



SUOMEN TAEKWONDOLIITTO RY
THE FINNISH TAEKWONDO FEDERATION

Murskaussäännöt
01.01.2026

Suomen Taekwondoliitto

Murskauskilpailun säännöt

01.01.2026



SUOMEN TAEKWONDOLIITTO RY
THE FINNISH TAEKWONDO FEDERATION



1 MURSKAUSKILPAILUN SÄÄNNÖT	3
1.1 ALUE.....	3
1.2 MATERIAALIT	3
1.3 TELINEET	4
2 OSALLISTUMINEN.....	5
2.1 OIKEUS	5
2.2 OHJEET	5
3 LAJIT JA SARJAT	6
3.1 NYRKKIKÄSIMURSKAUS	7
3.2 VEITSIKÄSIMURSKAUS	8
3.3 SIVUPOTKUMURSKAUS	9
3.4 HYPPYETUPOTKUMURSKAUS	10
3.5 KOLMOISHYPPYPOTKUT (TRIPLAHYPPYPOTKU).....	11
3.6 PYÖRÄHTÄVÄT POTKUT	12
4 PROTESTI.....	14
Liitteet.....	15
Liite 1: Murkauksen vapaaohjelma	15
Liite 2: Pituushyppysivupotku	16



1 MURSKAUSKILPAILUN SÄÄNNÖT

1.1 ALUE

Murskausalue määräytyy tilojen ja paikan mukaan. Alle pyritään laittamaan suojamateriaalia, joka kerää murskauksessa irronneet palat talteen. Tarvittaessa alue siivotaan suoritusten välillä.

1.2 MATERIAALIT

Järjestävä taho hankkii materiaalit. Lähtökohtaisesti materiaalina on liimapuulevy, mutta vaihtoehtoisesti voidaan sarjasta riippuen käyttää myös kattotiiltä, uudelleen koottavaa muovilevyä tai rikkoutumatonta muovilevyä. Liimapuulevyn syiden suunnan tulee olla lyhyemmän (200 mm) sivun suuntainen.

Hyppypotkumurskaukset

- Liimapuulevy (vast.) 300x200x9 (mm)
- Muovilevy

Nyrkkimurskaus

- Liimapuulevy 300x200x14-18 (mm)
- Muovilevy
- Kattoharjatiili n.300x400 (mm)

Veitsikäsimurskaus

- Liimapuulevy 300x200x14-18 (mm)
- Muovilevy
- Tiililaatta 300-400x150x15-20 (mm)

