



Regulamin Kaszubskiej Ligi Akrobatyki – Edycja 2025/2026

1. Postanowienia ogólne

1. Kaszubska Liga Akrobatyki (dalej „Liga”) jest cyklem zawodów sportowych umożliwiających uczestnictwo dzieciom i młodzieży trenującym dyscypliny akrobatyczno-gimnastyczne. Celem Ligi jest popularyzacja ruchu i zdrowego stylu życia, podnoszenie poziomu sportowego oraz integracja środowiska klubów akrobatycznych na Kaszubach.
2. Zawody odbywają się bez ograniczeń formalnych, przy zachowaniu zasad bezpieczeństwa i etyki sportowej. Regulamin określa prawa i obowiązki uczestników, organizatora i osób współpracujących.
3. Oficjalne języki komunikacji Ligi to polski, a wszystkie informacje organizacyjne publikowane są za pośrednictwem strony internetowej Ligi oraz kanałów społecznościowych.

2. Organizator

1. Organizatorem cyklu jest Klub Sportowy GCA Kartuzi, NIP 5543022907, ul. Kościerska 9b lok. 5, 83-300 Kartuzi. (dalej zwany „Organizatorem”).
2. Organizator jest odpowiedzialny za przygotowanie i przeprowadzenie zawodów, wyznaczenie miejsca, obsadę sędziowską, zapewnienie opieki medycznej oraz niezbędnego sprzętu.
3. Wszelki kontakt z Organizatorem należy kierować na oficjalny adres korespondencyjny oraz adres elektroniczny podany w komunikatach organizacyjnych.

3. Uczestnicy i warunki udziału

1. W zawodach mogą brać udział zawodnicy i zawodniczki w wieku do 18 lat, reprezentujący kluby sportowe lub uczestniczący indywidualnie pod opieką klubu/sekcji.
2. Warunkiem dopuszczenia do startu jest:
 - a. terminowe zgłoszenie poprzez system rejestracji wskazany w komunikacie organizacyjnym;
 - b. wniesienie opłaty startowej ustalonej i ogłoszonej dla danej edycji zawodów;
 - c. dostarczenie oświadczenia klubu lub opiekuna o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w rywalizacji;
 - d. posiadanie ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków na czas udziału w zawodach;
 - e. opanowanie układów obowiązkowych w stopniu gwarantującym bezpieczeństwo występu;
 - f. zapewnienie opieki wychowawczej przez osobę pełnoletnią podczas pobytu na zawodach.
 - g. Opłata startowa określana jest w komunikacie organizacyjnym publikowanym przed każdym wydarzeniem. W przypadku zgłoszenia po terminie przewidziany jest podwyższony koszt udziału.
3. Zawodnik może startować w więcej niż jednej kategorii, deklarując, w której kategorii będą naliczane punkty za start. Za każdą dodatkową kategorię pobierana jest odrębna opłata.

4. Cykl i organizacja zawodów

1. Liga obejmuje dwie imprezy odbywające się w trakcie roku szkolnego 2025/2026. Dokładne terminy oraz lokalizacje każdej imprezy określa oddzielny komunikat organizacyjny.
2. Zawody odbywają się na specjalistycznej ścieżce akrobatycznej oraz w hali wyposażonej zgodnie z przepisami bezpieczeństwa.
3. Podczas każdego wydarzenia prowadzona jest osobna klasyfikacja dziewcząt i chłopców w poszczególnych kategoriach.
4. Organizator zapewnia obsługę sędziowską, system komputerowy do liczenia wyników, opiekę medyczną, zaplecze techniczne oraz nagrody dla uczestników.
5. Dodatkowe informacje organizacyjne, w tym plan minutowy zawodów, listy startowe i komunikaty techniczne, są publikowane przed każdymi zawodami.

