



LAUSANNE (SUI), Červen 2019

## PRAVIDLA 2018

### Otázky a odpovědi

#### Všeobecná ustanovení

1. Gymnastka ztratí 1 kužel mimo závodní plochu. Vezme si náhradní kužel, odloží svůj druhý kužel a vezme si druhý náhradní, aby měla dva stejné. Jaká je srážka? **0,30 + 0,30 (dvě různé, v odlišný čas).**
2. Co dělat v tomto případě: ve společné skladbě s kužely dvě různé gymnastky ztratí každá jeden kužel mimo závodní plochu, přičemž tyto kužele opustí plochu přes stejné nebo různé pomezí čáry? **0,30 + 0,30,**
3. Jedna gymnastka ztratí oba své kužele najednou, ale každý kužel opustí plochu přes jinou pomezí čáru. Kdo uděluje srážku? **Pouze 1 srážka -0,30 (#3.2, str. 8), a vyšší sbor rozhodčích (pro FIG, jinak hlavní rozhodčí) potvrdí, který pomezí rozhodčí udělí srážku.**
4. Může mít gymnastka oblečený dres a k tomu "ponožky" nebo dekorativní návleky? **Ne, protože dres musí být celý v jednom kuse (jednodílný).**
5. Cvičení jednotlivců. Uděluje se srážka, pokud prvek z dané skupiny obtížnosti je předveden ale nikoliv započítán mezi 9 nejvyšších hodnocených? **Žádná srážka za „chybějící prvek obtížnosti“ (např. rotace) pokud je prvek v sestavě předveden, dokonce i když není započítán mezi nejvyšších 9 hodnocených.**
6. Během cvičení s obručí gymnastka ztratí náčiní mimo závodní plochu a vezme si náhradní, aby mohla v sestavě pokračovat. V další části sestavy gymnastka znovu přijde o náčiní, které opět opustí plochu. Nevezme si obruč, o kterou bezprostředně přišla ani další náhradní, ale vezme si svou obruč, o kterou přišla na začátku. Jaká je srážka od pomezího rozhodčí a koordinačního rozhodčí? **První ztráta: 0,30 za opuštění plochy náčiním (pomezí rozhodčí); druhá ztráta: 0,30 za opuštění plochy náčiním (pomezí rozhodčí), 0,30 za gymnastku za plochu (pomezí rozhodčí), a 0,50 za použití neoprávněného náčiní (koordinační rozhodčí).**
7. **Pokud se gymnastka zraní nebo není schopna dokončit sestavu z nepředvídatelného důvodu, jak by měli rozhodčí postupovat? Každá podskupina rozhodčích D a E udělí body za sestavu až do okamžiku, kdy přestala gymnastka cvičit, včetně všech příslušných srážek.**
8. **Pokud náčiní opustí závodní plochu, gymnastka si vezme náhradní náčiní, načež se její náčiní samo vrátí a zůstane na závodní ploše, uděluje se za to srážka? 0,30 za opuštění závodní plochy náčiním a 0,50 za neoprávněné použití náhradního náčiní (původní náčiní je stále na ploše).**






**NEWSLETTER | MODERNÍ GYMNASTIKA | č. 01 – březen, červen,  
doplněno listopad 2018 a červen 2019**

9. **Jaký je program náčiní pro kategorii Juniorky v sezóně 2019-2020? Viz Pravidla s. 81!**  
**Jednotlivci: švihadlo, míč, kužele, stuha; Společné skladby: 1. sestava: 5 obručí; 2. sestava: 5 stuh**



## D1 - D2

1. Jak mají rozhodčí chápat rozdíl mezi odchylkou 10° (0,10) a 11° (0,30)? **Úhly jsou jen vodítkem. Rozhodčí se naučí uvažovat v pojmech malé, střední a velké srážky.**
2. Během skrčení zánožmo při BD: může se chodidlo (resp. noha od kotníku dolů) dotýkat jakékoliv části hlavy? **Ano.**
3. Jaká bude technická srážka za dálkový skok se skrčením zánožmo pokud je proveden s malou odchylkou v provazu a zároveň s malou odchylkou ve skrčení zánožmo? **Technická chyba: -0,10 (za malou odchylku provazu) a -0,10 (za malou odchylku skrčení zánožmo) Viz #2.3.1, str. 15, BD je uznán se srážkou za techniku provedení "za každou jednotlivou nesprávnou pozici těla."**
4. Dálkový skok se skrčením zánožmo: Střední odchylka gymnastky ve skrčení zánožmo (0,30) a přední noha se střední odchylkou v provazu (0,30). Dělá to 0,60? **Ano, technické chyby jsou 0,30 + 0,30; BD je uznán se středními odchylkami.**
5. Kromě nesprávné pozice těla (provaz či skrčení zánožmo, atd.), pokud gymnastka provede skok „houpačkou“, udělí rozhodčí techniky provedení srážku za nesprávný tvar s odchylkami a zároveň za „houpačku“? **Ano, rozhodčí udělí srážku za „nesprávný tvar s (malou, střední, velkou) odchylkou“ (za každou relevantní pozici těla #2.3.1) a "tvar s (malou, střední, velkou) houpačkou."**
6. Jaké jsou hodnoty D a technické chyby u těchto skoků provedených tímto způsobem:



