FIG platia pre všetky vekové a výkonnostné kategórie A, B, C programu na Slovensku.

SGF pre gymnastky programu C vyhlasuje dvojboj (okrem kategórie Slniečka) pričom:

- gymnastka je povinná súťažiť s jednou predpísanou video-zostavou,
- gymnastka môže súťažiť s druhou voľnou zostavou, tzn. zostavou s vlastným výberom hudby a choreografiou zostavenou podľa presne špecifikovanej náplne jednotlivých zostáv,
- gymnastka nemusí súťažiť s druhou voľnou zostavou a môže využiť vopred pripravenú choreografiu video-zostavy,
- dĺžka trvania hudobného podkladu zostavy C programu je upravená na 1:10-1:15.

UMELECKÉ SKLADBY – PROGRAM C

ODPORÚČANÁ ŠPECIFIKÁCIA NÁPLNE ZOSTÁV

	Obťažnosť tela bez výmen (DB)	Obťažnosť tela s výmenami (DE)	Vlny celým telom (W)	Dynamické prvky s rotáciou (R)	Kolaborácie (DC)	Séria tanečných krokov (S)
SENIORKY	min. 3 (1 obrat, 1 skok, 1 rovnováha)	nie	min. 2	nie	min. 2	min. 3
JUNIORKY	min. 3 (1 obrat, 1 skok, 1 rovnováha)	nie	min. 2	nie	min. 2	min. 3
NÁDEJE	min. 3 (1 obrat, 1 skok, 1 rovnováha)	nie	min. 2	nie	min. 2	min. 3
ŽIAČKY	min. 3 (1 obrat, 1 skok, 1 rovnováha)	nie	min. 2	nie	min. 2	min. 3
PRÍPRAVKY	min. 3 (1 obrat, 1 skok, 1 rovnováha)	nie	min. 2	nie	min. 2	min. 3
 SLNIEČKA	min. 3 (1 obrat, 1 skok, 1 rovnováha)	nie	min. 1	nie	min. 2	min. 3

Slovenská gymnastická federácia

- || V umeleckých skladbách s náčiním cvičia min. 4 gymnastky.
- || V umeleckých skladbách štartujú výhradne gymnastky programu C.
- || Gymnastky mladšieho ročníka môžu štartovať v neobmedzenom počte vo vyššej vekovej kategórii.
- || Špecifikácia náplne zostavy je určená najvyššou vekovou kategóriou v rámci skladby. Ľubovoľný výber a kombinácia gymnastického náčinia (švihadlo, obruč, lopta, kužele, stuha).
- || **Gymnastky v kategóriách PRÍPRAVKY A SLNIEČKA cvičia bez náčinia.**
- || **Pre ostatné kategórie (žiačky, nádeje, juniorky, seniorky) je povinné využitie min. 1 ks (kužele = 1 páru) typizovaného gymnastického náčinia, povolené je aj iné netypizované gymnastické náčinie**
- || Povinný je elastický a priliehavý úbor.
- || Hodnotenie umeleckých skladieb - vid' Systém súťaží MG 2022.
- || Dĺžka trvania hudobného podkladu umeleckej skladby je upravená na **1:45-2:00**.

6 SPOLOČNÉ SKLADBY, DVOJICE, TROJICE

SPOLOČNÉ SKLADBY – NÁRODNÝ PROGRAM

ROZPIS NÁČINIA

	2020	2021	2022	2023
SENIORKY	5x lopta	5x obruč	5x obruč	5x obruč
	3x obruč + 2x kužele	3x stuha + 2x lopta	3x stuha + 2x lopta	3x stuha + 2x lopta
JUNIORKY	5x lopta	5x lopta	5x lopta	5x kužele
	5x stuha	5x švihadlo	5x švihadlo	5x obruč
NÁDEJE	5x kužele	5x švihadlo	5x kužele	5x kužele
ŽIAČKY	5x lopta	5x lopta	5x lopta	5x obruč
PRÍPRAVKY	bez náčinia	bez náčinia	bez náčinia	bez náčinia