5. Kategorie, układy i specyfikacje

1. Zawody odbywają się w trzech kategoriach:
2. Początkujący
3. Średniozaawansowany
4. Zaawansowany
5. Każda kategoria obejmuje dwa układy, które zawodnik musi wykonać. Układy składają się z obowiązkowych elementów ułożonych w określonej kolejności oraz maksymalnie pięciu elementów premiowanych, za które zawodnik może zdobyć dodatkowe punkty.

Opisy Kategorii

1. Początkujący
– stworzona dla osób, które dopiero zaczynają swoją przygodę z akrobatyką. Układy składają się z prostych elementów równowagi, przewrotów oraz skoków o niskim stopniu trudności.
2. Średniozaawansowany
– układy zawierają połączenia przewrotów, obroty w powietrzu oraz elementy, które wymagają większej dynamiki i koordynacji.
3. Zaawansowany
– przeznaczona dla najbardziej doświadczonych uczestników. Układy obejmują sekwencje wymagające znacznej siły, szybkości i odwagi, w tym złożone salta oraz przerzuty z kilkukrotnymi obrotami.
4. Specyfikacja układów:

Układ 1 – Początkujący

nr	element	status	wartość premiowa
1	postawa zasadnicza na ścieżce	obowiązkowy	-
2	Waga bokiem z zatrzymaniem 2 s; powrót do postawy	premiowy	1,00 pkt
3	Z miejsca przewrót w przód i łącznie po przewrocie, z odbicia obunóż, lotny przewrót w przód i łącznie z wysoku półobrót do postawy	premiowy	1,00 pkt 1,00 pkt
4	Z wysoku tempowego dwa połączone przerzuty bokiem. ,drugi na jednej ręce zakończony do wypadu na dowolną nogę	premiowy	1,00 pkt 1,00 pkt
6	Postawa na zakończenie ćwiczenia	obowiązkowy	-

Układ 2 – Początkujący

Nr	element	status	wartość premiowa
1	Postawa zasadnicza na ścieżce	obowiązkowy	-
2	Szpagat poprzeczny z zatrzymaniem 2 s	premiowy	1,00 pkt
3	Dowolne przejście ze szpagatu do postawy zasadniczej	obowiązkowy	-
4	Krok w przód i zamachem jedno nogą stanie na rękach (należy pokazać przejście przez pozycję stania na rękach lub zaznaczyć stanie na rękach)	premiowy	1,00 pkt
5	Łącznie przejście do mostka na dwie nogi – mostek wytrzymać 2s. (dozwolone jest rozłączenie nóg; nogi wyprostowane w kolanach w trakcie wytrzymania) Z mostka przejście w przód przez/na dwie nogi	premiowy	1,00 pkt
7	Skok do szpagatu poprzecznego	premiowy	1,00 pkt
8	Skok do szpagatu prostego	premiowy	1,00 pkt
9	Postawa na zakończenie ćwiczenia	obowiązkowy	-

Specyfikacja układów dla kategorii Średniozaawansowa

Układ 1 – Średniozaawansowany

Nr	element	Status	Wartość premiowa
1	Postawa zasadnicza na ścieżce	obowiązkowy	-
2	Z miejsca przewrót w przód do postawy	premiowy	1,00 pkt
3	Z krótkiego rozbiegu i naskoku obunóż lotny przewrót w przód i łącznie wyskok z półobrotem do postawy	premiowy	1,00 pkt
4	Z miejsca Przewrót w tył do szpagatu poprzecznego	premiowy	1,00 pkt
5	Wstanie do postawy	obowiązkowy	-
6	Z rozbiegu i wyskoku tempowego rundak i łącznie wyskok z półobrotem na 1 nogę	premiowy	1,00 pkt
7	w tempie przerzut bokiem na 1 rękę do wypadu. Dołączyć dowolną nogę do postawy	premiowy	1,00 pkt
8	Postawa na zakończenie ćwiczenia	obowiązkowy	-