Sivupotkumurskaus

- Liimapuulevy 300x200x14-18 (mm)
- Kasattava muovilevy





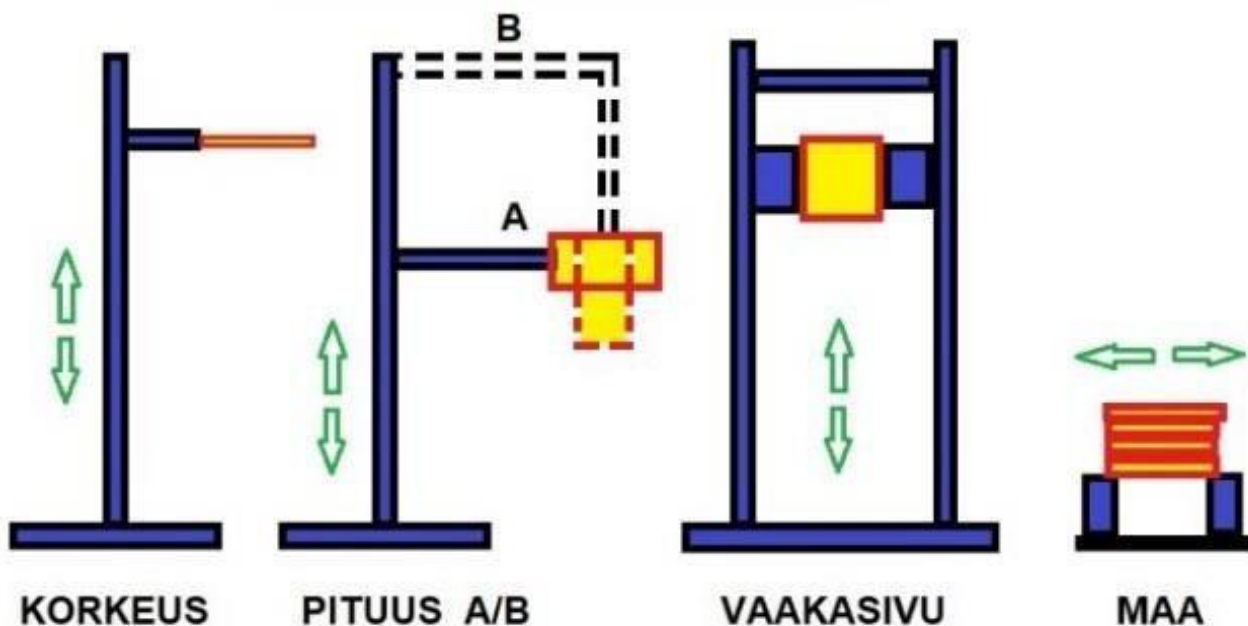
1.3 TELINEET

Telineinä käytetään lattialla seisovia, tukevia ja säädettäviä telineitä.

- Korkeustelineen säätöalueen tulee kattaa väli 100–300 cm
- Vaakasivuteline
 - Säätöalueen korkeussuunnassa tulee kattaa väli 20–200 cm.
 - Levyn pidikkeen leveyden tulee olla vähintään 23 cm
 - Levyn pidikkeen korkeuden (levyn pidemmän sivun suunnassa) tulee olla 27–29 cm
- Maateline
 - Korkeus 11 cm maasta
 - Leveyden tulee olla vähintään 23 cm
 - Säätövälin levyn pituussuunnassa tulee kattaa väli 25–55 cm.
- Volttipotkuteline
 - Volttipotkussa levyn pitäjä voi käyttää käsin kannateltavaa telinettä levyn pitämiseen

Kuvassa on esitetty esimerkkejä telineiden tyypeistä. Telineen tulee kestää kilpailun kuorma ilman kaatumisen tai liiallisen liikkumisen vaaraa ja teline tulee olla testattu kilpailua vastaavalla kuormalla.

TELINEET KILPAILUISSA





2 OSALLISTUMINEN

2.1 OIKEUS

- Kilpailijalla on oltava voimassa oleva Suomen Taekwondoliiton lisenssi
- Vähintään 8. kup -vyöarvo
- Nuorten sarja:
 - Voimamurskaukset: vähintään 12- ja enintään 17-vuotias
 - Hyppypotkumurskaukset: vähintään 10- ja enintään 17-vuotias
- Aikuisten sarja: vähintään 18-vuotias
- Seniorisarja: vähintään 40-vuotias

Ikä määritetään syntymävuoden, ei päivämäärän mukaan. Esim. Sinä vuonna, jona täyttää 12 vuotta, on oikeutettu osallistumaan nuorten sarjaan.

2.2 OHJEET

- Kilpailijan on käytettävä taekwondopukua ja omaa vyöarvoa vastaavaa vyötä.
- Yksi osallistuja voi osallistua kaikkiin niihin lajeihin, joihin voi ikänsä puolesta osallistua.
- Tuomarit selventävät kilpailijoille sääntöjä tarvittaessa ennen suorituksia.
- Ennen kilpailua kilpailijat ilmoittavat aloitusmäärät ja -korkeudet toimitsijoille.
- Tekniikka tehdään paljain käsin/jaloin ilman mitään koruja, siteitä, tukia tms.
- Suoritukset alkavat aina kumarruksella ja kihap-huudolla. Suoritus päättyy loppuasentoon paikalleen, jossa kilpailijan pitää odottaa, kunnes tuomarit ovat laskeneet pisteet.
- Kilpailukutsuissa ja ilmoituksissa mainitaan edellä olevista asioista mm. materiaalit.



