Regulamin Zawodów Gymnastic CUP

POSTANOWIENIA OGÓLNE

1. Organizatorem Gymnastic CUP jest STOWARZYSZENIE GYMNASTIC z siedzibą w Modlniczce przy ul. Handlowców 12, NIP: 5130301501, KRS: 0001162535.
2. Celem utworzenia Gymnastic CUP poprzez aktywne uczestnictwo dzieci, młodzieży oraz dorosłych jest:
   a. propagowanie oraz popularyzowanie sportów gimnastycznych;
   b. podnoszenie sprawności fizycznej;
   c. propagowanie współzawodnictwa z zasadami fair-play;
   d. integrację środowisk i nawiązanie współpracy między klubami.
3. Trenerzy, sędziowie, Zawodnicy, rodzice/opiekunowie prawni Zawodników mają obowiązek zapoznać się z Regulaminem Zawodów Gymnastic CUP i udzielić zgody na udział w Zawodach, złożyć oświadczenie o braku przeciwskazań zdrowotnych oraz zgodę na przetwarzanie danych osobowych (RODO), a także ewentualnie udzielić zgody na wykorzystywanie wizerunku.
4. Informację na temat Zawodów w tym terminy ich odbycia będą zamieszczane na:
   a. stronie internetowej Zawodów: https://gcup.pl/
   b. Facebook: https://www.facebook.com/gymnastic.cup
   c. Instagram: https://www.instagram.com/gymnastic.cup/

WARUNKI UCZESTNICTWA

1. Zgłoszenia do Zawodów dokonuje wyłącznie klub reprezentujący Zawodników.
2. Zgłoszenia należy przesłać za pośrednictwem formularza: https://gcup.pl/rejestracja/. Termin zgłoszenia upływa 28.10.2026 godzina 23:59.

3. Potwierdzeniem zgłoszenia Zawodników będzie przesłanie przez Organizatora na adres e-mail podany w formularzu zgłoszeniowym danych z logowaniem oraz instrukcją obsługi panelu i rejestracji Zawodników.

4. Warunkiem startu w Zawodach jest:

   a. opłacenie opłaty startowej:

   - start w jednej konkurencji: 140 zł, (120zł do 21.10.2026)
   - start w dwóch konkurencjach: 220 zł, (190zł do 21.10.2026)
   - start w trzech konkurencjach: 280 zł, (240zł do 21.10.2026)

   b. zaakceptowanie:

   - oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w Zawodach,
   - zgody na przetwarzanie danych osobowych (RODO).

5. Opłatę startową należy uiścić przelewem na rachunek bankowy Organizatora o numerze 90 1140 2004 0000 3102 8586 1380 lub w siedzibie Stowarzyszenia Gymnastic w terminie nie późniejszym niż 14 dni przed rozpoczęciem Zawodów.

6. Liczba miejsc w Zawodach jest ograniczona, o udziale decyduje kolejność zgłoszeń.

7. Za termin wpłaty uznaje się datę zaksięgowania środków na koncie Organizatora.

8. Brak wpłaty w wyznaczonym terminie może skutkować anulowaniem rezerwacji miejsca.

9. W przypadku rezygnacji zgłoszonej po zamknięciu list zgłoszeniowych Organizator ma prawo zatrzymać całość.

10. Możliwe jest wskazanie innego uczestnika na miejsce dziecka po wcześniejszym uzgodnieniu z Organizatorem w ramach tej samego kategorii wiekowej oraz konkurencji.

11. W przypadku przerwania udziału w Wydarzeniu przez Uczestnika z przyczyn niezależnych od Organizatora opłata nie podlega zwrotowi.

12. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania Wydarzenia w przypadku niewystarczającej liczby zgłoszeń. W takim przypadku wniesione opłaty podlegają pełnemu zwrotowi.