Układ 2 –Średniozaawansowany

Nr	element	status	wartość premiowa
1	Postawa zasadnicza na ścieżce	obowiązkowy	-
2	Przerzutu bokiem do postawy	premiowy	1,00 pkt
3	Z rozbiegu salto w przód w pozycji zgrupowanej lub przerzut w przód na dwie nogi	premiowy	1,00 pkt
3a	Salto w przód w pozycji łamanej	premiowy	1,50 pkt
3b	Salto w przód w pozycji prostej	premiowy	2,00 pkt
4	Łącznie przewrót w przód z skokiem z obrotem do postawy	premiowy	1,00 pkt
5	Przewrót w tył przez stanie na rękach Dowolne zejście do postawy	premiowy	1,00 pkt
6	W tempie przewrót w tył do postawy	premiowy	1,00 pkt
7	Postawa na zakończenie ćwiczenia	obowiązkowy	-

Specyfikacja układów dla kategorii Zaawansowany

Układ 1 – Zaawansowana

Nr	element	status	wartość premiowa
1	Postawa zasadnicza na ścieżce	obowiązkowy	-
2	Sekwencja: rundak + flick-flack do tyłu + flick-flack do tyłu + wyskok w górę do postawy	premiowy	1,00 pkt
3	Przewrót w tył przez stanie na rękach, dowolne zejście	premiowy	1,00 pkt
4	Z rozbiegu i wyskoku tempowego przerzut w przód na dwie nogi	premiowy	1,00 pkt
5	Łącznie lotny przewrót w przód	premiowe	1,00 pkt
6	Postawa na zakończenie ćwiczenia	obowiązkowy	-

Układ 2 – Zaawansowana

Nr	element	status	wartość premiowa
1	Postawa zasadnicza na ścieżce	obowiązkowy	-
2	Z miejsca flick-flack w przód i do postawy	premiowy	1,00 pkt
3	Z rozbiegu salto w przód w pozycji zgrupowanej do postawy	premiowy	1,00 pkt
4	Z kroku lub krótkiego rozbiegu salto machowe bokiem do postawy	premiowy	1,00 pkt
5	Z rozbiegu rundak + salto w tył w pozycji pozycji zgrupowanej	premiowy	1,00 pkt
5a	salto w tył w pozycji łamanej	premiowy	1,50 pkt
5b	salto w tył w pozycji prostej	premiowy	2,00 pkt
6	Postawa na zakończenie ćwiczenia	obowiązkowy	-

6. Zasady oceniania

1. Kolejność wykonywanych elementów w układach jest obowiązkowa.
2. Nie wolno poprawiać wykonanego układu ani jego poszczególnych elementów.
3. Wykonywanie elementów na inną stronę (np. nogę, rękę itd.), niż wskazano w opisie i nagraniu układu, nie stanowi błędu.
4. Uczestnik ma prawo do rozgrzewki przed zawodami.
5. Miękkie materace asekuracyjne są dozwolone.
6. Komisja sędziowska powinna składać się z co najmniej dwóch sędziów.
7. Wartość pojedynczego elementu premiowanego lub układu akrobatycznego wynosi 1.00 pkt.
8. Elementy wykonane w sposób technicznie bardzo zły nie będą zaliczane do trudności układu.
9. Pominięcie elementu premiowanego lub jego niezaliczenie spowoduje utratę wartości tego elementu.
10. Elementy bez wartości (dodane przez uczestnika do układu) nie będą zaliczane do trudności układu, a za błędne wykonanie będą stosowane potrącenia.
11. Maksymalna ocena końcowa za wykonanie układu obowiązkowego, ze wszystkimi elementami obowiązkowymi i premiowanymi, wynosi 10.00 pkt. od każdego sędziego.
12. Tabela przykładowych potrąceń za błędy estetyczne lub techniczne w stosunku do idealnego wykonania poszczególnych elementów:

błąd estetyczny lub techniczny	mały 0.10pkt	średni 0.20 pkt	duży 0.30 pkt
Brak wyraźnej pozycji tułowia (zgrupowana, łamana, prosta)	+	+	+
Kroki w staniu na rękach (za każdy krok)	+		
Dodatkowe dotknięcie ścieżki (np. jedną ręką)	+		
Przerwa w ćwiczeniu bez upadku			+
Ugięcie ramion, ugięcie nóg, załamanie tułowia	+	+	+
Rozłączenie nóg	+	+	+
Wykonanie salt z nogami rozłączonymi	< szerokości barków	> szerokości barków	
Rozłączenie nóg w trakcie lądowania	< szerokości barków	> szerokości barków	
Nieznaczna korekta stóp, zamachy rąk po lądowaniu	+		
Utrata równowagi w trakcie lądowania bez upadku lub dotknięcie ręką/rękami (každorazowo)	mały krok lub podskok	duży krok lub podskok, dotknięcie ścieżki jedną lub dwoma rękoma	
Inne błędy estetyczne	+	+	+
Brak gibkości	+	+	+
niepełny obrót	+	+	> 90 i niezaliczenie elementu
Niedostateczna wysokość przy wykonywaniu salt i wyskoków	+	+	+
Dodatkowy podpór ręką (np. po przewrocie w przód)			+
Opuszczenie nóg w			

elemencie do stania na głowie/rękach lub przy wytrzymaniu stania	+	+	> 45 i niezaliczenie elementu
Zejście z linii centralnej ścieżki	+	+	
Brak podniesienia nogi powyżej poziomu wadze przodem lub bokiem	+	+	+
Brak wypadu			+
Inne błędy estetyczne lub techniczne	+	+	+

BŁĄD ESTETYCZNY LUB TECHNICZNY	0.50 pkt.	1,00 pkt
Brak wymaganego elementu w układzie	obowiązkowego	premiowego
Upadek lub podparcie w trakcie lądowania	+	
Upadek przy zeskoku (bez lądowania na nogi)		+ niezaliczenie elementu
Czas trwania zaznaczeń - 1 s		< 1 s brak zatrzymania i niezaliczenie elementu
Czas trwania zatrzymań - 2 s	< 2 s	< 1 s brak zatrzymania i niezaliczenie elementu
Pomoc trenera/opiekuna przy wykonaniu elementu		niezaliczenie elementu
Dodatkowy podpór ręką w przrzucie bokiem na jednej ręce	+	
Brak postawy zasadniczej na początku i końcu układu	+	
Niesportowe zachowanie uczestnika lub trenera/opiekuna	każdorazowo	

7. Zasady klasyfikacji i zdobywania punktów w Kaszubskiej Ligi Akrobatyki

1. Uczestnicy zawodów zdobywają punkty indywidualne według poniższej tabeli:

Punktacja indywidualna w podziale na kategorie Kaszubska Liga Akrobatyki

Kategoria Zaawansowana

Lokata	1	2	3	4.5	7.8	8.9	10.11	12.13	14.15	16>
punktacja	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

