### БЪЛГАРСКА ФЕДЕРАЦИЯ ГИМНАСТИКА



# ЗАДЪЛЖИТЕЛНА ПРОГРАМА ЗА МОМЧЕТА МЛАДША И СТАРША ВЪЗРАСТ ЗА ДЪРЖАВНИ, РЕГИОНАЛНИ, ГРАДСКИ, ОБЩИНСКИ И ДРУГИ СЪСТЕЗАНИЯ МЕЖДУ ОТБОРИТЕ НА КЛУБОВЕТЕ ПО СПОРТНА ГИМНАСТИКА



### ЗАДЪЛЖИТЕЛНА ПРОГРАМА МОМЧЕТА МЛАДША ВЪЗРАСТ – до 10 год.

#### 2025 г.

### Земна гимнастика <u>2025 г.</u>

9,8 + 0,2 за приземяване. Играе се по права линия	стой	Намаления Жури "D" ност	Намаления Жури "Е"
1. Изходно положение – стоеж. Скок с 1/1 обръщане с ръце, обтегнати горе. Приземяване – ръце в страни.	0,8	Непълно обръщане – 0,3	Естетически и стилни грешки – по Правилник
2. Затичване, премятане на два крака, скок-кълбо. Изправяне с подскок и ½ обръщане с ръце горе.	2,0	При изпълнение на едно упражнение - 1,0 Скок-кълбо със сгънато тяло - 0,5	Естетически и стилни грешки – по Правилник
3. Крачка с ляв/десен крак, стояща везна – задържане 2 секунди	0,8	Задържане на везната 1 сек 0,4	Естетически и стилни грешки – по Правилник
4. Изправяне до основен стоеж. Затичване, странично колело, странично колело. <sup>1</sup> / <sub>4</sub> обръщане до основен стоеж.	1,2	Нарушаване на темпото или правата линия на изпълнение - 0,5	Естетически и стилни грешки – по Правилник
5. Кълбо назад през обтегнати крака до разкрачен стоеж – водоравен наклон, ръце в страни. Поставяне ръцете на земята, челна стойка – задържане 2 сек.	1,2	Задържане челната стойка 1 сек. – 0,6	Естетически и стилни грешки – по Правилник
6. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосване с гърди пода, ръце горе. Изправяне до десен/ляв шпагат, ръце в страни горе.	0,5		Висок шпагат – 0,2  Естетически и стилни грешки – по Правилник
7. Поставяне ръце в ляво/дясно на пода, задмят с десен/ ляв крак до опора. Подскок до клекнала опора. Скок с ¼ обръщане до стоеж – ръце в страни горе	0,5		Естетически и стилни грешки – по Правилник
8. Стояща везна с хванат ляв/десен крак в страни, задържане 2 сек.	0,8	Задържане <b>1</b> сек. — <b>0,4</b>	Стъпалото под нивото на главата - 0,2 Естетически и стилни грешки – по Правилник
9. Затичване, кръгомно премятане, задно премятане, скок с ръце горе. Приземяване с ръце в страни горе.	2,0	При неизпълнение на едно упражнение - 1,0 Нарушаване на темпото или правата линия на изпълнение - 0,5	Естетически и стилни грешки – по Правилник

#### Кон с гривни

#### 2025 г.

#### МОМЧЕТА МЛАДША ВЪЗРАСТ – до 10 год.

9,8 + 0,2 за приземяване без опора на коня.	стойност	Намаления Жури "D"	Намаления Жури "Е"
1. Подскок до опора, предмят с ляв крак, задмят с ляв крак.	1,5	Глезените под нивото на главата — по 0,1 Глезените под нивото на рамото — по 0,3	
<b>2.</b> Предмят с десен крак, задмят с десен крак.	1,5	Глезените под нивото на главата — по 0,1 Глезените под нивото на рамото — по 0,3	
<b>3.</b> Предмят с ляв крак, задмят с ляв крак.	1,5	Глезените под нивото на главата — по 0,1 Глезените под нивото на рамото — по 0,3	Естетически и стилни
<b>4.</b> Предмят с десен крак, задмят с десен крак.	1,5	Глезените под нивото на главата — по 0,1 Глезените под нивото на рамото — по 0,3	грешки – по Правилник
<b>5.</b> Предмят с ляв крак, предмят с десен крак, задмят с ляв крак, задмят с десен крак.	1,8	Глезените под нивото на главата — по 0,1 Глезените под нивото на рамото — по 0,3	
<b>6.</b> Предмят с ляв крак, предмят с десен крак и отскок двоен задмят до стоеж с лице към коня – ръце в страни.	2,0	С опора на коня — 0,5	

#### ГЪБА

#### ЗАДЪЛЖИТЕЛНА ПРОГРАМА МОМЧЕТА МЛАДША ВЪЗРАСТ – до 10 год. 2025 г.

- 1. Гъба височина 40см диаметър 60см върху повърхността се обозначават две успоредни ивици от лейкопласт на 40см една от друга. Оценката се прибавя към оценката на кон с гривни и средната оценка се нанася като оценка на кон с гривни.
- 2. Кръгове със събрани крака от 1 до 6х1.50т всеки и завършват с (вид) отскок (тилен или лицев) 1.0т общо 10.00т
- 3. Жури D признава кръговете ако гимнастика поставя ръцете си върху двете ивици в противен случай не ги признава или намаля началната оценка ако гимнастика направи по-малко кръгове.
- 4. Жури E оценява кръговете по правилата на FIG. Оценява се от 10.00т