3 LAJIT JA SARJAT

			Nuoret T/P	Aikuiset N/M	*Seniorit N/M
1.	Nyrkkikäsimurkaus	(Fist breaking)	12–17 v.	+18 v.	-
2.	Veitsikäsimurkaus	(Knife hand breaking)	12–17 v.	+18 v.	-
3.	Sivupotkumurkaus	(Side kick breaking)	12–17 v.	+18 v.	-
4.	Hyppyetupotkumurkaus	(High kick breaking)	10–17 v.	+18 v.	+40 v.
5.	Kolmoishyppypotku	(Triple jumping kick)	10–17 v.	+18 v.	+40 v.
6.	Pyörähtävät potkut	(Spinning kick)	10–17 v.	+18 v.	+40 v.



3.1 NYRKKIKÄSIMURSKAUS

Nyrkkikäsimurkaus tulee tehdä Kukkiwon textbookissa kuvaillulla tavalla: suoraan alas suoritettu lyönti, jolla on tarkoitus murskata kohde.

Kilpailu tyyli: Cut-off, Kilpailuaika: 20 s tai vähemmän

Pakolliset ohjeet:

1. Kilpailijan tulee ilmoittaa levyjen määrä odottaessaan vuoroaan.
2. Kilpailija saa asettaa suojamateriaalin murskauslevyjen päälle suojatakseen nyrkkiään loukkaantumiselta, mutta ei saa asettaa minkäänlaisia suojia suoraan nyrkin ympärille.
3. Murskaus tulee suorittaa 20 sekunnin sisällä "Si-jak" komennosta.
4. Kilpailijan tulee pinota levyt ylittämättä 1 minuuttia. Murskausalustan leveyttä ei saa säätää.
5. Kilpailijan tulee suorittaa murskaus kasvot tuomarin suuntaan.
6. Kilpailija ei saa ottaa askelta murskauksen aikana.

Murskaustekniikka:

1. "Pomppu" on sallittu, mutta kilpailijan on laskeuduttava lähtöpisteeseensä.
2. Kilpailijan tulee käyttää nyrkkiä murskataksaan levy/levyt.

Virheet: ("Gyong-Go"), ("Gam-Jeom"), ("Sil-Gyook")

Vähennykset antaa päätuomari. Virhe voi olla varoitus, vähennys tai hylkäys.

- Yksi varoitus on 0,5 pisteen vähennys.
- Kaksi varoitusta on 1 pisteen vähennys.
- Yhden pisteen vähennys vastaa yhtä levyä.

Varoitukset: ("Gyong-Go")

- Mikäli häiritsee sanallisesti toisen kilpailijan suoritusta.
- Tuomarin tai toimihenkilöiden häiritseminen.

Vähennykset: ("Gam-Jeom")

- Levyn rikkominen valmistautuessa murskaukseen.
- Asetteluajan (1 min) tai suoritusajan 20 s ylitys: 1 pisteen vähennys jokaisesta alkavasta 10s
- Virheen toistaminen tahallisesti varoituksen saatua, oli virhe kuinka pieni tahansa.
- Pakollisten ohjeiden rikkominen.
- Vähennyspisteet vähennetään lopullisesta tuloksesta.

Hylkäysperusteet: ("Sil-Gyook")

- Polven yläpuolisen osan osuminen maahan. Polvien osuminen maahan sallittu.
- Kun murskaus suoritetaan toistamiseen tai "työnnetään" läpi levyn.
- Epäurheilijamainen käytös murskauksen aikana. Tämä johtaa hylkäykseen koko kilpailusta.
- Väärällä henkilöllisyydellä esiintyminen. Tämä johtaa hylkäykseen koko kilpailusta.

Kilpailun tulos:

Mikäli suorituksen jälkeen ei yksikään tuomari esitä protestia, on suoritus hyväksytty.

Voittaja on se, jolla on eniten murskattuja levyjä. Tasatilanteessa voittaja on se, jolla oli enemmän pyydettyjä levyjä. Mikäli yllä mainitulla ei voida julistaa voittajaa, on voittaja se, joka painaa vähemmän. Mikäli kilpailija ei onnistu murskaamaan yhtäkään levyä, on hänen suorituksensa hylätty (DSQ), eikä kilpailija voi jatkaa kilpailua.