DVOJICE, TROJICE – NÁRODNÝ PROGRAM

ROZPIS NÁČINIA

	2020	2021	2022	2023
SENIORKY	2x/3x lopta	2x/3x obruč	2x/3x obruč	2x/3x obruč
	2x/3x obruč 2x/3x kužele	2x/3x stuha 2x/3x lopta	1x stuha+1x lopta 2x stuha+1x lopta	1x stuha+1x lopta 2x stuha+1x lopta
JUNIORKY	2x/3x lopta	2x/3x lopta	2x/3x lopta	2x/3x kužele
	2x/3x stuha	2x/3x švihadlo	2x/3x švihadlo	2x/3x obruč
NÁDEJE	2x/3x kužele	2x/3x švihadlo	2x/3x kužele	2x/3x kužele
ŽIAČKY	2x/3x lopta	2x/3x lopta	2x/3x lopta	2x/3x obruč
PRÍPRAVKY	bez náčinia	bez náčinia	bez náčinia	bez náčinia

ŠPECIFIKÁCIA NÁPLNE ZOSTÁV

	Obťažnosť tela bez výmen (DB)	Obťažnosť tela s výmenami (DE)	Vlny celým telom (W)	Dynamické prvky s rotáciou (R)	Séria tanečných krokov (S)	Kolaborácie (DC)	
SENIORKY	min. 4	min. 4	min. 2	max. 1	min. 2	min. 9 max. 18	min. 3 CC min. 3 C↗↘/C↘↙ min. 3 CR max. 3 C↗↘/C↘↙+CR
	max. 10 DB/DE						
JUNIORKY	min. 3	min. 3	min. 2	max. 1	min. 2	min. 6 max. 15	min. 2 CC min. 2 C↗↘/C↘↙ min. 2 CR max. 2 C↗↘/C↘↙+CR
	max. 8 DB/DE						
NÁDEJE	min. 3	min. 3	min. 2	max. 1	min. 2	min. 6 max. 15	min. 2 CC min. 2 C↗↘/C↘↙ min. 2 CR max. 2 C↗↘/C↘↙+CR
	max. 8 DB/DE						
ŽIAČKY	min. 3	min. 3	min. 2	max. 1	min. 2	min. 6 max. 12	min. 2 CC min. 2 C↗↘/C↘↙ min. 2 CR max. 2 C↗↘/C↘↙+CR
	max. 6 DB/DE						
PRÍPRAVKY	min. 6	nie	min. 2	nie	min. 3	min. 4 max. 10	min. 2 CC min. 2 CR
	max. 8 DB						

SPOLOČNÉ SKLADBY, DVOJICE A TROJICE:

- || V spoločných skladbách s náčiním cvičí 5 gymnastiek, v prípravkách 4-6.
- || Spoločné skladby, dvojice a trojice môžu štartovať v neobmedzenom počte za klub, pokiaľ sa líšia hudbou a choreografiou.
- || Pokiaľ štartuje viac spoločných skladieb za klub, je možné, aby max. 1 gymnastka súťažila v 2-och rôznych skladbách.
- || Gymnastky, ktoré štartujú v spoločných skladbách nemôžu štartovať na tej istej súťaži v kategórii dvojíc a trojíc.
- || Dvojice a trojice sú hodnotené v rámci kategórie spolu (nie samostatne dvojice a samostatne trojice).
- || Dĺžka trvania hudobného podkladu dvojice, trojice je upravená na 1:45-2:00.