Малка грешка – 0.1т

Средна грешка – 0.3т

Голяма грешка – 0.5т

Допиране – 0.3т Удряне – 0.5т

Падане – 1.00т

#### <u>Халки</u> <u>2025 г.</u> МОМЧЕТА МЛАДША ВЪЗРАСТ – до 10 год.

9,8 + 0,2 за приземяване	стойност	Намаления Жури "D"	Намаления Жури "Е"
<ol> <li>От вис – повдигане на краката до ъгъл във вис.</li> <li>Задържане 2 сек.</li> </ol>	2,0	Задържане <b>1</b> сек. — <b>1,0</b> Краката под нивото на хоризонтала — <b>0,5</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
2. Задмах – предмах – задмах.	1,5	Задмах на хоризонтала — няма намаление До 30° - 0.1 т. От 30° до 45° - 0.3 т. Под 45° - 0.5 т.	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>3.</b> Предмах до обърнат вис. Задържане <b>2</b> сек.	1,5	Повдигане до обърнат вис със сгънато тяло — 0,5 Задържане 1 сек. — 0,7	Естетически и стилни грешки – по Правилник
4. Склопен вис - Задържане 2 сек.	1,0	Задържане 1 сек. — <b>0,5</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>5.</b> Спадане до тилен вис с обтегнато тяло - подчертаване	0,8	Изпълнение със сгънато тяло - 0,4	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>6.</b> Задмах – предмах - задмах	1,5	Предмах на хоризонтала — няма намаление До 30° - 0.1 т. От 30° до 45° - 0.3 т. Под 45° - 0.5 т.	Естетически и стилни грешки – по Правилник
7. При предмаха – отскок свито задно превъртане	1.5	Изпълнение на отскока под нивото на халките — <b>0,5</b> Пускане на халките след вертикала — <b>1,0</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник

# <u>Прескок</u> <u>2025 г.</u> МОМЧЕТА МЛАДША ВЪЗРАСТ – до 10 год.

4,8/9,8 + 0,2 за приземяване. Кон с височина 110 см. От два трамплина.	стойност	Намаления Жури "D" г	Намаления Жури "Е"
1. Премятане	9,8	Липса на летежна фаза във втората част 1,0 Липса на отблъскване от масата – 1,0	Естетически и стилни грешки – по Правилник
2.Опорен прескок със свито, сгънато тяло или със разтворени крака	4,8	Липса на летежна фаза         в първата част       - 0,5         Липса на летежна фаза         в втората част       - 1,0         Липса на отблъскване от масата       - 1,0	Естетически и стилни грешки – по Правилник

### **Успоредка** <u>2025 г.</u> МОМЧЕТА МЛАДША ВЪЗРАСТ – до 10 год.

9,8 + 0,2 за приземяване	Намаления Жури "D" стойност			Намаления Жури "Е"
1. От вис, камшичен мах, подмах, задмах, предмах, задмах, предмах склопка до ъгъл в опора.	2,0	Тазът на нивото на брустовете	- 0.0 - 0.3	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>2.</b> Ъгъл в опора – задържане <b>2</b> сек.	1,0	Краката под хоризонтала Задържане на ъгъл 1 сек.	- 0,3 - 0,5	Естетически и стилни грешки – по Правилник
3. Разтваряне на краката до разкрачен седеж, прехващане на ръцете, повдигане до разкрачен ъгъл - задържане 2 сек.	1,0	Краката под хоризонтала Задържане на ъгъл 1 сек.	- 0,3 - 0,5	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>4.</b> Силово повдигане и събиране на краката на нивото на рамената	1,0	Под нивото на рамената	- 0,5	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>5.</b> Предмах – задмах на нивото на рамената	1,4	задмах До стойка в рамките на 15°- <b>0.0</b>		Естетически и стилни
<b>6.</b> Предмах –задмах, минимум на нивото на рамената	1,4	От 15 ° до 45° От 45 ° до нивото на рамената Под рамената предмах -Тазът на нивото на рамената - Под нивото на рамената	- 0.1 - 0.3 - 0.5 - 0.0 - 0.3	грешки – по Правилник
7. Предмах и при задмах лицев отскок, краката на 45 градуса до основен стоеж, ръце в страни горе.	2,0	Отскок под 45 градуса	- 0,5	Естетически и стилни грешки – по Правилник

# Висилка 2025 г. МОМЧЕТА МЛАДША ВЪЗРАСТ – до 10 год.

9,8 + 0,2 за приземяване	стой	Намаления Жури "D" ност	Намаления Жури "Е"
1. От вис в надхват — набиране и задно коремно възлизане до опора.	2,0	Нарушаване темпото на изпълнение – <b>0,5</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
2. Задмах в опора, минимум на нивото на рамената и задно коремно въртене	3,0	До стойка в рамките на 45°       - 0.0         От 45° до нивото на рамената       - 0.3         Под рамената       - 0.5         Задно коремно въртене със сгънато тяло       - 0.3	Естетически и стилни грешки – по Правилник
3. Подмах – задмах във вис,	1,5	Подмах със сгънато тяло Задмах на хоризонтала – <b>няма намаление</b> До 30° От 30° до 45° Под 45° От 30° до 55 т.	
<b>4.</b> Предмах – задмах във вис,	1,5	Предмах на хоризонтала — <b>няма намаление</b> До 30° — <b>0.1 т.</b> От 30° до 45° — <b>0.3 т.</b> Под 45° — <b>0.5 т.</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
5. Предмах, задмах и отскок с приземяване с лице към висилката до основен стоеж, ръце в страни горе.	1,8	Отскок под хоризонтала – 0.5т.	