D: 0,30 TF: -0,50	D: 0,50 TF: -0,30	D: 0,50 TF: -0,10
		

7. Dále k výše uvedenému příkladu: pokud gymnastka předvede dálkový skok v sestavě později, je tento skok uznán? **Ne, to je opakování prvního skoku, takže tento není uznán a nemůže být mezi nejlépe hodnocenými 9.**



8. Pokud gymnastka předvede skok s „nesprávným doskokem: zřetelně prohnutá záda v poslední fázi doskoku“, a kvůli tomu její přední noha dopadne tvrdě, měl by rozhodčí techniky provedení udělit srážku 0,30 (doskok s prohnutými zády) + 0,10 (tvrdý dopad)? **Nejčastěji je skok s „nesprávným doskokem: zřetelně prohnutá záda v poslední fázi doskoku“, doprovázen tvrdým dopadem přední nohy; z tohoto důvodu by měla být udělena pouze jedna srážka za každý skok: za prohnutá záda během poslední fáze doskoku -0,30; pouze za samotný tvrdý dopad (bez prohnutí zad v poslední fázi) -0,10.**
9. Skok obtížnosti #20 - Dálkový skok, nebo se skrčením zánožmo nebo se záklonem trupu nebo s odrazem a dopadem na stejnou nohu (Zaripova). Měla by gymnastka předvést jak provaz tak skrčení zánožmo v „Zaripova“? **Ano, obě tato kritéria jsou vyžadována.**
10. Pokud je prvek obtížnosti rovnováhy předveden s malou nebo střední odchylkou tvaru, je tato pozice stále považována za „dobře definovanou“ z hlediska uznání tohoto prvku rovnováhy? **Ano, viz #2.3.1. Tvar s malou nebo střední odchylkou ve tvaru je rozeznatelný a může být posouzen z hlediska chyb(y) techniky.**
11. U prvku obtížnosti rovnováhy: je takový prvek uznán, pokud gymnastka nepředvede „stop pozici“? #9.1.2: **Pokud je tvar dobře definován a prvek s náčiním je proveden správně (např.: u vysokého unožení bez pomoci ruky s odbitím míče během předváděného tvaru) ale stop pozice je nedostatečná, rovnováha je uznána se srážkou za techniku provedení (-0,30 „tvar není udržen po dobu minimálně 1 sec“ str. 34).**
12. U těchto prvků rovnováhy:  a , pokud se trup nachází mezi oběma těmito tvary, jedná se o odchylku tvaru? **Ne: u prvku rovnováhy #8 je trup „horizontálně nebo níž“; proto cokoliv horizontálně nebo níž je uznáno bez odchylky.**
13. U prvku rovnováhy #23, je nezbytné předvést stop pozici v prvním tvaru? **Ne, jedná se o dynamickou rovnováhu, která nevyžaduje stop pozici v žádné fázi (#9.1.2,C).**
14. Pokud gymnastka předvede stop pozici v dynamické rovnováze, uděluje se nějaká srážka? **Ne, žádná.**
15. Pokud gymnastka předvede stop pozici v dynamické rovnováze a správnou manipulaci s náčiním a poté dá ruku dolů jako oporu, je BD uznán? **Ne: pokud dojde ke ztrátě rovnováhy a pomoci ruky zatímco gymnastka zůstává v jakémkoliv fázi rovnováhy, BD se neuznává (viz. #2.2.3).**
16. Co se týče #10.1.2: “Prvek rotace bude ohodnocen podle počtu předvedených rotací. V případě přerušení (poskok), bude uznána pouze hodnota rotací předvedených před přerušením.” Jsou nějaké rotace uznány po poskočení bez přemístění i poskočení s přemístěním? **-0,1 poskok(y) bez přemístění: Ano, uznává se; -0,3 poskok(y) s přemístěním: neuznává se.**



17. Během rotace se gymnastka opře o patu v části rotace předváděné v relevé, je obtížnost uznána? Podle 10.1.2 Prvek rotace bude hodnocen podle počtu předvedených rotací. Pokud dojde k přerušení před dokončením základní rotace, prvek obtížnosti se neuznává. V případě přerušení v dalších rotacích po první základní rotaci, uznává se pouze hodnota rotací předvedených před přerušením.
18. Během rotace musí být tvar dosažen před ukončením minimální základní rotace (#10.1.7): znamená to, že je základní rotace uznána i s odchylkou ve tvaru? Ano, pokud je tvar rozpoznatelný před dosažením závěrečné pozice. Nicméně, v této rotaci , může být tvar rozeznán, pouze pokud je dosaženo závěrečné pozice. Pozor: odchylka ve tvaru je něco jiného než přípravná fáze rotace.
19. U  je nezbytné, aby se paže dotkly nohy? Ne, dotyk paže a nohy není nutný, požaduje se provaz a záklon trupu pod horizontální úroveň.
20. Během obratu penché se skrčením zánožmo, je u první rotace je malá odchylka ve skrčení zánožmo, u druhé rotace není žádná odchylka a u třetí rotace je střední odchylka ve skrčení zánožmo: Jaká je technická chyba? -0,30 za střední odchylku, udělená jednou za stejnou pozici těla během jednoho BD.
21. Pokud je míč umístěn na zádech během obratu se skrčením zánožmo s pomocí ruky, je nezbytné, aby se noha jakkoliv dotýkala hlavy? Ano; u BD, které vyžaduje kontakt mezi hlavou a nohou, se noha musí dotýkat libovolné části hlavy, včetně účesu („drdolu“).
22. Strana 22. Poznámka: „Prvek s náčiním může udělat platným pouze jeden prvek obtížnosti BD, i když má takový prvek s náčiním 2 akce.“ Mohli byste, prosím, objasnit, zda je toto správné: To samé odbití míče (odbití a chycení po tomto odbití) nemůže být použito ve dvou spojených rovnováhách – např. odbití při první rovnováze a chycení při druhé? Správně.
23. Pokud má gymnastka na stuze malý uzel, bude BD uznáno s tímto uzlem? Neuznává se, protože to je technická chyba za -0,30 (viz BD #2.2.3, taneční kroky #4.4, AD #6.2.3)
24. Taneční kroky: jsou pre-akrobatické prvky v seznamu 5.4.1 a podmetenka jedinými prvky, které nejsou schválené v tanečních krocích (byly by schváleny jiné prvky rotace neuvedené ve zmíněném seznamu během prováděné série kroků?) Ty ze seznamu #5.4.1 a #5.4.2 nejsou schváleny během tanečních kroků a jakékoliv modifikace v provedení pre-akrobatických prvků ze seznamu rovněž ne.
25. Během série tanečních kroků (S), změní gymnastka dvakrát modalitu kroků, ale nezmění rovinu, rytmus ani směr. Je tato série tanečních kroků uznána? Ne, protože chybí 1 z minimálně 2 různorodostí (4.1.3).