13. Po zamknięciu list startowych nie ma możliwości dopisania nowych uczestników. Listy zostają zamrożone.

ORGANIZACJA ZAWODÓW

1. Trenerzy odpowiadają za opiekę i nadzór nad Zawodnikiem.
2. W razie wypadku, zasłabnięcia lub innych dolegliwości zdrowotnych należy zgłosić się niezwłocznie do Organizatora lub bezpośrednio do służb medycznych dyżurujących na terenie imprezy.
3. Uczestnicy są zobowiązani do szanowania mienia innych Uczestników Zawodów sprzętu sportowego, wszelkich innych urządzeń i instalacji technicznych oraz mienia stanowiącego własność Organizatora.
4. Uczestnicy Zawodów zobowiązani są do podporządkowania się zaleceniom Organizatora w zakresie ładu i porządku na obiekcie gdzie rozgrywane są Zawody.
5. Każdy przebywający na Zawodach jest zobowiązany stosować się do poleceń Organizatora w zakresie przestrzegania zasad bezpieczeństwa.
6. W strefie startowej oraz w strefie rozgrzewkowej mogą przebywać tylko i wyłącznie: Zawodnicy, trenerzy, organizatorzy, pomoc medyczna.
7. Podczas trwania Zawodów, Zawodnicy niestartujący w danym momencie mają obowiązek pozostawać w strefie rozgrzewkowej lub na trybunach.
8. Widzowie zobowiązani są w czasie trwania imprezy przebywać wyłącznie w miejscu przeznaczonym dla publiczności.
9. Organizator ma obowiązek sporządzić komunikat końcowy z wynikami wszystkich Zawodników i przekazać (rozesłać w formie elektronicznej) do wszystkich Klubów.
10. Zmiany w Przepisach Gymnastic Cup muszą zostać opublikowane minimum 30 dni przed planowanymi Zawodami. W przypadku jakiejkolwiek zmiany Organizator zobowiązuje się do przesłania przepisów zgłoszonym już Zawodnikom/klubom na podany przez nich w formularzu adres mailowy i udostępnienia zaktualizowanej wersji przepisów na stronie internetowej.
11. Udział w Zawodach wiąże się z ryzykiem powstawania urazów lub uszkodzeń ciała oraz mienia. Do odpowiedzialności za szkody stosuje się zasady ogólne określone w przepisach powszechnie obowiązujących,
    a w szczególności przepisy Kodeksu cywilnego.
12. Rodzice lub Opiekunowie niepełnoletnich Zawodników mogą zostać pociągnięci do odpowiedzialność za szkody spowodowane przez niepełnoletnich Zawodników. Do odpowiedzialności za szkody stosuje się zasady ogólne

określone w przepisach powszechnie obowiązujących, a w szczególności przepisy Kodeksu cywilnego.

PRZEPISY

Kolorem czerwonym zaznaczono zmiany w przepisach względem 5 edycji Gymnastic CUP.

1. Zawodnicy podzieleni są na kategorie wiekowe na podstawie roku urodzenia oraz ze względu na płeć – Level 1, Level 2, Pro.
2. Zawodnicy podzieleni są na kategorie ze względu na płeć – Pro Open.
3. W Zawodach Gymnastic CUP obowiązują następujące poziomy startowe:
   a. Level 1, Level 2 i Pro: przeznaczone wyłącznie dla Zawodników nie posiadających na dzień przystąpienia do Zawodów oraz w przeszłości licencji Polskiego Związku Gimnastycznego;
   b. Poziom Pro Open: otwarty zarówno amatorów jak i Zawodników posiadających licencje Polskiego Związku Gimnastycznego.
4. Zawodnik może startować tylko w jednym poziomie w danej konkurencji.
5. Zawodnik może wybrać poziom startu osobno dla każdej z konkurencji.
6. Zawody odbywają się na trzech przyrządach:
   a. air-track [długość: 12m, grubość: min. 20cm + lądowanie (materac)];
   b. równoważnia [wysokość: 80cm od podłoża + pod równoważnią materac o grubości: 20cm + lądowanie (materac)], do wskoku na równoważnie dozwolone jest użycie odskoczni lub twardej kostki (max. 40cm wysokości);
   c. skok – [rozbieg max. 15m długości, odbicie z odskoczni lub mini trampoliny, sterta materacy (materace ułożone w szerz względem rozbiegu jeden na drugim, wymiary: grubość 20cm, szerokość 1m 20cm, długość 2m)]
7. Przed rozpoczęciem układu Zawodnik obowiązkowo pokazuje numer startowy znajdujący się na identyfikatorze sędziemu lub obsłudze technicznej. Zawodnik, który nie okaże numeru startowego może zostać nie dopuszczony do rozpoczęcia układu startowego.