3.2 VEITSIKÄSIMURSKAUS

Veitsikäsimurskaus tarkoittaa tekniikkaa, jossa murskataan seisaaltaan telineessä olevia levyjä kämmensyrjällä.

Kilpailu tyyli: Cut-off Kilpailuaika: 20 s tai vähemmän

Pakolliset ohjeet:

1. Kilpailijan tulee valita levymääränsä odotellessaan kilpailun alkua.
2. Mitkään suojaavat materiaalit eivät ole sallittuja käden suojaamiseksi, ei veitsikäteen eikä ranteeseen.
3. Veitsikäsimurskauksessa tulee käyttää pikkusormen ensimmäisen nivelen ja ranteen välistä aluetta tai etusormen ensimmäisen nivelen ja ranteen välistä aluetta.
4. Murskaus tehdään kerran 20 s sisällä "Si-jak" komennosta.
5. Kilpailijalla on 1 minuutti aikaa pinota valitseman levyymäärä.

Murskaustekniikka:

Kilpailijan astuva jalka saa irrota maasta.

Virheet: ("Gyong-Go"), ("Gam-Jeom"), ("Sil-Gyouk")

Vähennykset antaa päätuomari. Virhe voi olla varoitus, vähennys tai hylkäys.

- Yksi varoitus on 0,5 pisteen vähennys.
- Kaksi varoitusta on 1 pisteen vähennys.
- Yhden pisteen vähennys vastaa yhtä levyä.

Varoitukset: ("Gyong-Go")

- Toisen kilpailijan suorituksen sanallinen häiritseminen
- Tuomarin tai toimihenkilöiden häiritseminen.

Vähennykset: ("Gam-Jeom")

- Levyn rikkominen valmistautuessa murskaukseen.
- Asetteluajan (1 min) tai suoritusajan 20 s ylitys: 1 pisteen vähennys jokaisesta alkavasta 10s
- Virheen toistaminen tahallisesti varoituksen saatuaan, oli virhe kuinka pieni tahansa.
- Kun pakollisia ohjeita rikotaan.
- Vähennyspisteet vähennetään lopullisesta tuloksesta.

Hylkäysperusteet: ("Sil-Gyouk")

- Mikäli mikään kehon osa polvien yläpuolella osuu maahan suorituksen jälkeen.
- Mikäli kilpailija murskaa vain rannetta käyttäen.
- Mikäli kilpailija murskaa kämmenellä tai nyrkin pohjalla.
- Kun kilpailija käyttäytyy murskauksen aikana epäurheilijamaisella tavalla. Tämä johtaa hylkäykseen koko kilpailusta.
- Väärällä henkilöllisyydellä esiintyminen. Tämä johtaa hylkäykseen koko kilpailusta.

Kilpailun tulos:

Mikäli suorituksen jälkeen ei yksikään tuomari esitä protestia, on suoritus hyväksytty.

Voittaja on se, jolla on eniten murskattuja levyjä. Tasatilanteessa, voittaja on se, jolla oli enemmän pyydettyjä levyjä. Mikäli yllä mainitulla ei voida julistaa voittajaa, on voittaja se, joka paina vähemmän. Mikäli kilpailija ei onnistu murskaamaan yhtäkään levyä, on hänen suorituksensa hylätty (DSQ), eikä kilpailija voi jatkaa kilpailua.



3.3 SIVUPOTKUMURSKAUS

Sivupotkumurskauksessa murskataan määrätyle korkeudelle asetetut levyt kantapäällä tai jalkaterällä.

Kilpailu tyyli: Cut-off Kilpailuaika: 20 s tai vähemmän

Pakolliset ohjeet:

1. Kilpailijan tulee ilmoittaa levyjen määrä odottaessaan vuoroaan.
2. Kilpailija ei saa suojata jalkaansa siteillä tai muilla materiaaleilla.
3. Kilpailijan tulee käyttää jalan ulkosyrjää, jalkapohjaa tai kantapäätä murskaukseen.
4. Murskauslevyjen korkeus tulee olla kilpailijan vyötärön yläpuolella.