26. Gymnastka předvede sérii tanečních kroků, splní veškeré požadavky po dobu 8 sec.; poté ještě v tanečních krocích pokračuje, ale ztratí náčiní. Je série kroků uznána? **Ano, pokud nejprve splní všechny požadavky, uznává se.**
27. Pokud gymnastka provede odbití míče pod nohou během skoku z pravé ruky do levé a pak během rovnováhy provede odbití míče před sebou, jsou tato odbití považována za odlišná? **Ano, jsou.**
28. Pokud gymnastka provádí rovnováhu fouetté s poskočením během některé fáze rovnováhy, je tato rovnováha uznána? Jaká je technická chyba? **Ano, uznává se: viz Pravidla #2.2.3, str. 15: jen v případě těch bodů v seznamu #2.2.3 se BD neuznává; technické chyby jsou na str. 48, Základní technika: „ztráta rovnováhy s dodatečným pohybem bez přemístění“ (-0,10) nebo „ztráta rovnováhy: dodatečný pohyb s přemístěním“ (-0,30). V obou případech, toto jsou chyby techniky těla nikoliv náčiní, takže BD se uznává.**
29. Během rovnováhy fouetté, gymnastka provede jednu část rovnováhy při rotaci: Uznává se to? **Ne.**
30. Pokud drží gymnastka míč proti předloktí během BD a náčiní je „nestabilní“, uznává se to? **Ano, uznává: viz Pravidla #2.2.3, str. 15: jen v případě těch bodů v seznamu #2.2.3 se BD neuznává; míč „uchopený proti předloktí“ je chyba techniky náčiní za -0,10 (str. 50), takže se uznává (v případě chyby v technice náčiní za -0,30 nebo víc se BD neuznává).**
31. Pokud gymnastka dokončí 360° základní rotaci u prvku obtížnosti rotace se správnou manipulací a platným tvarem a pak vypadne z osy, je tento BD ještě uznán s technickou chybou -0,30? **Ano, uznává se, pokud je základní rotace správně dokončena s manipulací, technická chyba za vypadnutí z osy. Pokud dojde k vypadnutí z osy před ukončením základní rotace, neuznává se, protože není provedeno v souladu se základní charakteristikou.**
32. Budou uznány BD nebo série tanečních kroků s jakýmkoliv uzlem na stuze? Musí být tento uzel odstraněn? **BD nebo série kroků s uzlem na stuze se neuznává, kvůli technické chybě náčiní za 0,30 nebo víc (#2.2.3, str. 15). Je nezbytné uzel odstranit nebo si vzít náhradní náčiní, aby mohly být ohodnoceny jakékoliv zbývající prvky obtížnosti.**
33. Pokud gymnastka předvede rovnováhu ve správném tvaru a platnou manipulací s náčiním po dobu kratší než 1 sec. (ne „jednadvacet“) je to uznáno? **Uznává se, s technickou chybou za -0,30 (#9.1.2).**
34. Může gymnastka držet svou stojnou nohu rukou či paží během rovnovážného tvaru (např. penché – váha úklonmo)? **Gymnastka se může dotýkat stojné nohy, ale nesmí používat oporu o stojnou nohu pro udržení rovnováhy těla.**



**POZOR:**

- 2 BD nedominantní rukou u Juniorek!
- Opakování identické manipulace u 2 různých BD
- Neplatná manipulace (tj. poklepávání obručí o plochu)
- Taneční kroky, které netrvaly celých 8 sec (poslední sekunda(y) jsou přípravou pro další prvek obtížnosti)