AIR – TRACK

1. Informacje ogólne:
   - Level 1 (5 elementów obowiązkowych i 5 dowolnych),
   - ☐ układ składa się z maksymalnie 10 elementów,
   - ☐ każdy element obowiązkowy posiada wartość 2 pkt.,
   - ☐ wartości elementów dowolnych określone są w tabeli udostępnionej przez organizatora,
   - ☐ najwyższa dozwolona wartość elementu dowolnego to **C (0,5pkt)**
   - ☐ brak premii za połączenia

   - Level 2 (5 elementów obowiązkowych i 5 dowolnych),
   - Level Pro (3 elementów obowiązkowych i 7 dowolnych),
   - Level Pro Open (3 elementów obowiązkowych i 7 dowolnych),
   - ☐ układ składa się z maksymalnie 10 elementów,
   - ☐ każdy element obowiązkowy posiada wartość 2 pkt.,
   - ☐ wartości elementów dowolnych określone są w tabeli udostępnionej przez organizatora,
   - ☐ można wykonać maksymalnie 3 połączenia premiowane, muszą one składać się z różnych elementów akrobatycznych (tabela elementów dowolnych udostępnionych przez organizatora). Można wykonać dowolną liczbę połączeń - do oceny wyjściowej liczą się 3 najbardziej punktowane połączenia z korzyścią dla zawodnika (kolejność wykonania nie ma znaczenia). Połączenie dwóch tych samych elementów nie jest premiowane!

WARTOŚĆ PUNKTOWA POŁĄCZEŃ	
B + B	1,0 pkt.
B + C (lub więcej)	2,0 pkt.
C (lub więcej) + C (lub więcej)	3,0 pkt.

   a. jeżeli Zawodnik wykona więcej elementów, niż jest to określone w przepisach to w ocenę trudności będzie wchodzić 10 najbardziej wartościowych, ale od wszystkich będą naliczane błędy wykonania,

b. elementy dowolne wybierane wyłącznie z tabeli elementów udostępnionych przez Organizatora,
c. dodatkowe elementy (nieuwzględnione w tabeli) należy zgłosić do Organizatora minimum 10 dni przed Zawodami, tak aby zostały one zaakceptowane, wycenione i rozpowszechnione do innych zainteresowanych Klubów,
d. powtórzony element nie jest błędem kompozycyjnym, jego trudność nie będzie wliczana do wartości układu, ale będą odejmowane błędy wykonania,
e. Trener ma prawo stać na ścieżce do ewentualnej asekuracji – jeżeli Trener dotknie Zawodnika element będzie niezaliczony i zostanie potrącona kara w wysokości 0,5 pkt. (upadek),
f. Zawodnik w pierwszej kolejności wykonuje elementy obowiązkowe następnie elementy dowolne,
g. kolejność elementów obowiązkowych jest ustalona odgórnie (podana w tabeli elementów obowiązkowych) - za zmianę kolejności wykonywanych elementów zostanie potrącona kara w wysokości 1,0 pkt,
h. układ powinien być skomponowany w taki sposób, aby między elementami nie wykonywać więcej, niż 2 kroki (nie dotyczy rozbiegu i elementów choreografii). Jeżeli Zawodnik wykona element z lądowaniem na materacu powrót na ścieżkę Air - Track nie będzie podlegał karze,
i. układ może zawierać elementy choreografii jednak nie będzie to dodatkowo punktowane (bez muzyki).
j. trener zobowiązany jest do sprawdzenia przygotowania przyrządu w tym ciśnienia powietrza w air tracku oraz ma prawo regulować ciśnienie według potrzeb zawodnika.

2. Elementy obowiązkowe:

Level 1	1. przewrót w przód z przysiadu do przysiadu
	2. przewrót w tył z przysiadu do przysiadu
	3. skłon o NN prostych w pozycji siadu prostego (siedzącej) wytrzymany min. 3 sek.
	4. mostek (z leżenia tyłem) o NN złączonych wytrzymany min. 3 sek.
	5. stanie na RR (wytrzymane min. 1 sek.)