#### ЗАДЪЛЖИТЕЛНА ПРОГРАМА МОМЧЕТА СТАРША ВЪЗРАСТ – до 12 год. 2025 г.

## <u>Земна гимнастика</u> <u>2025 г.</u> МОМЧЕТА СТАРША ВЪЗРАСТ – до 12 год.

1. От стоеж – скок с 1/1 обрыщане, с рыце обтегнати горе. Приземяване рыце в страни.   2. Затичване, премятане на два крака, скок - кълбо, хореографски подскок на 180°   1,2	
1. От стоеж – скок с 1/1 обръщане, с рыце обтегнати горе. Приземяване - рыце в страни.         стойност         Непълно обръщане         − 0,3         Естетически и стилни грешки – по Правилн грешки – о, з грешки – о, з грешки – о, з грешки – о от стем грешки – о о	,8 + 0,2 за приземяване
ръще обтегнати горе. Приземяване - рые в страни.   2. Затичване, премятане на два кража, скок - кълбо, хореографски подскок на 180°   3. Засилване, превъртане   0,8	
ръще обтегнати горе. Приземяване - рьще в страни.  2. Затичване, премятане на два крака, скок - кълбо, хореографски подскок на 180°  3. Засилване, превъртане  4. Изправяне с подскок и '4 обръщане с ръще горе / страна CD/. Задно премятане до стоеж, рьще горе. Задно спадане с обтегнати крака, кълбо назад до стойка. Поставяне десен/ляв крак назад. Стояща везна — задържане 2 сек.  5. Изправяне с '8 обръщане до стоеж – рьце горе и изнесен десен/ляв крак назад. Стояща везна — задържане 2 сек.  6. Изправяне с 1/8 обръщане до стоеж / към ьтъл А/ - обръщане на дясно/ляво, рыце в страни горе. Снемане ръцете през назад до долу, темпов подскок, странично колело, ум обръщане на лясно/ляво, рыце в страни. Водоравен наклон, силово повдиляне на дясно/ляво до разкрачен стоеж — ръще горем.  7. Лицев кръг с лява/дясна ръка с '4 обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж — ръще в страни. Водоравен наклон, силово повдиляне с разтворени крака до стойка — задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, накласа до додържане по по правилни грешки —	г стоеж – скок с 1/1 обръщане, с
Скок - кълбо със сгънато тяло - 0,5 дипса на едно от упр.   - 0,4	
2. Затичване, премятане на два крака, скок - кълбо, хореографски подскок на 180°       1,2       Скок - кълбо със сгънато тяло -0,5 Дипса на едно от упр. −0,4       Естетически и стилни грешки – по Правилни грешки – по Пра	
крака, скок - кълоо, хореографски подскок и 180°       1,2       Липса на едно от упр.       − 0,4       грешки – по Правилни гре	
3. Засилване, превъртане  0,8 При приземяване без крака не се признава упражнението -1,0 Грешки – по Правилни гр	а, скок - кълбо, хореографски
4. Изправяне с подскок и ¼ обрыщане с ръце горе / страна СD/. Задно премятане до стоеж, ръце горе. Задно спадане с обтегнати крака, кълбо назад до стойка. Поставяне десен/ляв крак на пода − ляв/десен крак горе.  5. Изправяне с ½ обръщане до стоеж − ръце горе и изнесен десен/ляв крак назад. Стояща везна − задържане 2 сек.  6. Изправяне с 1/8 обръщане до стоеж / към ъгъл А/ - обръщане на дясно/ляво, ръце в страни горе. Снемане ръцете през назад до долу, темпов подскок, странично колело, ¼ обръщане на ляво/дясно, скок − кълбо, челно премятане до стоеж − ръце горе.  7. Лицев кръг с лява/дясна ръка с ¼ обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж − ръце в страни. Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка − задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докусвяне с търли полз	кок на 180°
4. Изправяне с подскок и ¼ обръщане с ръце горе / страна СD/. Задно премятане до стоеж, рьце горе. Задно спадане с обтегнати крака, кълбо назад до стойка. Поставяне десен/ляв крак на пода – ляв/десен крак горе.  5. Изправяне с ½ обръщане до стоеж – ръце горе и изнесен десен/ляв крак назад. Стояща везна — задържане 2 сек.  6. Изправяне с 1/8 обръщане до стоеж / към ъгъъ А/ - обръщане на дясно/ляво, ръце в страни горе. Снемане ръцете през назад до долу, темпов подскок, странично колело, ¼ обръщане на ляво/дясно, скок – кълбо, челно премятане до стоеж – ръце горе.  7. Лицев кръг с лява/дясна ръка с ¼ обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж — ръце в страни. Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка – задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен сдеж, наклон – докусвяне с търли пода	силване, превъртане
обръщане с ръще горе / страна CD/. Задно премятане до стоеж, ръще горе. Задно спадане с обтегнати крака, кълбо назад до стойка. Поставяне десен/ляв крак на пода – ляв/десен крак горе.  5. Изправяне с ½ обръщане до стоеж – ръще горе и изнесен десен/ляв крак назад. Стояща везна – задържане 2 сек.  6. Изправяне с 1/8 обръщане до стоеж / към ъгъл А/ - обръщане на дясно/ляво, ръще в страни горе. Снемане ръщете през назад до долу, темпов подскок, странично колело, ум обръщане на ляво/дясно, скок – кълбо, челно премятане до стоеж – ръще горе.  7. Лищев крыг с лява/дясна ръка с ½ обръщане на дясно/ляво до дазкрачен стоеж – ръще в страни. Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка – задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – покровяне с търли пода с датържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – покровяне с търли пода с датържане 2 сърли пода с датъ	-
обръщане с ръще горе / страна CD/. Задно премятане до стоеж, ръще горе. Задно спадане с обтегнати крака, кълбо назад до стойка. Поставяне десен/ляв крак на пода – ляв/десен крак горе.  5. Изправяне с ½ обръщане до стоеж – ръще горе и изнесен десен/ляв крак назад. Стояща везна – задържане 2 сек.  6. Изправяне с 1/8 обръщане до стоеж / към ъгъл А/ - обръщане на дясно/ляво, ръще в страни горе. Снемане ръщете през назад до долу, темпов подскок, странично колело, ¼ обръщане на ляво/дясно, скок – кълбо, челно премятане до стоеж – ръще горе.  7. Лицев кръг с лява/дясна ръка с ¼ обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж – ръще в страни. Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка – задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосвяче с гълни по по Правилни грешки – по Пр	вправяне с подскок и ¼