## D3 - D4

1. Pokud gymnastka záměrně chytne obruč na zápěstí či předloktí, je to uznáno jako „přímé chycení v rotaci“ přestože se to neuznává jako „bez pomoci rukou“? **Ano. Uznává se jako přímé chycení v rotaci (úmyslné chycení na paži), ale ne za dalších 0,10 za chycení „bez pomoci rukou“.** Chycení na jinou část (např. loket) může být také chycením „bez pomoci rukou“. Není to technická chyba za nesprávné chycení, když může rozhodčí poznat, že jde o úmyslnou součást choreografie (a hladce navazuje a následně pokračuje dalším pohybem).
2. Kolik kroků je tolerováno po provedení chainne, hvězdy nebo přemetu za účelem chycení náčiní, než dojde k udělení srážky za „nepřesnou trajektorii“? **V případě chainne: gymnastka musí vykročit z rotace - tento krok je tolerován. Pokud gymnastka provede tento tolerovaný krok, aby ukončila chainne nebo pre-akrobatický prvek, je to akceptováno. Ale pokud je tento krok proveden, aby gymnastka zabránila pádu náčiní, bude to považováno za nepřesnou trajektorii.**
3. Pokud má gymnastka v sestavě choreografické kroky nebo stylizovaný pohyb těla pod letícím náčiním během AD, není uplatněna srážka za nepřesnou trajektorii, správně? **Správně.**
4. Pokud gymnastka chytí náčiní během poslední rotace v riziku např. při podmetence, hvězdě nebo kotoulu, ale toto chycení neproběhne bez zrakové kontroly, je toto platné pro počet rotací v riziku a jakákoliv doplňující kritéria jako např. změnu osy nebo znovuvyhození (přestože to není možné u „přímého chycení v rotaci“?) **Ano.**
5. V AD při vyhození náčiní s rotací v horizontální rovině, musí být toto náčiní vyhozeno také nejméně do dvojnásobku výšky gymnastky? **Pouze jestli má být uznáno jako AD 0,3 za vysoké vyhození.**
6. Pokud gymnastka ztratí jeden konec švihadla s přerušením, riziko se započítává? **Ano (podle definice rizika).**
7. Při chytání stuhu v rotaci, je chycena nikoliv tyčka, ale část stuhu, riziko se započítává? **Ano (podle definice rizika).**
8. Pokud gymnastka provede základní požadavky pro riziko, ale spadne, aby chytla náčiní, riziko se započítává? **Ano (podle definice rizika).**
9. Pokud má gymnastka malý uzel na stuze, riziko se uznává i s tímto uzlem? **Uznává (viz. #5.1.2 a #5.1.4).**
10. Ohledně výšky vyhození náčiní při AD: pokud gymnastka vyhodí stuhu plně nataženou směrem od sebe, (nikoliv nahoru), jedná se o střední vyhození? **Ano.**










## NEWSLETTER | MODERNÍ GYMNASTIKA | č. 01 – březen, červen, doplněno listopad 2018 a červen 2019

11. Niž uvedené nefundamentální manipulace kutálení např. kuželů/stuhy jsou platné za 0,30 AD pouze, jsou-li provedené minimálně přes dva velké segmenty těla podle 6.3.2, správně? **Ano, za 0,30,**
  - a) Kutálení 1 nebo 2 kuželů přes minimálně 2 velké segmenty těla
  - b) Kutálení tyčky ke stuze přes minimálně 2 velké segmenty tělaPoznámka:
  - Kutálení 1 nebo 2 kuželů po části těla nebo po ploše bude uznáno za AD 0,20,
  - Kutálení tyčky ke stuze po části těla nebo po ploše bude uznáno za AD 0,20,
12. Pokud má prvek AD dvě báze, jak určí rozhodčí hodnotu? **Hodnota nejvyšší správně provedené báze.**
13. Může gymnastka obdržet 2 AD (AD vyhození a chycení tohoto AD), pokud jsou provedena správně? **Ano, pokud mají dvě různé báze, ale také dvě různá kritéria.**
14. **Bude uznáno AD s malým uzlem na stuze? AD s malým uzlem na stuze se neuznává, kvůli technické chybě náčiní za 0,30 (#6.2.3, str. 27). Velká změna základní techniky náčiní (technická chyba 0,30 nebo více). Je nezbytné uzel odstranit nebo si vzít náhradní náčiní, aby mohly být ohodnoceny jakékoliv zbývající prvky obtížnosti.**
15. **Gymnastka provede rovnováhu penché s rotací obruče na zvednuté noze (bez pomoci rukou, bez zrakové kontroly), pak malé vyhození obruče bez pomoci rukou a bez zrakové kontroly stále držíc tuto rovnováhu. Je to jedno nebo dvě AD? To je jedno AD: jedna „zvláště obtížná synchronizace mezi náčiním a tělem.“**
16. **U AD: pokud jsou báze a kritéria provedena správně, uznává se AD? AD musí být podle úplné definice (#6.1) nikoliv částečné definice.**
17. **Někdy jsou prvky AD „zajímavé“ nebo „inovativní“, ale nesplňují dvě kritéria (nebo dvě báze s jedním kritériem), mohou být takové prvky uznány, protože splňují většinu definice? Ne, aby bylo uznáno, AD musí splňovat úplnou definici (#6.1).**
18. **Pokud se gymnastka pokusí provést velké kutálení, ale míč se ve skutečnosti nekutálí po dvou velkých segmentech těla, je to technická chyba nebo se AD neuznává? Oboje: AD se neuznává, protože definice báze (kutálení přes dva velké segmenty) není splněna; je zde i technická chyba za 0,10 dle konkrétní chyby (neúplné kutálení nebo kutálení s odbitím).**
19. **Můžete vysvětlit rozdíl mezi „kutálením“ a „klouzáním“?: KUTÁLENÍ: rotační pohyb kolem jedné osy; KLOUZÁNÍ: pohyb s padáním seshora dolů.**
20. **Objasnění: je např. přemet stranou (hvězda) na jedné ruce stejný prvek jako přemet stranou na obou pažích (opakování prvku) nebo to jsou různé tvary? Stejně tvary (opakování prvku) #5.4.2. výčet odlišností**  
**Přemety a hvězdy jsou považovány za rozdílné:**
  - vpřed, vzad nebo stranou
  - na předloktích, na hrudníku nebo na zádech