Level 2	1. stanie na RR i (+) przewrót w przód
	2. przewrót w tył do podporu (podpór wytrzymany min. 3 sek.)
	3. szpagat (dowolny) wytrzymany min. 3 sek.
	4. mostek (z leżenia tyłem) o NN złączonych wytrzymany min. 3 sek.
	5. przerzut bokiem do postawy przodem
Pro	1. stanie na RR i (+) przewrót w przód
	2. przewrót w tył do podporu o RR prostych (podpór wytrzymany min. 3 sek.)
	3. szpagat (dowolny) wytrzymany min. 3 sek.
Pro Open	1. stanie na RR i (+) przewrót w przód
	2. przewrót w tył do podporu o RR prostych (podpór wytrzymany min. 3 sek.)
	3. szpagat (dowolny) wytrzymany min. 3 sek.

3. Tabela elementów dowolnych:

A (0,1)	B (0,3)	C (0,5)	D (1,0)	E (2,0)
ELEMENTY SIŁOWE I AKROBATYCZNE				
• poziomka o NN złączonych (wytrzymana min. 3 sek.)				
• „kogucik” – podpór o NN ugiętych i złączonych				
	• stanie na RR z 360°	• przewrót w tył do stania na RR z 360°		
• przerzut bokiem do postawy przodem				
		• salto machowe bokiem	• salto machowe przodem	

<table>
<tr><td>● mostek w przód z 1N na 1N lub na 2NN</td><td>● przerzut w przód z 1N na 1N lub 2 NN
● przerzut w przód na jednej ręce z 1N na 1N lub 2 NN</td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>● szpagat</td><td>● przerzut w przód z 2NN na 2NN</td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>● przewrót lotny („lotka”)</td><td></td><td>● salto kulone w przód</td><td rowspan="2">● salto proste w przód</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td>● salto łamane w przód</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td colspan="2" rowspan="2">* za każde dodatkowe pół obrotu (180°) do wartości salta + 0,5
<u>Przykład:</u>
Salto proste 360° □ D (1,0) + 1,0 = 2,0 pkt.</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td>● salto kulone w przód do lądowania na przemian nóż</td><td></td><td>● salto podwójne w przód, w pozycji kulonej</td></tr>
<tr><td></td><td>● rundak</td><td></td><td></td><td></td></tr>
</table>

<table>
<tr><td>● mostek w tył (przejście) z 1N lub 2NN na 1N lub 2NN</td><td>● flic flac z 2NN na 2NN</td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td>● flic flac z 2 NN na 1N</td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td>● salto kulone w tył</td><td>● salto proste tył</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td>● salto łamane w tył</td><td>● salto tempowe</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td colspan="2" rowspan="2">* za każde dodatkowe pół obrotu (180°) do wartości salta + 0,5
<u>Przykład:</u>
<b>Salto proste 360° □ D (1,0) + 1,0 = 2,0 pkt.</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td>● salto podwójne w tył, w pozycji kulonej</td></tr>
</table>

A (0,1)	B (0,3)	C (0,5)	D (1,0)	E (2,0)
ELEMENTY TANECZNE				
• wyskok prosty z 180°	• wyskok prosty z 360°			
• wyskok rozkroczny („żabka”) z 2NN na 2NN	• „zetka” – skok szpagatowy z wymianą NN z 1N na 1N			
• wyskok ze szpagatem (PN lub LN) z 2NN na 2NN				
• wyskok “pistolet” z 180°				