Murskaustekniikka:

Kilpailijan astuva jalka saa irrota maasta. Ennen potkun suoritusta kilpailija saa käyttää liukuaskelta tai ottaa korkeintaan yhden askelen.

Virheet: ("Gyong-Go"), ("Gam-Jeom"), ("Sil-Gyook")

Vähennykset antaa päätuomari. Virhe voi olla varoitus, vähennys tai hylkäys.

- Yksi varoitus on 0,5 pisteen vähennys.
- Kaksi varoitusta on 1 pisteen vähennys.
- Yhden pisteen vähennys vastaa yhtä levyä.

Varoitukset: ("Gyong-Go")

- Toisen kilpailijan suorituksen sanallinen häiritseminen
- Tuomarin tai toimihenkilöiden häiritseminen.

Vähennykset: ("Gam-Jeom")

- Levyn rikkominen valmistautuessa murskaukseen.
- Mikäli ylittää asetteluajan 1 min tai suoritusajan 20 s, 1 pisteen vähennys jokaisesta 10 sekunnista.
- Virheen toistaminen tahallisesti varoituksen saatuaan, oli virhe kuinka pieni tahansa.
- Kun pakollisia ohjeita rikotaan.
- Vähennyspisteet vähennetään lopullisesta tuloksesta.

Hylkäys: ("Sil-Gyook")

- Mikäli mikään kehon osa polvien yläpuolelta osuu maahan suorituksen jälkeen. Polvien osuminen maahan on sallittua.
- Kun murskaus suoritetaan toistamiseen tai työntämällä läpi levyn.
- Kun kilpailija käyttäytyy murskauksen aikana epäurheilijamaisella tavalla. Tämä johtaa hylkäykseen koko kilpailusta.
- Väärällä henkilöllisyydellä esiintyminen. Tämä johtaa hylkäykseen koko kilpailusta.

Kilpailun tulos:

Mikäli suorituksen jälkeen ei yksikään tuomari esitä protestia, on suoritus hyväksytty.

Voittaja on se, jolla on eniten murskattuja levyjä. Tasatilanteessa, voittaja on se, jolla oli enemmän pyydettyjä levyjä. Mikäli yllä mainitulla ei voida julistaa voittajaa, on voittaja se, joka paina vähemmän. Mikäli kilpailija ei onnistu murskaamaan yhtäkään levyä, on hänen suorituksensa hylätty (DSQ), eikä kilpailija voi jatkaa kilpailua.



3.4 HYPPYETUPOTKUMURSKAUS

Hyppyetupotkumurskaus on kilpailu, jossa kilpailija suorittaa määrättyä etäisyydeltä vauhtia ottamalla hypyn murskatakseen kohteen hyppyetupotkulla. Sijoitukset määräytyvät sen mukaan, kuka kilpailijoista onnistuu murskaamaan korkeimmalla kohteen.

Kilpailu tyyli: Cut-off

Kilpailu aika: 20 s tai vähemmän

Pakolliset ohjeet:

1. Kilpailija ilmoittaa murskausyrityksensä korkeuden ennen suoritusta.
2. Korkeus valitaan vähintään 5 cm välein.
3. Murskauksen jälkeen kilpailija ilmoittaa seuraavan suoritettavan korkeutensa. Kilpailijalla on yhteensä kolme suoritusta sisältäen aloituskierroksen.
4. Onnistuttuaan aloituskorkeudessaan saa kilpailija suorittaa toisen sekä kolmannen kierroksensa. Kuitenkin niin, että kolmatta kierrosta ei voi suorittaa jättämällä toista kierrosta välistä.
5. Murskausyritys tulee suorittaa 20 sekunnin sisällä "Si-jak" komennosta.
6. Maksimipituus vauhdinottoalueelle on 10 m.

Murskaustekniikka:

Kilpailijan tulee olla ilmassa murskauksen aikana.

Kun kohde on kokonaan murskattu (vähintään kahdessa osassa ja irti toisistaan), todetaan suoritus onnistuneeksi.

Mikäli kohde ei ole kokonaan murskattu, on suoritus hylätty.