горе. Задно спадане с обтетнати крака, кълбо назад до стойка. Поставяне десен/ляв крак на пода — ляв/десен крак горе.  5. Изправяне с ½ обръщане до стоеж – ръце горе и изнесен десен/ляв крак назад. Стояща везна — задържане 2 сек.  6. Изправяне с 1/8 обръщане до стоеж / към ъгъл А/ - обръщане на дясно/ляво, ръце в страни горе. Снемане ръцете през назад до долу, темпов подскок, странично колело, ¼ обръщане на ляво/дясно, скок — кълбо, челно премятане до стоеж – ръце горе.  7. Лицев кръг с лява/дясна ръка с ¼ обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж — ръце в страни. Водоравен наклон, силово повдитане с разтворени крака до стойка — задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон — докосване с гълди пола договане с гълди пола догова догова дълди пола догова дълди пола догова дъл	
горе. Задно спадане с обтетнати крака, кълбо назад до стойка. Поставяне десен/ляв крак на пода – ляв/десен крак горе.  5. Изправяне с ½ обръщане до стоеж – ръце горе и изнесен десен/ляв крак назад. Стояща везна – задържане 2 сек.  6. Изправяне с 1/8 обръщане до стоеж / към ъгъл А/ - обръщане на дясно/ляво, ръце в страни горе. Снемане ръцете през назад до долу, темпов подскок, странично колело, ¼ обръщане на ляво/дясно, скок – кълбо, челно премятане до стоеж – ръце горе.  7. Лицев кръг с лява/дясна ръка с ¼ обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж – ръце в страни. Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка – задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосване с гърди пола до стойка – задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосване с гърди пола до стойка – задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосване с гърди пола до стойка – задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосване с гърди пола до стойка – задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосване с гърди пола достойка – задържане 2 сек.  9. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосване с гърди пола достойка – задържане 2 сек.  9. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосване с гърди пола достойка – задържане 2 сек.  9. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосване с гърди пола достойка – задържане 2 сек.	о премятане до стоеж, ръце
крака, кълбо назад до стойка. Поставяне десен/ляв крак на пода – ляв/десен крак горе.  5. Изправяне с ½ обръщане до стоеж – ръце горе и изнесен десен/ляв крак назад. Стояща везна — задържане 2 сек.  6. Изправяне с 1/8 обръщане до стоеж / към ъгъл А/ - обръщане на дясно/ляво, ръце в страни горе. Снемане ръцете през назад до долу, темпов подскок, странично колело, ¼ обръщане на ляво/дясно, скок – кълбо, челно премятане до стоеж – ръце горе.  7. Лицев кръг с лява/дясна ръка с ¼ обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж – ръце в страни. Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка – задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосване с гърди пола	
Поставяне десен/ляв крак на пода — ляв/десен крак горе.  5. Изправяне с ½ обръщане до стоеж — ръце горе и изнесен десен/ляв крак назад. Стояща везна — задържане 2 сек.  6. Изправяне с 1/8 обръщане до стоеж / към ъгъл А/ - обръщане на дясно/ляво, ръце в страни горе.  Снемане ръцете през назад до долу, темпов подскок, странично колело, ¼ обръщане на ляво/дясно, скок — кълбо, челно премятане до стоеж — ръце горе.  7. Лищев кръг с лява/дясна ръка с ¼ обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж — ръце в страни. Водоравен наклон, силово повдитане с разтворени крака до стойка — задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон — докосване с сърли пода	
ляв/десен крак горе.       5. Изправяне с ½ обръщане до стоеж – ръце горе и изнесен десен/ляв крак назад. Стояща везна дадържане 2 сек.       0,8       Задържане на везна 1 сек. − 0,4       Естетически и стилни грешки – по Правилни гр	
5. Изправяне с ½ обръщане до стоеж – ръце горе и изнесен десен/ляв крак назад. Стояща везна — задържане 2 сек.       0,8       Задържане на везна 1 сек. — 0,4       Естетически и стилни грешки — по Правилни темповия подскок — 0,3 Допълнителна крачка преди темповия подскок — 0,3 Допълнителна крачка преди темповия подскок — 0,3 Скок — кълбо със сгънато тяло — 0,3 Челно премятане със свити крака — 0,3       Естетически и стилни грешки — по Правилни грешки — по Прави грешки — по Прави грешки — по Прави грешки — по Прави грешки	-
одения в раце горе и изнесен десен/ляв крак назад. Стояща везна — задържане 2 сек.  6. Изправяне с 1/8 обръщане до стоеж / към ъгъл А/ - обръщане на дясно/ляво, ръце в страни горе. Снемане ръцете през назад до долу, темпов подскок, странично колело, ¼ обръщане на ляво/дясно, скок – кълбо, челно премятане до стоеж – ръце горе.  7. Лицев кръг с лява/дясна ръка с ¼ обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж – ръце в страни. Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка – задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосване с търди пода	
десен/ляв крак назад. Стояща везна	
— задържане 2 сек.  6. Изправяне с 1/8 обръщане до стоеж /към ъгъл А/ - обръщане на дясно/ляво, ръце в страни горе. Снемане ръцете през назад до долу, темпов подскок, странично колело, ¼ обръщане на ляво/дясно, скок − кълбо, челно премятане до стоеж − ръце горе.  7. Лицев кръг с лява/дясна ръка с ¼ обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж − ръце в страни. Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка − задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосране с търди пода	