gymnastic CUP

RÓWNOWAŻNIA

1. Informacje ogólne:
   a. układ składa się z maksymalnie 10 elementów (w tym 5 obowiązkowych i 5 dowolnych),
   b. każdy element obowiązkowy posiada wartość 2 pkt. Zeskok w poziomie Pro i Pro Open to wartość 2pkt + wartość grupy z tabeli zeskoków,
   c. wartości elementów dowolnych określone są w tabeli udostępnionej przez Organizatora,
   d. jeżeli Zawodnik wykona więcej elementów, niż jest to określone w przepisach to w ocenę trudności będzie wchodzić 10 najbardziej wartościowych, ale od wszystkich będą naliczane błędy wykonania,
   e. elementy dowolne wybierane wyłącznie z tabeli elementów udostępnionych przez Organizatora,
   f. dodatkowe elementy (nieuwzględnione w tabeli) należy zgłosić do organizatora minimum 10 dni przed zawodami, tak aby zostały one zaakceptowane, wycenione i rozpowszechnione do innych zainteresowanych Klubów,
   g. powtórzony element nie jest błędem kompozycyjnym, jego trudność nie będzie wliczana do wartości układu, ale będą odejmowane błędy wykonania,
   h. Trener ma prawo stać przy równoważni do asekuracji – jeżeli Trener dotknie Zawodnika element będzie niezaliczony i zostanie potrącona kara w wysokości 0,5 pkt. (upadek),
   i. Zawodnik w pierwszej kolejności wykonuje elementy obowiązkowe następnie elementy dowolne,
   j. kolejność elementów obowiązkowych jest ustalona odgórnie (podana w tabeli elementów obowiązkowych – nie dotyczy zeskoków!),
   k. układ powinien być skomponowany w taki sposób, aby między elementami nie wykonywać więcej, niż 2 kroki (nie dotyczy rozbiegu i elementów choreografii),
   l. do elementów z grupy C i trudniejszych dozwolone jest użycie łatki (cienkiego materaca ochronnego). Ustawienie oraz ściągnięcie materaca nie może zakłócić ciągłości układu oraz przeszkodzić sędziom. Za prawidłowe ustawienie materaca odpowiada Trener,
   m. układ może zawierać elementy choreografii jednak nie będzie to dodatkowo punktowane.
   n. Dotknięcie materaca pod równoważnią skutkuje utratą 0,3 pkt, wyraźne postawienie stopy na materacu skutkuje utratą 0,5 pkt (upadek)

2. Elementy obowiązkowe:

Level 1	1. wymach PN i LN w marszu z RR w bok (x2)
	2. utrzymanie „arabeski” min. 3 sek.
	3. ½ obrotu na wspięciu („releve”)
	4. leżenie tyłem
	5. połącznie dwóch podskoków o tułowiu prostym
Level 2	1. wskok „zajączkiem” z odskoczni lub „kostki” (boksa)
	2. utrzymanie wagi min. 3 sek.
	3. połączenie podskoków (x1)prosty i (+) kuczny(x1)
	4. leżenie przewrotne (w leżeniu tyłem dotknąć NN złączonymi równoważni za głową)
	5. „kulawy lisek” x2 (zamach 1N w kierunku stania na RR)
Pro	1. wskok z odskoczni (lub boksa) na NN złączone
	2. połączenie dwóch podskoków w pozycji kucznej
	3. leżenie przewrotne i (+) świeca (min. 2 sek.)
	4. ½ piruetu (180°) na 1N
	5. Zeskok wybrany z tabeli elementów 6.

Pro Open	1. wskok z odskoczni (lub boksa) na NN złączone
	2. połączenie dwóch podskoków w pozycji kucznej
	3. leżnie przewrotne i (+) świeca (min. 2 sek.)
	4. ½ piruetu (180°) na 1N
	5. Zeskok wybrany z tabeli elementów

c) Tabela elementów dowolnych:

A (0,1)	B (0,3)	C (0,5)	D (1,0)	E (2,0)
ELEMENTY SIŁOWE I AKROBATYCZNE				
● poziomka o NN złączonych (min. 3 sek.)		● stanie na RR + przewrót w przód	● „rundak”	● salto kulone w przód
● poziomka w rozkroku (min. 3 sek.)	● wysoka poziomka o NN złączonych lub rozkroku (min. 3 sek.)	● przerzut bokiem do lądowanie przodem	● przerzut w przód z 1N na 1N	● salto kulone w przód z jednej nogi
	● przewrót w przód	● mostek w przód z 1N na 1N		● salto kulone w tył
	● przewrót w tył	● „tic tac”	● flic – flac	● salto machowe w przód
	● stanie na RR	● mostek w tył z 1N na 1N		● salto machowe bokiem