Virheet: ("Gyong-Go"), ("Gam-Jeom"), ("Sil-Gyouk")

Vähennykset: ("Gam-Jeom")

- Mikäli 20 s aika ylittyy, jokaisesta alkavasta 10 s vähennetään 10 cm lopullisesta korkeudesta.

Varoitukset: ("Gyong-Go")

- Toisen kilpailijan suorituksen sanallinen häiritseminen
- Tuomarin tai toimihenkilöiden häiritseminen.
- Jokaisesta varoituksesta vähennetään 5 cm kilpailijan lopullisesta tuloksesta

Hylkäysperusteet: ("Sil-Gyouk")

- Mikäli mikään kehon osa polven yläpuolelta osuu maahan hyppypotkun jälkeen.
- Kun murskaustekniikkaa tai pakollisia ohjeita rikotaan.
- Kun kilpailija käyttäytyy murskauksen aikana epäurheilijamaisella tavalla. Tämä johtaa hylkäykseen koko kilpailusta.
- Väärällä henkilöllisyydellä esiintyminen. Tämä johtaa hylkäykseen koko kilpailusta.

Kilpailun tulos:

Mikäli kilpailija epäonnistuu toisella tai kolmannella kierroksella, korkeus, jonka kilpailija onnistui saavuttamaan edellisellä kierroksella, merkataan hänen lopulliseksi tuloksekseen.

Mikäli korkeus on sama kilpailijalla, joka onnistui ensimmäisellä kierroksella mutta epäonnistui toisella kierroksella, ja kilpailijalla, joka onnistui toisella kierroksella, mutta epäonnistui kolmannella kierroksella, käydään ylimääräinen kierros voittajan löytämiseksi.

Kilpailija, joka saavuttaa korkeimman tuloksen voittaa.

Tasatilanteessa kilpailijat suorittavat vielä yhden kierroksen. Mikäli tilanne on edelleen tasan, voittaa se kilpailija, joka on lyhyempi.



3.5 KOLMOISHYPPYPOTKUT (TRIPLAHYPPYPOTKU)

Kolmoishyppypotkuissa kilpailijat suorittavat kolme suoritusta seuraavassa järjestyksessä:

1. [kolmoishyppysivupotku](#),
2. [kolmoishyppykiertopotku](#) ja
3. [saksipotku-kiertopotkuyhdistelmä](#).

Kilpailijat suorittavat jokaisen suorituksen siten, että kaikkien kolmen potkun tulee tapahtua saman hypyn aikana ja levyihin tulee osua kilpailijan ollessa vielä ilmassa. Kaikki kolme suoritusta tehdään yhdellä komennolla ajan juostessa katkeamatta. Suoritus aika on 180s mukaan lukien kohteiden asettelu.

Kohteista kilpailija saa 10 pistettä jokaisesta onnistuneesta potkusta. Lisäksi tuomarit pisteyttävät tekniikat siten, että tuomaripisteet kustakin suorituksesta voivat olla enintään 15 pistettä. Teknistä puhtautta arvioidaan seuraavin kriteerein:

- 1) levyjen korkeus,
- 2) levyjen välinen etäisyys,
- 3) potkutekniikoiden voima ja tekninen puhtaus ja
- 4) laskeutumisen tasapainoisuus.

Virheet: ("Gyong-Go"), ("Gam-Jeom"), ("Sil-Gyouk")

Hylkäysperusteet: ("Sil-Gyouk")

- Mikäli suoritus aika ylittyy
- Mikäli mikään kehon osa polven yläpuolelta osuu maahan hyppypotkun jälkeen.
- Kun pakollisia ohjeita rikotaan.
- Kun kilpailija käyttäytyy murskauksen aikana epäurheilijamaisella tavalla. Tämä johtaa hylkäykseen koko kilpailusta.
- Väärällä henkilöllisyydellä esiintyminen. Tämä johtaa hylkäykseen koko kilpailusta.

