

RYTMISEN VOIMISTELUN HARRASTESARJAN SÄÄNNÖT



RYTMISEN VOIMISTELUN HARRASTEKILPAILUSÄÄNNÖT	3
1. YLEISTÄ.....	3
1.1. Kilpailujen järjestäminen.....	3
1.2. Kilpailukutsu	3
1.3. Kilpailusarjat	3
1.4. Kilpasarjasta harrastesarjaan siirtyvät.....	4
1.5. Harrastekilpailuiden sarjojen palkitseminen ja sijoittuminen.....	4
1.6. Ilmoittautuminen	4
1.7. Osanoton varmistaminen.....	4
1.8. Kilpailuohjelmat.....	4
1.9. Kilpailumusiikki.....	4
1.10. Kilpailuasua	5
1.11. Kilpailuvälineet.....	5
1.12. Kilpailualue.....	6
2. TUOMAROINTISÄÄNNÖT	7
2.1. Tuomaripaneeli.....	7
2.2. D1 - Vartalovaikeusosat.....	7
2.3. D2 - Välinevaikeusosat.....	7
2.4. Suoritus.....	8
2.5. Taiteellinen	13
2.5.1. Ohjelman laatiminen	13
2.5.2. Musiikki.....	13
2.5.3. Koreografia.....	13
2.5.4. Vartaloliikkeet.....	14
2.5.5. Välineliikkeet.....	14
2.5.6. Pre-akrobaattiset liikkeet.....	14
2.5.7. Monipuolisuus.....	15
2.5.8. Arvostelu	15
1.2. Yhteispisteet.....	17

RYTMISEN VOIMISTELUN HARRASTEKILPAILUSÄÄNNÖT

1. YLEISTÄ

Näillä säännöillä määritellään Rytmisen voimistelun harrastekilpailun ikäsarjojen 8-10, 11-13 ja yli 14-vuotiaiden harrastekilpailut.

Kaikissa kilpailuissa on voimassa myös Voimisteluliiton yleiset kilpailusäännöt.

1.1. Kilpailujen järjestäminen

Rytmisen voimistelun harrastekilpailuja voi järjestää kaikki Voimisteluliiton jäsenseurat.

1.2. Kilpailukutsu

Järjestävä seura julkaisee kilpailukutsun vähintään kuukautta ennen kilpailua Voimisteluliiton ja järjestävän seuran nettisivuilla.

Kilpailukutsussa on mainittava:

1. Järjestävän seuran tai seurayhtymän nimi
2. Kilpailuaika ja -paikka
3. Kilpailuluokat ja syntymäajat
4. Osanottomaksu, sekä mihin mennessä ja kenelle se suoritetaan
5. Milloin ilmoittautumisaika päättyy
6. Kenelle ilmoittautuminen lähetetään
6. Puhelinnumerot, joista saa lisätietoja

1.3. Kilpailusarjat

Rytmisen voimistelun harrastekilpailussa on kolme ikäsarjaa, joiden sisällä on seuraavat välinesarjat:

- | | | |
|----|-----------------|-------------|
| 1. | 8-10-vuotiaat | 1 väline |
| 2. | 8-10-vuotiaat | 2 välinettä |
| 3. | 11-13-vuotiaat | 1 väline |
| 4. | 11-13-vuotiaat | 2 välinettä |
| 5. | 11-13-vuotiaat | 3 välinettä |
| 6. | yli 14-vuotiaat | 1 väline |
| 7. | yli 14-vuotiaat | 2 välinettä |
| 8. | yli 14-vuotiaat | 3 välinettä |
| 9. | yli 14-vuotiaat | 4 välinettä |

1.4. Kilpasarjasta harrastesarjaan siirtyvät

Voimistelijan siirtyessä kilpasarjasta harrastesarjaan, tulee hänen suorittaa seuraavat vähimmäisvaatimukset, kuitenkin enintään ikäsarjan maksimivälinelukumäärä:

Kilpasarja	Harrastekilpailusarja
Asema ja 2.lk	1 väline
3. lk.	2 välinettä
4. lk.	3 välinettä
5. lk. ja 6. lk.	4 välinettä

1.5. Harrastekilpailuiden sarjojen palkitseminen ja sijoittuminen

Sijoitukset 1.-3. Palkitaan mitalein jokaisesta sarjasta.

8-10-vuotiaiden sarjassa ei julkaista pisteitä, vaan osallistujat sijoittuvat kategorioihin. Tällöin osallistujat jaetaan tuloksien perusteella kolmeen eri kategoriaan, A, B ja C.