6. Изправяне с 1/8 обръщане до стоеж /към ъгъл А/ - обръщане на дясно/ляво, ръце в страни горе. Снемане ръцете през назад до долу, темпов подскок, странично колело, ¼ обръщане на ляво/дясно, скок – кълбо, челно премятане до стоеж – ръце горе.       1,0       Допълнителна крачка преди темповия подскок — 0,3 Скок – кълбо със сгънато тяло — 0,3 Челно премятане със свити крака — 0,3       Естетически и стилни грешки – по Правилни грешки – по Прави	
тоеж /към ъгъл А/ - обръщане на дясно/ляво, ръце в страни горе.  Снемане ръцете през назад до долу, темпов подскок, странично колело, ¼ обръщане на ляво/дясно, скок − кълбо, челно премятане до стоеж − ръце горе.  7. Лицев кръг с лява/дясна ръка с ¼ обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж − ръце в страни. Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка − задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон − докосване с гърди пода	
дясно/ляво, ръце в страни горе. Снемане ръцете през назад до долу, темпов подскок, странично колело, ¼ обръщане на ляво/дясно, скок – кълбо, челно премятане до стоеж – ръце горе.  7. Лицев кръг с лява/дясна ръка с ¼ обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж – ръце в страни. Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка – задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосване с гърди пода	
Снемане ръцете през назад до долу, темпов подскок, странично колело, ¼ обръщане на ляво/дясно, скок — кълбо, челно премятане до стоеж — ръце горе.  7. Лицев кръг с лява/дясна ръка с ¼ обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж — ръце в страни. Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка — задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон — докосване с гърди пода	
темпов подскок, странично колело, 1/4 обръщане на ляво/дясно, скок — кълбо, челно премятане до стоеж — ръце горе.  7. Лицев кръг с лява/дясна ръка с 1/4 обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж — ръце в страни. Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка — задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон — докосване с гърди пода	
1/4 обръщане на ляво/дясно, скок – кълбо, челно премятане до стоеж – ръце горе.       1300       -0,3         7. Лицев кръг с лява/дясна ръка с 1/4 обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж – ръце в страни. Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка – задържане 2 сек.       3адържане 1 сек.       -0,7         8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосване с сърди пода       Висок шпагат         0 2.	
кълбо, челно премятане до стоеж – ръце горе.  7. Лицев кръг с лява/дясна ръка с ¼ обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж – ръце в страни. Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка – задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосване с сърди пода	
ръще горе.  7. Лицев кръг с лява/дясна ръка с ¼ обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж – ръце в страни. Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка – задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосване с сърди пода	
7. Лицев кръг с лява/дясна ръка с ¼ обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж – ръце в страни. Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка – задържане 2 сек.  1,5  Задържане 1 сек. – 0,7  Естетически и стилни грешки – по Правилни в повдигане с разтворени крака до стойка – задържане 2 сек.  В. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосване с гърди пода	•
обръщане на дясно/ляво до разкрачен стоеж – ръце в страни. Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка – задържане 2 сек.  1,5  Задържане 1 сек. — 0,7  Естетически и стилни грешки – по Правилни по Правилни в прешки – по Правилни по Прави по Правилни по Правилни по Правилни по Правилни по Правилни	
разкрачен стоеж – ръце в страни. Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка – задържане 2 сек.  1,5  Задържане 1 сек.  -0,7  Естетически и стилни грешки – по Правилні верхини – по Правилні верхини – по Правилні верхини – покосване с страни пода	
Водоравен наклон, силово повдигане с разтворени крака до стойка – задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосване с гърди пода	
повдигане с разтворени крака до стойка – задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, висок шпагат од 2	
стойка – задържане 2 сек.  8. Кълбо до разкрачен седеж, наклон – докосване с гърди пода	•
8. Кълбо до разкрачен седеж,	
наклон — локосване с гърди пода	
1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	
ръце горе. Изправяне до десен/ляв 0,4 Естетически и стилни	
шпагат, ръце в страни горе.	
9. Поставяне ръце в ляво/дясно на	
пола запмят с песен/пяр крак по	
опора полскок до клекнала опора	
Скок с ¼ обръщане до стоеж - ръце	
в страни горе.	-
Стъпалото под ниво	1
10. Стоянна верна с пяр/песен кран в	Стояща везна с ляв/десен кран в
страни - задържане 2 сек. 0,8 Задържане 1 сек 0,4 на главата 0,2 Естетически и сти.	
грешки – по Правилні	· · · · ·
11. Затичване, кръгомно премятане, Свито или сгънато задно Липса на височина	затичване, кръгомно премятане.
DO HIGH THOMASTON A DO HIGH OF THE PROPERTY AND THE PROPERTY OF THE PROPERTY O	
превъртане с 1/1 обръщане до стоеж  2,0 При неизпълнение на  Естетически и стилни	
<ul> <li>– ръце в страни горе</li> <li>едно упражнение</li> <li>- 1,0</li> <li>грешки – по Правилни</li> </ul>	_