**NEWSLETTER | MODERNÍ GYMNASTIKA | č. 01 – březen, červen, doplněno listopad 2018 a červen 2019**

- s nebo bez výměny nohou
- počáteční nebo konečná pozice na zemi nebo ve stoji

21. Definice „Bumerang“:  „Bumerang“: vypuštění stuhy (konec stuhy je držen) do vzduchu nebo po zemi a chycení: prvek obsahující pouze stažení stuhy zpět (bez vypuštění) nesplňuje definici Bumerangu.
22. AD, ujasnění:
- střední vyhození  = 1 možné AD (0,20)
  - chycení ze středního vyhození : 1 možné AD (0,20)
  - malé vyhození/chycení  = 1 možné AD (nelze počítat jako 2 AD - vyhození a chycení, jedná se o 1 technickou skupinu)
-  2 různé technické skupiny (#3.4)
23. Je možné počítat prvek obtížnosti s rotací pro platnost AD jako 2 kritéria „BD –prvek obtížnosti“ a „rotaci“? **NE: v zásadě dle pravidel nelze použít jeden prvek (nebo v některých případech jednu akci) pro přičtení jeho hodnoty dvakrát. Obě kritéria (BD a rotace) proto nemohou vycházet ze stejného jediného prvku; je nutné mít druhou bázi nebo další kritérium.**
24. Mohou dvě odlišná AD být provedena během jedné rovnováhy Fouetté s kritériem BD? **Ne, viz výše. Stejný prvek obtížnosti BD nemůže být započítán pro dvě různá AD.**
25. Během sestavy se stuhou gymnastka provede platné AD s chycením během rotace a následně provádí spirály v téže rotaci. Je možné ohodnotit AD chycení a stejně tak i AD se spirálou? **Ne, viz výše. Stejný jeden prvek (v tomto případě rotace) nemůže být hodnocen ve dvou různých AD.**
26. Je možné v AD tolerovat „sevřené, zmáčknuté“ držení tyčky stuhy, i když volná část stuhy (látka) kreslí kresbu okolo těla (báze: manipulace)? **Ne, nelze toto tolerovat, jelikož manipulace nesplňuje definici AD.**
27. Je velké kutálení obruče po pažích v upažení bez zrakové kontroly během rovnováhy BD považováno za AD? Tento prvek má platnou bázi a dvě platná kritéria (BD a bez zrakové kontroly)? **Ne každý prvek s náčiním, který splňuje základní bázi a správně provedená kritéria je uznatelný jako obtížnost s náčiním AD. AD musí být v souladu s definicí (# 6.1). TC považuje tento typ kutálení za součást základní práce s obručí a ne jako technicky obtížné spojení náčiní s tělem nebo jako inovativní AD během rovnováhy, která je stabilnější než rotační prvek BD. TC však považuje velké kutálení s míčem během BD za technicky obtížnější a lze jej považovat za AD, pokud je provedeno podle definice AD.**
28. V jakých případech může být kritérium rotace zahrnuto pro hodnocení AD s bází "Bumerang" ve cvičení se stuhou?  
**Rotace musí být provedena při vypuštění stuhy nebo při chycení tyčky stuhy po jejím stažení, ale ne během letové části stuhy při Bumerangu.**
29. Pokud je stuha vypuštěna (vyhozena) jako „Bumerang“ a poté je stažena zpět na nohu jako příprava na vyhození stuhy (nohou), je báze „Bumerang“ platná?  
**Ne, protože „Bumerang“ vyžaduje vypuštění a stažení - chycení tyčky stuhy rukou nebo jinou**





**NEWSLETTER | MODERNÍ GYMNASTIKA | č. 01 – březen, červen,  
doplněno listopad 2018 a červen 2019**

části těla; pokud chybí chycení stuhu, jedná se pouze o přípravu na další vyhození.

30. Může být konec stuhu (látky) držen v ruce během vyhození nebo „Echappé“ a platí toto provedení jako báze pro AD?
- a) Pro jakýkoli druh vyhození (malé, střední nebo velké) musí být náčiní volně v letu; proto není možné držet konec stuhu během jakéhokoli typu vyhození jako báze pro AD.
- b) „Echappé“ je definováno rotací tyčky stuhu během letu, malá nebo střední výška letu; pokud se „Echappé“ provádí s drženým koncem stuhu a definice pro „Echappé“ a AD jsou splněny, AD je platné.
- c) Je také možné provádět prvky „manipulace s náčiním“ (3.4) s drženým koncem stuhu za předpokladu, že je splněna definice báze a AD.