Kilpailun tulos:

Voittaja määräytyy kaikkien kolmen suorituksen yhteispisteiden perusteella. Tasatilanteet ratkotaan seuraavassa järjestyksessä:

1. Se, joka sai enemmän pisteitä tuomareiden teknisestä arviosta, voittaa;
2. Se, joka sai enemmän pisteitä saksipotku-kiertopotkuyhdistelmästä, voittaa;
3. Se, joka sai enemmän pisteitä kolmoishyppysivupotkusta, voittaa.



3.6 PYÖRÄHTÄVÄT POTKUT

Pyörähtävissä potkuissa suoritetaan kaksi tekniikkaa yhdellä komennolla ajan juostessa katkeamatta. Suoritus aika on 60 s mukaan lukien kohteiden asettelu.

Vaakatasossa pyörähtävä potku

Ensimmäinen tekniikka on vaakatasossa pyörähtävä hyppypotku, joka suoritetaan ilmassa. Esimerkkinä tällaisesta on 360 pyörähdyskiertopotku (tunnetaan myös ainakin hyrränä, tornadona ja pyörähdyskiertopotkuna).

Pisteitä saa pyörähdysten lukumäärästä, kohteiden määrästä ja tekniikan puhtaudesta riippuen seuraavasti:

Pyörähdysten lukumäärä	Pisteet
360 astetta (kokonainen kierros, esimerkki: pyörähdyskiertopotku)	30 p
540 astetta (puolitoista kierrosta, esimerkki: 540 takakiertopotku)	45 p
720 astetta (kaksi kierrosta)	50 p
900 astetta (kaksi ja puoli kierrosta)	65 p
1080 astetta (kolme kierrosta)	80 p

Kohteista saa kymmenen (10) pistettä jokaisesta onnistuneesta potkusta. Levyjä murskattaessa onnistunut tekniikka on sellainen, jolla levy rikkoutui.

Esimerkkivideoita vaakatasossa pyörähtävistä potkuista:

- [360 kiertopotku yhdellä kohteella](#) (pisteitä tästä saisi 40)
- [360 kiertopotku kahdella kohteella](#) (pisteitä tästä saisi 50)
- [540 takakiertopotku kolmella kohteella](#) (pisteitä tästä saisi 75)
- [720 kiertopotku neljällä kohteella](#) (pisteitä tästä saisi 90)
- [900 takakiertopotku yhdellä kohteella](#) (pisteitä tästä saisi 65)



Volttipotku

Toinen suoritus on volttipotku. Volttipotkuissa pyritään vaakatasossa olevan akselin ympäri ja potkaistaan yhteen tai useampaan kohteeseen. Onnistuneista potkuista kohteisiin saadut pisteet määräytyvät seuraavasti:

Kohteiden lukumäärä	Pisteet
Yksi (1) kohde	40 p
Kaksi (2) kohdetta	55 p
Kolme (3) kohdetta	70 p
Neljä (4) kohdetta	85 p

Tuomarit arvioivat hyppypotkujen teknisen suorituksen siten, että tuomareiden yhteenlasketut tekniset pisteet kustakin potkusta ovat yhteensä enintään 30,0. Yhteensä kahden potkun tekniset pisteet voivat siis olla enintään 60,0.

Kohteiden lukumäärän ja teknisen puhtauden lisäksi mahdollinen kosketus maahan huomioidaan volttipotkun pisteytyksessä kertoimilla seuraavasti:

- 1) Yksi käsi maassa: kerroin: 0,5
- 2) Kaksi kättä maassa: kerroin 0,25

Kilpailu voidaan käydä myös siten, että tehdään vain toinen suorituksista (vaakatasossa pyörähtävä). Tällöin aikaa suoritukseen on 45 sekuntia.

Hylkäysperusteet: ("Sil-Gyouk")

- Mikäli suoritusaika ylittyy
- Mikäli mikään kehon osa polven yläpuolelta osuu maahan hyppypotkun jälkeen.
- Kun pakollisia ohjeita rikotaan.
- Kun kilpailija käyttäytyy murskauksen aikana epäurheilijamaisella tavalla. Tämä johtaa hylkäykseen koko kilpailusta.
- Väärällä henkilöllisyydellä esiintyminen. Tämä johtaa hylkäykseen koko kilpailusta.