A (0,1)	B (0,3)	C (0,5)	D (1,0)	E (2,0)
ELEMENTY TANECZNE (PODSKOKI I PIRUETY)				
• wyskok prosty w pozycji „pistolet” z 2NN na 2NN	• wyskok o tułowiu prostym 180°	• wyskok o tułowiu prostym 360°		
	• skok szpagatowy z 1N na 1N	• wyskok „kuczny” 180°		
•	• skok szpagatowy z 2NN na 2NN			
• podskok „koci”	• podskok „koci” 180°		• „zetka” – skok szpagatowy z wymianą NN z 1N na 1N	
	• skok w rozkroku („żabka”) z 2NN na 2NN	• ½ piruetu (180°) z 1N prostą w poziomie (min. 90°)	• piruet (360°) z 1N prostą w poziomie (min. 90°)	
• ½ piruetu (180°) z 1N ugiętą	• piruet (360°) z 1N ugiętą		• 1 ½ piruet (540°) z 1N ugiętą	
	• ½ piruetu (180°) „wilczego” (w	• piruet „wilczy” (360°)		

	przysiadzie z 1N prostą)			

A (0,1)	B (0,3)	C (0,5)	D (1,0)	E (2,0)
ZESKOKI				
• Rundak	• salto kulone w przód	• salto łamane w przód	• salto proste w przód	• dowolne salto z minimum 360° obrotu
• Przerzut w przód	• salto kulone w tył	• salto łamane w tył	• salto proste tył	• podwójne salto
	• salto machowe bokiem		• salto machowe w przód (lądowanie na 2NN złączone)	

SKOK

1. Informacje ogólne:
   a. Zawodnik wykonuje **dwa różne skoki** (jeden po drugim na sygnał Sędziego) przez stertę materacy,
   b. **suma dwóch różnych skoków** daje ocenę końcową,
   c. wysokość sterty oraz jej ułożenie jest zależne od poziomu i wykonywanego skoku i podana w tabeli udostępnionej przez Organizatora,
   d. wartości skoków określone są w tabeli udostępnionej przez Organizatora,
   e. skoki wybierane wyłącznie z tabeli udostępnionej przez Organizatora,
   f. dodatkowy skok (nieuwzględniony w tabeli) należy zgłosić do Organizatora minimum 10 dni przed Zawodami, tak aby został on zaakceptowany, wyceniony i rozpowszechniony do innych zainteresowanych Klubów,
   g. powtórzony skok nie zostanie wyceniony i nie będzie wliczony do sumy,
   h. Trener ma prawo stać przy stercie materacy do asekuracji – jeżeli Trener dotknie Zawodnika skok będzie niezaliczony (ocena końcowa = 0,0pkt.)

2. Tabela skoków:

	OCENA WYJŚCIOWA	ELEMENT	UŁOŻENIE STERTY
Level 1 (60 cm)	**4,0**	● z rozbiegu naskok na odskocznię i „zajączek” na stertę materacy, zeskok ze sterty na NN do lądowania w półprzysiadzie	Wzdłuż
	5,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i naskok na 2NN o NN złączonych na stertę materacy, zeskok ze sterty na NN do lądowania w półprzysiadzie	Wzdłuż
	6,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i przewrót w przód do leżenie tyłem, zeskok ze sterty na NN do lądowania w półprzysiadzie	Wzdłuż
	7,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i naskok do stania na RR i pad na plecy, zeskok ze sterty na NN do lądowania w półprzysiadzie	Wzdłuż

	9,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i „rundak” do lądowania na NN za stertą materacy	Wszerz
	10,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i przerzut w przód do lądowania na NN za stertą materacy	Wszerz
	12,0	● z rozbiegu rundak na odskocznię i przerzut w tył przez stertę materacy tzw. “Yurchenko”	Wszerz
Level 2 (80 cm)	**4,0**	● z rozbiegu naskok na odskocznię i „zajączek” na stertę materacy, zeskok ze sterty na NN do lądowania w półprzysiadzie	Wzdłuż
	5,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i naskok na 2NN o NN złączonych na stertę materacy, zeskok ze sterty na NN do lądowania w półprzysiadzie	Wzdłuż
	6,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i przewrót w przód do leżenie tyłem, zeskok ze sterty na NN do lądowania w półprzysiadzie	Wzdłuż
	7,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i naskok do stania na RR i pad na plecy, zeskok ze sterty na NN do lądowania w półprzysiadzie	Wzdłuż
	9,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i „rundak” do lądowania na NN za stertą materacy	Wszerz
	10,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i przerzut w przód do lądowania na NN za stertą materacy	Wszerz
	12,0	● z rozbiegu rundak na odskocznię i przerzut w tył przez stertę materacy tzw. “Yurchenko”	Wszerz