**POZOR:**

- Báze náčiní (u BD a AD) neprovedená podle své definice
- 1.5 základní rotace v DER

<b>AD: BÁZE VYHOZENÍ (malé, střední, vysoké)</b>	
AD + jede nebo více kroků* + chycení	Neuznává se: tech. chyba -0,30 a víc (*jasně nepřesná trajektorie: Kroky provedené za účelem zabránění pádu náčiní)
AD + ztráta náčiní	Neuznává se: tech. chyba -0,50 a víc (ztráta)
<b>AD: BÁZE CHYCENÍ</b>	
Jeden a více kroků + AD	Uznává se

**Provedení - Artistika**

1. Pokud gymnastka nepředvede dostatečné využití segmentů těla během celé sestavy, ale provede 2 částečné nebo úplné vlny tělem (jako jediné viditelné využití segmentů těla), jaká je srážka? **0,10 nedostatečné využití segmentů těla.**
2. Je možné, že segmenty aktivně využije včetně výrazu obličeje (bez srážky), ale ve skutečnosti neprovede 2 jakékoliv "vlny", je srážka 0,20? **Ano, srážka 0,20 je udělena kvůli absenci minimálně 2 různých vln tělem (částečné či úplné).**
3. Pokud gymnastka předvede pouze 1 vlnu, je rovněž udělena srážka 0,20? **Ano.**
4. U požadavku na fundamentální manipulaci chycení míče jednou rukou: pokud gymnastka chytí míč jednou rukou a vzápětí si pomůže druhou, uznává se jako fundamentální manipulace (se srážkou za technickou chybu)? **Ano.**
5. Když chybí soulad mezi hudbou a pohybem na konci sestavy, protože gymnastka viditelně skončí před ukončením hudebního doprovodu: je to také stejná srážka 0,50? **ANO**
6. Co když je v hudbě jasně slyšitelná dynamická změna, kterou gymnastka nerespektuje se a neprovede změnu jejího pohybu? **Musí být viditelná alespoň jedna identifikovatelná dynamická změna během sestavy; jinak je udělena srážka 0,30.**
7. Pokud má gymnastka (nebo společná skladba) uzel na stuze, jaké budou artistické srážky



## NEWSLETTER | MODERNÍ GYMNASTIKA | č. 01 – březen, červen, doplněno listopad 2018 a červen 2019

v komponentách artistiky - Myšlenka, Spojení, Rytmus?

Rozhodčí Artistiky hodnotí dopad technických chyb na myšlenku kompozice a na schopnost gymnastky provádět a udržovat vztah, spojení s rytmem. Každá sestava je odlišně hodnocena dle přítomnosti/nepřítomnosti nebo závažnosti přerušení cvičení. Malý uzel nemusí mít žádný negativní vliv na artistické komponenty; nicméně, pokud není gymnastka schopna předvést prvky či části cvičení v důsledku uzlu, rozhodčí artistiky udílí srážky dle tabulky v pravidlech a dle jejich objasnění během kurzů rozhodčích.

### Provedení - Technika

1. V jakém případě se uděluje srážka za „chůzi ve stoji na rukou“ (-0,30)?
  - Chůze ve stoji na rukou: zřetelná změna opory z jedné ruky na druhou s kroky, a to min. 2.
2. Můžete ujasnit, kdy je provedení „kroků“ pod letícím náčiním ohodnoceno jako technická chyba „nepřesná trajektorie a chycení v letu s 1 (nebo 2 a více) kroky“?
  - pokud jsou kroky provedeny za účelem vyhnutí se ztrátě náčiní kvůli vyhození, které letí nezamýšlenou trajektorií (např.: příliš daleko dopředu, opačným směrem, atd.), pak je srážka udělena.
  - Jedná-li se o choreografické kroky (s určitým charakterem pohybu), srážka se neuděluje.
3. Když gymnastka čeká na chycení náčiní viditelně s pokrčenými pažemi (ohnutými lokty), je to udělena srážka za „nesprávné držení části těla?“ ANO. Viz technické provedení č. 6: nesprávné držení části těla během pohybu (pokaždé), včetně nesprávná pozice chodidla a/nebo kolene, ohnutí lokte, zvednutých ramen atd.
4. Jaké je srážka za následující situaci: gymnastka vyhadzuje náčiní s nepřesnou dráhou letu, běží 3 kroky, ale náčiní ji upadne? Jedná se o srážku udělenou na základě počtu kroků provedených při pokusu o chycení náčiní (1,00).
5. Pokud gymnastka vyhodí náčiní s nepřesnou dráhou letu, běží 3 kroky, ale náčiní ji upadne a upadne i gymnastka ve snaze chytit náčiní, jaké jsou udělené srážky? 1,00 (viz výše) plus celková ztráta rovnováhy a pád těla (0,70) = 1,7.
6. Vysvětlete prosím, jak hodnotit cvičení, když je uzel na stuze?  
Existují 3 situace:
  - Malý uzel se vytvoří a rozváže se bez přerušení cvičení.  
srážka za technickou chybu: 0,30 za uzel
  - Vytvoří se uzel, gymnastka se zastaví, uzel rozváže a poté pokračuje ve cvičení.  
srážka za technickou chybu: 0,50 za uzel
  - Vytvoří se uzel, gymnastka zjistí, že její náčiní je nepoužitelné a vezme si náhradní náčiní.  
srážka za technickou chybu: 0,70 za nepoužitelné náčiní