POČET PREDVEDENÍ:

- || Spoločné skladby: 2 predvedenia
 - seniorky a juniorky: dvojboj 1x alebo jedna zostava 2x
 - nádeje, žiačky, prípravky: jedna zostava 2x
- || Dvojice, trojice: 1 predvedenie

KOLABORÁCIE BEZ NÁČINIA:

- || Min. 2 CC (hodnota CC = 0,30)
- || Min. 2 CR s dynamickým prvkom s rotáciou (hodnota CR = 0,10; CR2 = 0,20; CR3 = 0,30)

KOLABORÁCIE DVOJICE/TROJICE (úpravy/výnimky):

- || CC: min. 2 identické akcie predvedené postupne
- || C↗↘/C↙↘: gymnastka môže chytať svoje náčinie

Program spoločných skladieb, dvojíc a trojíc sa riadi medzinárodnými pravidlami modernej gymnastiky známymi ako Code of Points s vyššie/nížšie uvedenými úpravami pre národný program.

SPOLOČNÉ SKLADBY PODĽA MEDZINÁRODNÉHO ROZPISU NÁČINIA FIG

ROZPIS NÁČINIA

	2021	2022-2024	2025	2026-2028	
SENIORKY	5x kužeľe	5x obruč	5x stuha	5x lopta	
	5x obruč + 2x stuha	3x stuha + 2x lopta	3x lopta + 2x obruč	3x obruč + 2x kužeľe	
	2021	2022-2023	2024-2025	2026-2027	2028-2029
JUNIORKY	5x lopta	5x švihadlo	5x kužeľe	5x lopta	5x obruč
	5x stuha	5x lopta	5x obruč	5x stuha	5x švihadlo

7 PRÍLOHA – ŠPECIFIKÁCIA GYMNASTICKÉHO NÁČINIA**JUNIORKY, SENIORKY, NÁDEJE¹²
PROGRAM A, B, C**

	ŠVIHADLO	OBRUČ	LOPTA	KUŽELE	STUHA	PALIČKA NA STUHU
MATERIÁL	Konope alebo iný vhodný materiál	Drevo alebo syntetika	Guma alebo mäkký plast, antistatické	Drevo alebo syntetika	Satén alebo iný vhodný materiál	Palička: drevo, bambus, sklolaminát, hliník, syntetika. Karabínka: nylónové vlákno, šnúrka, pohyblivý krúžok
VÁHA	x	S: min. 300g. J, N: min. 260g.	Min. 400g.	Min. 150g.	S: min. 35g. J, N: min. 30g.	x
PRIEMER	x	S: 800-900 mm J, N: 700-900 mm	180-200 mm Nml.: 170 mm	Priemer hlavičky max. 30 mm	x	x
DĹŽKA	Optimálna	x	x	400-500 mm Nml.: 360 mm	S: 6m J, N: 5m	Palička: 500-600 mm Karabínka: max. 70 mm
HRÚBKA	Rovnomerná, môže byť spevnené v strede	Rovnomerná	x	x	40-60 mm	Palička: max. 10 mm v najhrubšej časti
TVAR	Dva konce s alebo bez uzlíkov, bez drevených rúčok	x	x	Fľaškový tvar	x	Palička: valcový alebo kužeľovitý. Rúčka môže byť oblepená protišmykovým materiálom max. dĺžky 100 mm
FARBA A DEKOR	Môže byť oblepené. Odporúčané svetlé farby	Môže byť oblepená. Odporúčané svetlé farby	Ľubovoľná, odporúčané svetlé farby	Môžu byť oblepené. Odporúčané svetlé farby	Ľubovoľná, odporúčané svetlé farby	Ľubovoľná

1

²Gymnastky, ktoré nie sú členkami reprezentačného družstva alebo sa ako členky reprezentačného výberu nepripravujú na medzinárodné podujatie s licenciou FIG nemusia na tréning a domáce podujatia používať výhradne certifikované gymnastické náčinie. Gymnastické náčinie ale musí spĺňať vyššie uvedené normy. Kontrola certifikovaného náčinia prebieha počas prípravy/pred vycestovaním na podujatie k kalendári FIG.