

DKSE KUPA 2026



DKSE
TORNASZAKOSZTÁLY

IDŐPONT: 2026. 11. 07.

**HELYSZÍN: PAP ZOLTÁN
TORNACSARNOK**

DUNAÚJVÁROS, ESZPERANTÓ U. 4.

Decorative wavy lines in blue, red, and grey at the bottom of the page.

A VERSENY CÉLJA :

- barátságos versenyzési alkalom biztosítása
- országos kapcsolattartás
- a torna sportág népszerűsítése

VERSENYSZÁMOK ÉS KORCSOPORTOK:

1. Csapatverseny (Zsebibaba):

II. korcsoport 2018- 2019

III. korcsoport 2016-2017

GYAKORLATANYAG és SZABÁLYOK: MATSZ Zsebibaba szabályok szerint, kivéve a II. korcsoportban. Nyújtó helyett korlát lesz.

2. Egyéni verseny (egyéni összetett és szerenkénti verseny):

“kis serdülő” korcsoport 2015-2016

GYAKORLATANYAG és SZABÁLYOK: 1.sz. melléklet szerint, amely ezen dokumentum végén található.

Megjegyzés: A változtatás jogát fenntartva, az egyéni versenyt csak kellő számú tornász részvétele esetén tudjuk megrendezni. A végleges nevezési határidőt követően, az egyéni verseny megrendezését megerősítjük emailben.

NEVEZÉS:

Előzetes nevezés: **2026. október 10.**

Végleges nevezés: **2026. október 24. (teljes név, születési évszám)**

Elektronikus úton: dksetorna@gmail.com

Kérünk minden egyesületet, hogy legalább 1 pontozóbíró delegáljanak a versenyre, valamint a bírói minősítésüket tüntessék fel! **Kérjük ezt a nevezéssel egy időben elküldeni szíveskedjete!**

NEVEZÉSI DÍJ:

Zsebibaba nevezési díj: 18.000.- Ft/csapat, bíró nélkül: 23.000.- Ft/fő

Serdülő egyéni nevezési díj: 10.000.- Ft/fő, bíró nélkül: 15.000.- Ft/fő

A nevezési díjat átutalással kérjük rendezni, a verseny után kiküldött számla alapján!

Díjazás

Csapatversenyben:

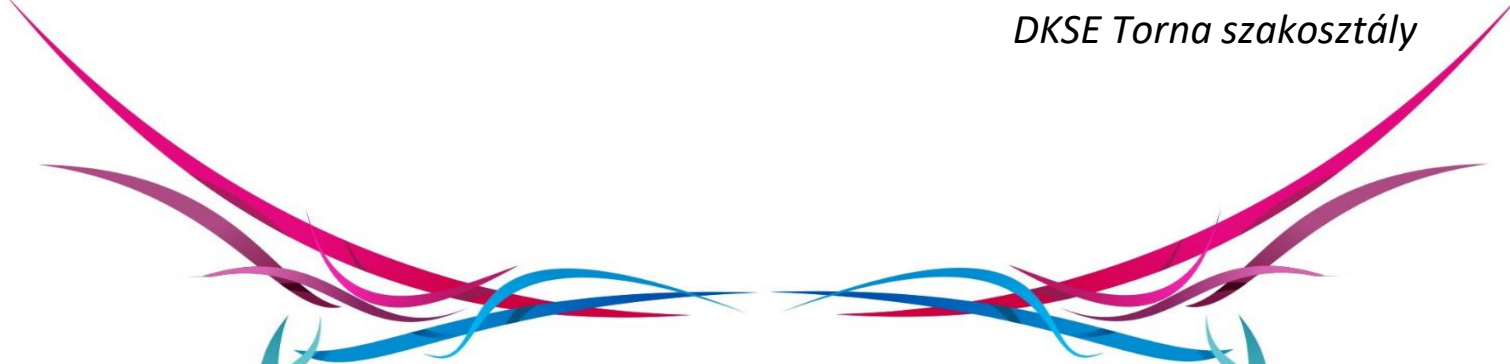
- 1. hely: Kupa, érem, ajándék
- 2. hely: Érem, ajándék
- 3. hely: Érem, ajándék
- további helyezések: Ajándékok

Egyéni versenyben:

- 1. hely: Kupa(Csak egyéni összetettben), érem, ajándék
- 2. hely: Érem, ajándék
- 3. hely: Érem, ajándék
- további helyezések: Ajándék

Minden egyesületet szeretettel várunk!