## SPOLEČNÉ SKLADBY

### D1 - D2

1. Maximálně 9 BD/ED: Jsou ve společných skladbách povoleny prvky obtížnosti navíc?  
V požadavcích na obtížnost #1.7, obsahuje tabulka minimální počet BD a ED (4 a 4), v celkovém počtu 9, jedno libovolné. ED a BD se počítají v pořadí, v jakém jsou provedeny (str. 60, #7.1) a víc než 5 ED nebo BD se nezapočítává. Kdyby se jich ve společné skladbě objevilo více než 5, tato ED a BD by se nezapočetla a skladba by mohla dostat vyšší srážku za artistiku za jednotu kompozice a možné technické chyby.
2. Pokud je ve společné skladbě 6 BD a 6 ED, neuděluje se za to srážka, ale měli by rozhodčí hodnotit prvních 5 nebo nejlepších 5? Prvních 5 podle toho, v „jakém pořadí se ve skladbě objeví“ (#7.1), bez ohledu na to, jestli se uznají nebo ne.
3. Pokud se ve společné skladbě objeví 7 BD a 2 ED, uděluje se srážka za méně než 4 ED? Ano, uděluje se celková srážka za méně než 4 provedená ED -0,30 (#7.1) a hodnotí se pouze maximálně 5 BD v pořadí, v jakém jsou provedeny.
4. Může být ve společné skladbě 9 BD + 0 ED, se srážkou 0,30 za méně než 4 ED? Maximální počet prvků obtížnosti je 9, s minimálním počtem 4 BD a 4 ED (a jedno libovolné). Dokonce, i když je ve skladbě 0 ED se srážkou -0,30 za méně než 4 ED, není možné překročit počet 5 BD podle principu #1.7.
5. Pokud je BD provedeno v rychlém sledu v podskupinách, uděluje se srážka? #2.1.3 specifikuje minimální počet 3 BD, 1 z každé skupiny těla, které nemusí být provedeno v podskupinách. Nicméně, provedení v rychlém sledu může být předvedeno v různých formacích. U dalších 1 nebo 2 BD, jsou podskupiny možné, pokud je dodržen minimální počet 3 podle #2.1.3.
6. Pokud jedna z gymnastek ve společné skladbě neudrží rovnováhu po dobu minimálně 1 sec, je BD uznáno? Na stejném principu jako u jednotlivců: BD se uznává s technickou chybou za -0,30.
7. Ohledně #2.2.2: „Pouze výměny ve vysokém vyhození (ne bumerang) náčiní mezi gymnastkami se uznávají jako ED. Vysoká vyhození jsou definována požadovanou výškou a vzdáleností 6 m mezi gymnastkami.“ Co když 5 gymnastek vyhodí náčiní na vzdálenost 6 m a v malé výšce, ale 2 gymnastky v jedné podskupině mají mezi sebou méně než 6 m. Uznává se to? Ne.
8. Ohledně kritéria 6 m: „Vzdálenost: 6 metrů mezi každou jednotlivou gymnastkou provádějící výměnu ve vyhození a/nebo během chycení (když je to záměrnou součástí choreografie) se uznává jednou za ED.“ (#2.2.6.3). Prosím, objasněte záměr #2.2.6.3: 6 m musí být mezi těmi gymnastkami, mezi kterými probíhá vzájemná výměna.



## NEWSLETTER | MODERNÍ GYMNASTIKA | č. 01 – březen, červen, doplněno listopad 2018 a červen 2019




9. Během výměny, gymnastky vyhodí v rovnováze za 0,10, ale pozice není dodržena po dobu 1 sec: uznává se kritérium pro BD? **Podle principu BD, pokud je tvar rozpoznatelný, BD (kritérium) se uznává s technickou chybou 0,30.**
10. V případě ED s nepřesnou trajektorií se srážkou 0,3 nebo 0,5, ED se uznává? **Ano (viz #2.2.5 str. 54).**
11. Ve společných skladbách se 6 kužely a 2 obručemi, je možné provádět vzájemné výměny pouze s kužely? **Ano, jsou-li respektovány požadavky na ED.**
12. Pokud jde o bod # 2.2.4: pokud společná skladba provádí prvek obtížnosti BD a pak stejný BD je proveden jako kritérium během výměny obtížnosti, je to opakování, a proto není BD platný? **Nejedná se o opakování; BD (hodnota 0,10) během výměny je pouze kritériem a lze jej provést ještě jednou jindy během sestavy jako BD.**
13. Ve společné skladbě s 5 stuhami: pokud má gymnastka během ED uzel, je ED – výměna platná? **ANO. Viz # 2.2.5, str. 60, který uvádí „závažné technické chyby“, kvůli kterým je ED neplatná; uzel zde není zahrnut a ED může být platná, pokud jsou splněny ostatní požadavky na ED.**
14. U obtížností výměny: kritérium rotace : musí to být 180° nebo 360°? **Toto kritérium je vždy 360°, pokud není v pravidlech výslovně uvedeno 180°.**
15. Pokud je během výměny provedeno chycení do kotoulu vpřed, může být kritérium „poloha na zemi“ přidáno ke k kritériu „rotace“ a k dalším možným kritériím? **Viz # 2.2.6.3: Poloha na zemi platí pro chycení náčiní za předpokladu, že „gymnastky“ už musí být v pozici na zemi a nesmí být v pozici přesunu na zem... “**