Ensimmäiset 33% A-kategoriaan, seuraavat 33% B-kategoriaan ja seuraavat 33% C-kategoriaan. Jos voimistelijoita on epäjaollinen luku, sijoitetaan kategoriarajalla olevat voimistelijat voimistelijan edun mukaisesti ylempään kategoriaan.

11-13-vuotiaiden ja yli 14-vuotiaiden sarjoissa julkaistaan välinekohtaiset pisteet, yhteispisteet sekä sijoitukset.

1.6. Ilmoittautuminen

Kilpailuun voivat osallistua Voimisteluliiton jäsen seurat. Kilpailijoilla tulee olla harraste- tai kilpailisenssi sekä urheilutapaturmakorvaavuuden sisältävä vakuutus. Kilpailuihin ilmoittautuminen on tehtävä kirjallisesti järjestäjien ilmoittamaan määräaikaan mennessä. Myöhästyneistä ilmoittautumista järjestäjällä on oikeus periä korotettu ilmoittautumismaksu.

1.7. Osanoton varmistaminen

Osanoton varmistus tulee tehdä kilpailupaikalle saavuttaessa, kuitenkin viimeistään 1 tunti ennen kyseisen sarjan kilpailun alkamista. Osanoton varmistuksen yhteydessä tarkistetaan osallistujan lisenssi sekä vakuutus. Osallistuminen edellyttää kilpailumaksun suorittamista.

1.8. Kilpailuohjelmat

Ohjelmasta annetaan D1-pisteet (vartalovaikeus), D2-pisteet (välinevaikeus), E-pisteet (suoritus) ja A -pisteet (taiteellinen). Jos voimistelija suorittaa ohjelman ilman välinettä, D2-pisteet ovat nolla (0).

1.9. Kilpailumusiikki

Kilpailumusiikin pituus voi olla korkeintaan 1min. 30sek. Musiikissa saa olla ihmisääniä, muttei laulettuja sanoja.

1.10. Kilpailuasus

Kilpailupuvun tulee olla joustavasta materiaalista valmistettu. Hihat voivat olla pitkät tai puku voi olla hihaton, mutta naruolkaimet on kielletty. Pääntie ei saa olla liian syvään uurrettu. Puvussa voi olla pieni hame osa. Puvun kanssa voi käyttää pitkiä trikoita.

1.11. Kilpailuvälineet

Välineen tulee olla sääntöjen mukainen. Välineessä ei saa olla irrallisia koristeita tai nauhoja. Teippaukset hyväksytään. Kilpailijalla voi olla enintään yksi varaväline. Varavälineet voi sijoittaa 15 cm etäisyydelle rajan ulkopuolelle.

Naru

- Materiaali** Naru voi olla synteettistä narua tai luonnonkuitua. Narussa ei saa olla vahvikkeita.
- Pituus** Narun pituuden tulee olla oikeassa suhteessa voimistelijan pituuteen oikean suoritustekniikan onnistumiseksi. Pituus mitataan perusasennossa naru keskeltä molempien jalkojen alla. Narun päät ulottuvat välille kainalo – olkapää.
- Narun päät** Narun päissä ei saa olla kädensijoja. Yksi tai kaksi solmua molemmissa päissä sallitaan. Narun päät voivat olla päällystetyt. Naru voi olla koristeltu esim. teipillä. Koristeet eivät saa olla irrallisia tai roikkuvia.

Pallo

- Materiaali** Pallon tulee olla voimistelupallo. Pallon materiaali voi olla kumia tai synteettistä ainetta, jolla on kumin joustavuus. Koristeet eivät saa olla irrallisia tai roikkuvia.
- Halkaisija** Pallon halkaisija 16 – 20 cm.

Vanne

- Materiaali** Vanteen tulee olla voimisteluvanne. Vanne voi olla muovia, puuta tai synteettistä materiaalia. Vanne voi olla kokonaan tai osittain päällystetty. Koristeet eivät saa olla irrallisia tai roikkuvia.
- Halkaisija** Vanteen halkaisija 60 – 90 cm.

Keilat

- Materiaali** Keilojen materiaali tulee olla puuta tai muovia. Koristeet eivät saa olla irrallisia tai roikkuvia.
- Koko** Molempien keilojen tulee painaa ainakin 150 g. Keilan pää saa olla enintään 3 cm halkaisijaltaan. Keilojen pituus on oltava 40 – 50 cm.