Pro (100 cm)	**4,0**	● z rozbiegu naskok na odskocznię i „zajączek” na stertę materacy, zeskok ze sterty na NN do lądowania w półprzysiadzie	Wzdłuż
	5,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i naskok na 2NN o NN złączonych na stertę materacy, zeskok ze sterty na NN do lądowania w półprzysiadzie	Wzdłuż
	6,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i przewrót w przód do leżenia tyłem, zeskok ze sterty na NN do lądowania w półprzysiadzie	Wzdłuż
	7,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i naskok do stania na RR i pad na plecy, zeskok ze sterty na NN do lądowania w półprzysiadzie	Wzdłuż
	9,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i „rundak” do lądowania na NN za stertą materacy	Wszerz
	10,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i przerzut w przód do lądowania na NN za stertą materacy	Wszerz
	12,0	● z rozbiegu rundak na odskocznię i przerzut w tył przez stertę materacy tzw. “Yurchenko”	Wszerz
Pro Open (100 cm)	**4,0**	● z rozbiegu naskok na odskocznię i „zajączek” na stertę materacy, zeskok ze sterty na NN do lądowania w półprzysiadzie	Wzdłuż
	5,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i naskok na 2NN o NN złączonych na stertę materacy, zeskok ze	Wzdłuż

		sterty na NN do lądowania w półprzysiadzie	
	6,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i przewrót w przód do leżenia tyłem, zeskok ze sterty na NN do lądowania w półprzysiadzie	Wzdłuż
	7,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i naskok do stania na RR i pad na plecy, zeskok ze sterty na NN do lądowania w półprzysiadzie	Wzdłuż
	9,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i „rundak” do lądowania na NN za stertą materacy	Wszerz
	10,0	● z rozbiegu naskok na odskocznię i przerzut w przód do lądowania na NN za stertą materacy	Wszerz
	12,0	● z rozbiegu rundak na odskocznię i przerzut w tył przez stertę materacy tzw. “Yurchenko”	Wszerz

KLASYFIKACJA DRUŻYNOWA

1. W ramach zawodów Gymnastic CUP prowadzona jest również klasyfikacja drużynowa.
2. Do klasyfikacji drużynowej wliczani są automatycznie wszyscy Zawodnicy zgłoszeni do zawodów przez ten sam Klub. Nie jest wymagane odrębne zgłoszenie drużyny.
3. Wyniki drużynowe ustalane są na podstawie sumy wszystkich najlepszych wyników Zawodników z danej drużyny.
4. Każdy zawodnik drużyny zdobywa punkty za swoje indywidualne występy. Drużyna, która na koniec zawodów zgromadzi największą liczbę punktów, wygrywa klasyfikację drużynową.
5. W przypadku remisu punktowego o zwycięstwie drużyny decyduje kolejno:
   a. większa liczba złotych medali zdobytych przez zawodników danej drużyny,
   b. w przypadku dalszego remisu – większa liczba medali srebrnych,

c. jeśli remis nadal się utrzymuje – większa liczba medali brązowych.

6. W klasyfikacji drużynowej nagradzane są drużyny, które zajmą miejsca od I do VIII.

7. Nagrodą dla drużyny jest jedna statuetka, wręczana podczas ceremonii zakończenia Zawodów.

8. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za sposób podziału lub przechowywania nagrody w ramach drużyny.