#### Земна гимнастика

### <u>2025 г.</u> МОМЧЕТА СТАРША ВЪЗРАСТ – до 12 год.

МОМЧЕТА СТАРША ВЪЗРАСТ – ДО 12 ГОД.			
0.0 . 0.2		Намаления	Намаления
9,0 + 0,2 за приземяване		Жури "D"	Жури "Е"
	стой		
1. От стоеж – скок с 1/1 обръщане, с		Непълно обръщане – 0,3	Естетически и стилни
ръце обтегнати горе. Приземяване-	0,5		грешки – по Правилник
ръце в страни.			
2. Затичване, , премятане на два		Скок - кълбо със сгънато тяло	Естетически и стилни
крака, скок - кълбо, хореографски	1,2	- 0,5	грешки – по Правилник
подскок на 180°	,	Липса на едно от упр. $-0.4$	
3. Засилване, превъртане		При приземяване без крака не се	Естетически и стилни
et sweimieume, np ez ap rume	0,8	признава упражнението - 1,0	грешки – по Правилник
4. Изправяне с подскок и ¼		признава упражнението 2,0	трешки пе правилик
обръщане с ръце горе / страна СД/.		Липса на едно от упр. — <b>0,4</b>	
Задно премятане до стоеж, ръце		линеа на едно от упр. — <b>0,4</b>	
горе. Задно спадане с обтегнати	0,8		Естетически и стилни
	0,0		грешки – по Правилник
крака, кълбо назад до стойка.			
Поставяне десен/ляв крак на пода –			
ляв/десен крак горе.			
5. Изправяне с ½ обръщане до			_
стоеж – ръце горе и изнесен	0,8	Задържане на везна $1$ сек. $-0,4$	Естетически и стилни
десен/ляв крак назад. Стояща везна	0,0		грешки – по Правилник
<ul><li>– задържане 2 сек.</li></ul>			
6. Изправяне с 1/8 обръщане до		Липса на едно от упр. <b>– 0,3</b>	
стоеж /към ъгъл $A$ / - обръщане на		Допълнителна крачка преди	
дясно/ляво, ръце в страни горе.		темповия подскок $-0,3$	
Снемане ръцете през назад до долу,	1,0	Скок – кълбо със сгънато	Естетически и стилни
темпов подскок, странично колело,	1,0		грешки – по Правилник
1/4 обръщане на ляво/дясно, скок –		тяло - 0,3	
кълбо, челно премятане до стоеж –		Челно премятане със	
ръце горе.		свити крака - 0,3	
7. Лицев кръг с лява/дясна ръка с 1/4			
обръщане на дясно/ляво до			
разкрачен стоеж – ръце в страни.		Задържане <b>1</b> сек. — <b>0,7</b>	Естетически и стилни
Водоравен наклон, силово	1,5	, , <u>, , , , , , , , , , , , , , , , , </u>	грешки – по Правилник
повдигане с разтворени крака до			1
стойка – задържане 2 сек.			
8. Кълбо до разкрачен седеж,	t		_
наклон – докосване с гърди пода,			Висок шпагат - 0,2
ръце горе. Изправяне до десен/ляв	0,4		Естетически и стилни
шпагат, ръце в страни горе.			грешки – по Правилник
9. Поставяне ръце в ляво/дясно на	<del>                                     </del>		
пода, задмят с десен/ляв крак до			
опора, подскок до клекнала опора.			Естетически и стилни
Скок с <sup>1</sup> / <sub>4</sub> обръщане до стоеж - ръце			грешки – по Правилник
1			
в страни горе.			Ста по пото на
10. C		2	Стъпалото под нивото
10. Стояща везна с ляв/десен кран в	0,8	Задържане <b>1</b> сек. — <b>0,4</b>	на главата - 0,2
страни - задържане 2 сек.			Естетически и стилни
11.0			грешки – по Правилник
11. Затичване, кръгомно премятане,		Свито или сгънато задно	
задно премятане, задно обтегнато	ا	превъртане - 0,5	Липса на височина -0,3
превъртане до стоеж – ръце в	1,2	При неизпълнение на	Естетически и стилни
страни горе		едно упражнение - 1,0	грешки – по Правилник

# <u>Кон с гривни</u> 2025 г. МОМЧЕТА СТАРША ВЪЗРАСТ – до 12 год.

Съчетание с начална оценка 9,8 + 0,2 за приземяване без опора на коня	стойно	Намаления Жури "D" ост	Намаления Жури "Е"
1. От стоеж – два напречни кръга, качване върху гривните с <sup>3</sup> / <sub>4</sub> обръщане до ездачна опора – ляв крак отпред.	2,0	Изпълнение на един кръг – 1,0	Естетически и стилни грешки – по Правилник
2. Предмят с десен крак, задмят с ляв крак, задмят с десен крак.	0,8	Глезените под нивото на главата — по 0,1 Глезените под нивото на рамото — по 0,3	Естетически и стилни грешки – по Правилник
3. Ножица в дясно.	2,0	При ножицата коляното на маховия крак под нивото на рамото $-0.3$	Естетически и стилни грешки – по Правилник
4. Ножица в ляво.	2,0	При ножицата коляното на маховия крак под нивото на рамото $-0.3$	Естетически и стилни грешки – по Правилник
5. Предмят с десен крак, задмят с ляв крак, задмят с десен крак.	0,5	Глезените под нивото на главата — по 0,1 Глезените под нивото на рамото — по 0,3	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>6.</b> Предмят с ляв крак, предмят с десен крак	0,5	Глезените под нивото на главата — по 0.1 Глезените под нивото на рамото — по 0,3	Естетически и стилни грешки – по Правилник
7. Отскок – двоен задмят с ¼ обръщане до напречен стоеж – ръце в страни горе.	2,0	Сгънато тяло	Естетически и стилни грешки – по Правилник

### Кон с гривни

### **2025 г.**МОМЧЕТА СТАРША ВЪЗРАСТ – до 12 год.

Съчетание с начална оценка 9,8 + 0,2 за приземяване без опора на коня		Намаления Жури "D"	Намаления Жури "Е"
	стойно		<b>, p</b>
<b>1.</b> Подскок до опора на коня – два и 3/4 надлъжни кръга на гривните до тилна опора.	2,0	Изпълнение на един кръг – 1,0	Естетически и стилни грешки – по Правилник
2. Задмят с ляв крак, задмят с десен крак.	0,8	Глезените под нивото на главата — по 0,3 Глезените под нивото на рамото — по 0,3	Естетически и стилни грешки – по Правилник
3. Ножица в дясно.	2,0	При ножицата коляното на маховия крак под нивото на рамото $-0,3$	Естетически и стилни грешки – по Правилник
4. Ножица в ляво.	2,0	При ножицата коляното на маховия крак под нивото на рамото $-0,3$	Естетически и стилни грешки – по Правилник
5. Предмят с десен крак, задмят с ляв крак, задмят с десен крак.	0,5	Глезените под нивото на главата — по 0,3 Глезените под нивото на рамото — по 0,3	Естетически и стилни грешки – по Правилник
6. Предмят с ляв крак, предмят с десен крак	0,5	Глезените под нивото на главата – по 0.1 Глезените под нивото на рамото – по 0,3	Естетически и стилни грешки – по Правилник
7. Отскок – двоен задмят с ¼ обръщане до напречен стоеж – ръце в страни горе.	2,0	Сгънато тяло -0,5	Естетически и стилни грешки – по Правилник