Nauha

- Materiaali** Nauhakeppi voi olla puuta, muovia tai lasikuitua. Itse nauhan materiaali voi olla satiinia tai tärkkäämätöntä materiaalia.
- Koko** Paksuudeltaan keppi saa olla enintään 1 cm ja pituudeltaan 50 – 60 cm, johon sisältyy nauhamekanismi. Nauha voi olla leveydeltään 4 – 6 cm ja pituudeltaan ainakin 5 m sekä painoltaan ilman keppiä ainakin 35 g.

1.12. Kilpailualue

Kilpailualue on 13 x 13 m. Alue on selvästi merkittävä vähintään 10 cm levyisellä rajalla. Raja sisältyy alueeseen. Rajan ulkopuolella tulee olla vähintään 2 m vapaata.

2. TUOMAROINTISÄÄNNÖT

2.1. Tuomaripaneeli

- 2 D1 vartalovaikeusosat
- 2 D2 välinevaikeusosat
- 2 suoritus
- 2 taiteellinen

2.2. D1 - Vartalo vaikeusosat

Vartalo vaikeusosien määrä:

8-10-vuotiaiden sarjassa voimistelija voi suorittaa korkeintaan 6 vartalo vaikeusosaliikettä, joista 3 kpl välineelle ominaisia vartaloliikkeitä + 3 kpl muita liikesukuja.

Poikkeuksena vanne: Vähintään 1-2 liikettä jokaista liikesukua.

11-13-vuotiaiden sarjassa voimistelija voi suorittaa korkeintaan 7 vartalo vaikeusosaliikettä, joista 4 kpl välineelle ominaisia vartaloliikkeitä + 3 kpl muita liikesukuja.

Poikkeuksena vanne: Vähintään 2 liikettä jokaista liikesukua.

Yli 14-vuotiaiden sarjassa voimistelija voi suorittaa korkeintaan 8 vartalo vaikeusosaliikettä, joista 4 kpl välineelle ominaisia vartaloliikkeitä + 4 kpl muita liikesukuja.

Poikkeuksena vanne: Vähintään 2 liikettä jokaista liikesukua.

Jos voimistelijalla on ohjelmassa kuitenkin yli sallitun määrän vartalo vaikeusosia, jätetään arvioimatta nämä ylimääräiset osat ohjelman lopusta lähtien.

D1-pisteiden lähtöarvojen maksimit:

8-10-vuotiaiden sarja	max. 2,0 pistettä
11-13-vuotiaiden sarja	max. 3,0 pistettä
Yli 14-vuotiaiden sarja	max. 4,0 pistettä

2.3. D2 – Välinevaikeusosat

Samaa välineliikettä ei voi suorittaa hyväksytysti useampaa kertaa. D2-pisteiden lähtöarvojen maksimi on 10,00p.

2.4. Suoritus

Suoritusvirheet arvioidaan seuraavan taulukon mukaisesti, max. 10,0 pistettä.

Vartaloliikkeiden tekniikka

Vähennys	0,1	0,2	0,3 tai enemmän
Yleistä	Epätäydellinen liike Tahaton liikkuminen (asennon korjaaminen)		
Perustekniikka	Vartalon virheellinen asento joka kerta 0,1, max 1,0p Tasapanon menetys: Ylimääräinen liike paikoillaan	Tasapainon menetys: Ylimääräinen liike liikkuen	Tasapainon menetys, tuki yhdellä tai kahdella kädellä, tai välineellä 0,5p. Kaatuminen 0,7p. Voimistelijan staattisuus
Hypyt	Amplitudin puute	Raskas alastulo	
Tasapainot	Amplitudin puute	Muoto ei fixattu, eikä pysy	
Piruetit	Amplitudin puute	Muoto ei fixattu, eikä selkeä Tuki kannalla pyörimisen aikana	Vartalon painopisteen menetys, lopetus yhden askeleen jälkeen
	Matkustaminen rotaation aikana	Hypähdyksiä rotaation aikana	
Liikkuvuus	Amplitudin puute		
Aaltoliikkeet		Liikkeen jatkuvuuden puute: häiriintynyt tai epäsäännöllinen liike	Vartalon painopisteen menetys, lopetus yhden askeleen jälkeen
Puoliakrobatia- liikkeet		Epätarkka taso/suunta Virheellinen suoritus tekniikka Raskas alastulo	