DKSE Torna szakosztály



1. számú melléklet

„KIS SERDÜLŐ” gyakorlatanyag és szabályok

2015-2016

UGRÁS

Pontozás: “D” pontszám: FIG CODE szerint (Modifikációs szabályzat: Két különböző szám alapján bemutatott ugrások), az első ugrás pontszáma számít bele az egyéni összetettbe, míg a kettő átlaga a szerenkénti eredménybe.

Az ugráshoz 2 ugródeszka vagy a Spieth mini trampolin is használható.
Szer magassága: 110-125 cm között állítható.

“E” pontszám: 10 pontból

FELEMÁS KORLÁT, GERENDA, TALAJ

Pontozás “D” pontszám: FIG CODE szerinti modifikációs szabályzat az érvényes.

A **8** legértékesebb elem számít bele a D pontszámba.

„E” pontszám: 10 pontból

FELEMÁS KORLÁT – további szabályok

- Érték nélküli elemnek számítanak:

bukó billenés, óriás kelep, alaplendület, nyílugrás.

- A megállásért 0,5 pont levonás jár.

(magyarázat: pl. a hátra kelepforgás után, ha a tornász ellendül hátra támaszba, az megállásnak számít. A váll mozgása nem állhat meg. A hátra kelepforgás után a bukóbillenés vagy alálendülés jó választás lehet.)

- Az elem nélkül történő karfaváltásért (átugrás)

nem jár levonás.

- Ha egy karfaközeli elemet vízszintesbe fejez be a tornász, nincs levonás (E) csak leértékelés(D).
C-ről B-re.

GERENDA – további szabályok

- Akrobatikus kötés (speciális követelmény előkészítő) bónusz pontok:

- hátrabógni-flikk, +0,3 pont jár a „D” pontszámhoz
- flikk-flikk, cigánykerék-flikk. +0,5 pont jár a „D” pontszámhoz
- FIG kódnak megfelelő akrobatikus kötésért +0,8 pont jár a „D” pontszámhoz

Csak az első bemutatott kötésért adható ez a bónusz a gyakorlat során. A bónusz, nem a 0,5 pont FIG szerinti speciális követelményért adható ponton felül, hanem ahelyett kerül megadásra.

- Rundelből vagy kétlábas flikkből (a „rebound” a lényeg) végrehajtott szaltós leugrásért +0.3 pont jár a „D” pontszámhoz.

TALAJ – egyéb szabályok

- Nincs egyéb szabály, a FIG CODE szerinti modifikációs szabályzat az érvényes.

EXTRA SZŐNYEG

Megengedett plusz szőnyeg használata a következő feltételekkel:

- Ugráson a szaltós ugrásoknál (maximum méret: 2mX2mX10cm)
- A leugráshoz korláton és gerendán (maximum méret: 2mX1mX10cm)
- A gerenda alá 30 cm magas bála lesz elhelyezve
- Talajon, C vagy nehezebb értékű szaltós elemeknél egy plusz, érkező szőnyeg használható. A gyakorlat alatt a szőnyeg kivehető vagy bent hagyható. (maximum méret: 2mX2mX10cm)

RÖVID GYAKORLAT

„E” pontszám 10.00 pontból, ha 6 elemet teljesített

8.00 pontból, ha 5 elemet teljesített

6.00 pontból, ha 4 elemet teljesített

4.00 pontból, ha 3 elemet teljesített