Kilpailun tulos:

Eniten pisteitä saanut kilpailija voittaa.



4 PROTESTI

Protestimaksu on 100 €. Mikäli protesti hyväksytään, protestimaksu palautetaan.

Protestin voi tehdä seuraavista asioista:

- Väärä tuomio kilpailijalle
- Kilpailija osallistuu väärään sarjaan

Protesti tulee toimittaa kirjallisena tuomarivalvojalle 10 minuutin kuluessa sarjan päättymisestä.



Liitteet

Liitteisiin on koottu sääntöjä kilpailumuodoista, joita on järjestetty murskauskilpailuiden yhteydessä demolajeina. Liitteen lajit eivät ole osa virallisia sääntöjä. Liitteiden tavoitteena on parantaa muiden kuin virallisten kilpailumuotojen sääntöjen saatavuutta ja yhtenäistää tapahtumien sisältöä niiltä osin kuin järjestävät seurat haluavat sisällyttää lisälajeja tapahtumiinsa.

Liite 1: Murskauksen vapaaohjelma

Vapaaohjelmassa kilpailija saa itse päättää, mitä tekniikoita käyttää. Suorituksen tulee kuitenkin täyttää seuraavat vaatimukset:

1. Kohteita tulee olla yhteensä 6-10.
2. Vähintään 30 % tekniikoista tulee olla potkutekniikoita.
3. Vähintään 30 % tekniikoista tulee olla käsitekniikoita.
4. Murskauslevyt saa asettaa vapaasti.
5. Samaa levyä ei saa yrittää murskata kuin kerran, vaikka kaatuisi tekniikan aikana.

Arvostelukriteerit:

Ohjelman pisteytys määräytyy seuraavasti

1. Tarkkuus (Accuracy) (Enintään 4,0 pistettä)
 - Murskattujen levyjen määrä
 - Laskeutuminen: Laskeutumisen tasapainoisuus murskaustekniikan jälkeen
 - Pistevähennykset on esitetty alla olevassa taulukossa
2. Ohjelman asettelu (Program arrangement) (Enintään 6,0 pistettä)
 - Taito: Tekniikan vaikeustaso (korkeus ja pyörimisen määrä)
 - Ilmaisus: Teknisen suorituksen tarkkuus ja vakaus ilmassa oltaessa
 - Luovuus: Ohjelman ja käytettyjen tekniikoiden monipuolisuus

Virhe	Pistevähennys
Murskaamatta jäänyt levy	0,2
Epätasapainoinen laskeutuminen	0,1
Yksi käsi koskee maata laskeuduttaessa	0,3
Kaatuminen: molemmat kädet tai polven yläpuolella oleva vartalon osa osuu maahan	0,5
Avustaja edesauttaa levyn rikkoutumista	0,3
Aikarajan ylitys (jokainen alkava 10s)	0,3

Suoritus tehdään 8 m x 8 m tai 10 m x 10 m kokoisella alueella.

Suoritukseen on aikaa 120 sekuntia mukaan lukien kohteiden asettelu.



Liite 2: Pituushyppysivupotku

Pituushyppysivupotkussa on yksi kohde. Hyppy suoritetaan ennalta määrätyn viivan takaa ja kohteeseen tulee osua kaikkien kehon osien ollessa ilmassa. Voittaja on se, joka osuu kauimpana olevaan kohteeseen kaatumatta missään vaiheessa suoritusta. Kaatumiseksi katsotaan minkä tahansa muun kehon osan kuin jalkaterän osuminen maahan myös osuman jälkeen.

Kohteen etäisyys määritetään 10 cm välein. Kilpailijalla on enintään 3 yritystä ja kohteen etäisyyttä saa muuttaa vapaasti yritysten välillä.

Kilpailun järjestäjästä riippuen kohde voi olla kiinni telineessä tai sitä voidaa pitää käsin.

Suoritus tehdään 8 m x 8 m kokoisella alueella.

Esimerkkivideoita:

- [Pituushyppypotku \(alk. kohdasta 1min23s\)](#)