Välineliikkeiden tekniikka

Vähennys	0,1	0,2	0,3 tai enemmän
Välineen pudotus			<p>Pudotus ja kiinniotto ilman askelia</p> <p>Pudotus ja kiinniotto 1-3 askeleen jälkeen 0,5p.</p> <p>Pudotus ja kiinniotto pitkän liikkumisen jälkeen, 4 tai useampi askel 0,7p.</p> <p>Pudotus ja varavälineen käyttö 0,5p.</p> <p>Välineen pudotus (ei kontaktia) ohjelman lopussa 0,5p.</p>
Heitot	<p>Epätarkka lentorata, haku ilmasta yhdellä askeleella</p> <p>Virheellinen kiinniotto tai apu kädellä tai vartalolla</p> <p>Tahaton vartaloon kosketus, lentoradan häiriintyminen</p>		Epätarkka lentorata, ja haku ilmasta. Askelia 2 tai enemmän
Väline			Välineen staattisuus

Naru

Vähennys	0,1	0,2	0,3 tai enemmän
Perustekniikka	Virheellinen käsittely: liikelaajuus, muoto, taso, ote ei molemmista päistä joka kerta 0,1 max. 1,0 p.		Solmu narussa
Yhden pään pudotus		Yhden pään pudotus, lyhyt keskeytys ohjelmassa	
Tahaton kietoutuminen			Vartalon tai vartalon osan ympäri, suorituksen häiriintyminen
Hyyt/hyppelyt		Narun pysähdys jalkoihin	

Vanne

Vähennys	0,1	0,2	0,3 tai enemmän
Perustekniikka	Virheellinen käsittely: lentoradan vaappuminen, tason värinä joka kerta 0,1, max 1,0 p.		
Vieritykset		Virheellinen vieritys pompahduksella	
Pyöriykset	Epäsäännöllinen pyörytys (pystytaso)	Virheellinen, vajaa vieritys vartalolla	
Heitot ja kiinniotot		Kiinniotossa kosketus kyynärvarteen	Kiinniotossa kosketus käsiivarteen
Läpimenot		Vanteen pysähdys jalkoihin	

Pallo

Vähennys	0,1	0,2	0,3 tai enemmän
Perustekniikka	Virheellinen käsittely: pallo nojaa rannetta vasten tai palloa puristetaan. joka kerta 0,1, max. 1,0p		
Vieritykset		Virheellinen vieritys pompahduksella	
		Virheellinen, vajaa vieritys vartalolla	

Keilat

Vähennys	0,1	0,2	0,3 tai enemmän
Perustekniikka	Virheellinen käsittely joka kerta 0,1, max 1,0p.		
Pienet pyöriytykset ja myllyt	Epäsäännöllinen liike tai liikkeen häiriintyminen Ranteet liian kaukana toisistaan		
Heitot	Keilojen pyörimisen synkronisaation häiriintyminen heiton aikana		
Asymmetriset liikkeet	Epätarkat tasot keilojen liikkeiden aikana		
Kahden keilan pudotukset			<p>Kahden keilan pudotus, ja kiinniotto ilman askelia 0,4p.</p> <p>Kahden keilan pudotus, ja kiinniotto 1-3 askeleen jälkeen 0,6p.</p> <p>Kahden keilan pudotus ja kiinniotto pitkän liikkumisen jälkeen, 4 tai useampi askel 0,8p.</p> <p>Molempien keilojen pudotus ohjelman lopussa 0,6p.</p>

Nauha

Vähennys	0,1	0,2	0,3 tai enemmän
Perustekniikka	<p>Nauhan kuvion epäsäännöllisyys, silmukat riittämättömän tiiviitä, silmukat eivät ole saman kokoisia Joka kerta 0,1 max. 1,0p.</p> <p>Virheellinen käsittely: epätarkka siirtyminen/taso, keppiä ei pidetä päästä, virheellinen kuviosta toiseen siirtyminen, nauhan näpätys Joka kerta 0,1 max 1,0p.</p>	Solmu ilman ohjelman keskeytystä	Solmu, ohjelma keskeytyy
Tahattomat kietoutumiset			Vartalon tai vartalon osan ympäri, suorituksen häiriintyminen
Heitot ja irrotukset		Nauhan häntä jää tahattomasti lattialle	

2.5. Taiteellinen

2.5.1. Ohjelman laatiminen

- Emotionaalisen viestin välittäminen katsojalle ohjelman avulla.
- Katsoja ymmärtää voimistelijan välittämän tunnetilan/viestin.
- Ohjelman koreografiaa ohjaa musiikki, taiteellinen ilmaisu ja ekspressiivisyys