#### Кон с гривни

#### <u>2025 г.</u>

#### МОМЧЕТА СТАРША ВЪЗРАСТ – до 12 год.

Съчетание с начална оценка 9,0 + 0,2 за приземяване без опора на коня	стойно	Намаления Жури "D" эст	Намаления Жури "Е"
1. От стоеж – подскок до опора, предмят с ляв крак, ножица в дясно	2,5	При ножицата коляното на маховия крак под нивото на рамото $-0.3$	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>2.</b> Ножица в ляво.	2.5	При ножицата коляното на маховия крак под нивото на рамото $-0.3$	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>3.</b> Предмят с десен крак, задмят с ляв крак, задмят с десен крак.	1,0	Глезените под нивото на главата — по 0.1 Глезените под нивото на рамото — по 0,3	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>4.</b> Предмят с ляв крак, предмят с десен крак	1,0	Глезените под нивото на главата — по 0.1 Глезените под нивото на рамото — по 0,3	Естетически и стилни грешки – по Правилник
5. Отскок – двоен задмят с ¼ обръщане до напречен стоеж – ръце в страни горе	2,0	Сгънато тяло — <b>0.5</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник

#### ГЪБА

#### ЗАДЪЛЖИТЕЛНА ПРОГРАМА МОМЧЕТА СТАРША ВЪЗРАСТ – до 12 год. 2025 г.

- 1. Гъба височина 40 см. диаметър 60 см. върху повърхността се обозначават две успоредни ивици от лейкопласт на 40 см. една от друга. Оценката се прибавя към оценката на кон с гривни и средната оценка се нанася като оценка на кон с гривни.
- 2. Кръгове със събрани крака от 1 до 4 х 1.00 т. всеки и 2-чешки винтове (лицеви винтове) х 1.50 т. всеки, 2-противохода с  $\frac{1}{2}$  обръщане х 1.0 т. и завършват с (вид) отскок (тилен или лицев) х 1.0 т. Ако гимнастика изпълни всички изисквания D ще е 10.0 т., а E от 10.0 т.
- 3. Жури D признава кръговете и чешките винтове (лицеви винтове), ако гимнастика поставя ръцете си върху двете ивици, в противен случай не ги признава.
- 4. Подредбата на упражненията в съчетанието на гъбата може да се интерпретира по усмотрение на треньора.
- 5. Жури E оценява кръговете по правилата на FIG.

Малка грешка – 0.1 т.

Средна грешка – 0.3 т.

Голяма грешка – 0.5 т.

Допиране -0.3 т.

**У**дряне – **0.5** т.

Падане – 1.00 т.

### <u>Халки</u> <u>2025 г.</u>

9,0 + 0,2 за приземяване	стойно	Намаления Жури "D" ост	Намаления Жури "Е"
1. От вис, с помощ възлизане до опора, ъгъл в опора – задържане 2 сек.	1,5	Задържане 1 сек.       - 0.7         Ъгъл в опора със свити ръце       - 0.3	Естетически и стилни грешки – по Правилник
2. Бавно спадане с обтегнато тяло до обърнат вис.		Спадане със сгънато тяло – 0.5	
3. Бавно спадане с обт. тяло през тилна везна — задържане - 2сек. до тилен вис.	1,5	Задържане <b>1</b> сек — <b>0.7</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
4. Задмах, раменно въртене	2,0	Махове на хоризонтала —  — няма намаление До 30° — 0.1 т. От 30° до 45° — 0.3 т. Под 45° — 0.5 т. Раменно въртене: раменете под нивото на халките раменете във висово положение със сгънато∖ свито тяло — 0.5	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>5.</b> Задмах, предмах, задно раменно въртене	2,0	Махове на хоризонтала — няма намаление До 30° — 0.1 т. От 30° до 45° — 0.3 т. Под 45° — 0.5 т. Раменно въртене: раменете под нивото на халките раменете във висово положение със сгънато∖ свито тяло — 0.5	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>6.</b> Предмах, задно обтегнато превъртане	2,0	Пускане на халките след вертикала — 1.0 Отскок под нивото на халките — 0.5 Свито или сгънато задно превъртане —1.0	Естетически и стилни грешки – по Правилник

### <u>Халки</u> 2025 г.

9,8 + 0,2 за приземяване	стойно	Намаления Жури "D" ост	Намаления Жури "Е"
1. От вис, бавно раменно въртене до склопен вис /Миникели/	0,8	Изпълнение с мах – 0,3	Естетически и стилни грешки – по Правилник
2. Задмах, раменно въртене	1,5	Махове на хоризонтала — <b>няма намаление</b> До 30° - 0.1 т. От 30° до 45° - 0.3 т. Под 45° - 0.5 т. Раменно въртене : раменете под нивото на халките - 0,3 със сгънато\ свито тяло - 0.5	Естетически и стилни грешки – по Правилник
3. Задмах, задна залупка до ъгъл в опора - задържане 2 сек.	2,5	Задържане 1 сек.       - 0,5         Ъгъл в опора със свити ръце       - 0,3	Естетически и стилни грешки – по Правилник
4.Бавно спадане до обърнат вис	0,8	Спадане със сгънато тяло – 0,5	
5.Бавно спадане с обт. тяло през тилна везна — задържане - 2сек. до тилен вис.	1,5	Задържане <b>1</b> сек. — <b>0,8</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>6.</b> Задмах, предмах, задно раменно въртене	1,5	Махове на хоризонтала — <b>няма намаление</b> До 30° — 0.1 т. От 30° до 45° — 0.3 т. Под 45° — 20.5 т. Раменно въртене: раменете под нивото на халките раменете във висово положение със сгънато\ свито тяло — 0.5	Естетически и стилни грешки – по Правилник
7. Предмах, задно обтегнато превъртане	2.0	Пускане на халките след вертикала $-1,0$ Отскок под нивото на халките $-0,5$ Свито или сгънато задно превъртане $-1,0$	Естетически и стилни грешки – по Правилник

### <u>Прескок</u> 2025 г.

Кон с височина 120 см. От два трамплина. Имат право на два опита – остава по-добрата оценка. Състезателите, които се състезават за шампионата (състезание С-III) изпълняват два прескока по ФИГ. За приземяване + 0,2