ORGANIZATOR

1. Organizator ma obowiązek:

   a. zapewnić profesjonalną opiekę medyczną na czas trwania Zawodów,

   b. wyznaczyć oddzieloną strefę do rozgrzewki Zawodników,

   c. zadbać o to, aby sprzęt był sprawny i atestowany, a ustawienie materacy zapewniało, jak największe bezpieczeństwo dla Zawodników,

   d. zapewnić odpowiednie warunki do przeprowadzenia Zawodów, w tym odpowiedniego sprzętu i przyrządów zgodnych z normami bezpieczeństwa,

   e. prowadzenia punktacji oraz publicznego udostępnianie wyników Zawodów.

2. Organizator ma prawo usunąć z Zawodów osoby nietrzeźwe i zakłócające swoim zachowaniem przebieg Zawodów.

3. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione na terenie Zawodów.

ZAWODNIK

1. Zawodnik ma obowiązek:

   a. zapoznać się z Regulaminem Zawodów,

   b. zachowywać się zgodnie z zasadami bezpieczeństwa,

   c. powstrzymywać się od działań mogących narazić innych Uczestników na urazy lub stwarzać zagrożenie dla przebiegu Zawodów,

   d. natychmiastowo zgłosić Organizatorowi lub obsłudze medycznej wszelkie kontuzje lub złe samopoczucie,

e. dostosować ubiór, biżuterię, uczesanie włosów oraz paznokcie, tak aby nie zagrażały jego bezpieczeństwu,

f. posiadać strój sportowy w postaci: krótkich obcisłych spodenek oraz obcisłej koszulki z krótkim rękawem lub kostiumu gimnastycznego oraz baletek, skarpetek antypoślizgowych lub Zawodnik może uczestniczyć w Zawodach boso;

g. dostarczyć niezbędne dokumenty do Organizatora w tym oświadczenie Zawodnika w związku z udziałem w Zawodach znajdujące się na stronie internetowej: https://gcup.pl/dokumenty/.

TRENER

1. Trener ma obowiązek:

   a. zapoznać się z Regulaminem Zawodów,

   b. dostarczyć niezbędne dokumenty do Organizatora w tym oświadczenie trenera w związku z udziałem w Zawodach znajdujące się na stronie internetowej: https://gcup.pl/dokumenty/,

   c. sprawowania opieki nad swoimi Zawodnikami przez cały czas trwania Zawodów, w tym dbałości o ich bezpieczeństwo i zachowanie.

2. Trener ma prawo:

   a. podpowiadać Zawodnikowi w trakcie ćwiczeń (układu),

   b. stać przy przyrządzie wyłącznie w czasie wykonywania ćwiczenia przez Zawodnika, w celu zapewnienia ewentualnej asekuracji i bezpieczeństwa,

   c. zgłosić protest co do oceny trudności wykonywanych elementów wyłącznie przez swoich Zawodników. Protest należy zgłosić sędziemu głównemu niezwłocznie po zakończeniu ćwiczenia Zawodnika jednak nie później niż do zakończenia kategorii wiekowej, w której brał udział Zawodnik. Sędzia główny rozpatruje protest do dekoracji danej grupy od momentu jego zgłoszenia. W przypadku uznania protestu wyniki zostają skorygowane i ogłoszone niezwłocznie. Decyzja sędziego głównego jest ostateczna.

PUNKTACJA

1. Ocena Zawodnika ustalana jest przez Sędziego zgodnie z pkt IV niniejszego Regulaminu.

2. Ostateczna ocena podana jest po **weryfikacji przez sędziego** głównego.
3. Wyniki oceny każdego Zawodnika zostaną niezwłocznie udostępnione i wyświetlone w widocznym miejscu dostępnym dla Uczestników Zawodów przez cały czas trwania Zawodów.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Regulamin jest własnością Organizatora i nie mogą być kopiowane ani udostępniane osobom trzecim bez pisemnej zgody Organizatora. Uczestnicy Zawodów mogą korzystać z Regulaminu wyłącznie w zakresie udziału w Zawodach.
2. Wszelkie kwestie dotyczące interpretacji niniejszego Regulaminu rozstrzyga Organizator w porozumieniu z Sędzią Głównym.
3. Decyzje Organizatora i Sędziego Głównego są ostateczne w zakresie przebiegu Zawodów i wyników sportowych.