2.5.2. Musiikki

- Ohjelma tulee suorittaa musiikin säestyksellä, lyhyet tarkoituksenmukaiset tauot ovat sallittuja
- Ohjelmaa, joka suoritetaan tahallaan ilman musiikkia ei arvostella.
- Kaikki instrumentit ovat sallittuja, myös ihmisääni (ilman sanoja)
- Musiikin tulee olla äänitetty CD:lle

Äänityksestä:

- Musiikin alkuun voi äänittää lyhyen äänimerkin
- Jokainen musiikki omalle CD:lle
- CD:n kanteen voimistelijan nimi, väline, ohjelman pituus, säveltäjä, teoksen nimi
- Musiikin luonne määrittää ohjelman luonteen.
- Musiikin tulee olla rytmiseen voimisteluun sopiva siten, että se tukee voimistelijan liikettä.
- Musiikissa tulee olla selkeä rytmi.
- Voimistelijan liikkeen ja musiikin rytmin on sovittava aukottomasti yhteen.
- Musiikin ja liikkeen harmoniaa tulee painottaa koko ohjelman ajan. Jos näin ei ole, musiikki on käsitettävä taustamusiikiksi.
- Musiikin tulee olla yhtenäinen, ei pelkkä yhdistelmä eri musiikeista

2.5.3. Koreografia

- Koreografian tulee kuvastaa yhtenäistä viestiä/ideaa ohjelman alusta loppuun siten, että ohjelmassa käytetään kaikkia mahdollisia vartalo- ja välineliikkeitä monipuolisesti
- Liikkeiden yhdistelyn tulee olla sujuvaa ja monipuolista siten, että ne tukevat koreografiaa.
- Vartalovaikeusosat tulee jakaa tasaisesti ohjelmassa.
- Koko kilpailualueetta tulee hyödyntää.

2.5.4.Vartaloliikkeet

- Vartalonliikkeet tulee suorittaa siten, että koko vartalo osallistuu liikkeeseen
- Vartalon liikkeillä tulee korostaa koreografiaa
- Välineliikkeet tulee yhdistää vartaloliikkeisiin (siirtymiset, käden/selän liikkeet, hyppyt, käännökset, piruetit jne.)
- Vartalonliikkeiden tulee olla mahdollisimman monipuolisia
- Ohjelman alkuasennon tulee liittyä ohjelman ensimmäiseen liikkeeseen (väline)

2.5.5.Välineliikkeet

- Välineliikkeet tulee valita tasaisesti eri teknisistä liikkeistä
- Voimistelijalla tulee olla kontakti välineeseen ohjelman alussa ja lopussa
- Välineen käytön tulee olla monipuolista (käsittely, suunnat, tasot, dynamiikka, liikelaajuus)
- Heittojen tulee olla mahdollisimman monipuolisia
- Väline ilmassa vertikaalisessa/horisontaalisessa tasossa, laakana, rotatoivana, eteen/taaksepäin, sivuttain, voimistelija lattialla, seisten, hypyssä jne.
- Mikään taso/suunta ei saa dominoida ohjelmassa. Jokaista tasoa/suuntaa tulisi käyttää max. 2 kertaa ohjelmassa
- Välinettä ei saa käyttää ”koristeena”
- Ohjelmissa voi olla riskejä (katso tarkempi ohjeistus sarjakohtaisista rajoituksista)

2.5.6.Pre-akrobaattiset liikkeet

Sallitut pre-akrobaattiset liikkeet:

- Kuperkeikat eteen- ja taaksepäin ilman ilmalentoa
- Siltakaadot eteen- ja taaksepäin ilman ilmalentoa
- Kärrynpyörät ilman ilmalentoa
- Ralenkova (siltakaato yhdellä kädellä eteenpäin päätyen istumaan toinen jalka suorana ja toinen jalkapohja maassa)
- Olkarullaus/ Venäläinen kuperkeikka (Niskaseisonnasta olan yli rullaus rintaseisonnan kautta päinmakuulle tai toisinpäin)
- Harppakuperi (harppaushyppy + kuperkeikka)
- Siltakaadot ja kärrynpyörät katsotaan erilaisiksi niiden tukipisteen perusteella

Sallitut liikkeet, joita ei lueta pre-akrobaattisiin liikkeisiin:

- Rintaseisonta
- Niskaseisonta
- Spagaatit lattialla (ilman pysähdystä asennossa)
- Yhdellä/kahdella kädellä tuki maasta ilman pysähdystä asentoon

Kielletyt tekniikat:

- Kuperkeikat ja siltakaadot suoritettu ilmalennolla tai pysähdyksellä vertikaalisessa asennossa
- Spagaatit pysähdyksellä asennossa

Pre-akrobaattisia liikkeitä ja sallittuja liikkeitä joita ei lueta pre-akrobaattisiin liikkeisiin voi sisällyttää ohjelmaan huomioiden että:

- Ne suoritetaan ilman pysähdystä asennossa ja ilman että ne katkaisevat ohjelman kulkua
- Liikkeeseen on yhdistetty välinetekninen liike
- Pre-akrobaattisia liikkeitä ei voi toistaa. Liikkeitä voi kuitenkin tehdä sarjassa.

2.5.7. Monipuolisuus

Ohjelmassa tulee esittää monipuolisesti myös seuraavia asioita:

- Dynaamisuus (ohjelman tempo ja liikkeiden intensiteetti)
- Tilan käyttö: suunnat, liikeradat/lentoradat, korkeus, eri tavat liikkua tilassa

2.5.8. Arvostelu

8-10-vuotiaat

8-10-vuotiaiden sarjassa tuomaristo jakaa ainoastaan bonuksia. Bonuspisteet voivat olla enintään + 0.4 p.

Voimistelija saa bonuksen, mikäli tuomariryhmän koosta riippuen 2/2, 2/3 tai 2/4 ovat esittäneet saman bonuksen.

1. Valitut taito-osat vastaavat erinomaisesti voimistelijoiden taito- ja ikätasoa + 0.1 p.
2. Välineen käyttö taidokasta + 0.1 p.
3. Esiintyminen + 0.1 p.
4. Ryhti säilyy erinomaisena koko ohjelman ajan + 0.1 p.

11-13-vuotiaat ja yli 14-vuotiaat

Taiteellisen osa-alueita arvioi 2-4 tuomaria seuraavin arviointikriteerein:

- 1. Esiintyminen 0,1-0,5 p.**
 - Vartalon liikkeiden suorittaminen täsmällistä
 - Välineen käsittely varman oloista ja sujuvaa
 - Tunnetilan välittäminen
 - Esiintyminen ja ilmaisullisuus
 - Ryhti
- 2. Välineen käyttö monipuolista 0,1-0,5 p.**
 - Välineliikkeet valittu tasaisesti eri teknisistä liikkeistä
 - Heitot monipuolisia
 - Kiinniotot monipuolisia
 - Käsittelyliikkeet monipuolisia
 - Suuntien ja tasojen käyttö monipuolista
- 3. Välineen käyttö teknisesti puhdasta 0,1-0,5 p.**
 - Ote välineestä
 - Heitot
 - Kiinniotot
 - Väline liikkuu koko ajan
 - Välineen käyttö täsmällistä ja sujuvaa
- 4. Vartaloliikkeet monipuolisia 0,1-0,5 p.**
 - Koko vartalo osallistuu liikkeeseen
 - Vartalonliikkeet korostavat koreografiaa
 - Vartalonliikkeet monipuolisia
 - Vaikeusosien sopivuus taitotasolle
 - Molemminpuolisuus
- 5. Ohjelman rakenne 0,1-0,5 p.**
 - Monipuolisuus ja vaihtelevuus
 - Voimankäytön ja rytmin vaihtelu
 - Alueen käyttö
 - Tasot ja suunnat
 - Vartalovaikeusosat jaettu tasaisesti
- 6. Ohjelman mielenkiinto ja näyttävyys 0,1-0,5 p.**
 - Omaperäiset liikkeet
 - Musiikin, sommittelun ja idean yhdistäminen
 - Musiikin rakenteen ja liikkeen yhdistäminen
 - Ohjelma yhtenäinen ja eheä kokonaisuus
 - Tempo ja intensiteetti

1.2. Yhteispisteet

Jokaisessa sarjassa yhteispisteet muodostuvat seuraavasti D1+D2+A-E.

Max. pisteet 8-10-vuotiaiden sarjassa ovat $2,0p + 10p + 0,4p + 10p = 22,4p$.

Max. pisteet 11-13-vuotiaiden sarjassa ovat $3,0p + 10p + 3p + 10p = 26 p$.

Max. pisteet yli 14-vuotiaiden sarjassa ovat $4,0p + 10p + 3p + 10p = 27p$.