# Успоредка 2025 г. МОМЧЕТА СТАРША ВЪЗРАСТ – до 12 год.

9,8 + 0,2 за приземяване	Намаления Жури "D" стойност		Намаления Жури "Е"
1 От вис, камшичен мах, подмах, задмах, предмах, задмах, предмах склопка до опора	3,0	Задмах в мишничен вис под нивото на брустовете - 0,3 Тазът на нивото на брустовете - 0.0 Тазът под нивото на брустовете - 0.3	Естетически и стилни грешки – по Правилник
2. Задмах до външно разкрачен ъгъл и задържане- 2 сек.	1,0	Задмах под хоризонтала — <b>0,3</b> Задържане на ъгъл 1 сек. — <b>0,5</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
3. Силово повдигане до стойка и задържане-2сек.	1,0	Не задържане — 0,5 Задържане 1 сек. — 0,3	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<ul><li>4. Предмах, задмах до стойка</li><li>5. Предмах, задмах до стойка – задържане- 2 сек.</li></ul>	1,0	задмах До стойка в рамките на 15° - <b>0.0</b> От 15° до 45° - <b>0.1</b> От 45° до нивото на рамената - <b>0.3</b> Под рамената - <b>0.5</b> преддмах Тазът на нивото на рамената - <b>0.0</b> Под нивото на рамената - <b>0.3</b> Стойка задържане <b>1</b> сек <b>0,7</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>6.</b> Предмах, задмах, отскок – обтегнато превъртане или задно обтегнато превъртане	2,4	Изпълнение на задно свито или сгънато превъртане $-0.5$	Естетически и стилни грешки – по Правилник

# <u>Успоредка</u> <u>2025 г.</u> МОМЧЕТА СТАРША ВЪЗРАСТ – до 12 год.

9,0 + 0,2 за приземяване		Намаления Жури "D"	Намаления Жури "Е"
5,0 · 0,2 9a npn9e		ност	
1. От вис, камшичен мах, подмах, задмах, предмах, задмах, предмах склопка до опора	2.6	Тазът на нивото на брустовете - <b>0.0</b> Тазът под нивито на брустовете - <b>0.3</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
2. Задмах до външно разкрачен ъгъл - задържане 2 сек.	1,0	Задмах под хоризонтала — <b>0,3</b> Задържане на ъгъл 1 сек. — <b>0,5</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
3. Силово повдигане до стойка	1,0	До стойка в рамките на 30° - <b>0.0</b> От 30° до нивото на рамената - <b>0.3</b> Под рамената - <b>0.5</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
4. Предмах, задмах до стойка	1,0	предмах	
<b>5.</b> Предмах, задмах до стойка — задържане <b>2</b> сек.	1,4	До стойка в рамките на 15° - <b>0.0</b> От 15° до 45° - <b>0.1</b> От 45° до нивото на рамената - <b>0.3</b> Под рамената - <b>0.5</b> задмах Тазът на нивото на рамената - <b>0.0</b> Под нивото на рамената - <b>0.3</b> Стойка задържане <b>1</b> сек <b>0,7</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
6. Предмах, задмах, отскок — свито / сгънато превъртане или задно свито / сгънато превъртане	2,0		Естетически и стилни грешки – по Правилник

# Висилка 2025 г. МОМЧЕТА СТАРША ВЪЗРАСТ – до 12 год.

9,8 + 0,2 за приземяване	Намаления Жури "D" стойност		Намаления Жури "Е"
1. От вис в надхват – предмах, задмах.	СТОИНО	Cr	Естетически и стилни грешки – по Правилник
2. Предмах, склопка до опора, задмах.	2,5	До стойка в рамките на 45° - <b>0.0</b> От 45° до нивото на рамената - <b>0.3</b> Под рамената - <b>0.5</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>3.</b> Задно коремно въртене до стойка.	0,8	До стойка в рамките на 45° - <b>0.0</b> От 45° до нивото на рамената - <b>0.3</b> Под рамената - <b>0.5</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
4.Два въртежа в надхват преди / или след кръгомните предмахове /по избор/	1.0	Изпълнение на един въртеж - 0.5 Изпълнение на три и повече въртежа - 0.5 за всеки	Естетически и стилни грешки – по Правилник
5. Кръгомен предмах с последователно или едновременно прехващане на ръцете в надхват минимум на 45°.	1,5	Изпълнение под 45° – <b>0,3</b> Изпълнение под хоризонтала – <b>0,5</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
6. Кръгомен предмах с последователно или едновременно прехващане на ръцете в надхват минимум на 45°	1,5	Изпълнение под 45° – <b>0,3</b> Изпълнение под хоризонтала – <b>0,5</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
7. Предмах – отскок задно обтегнато превъртане.	2,5	Изпълнение под хоризонтала – <b>0,3</b> Свито или сгънато задно превъртане – <b>1,0</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник

# Висилка 2025 г. МОМЧЕТА СТАРША ВЪЗРАСТ – до 12 год.

MOMPETA CTAPIHA BB3PACT – 40 12 104.			
9,0 + 0,2 за приземяване	Намаления Жури "D"		Намаления Жури "Е"
, , ,	стойно	ост	
1. От вис в надхват – предмах, задмах.			Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>2.</b> Предмах, склопка до опора, задмах.	2,5	До стойка в рамките на 45° - <b>0.0</b> От 45° до нивото на рамената - <b>0.3</b> Под рамената - <b>0.5</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>3.</b> Задно коремно въртене, подмах.	1,0	Сгънато тяло       - 0,3         Подмах със сгънато тяло       - 0,3	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>4.</b> Задмах, кръгомен предмах с последователно или едновременно прехващане на ръцете в надхват минимум на 45 градуса	1,5	Изпълнение под 45° – <b>0,3</b> Изпълнение под хоризонтала – <b>0,5</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
5. Кръгомен предмах с последователно или едновременно прехващане на ръцете в надхват минимум на 45 градуса	1,5	Изпълнение под 45° – <b>0,3</b> Изпълнение под хоризонтала – <b>0,5</b>	Естетически и стилни грешки – по Правилник
<b>6.</b> Предмах – отскок задно свито или сгънато превъртане.	2,5	Изпълнение под хоризонтала – 0,3	Естетически и стилни грешки – по Правилник