Kategoria Średniozaawansowana

Lokata	1	2	3	4.6	7.9	10.12	13.15	16>
punktacja	8	7	6	5	4	3	2	1

Kategoria Początkująca

Lokata	1	2	3	4,5,6,7,8,9	10,11,12,13,14,15	16>
punktacja	6	5	4	3	2	1

2. Uzyskane punkty w tej kategorii są mnożone przez współczynnik 1,5.
3. Klasyfikacja końcowa uczestnika w Kaszubskiej Lidze Akrobatyki jest sumą punktów zdobytych w danej kategorii we wszystkich zawodach cyklu w danej edycji.
4. W przypadku uzyskania takiej samej liczby punktów w klasyfikacji indywidualnej, wyższą pozycję zajmuje:
 - 1) Uczestnik, który brał udział w większej liczbie zawodów Kaszubskiej Ligi Akrobatyki.
 - 2) Uczestnik z większą liczbą kwalifikacji do finału Kaszubskiej Ligi Akrobatyki.
 - 3) Uczestnik, który zdobył więcej medali w Kaszubskiej Lidze Akrobatyki.
 - 4) Uczestnik, który ma więcej pierwszych miejsc medalowych w Kaszubskiej Lidze Akrobatyki.
 - 5) Młodszy uczestnik uzyskuje wyższą pozycję w klasyfikacji Kaszubskiej Ligi Akrobatyki.
5. Klasyfikacja końcowa klubowa jest sumą indywidualnych punktów zdobytych przez uczestników zrzeszonych w danym klubie we wszystkich konkurencjach i kategoriach w cyklu zawodów danej edycji.
6. W przypadku uzyskania takiej samej liczby punktów w klasyfikacji końcowej klubowej wyższą pozycję zajmuje:
 - 1) Klub z większą liczbą uczestników sklasyfikowanych w Kaszubskiej Lidze Akrobatyki.
 - 2) Klub z większą liczbą uczestników zakwalifikowanych do finału Kaszubskiej Ligi Akrobatyki.
 - 3) Klub z większą liczbą uczestników na pozycjach medalowych w Kaszubskiej Lidze Akrobatyki.
 - 4) Klub z większą liczbą uczestników na pierwszych pozycjach medalowych w Kaszubskiej Lidze Akrobatyki.
 - 5) Klub z większą liczbą najmłodszych uczestników sklasyfikowanych w Kaszubskiej Lidze Akrobatyki.

7. Odwołania od przyznanych punktów klasyfikacyjnych można składać najpóźniej do rozpoczęcia kolejnych zawodów cyklu.

7. Rejestracja i opłaty

1. Rejestracja na każde zawody odbywa się wyłącznie w formie elektronicznej za pośrednictwem systemu wskazanego przez Organizatora. Zgłoszenia należy dokonać w terminie określonym w komunikacie organizacyjnym.
2. Wysokość opłaty startowej ustalana jest każdorazowo przed zawodami i publikowana w komunikacie. W przypadku zgłoszeń po terminie Organizator zastrzega możliwość podniesienia opłaty.
3. Opłaty startowe należy uiścić na wskazane konto bankowe lub za pośrednictwem systemu płatności elektronicznych. Potwierdzenie uiszczenia opłaty stanowi warunek zakwalifikowania zawodnika na listę startową.

8. Nagrody

1. Podczas każdej imprezy przyznawane są nagrody rzeczowe lub pamiątkowe za miejsca medalowe w poszczególnych kategoriach. Zakres nagród szczegółowo określa komunikat organizacyjny.
2. Na zakończenie edycji Ligi wręczane są nagrody za klasyfikację końcową indywidualną i klubową. Dla pierwszych trzech miejsc przewidziane są puchary i dyplomy, dla kolejnych miejsc statuetki lub inne nagrody rzeczowe.

9. Bezpieczeństwo i odpowiedzialność

1. Wszyscy uczestnicy i osoby towarzyszące zobowiązani są do przestrzegania regulaminu obiektu, w którym odbywają się zawody, a także poleceń służb porządkowych oraz sędziów.
2. Organizator zapewnia obecność personelu medycznego na terenie zawodów, jednak nie ponosi odpowiedzialności za urazy wynikłe z braku przygotowania zawodnika lub niestosowania się do zaleceń bezpieczeństwa. Posiadanie ubezpieczenia NNW jest obowiązkowe.
3. Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad fair play oraz do poszanowania rywali i sędziów. W przypadku naruszenia zasad Organizator zastrzega sobie prawo do dyskwalifikacji uczestnika.

10. Postanowienia końcowe

1. Decyzje komisji sędziowskiej oraz Organizatora są ostateczne i nie podlegają zaskarżeniu.
2. Organizator zastrzega sobie prawo do interpretacji niniejszego regulaminu oraz wprowadzania zmian, o których poinformuje w stosownym komunikacie.
3. We wszystkich sprawach nieuregulowanych w niniejszym regulaminie decyduje Organizator w porozumieniu z komisją sędziowską i przedstawicielami klubów.