

- (h) تنفيذ اللاعب لقفزة غير مرغوبة (برجلين متفارجة - بقلبة هوائية قبل سلم القفز - قفزات غير مرغوبة قبل سلم القفز).
- (i) تكرار الحركة الأولى كحركة ثانية في بطولة التأهل لنهائيات القفز أو في النهائيات الخاصة بطاولة القفز.
- (j) عدم استخدام اللاعب لبساط الحماية الخاص بحركات دخول الرندف (الطوق).

جدول الأخطاء الخاصة بالقفز حسومات لجنة D

الخطأ	صغير	متوسط	كبير
الهبوط أو لمس بيد واحدة أو قدم واحدة خارج منطقة الهبوط	٠,١٠ من الدرجة النهائية		
الهبوط أو اللمس بالقدمين، اليدين، قدم و يد، أو أي جزء آخر من الجسم خارج منطقة الهبوط	٠,٣٠ من الدرجة النهائية		
الهبوط مباشرة خارج منطقة الهبوط	٠,٥٠ من الدرجة النهائية		
تجاوز أكثر من ٢٥ متر في الركض	٠,٥٠ من الدرجة النهائية		
قفزة غير مقبولة أو غير شرعية	الدرجة ٠,٠٠ من قبل لجنتي التحكيم		
ال فشل في استخدام طوق سلم القفز لحركات الدخول بالرندف	الدرجة ٠,٠٠ من قبل لجنتي التحكيم		
تكرار نفس الحركة المؤداة في البطولة التأهيلية و النهائية لطاولة القفز	الدرجة ٠,٠٠ من قبل لجنتي التحكيم		
تكرار نفس مجموعة الحركة المؤداة في البطولة التأهيلية و النهائية لطاولة القفز	حسم ١,٠٠ من الدرجة النهائية للقفزة الثانية		
الطيران الثاني المتشابه بين القفزتين في بطولتي التأهل و النهائي لطاولة القفز	حسم ١,٠٠ من الدرجة النهائية للقفزة الثانية		

حسومات لجنة E

الخطأ	صغير	متوسط	كبير
-------	------	-------	------

+	+	+	خطأ تنفيذي في الطيران الأول
+	+	+	خطأ تقني في الطيران الأول
+	+	+	المرور في وضع الوقوف على اليدين خارج الخط العمودي
+	+	+	خطأ تنفيذي في الطيران الثاني
+	+	+	خطأ تقني في الطيران الثاني
+	+	+	عدم الارتفاع الكافي للجسم
+	+	+	الافتقار للامتداد أثناء الإعداد الهبوط

المتوازي



الارتفاع : من السطح العلوي للبساط 180 سم

وصف الأداء

الأداء المعاصر للتمارين على جهاز المتوازي يتكون من حركات متحكم بها ، من حركات المرجحة و الطيران تختار من الحركات الصالحة من مختلف المجموعات و تؤدي بالانتقالات المستمرة خلال مختلف أوضاع التعلق و الارتكاز مع أفضل طريقة للاستفادة من طاقة رد فعل الجهاز .

معلومات حول درجة D:

١- المجموعات الحركية:

- i. حركات بالارتكاز أو خلال الارتكاز على البارين.
- ii. الحركات التي تبدأ من التعلق الأبطي.
- iii. المرجحة الطويلة من التعلق، مواجه على بار أو كلا البارين.