### D3 – D4

1. Minimálně 2 předání náčiní pro CC platí pro každou gymnastku jednotlivě nebo pro skupinu? **Ne jedna jednotlivá gymnastka ale celá skupina se musí účastnit kolaborace během minimálně 2 různých předání.**
2. Při CC: jedno předání s vyhozením a druhé s kutálením. Uznává se jako CC? **Ano, pouze pokud jde o střední a malé vyhození.**
3. Ve společné skladbě provedly gymnastky minimálně 2 předání během jedné kolaborace (znovuodbití, kutálení, atd.), ale na konci kolaborace jedna gymnastka provedla vysoké vyhození ke své partnerce. Uznává se to jako CC? **Ne.**
4. Ohledně #6.2.2: „Všech 5 gymnastek musí být v nějakém vztahu buď přímo a/nebo prostřednictvím náčiní.“ *Např.: Pokud 3 gymnastky provádějí CRR a zbylé 2 gymnastky provádějí odlišnou kolaboraci nezávisle na CRR, toto se neuznává, protože se jedné kolaborace neúčastní všech 5 gymnastek, přestože jsou v podskupinách: jaký je záměr „odlišné kolaborace“?*
  - „Odlišný“ znamená dvě vzájemně se lišící, oddělené kolaborace odehrávající se v tutéž chvíli v podskupinách, které se uznávají pouze s určitým druhem propojení mezi „různými“ podskupinami, přičemž nejnižší předvedená hodnota se uznává.



## NEWSLETTER | MODERNÍ GYMNASTIKA | č. 01 – březen, červen, doplněno listopad 2018 a červen 2019

- Je možné provést jedinou kolaboraci (např.: CRR2), odděleně ve 2 podskupinách (bez propojení) s identickým typem pohybu (rotace, průchod, atd.), které společně naplňují definici hlavní kolaborace. Příklad: [Klikněte zde](#). (příklady viz originál Newsletteru na stránkách FIG)
- 5. Jedna gymnastka provádí CR bez zrakové kontroly, bez pomoci rukou, a druhá gymnastka provádí rotaci, ale náčiní jí bylo hozeno až po rotaci. Uznává se to jako CR, CR2 nebo se to neuznává? **Registrujte pouze to, co je viditelné a provedené podle definice: v tomto případě to bude hodnoceno jako CR.**
- 6. Vyhození pod nohou dvou či více náčiní ve stejném okamžiku různými směry během skoku nebo prvku rotace: uznává se jako bez zrakové kontroly? **Ano.**
- 7. Během průchodu přes náčiní nesmí náčiní prostě ležet na ploše, ale musí být zdviženo alespoň do výše kolen. Vztahuje se tento požadavek na náčiní, které se po ploše pohybuje? **Ne, nevztahuje se na náčiní pohybující se po ploše.**
- 8. Co když náčiní leží na ploše, uznává se kolaborace? **Neuznává.**
- 9. **Otázka týkající se poznámky v bodě 6.3, Tabulka spoluprací:**  Poznámka: minimálně 3 kužele musí být vyhozeny nebo minimálně 1 kužel (2 spojené kužele) + 1 další náčiní musí být vyhozeny: tato poznámka o 2 spojených kuželech pouze o kuželech nebo se týká i dalšího „spojeného“ náčiní jako dvě švihadla? **Platí pouze pro 2 spojené kužele, pro hodnotu spolupráce musí být vyhozeny 2 spojené kužele a další náčiní (protože 2 spojené kužele jsou jako jedno náčiní).**
- 10. Vyjasněte, zda CR a CRR mohou být se „středním nebo vysokým vyhozením“, jak je uvedeno pro CRRR v #6.4. **Ano, tyto spolupráce se řídí stejným principem jako dynamické prvky s rotací R (nemůže být s malým vyhozením).**
- 11. Je-li CR nebo CRR s malým vyhozením, je spolupráce platná? **NE.**
- 12. **Lze během spolupráce CC použít horizontální vyhození na 6 m? Viz # 6.3: spolupráce CC může být provedena malým nebo středním vyhozením. Pokud má vodorovné vyhození malou nebo střední výšku (viz bod 3.4 o výškách vyhazování), může být CC platná. Vzdálenost vyhození ve spolupráci není použita jako součást definice výšky vyhození. Vysoká vyhození ve výměnách jsou určena potřebnou výškou vyhození nebo vzdáleností 6m mezi gymnastkami. Pouze výměny ED s vysokým vyhozením jsou platné.**
- 13. **Jaká je požadovaná výška vyhození v těchto typech spoluprací: CC, , CR, CRR? Požadavky na výšku pro malé, střední a vysoké vyhození jsou definovány v bodě 3.4. Výška se hodnotí od výchozího bodu náčiní.**
  - a) Viz #6.3
    - a. CC: malé nebo střední vyhození
    - b.  : střední nebo vysoké vyhození
  - b) Viz #6.4: tato skupina spoluprací vyžaduje stejné požadavky na vyhození jako je uvedeno pro CRRR, kde platí střední nebo vysoké vyhození:
    - a. CR, CRR: střední nebo vysoké vyhození



14. Je obtížnost spolupráce platná i s uzlem? Viz #6.5, kde jsou uvedeny závažné chyby a neplatnost spolupráce; uzel zde není uveden a spolupráce může být platná, pokud jsou splněny ostatní požadavky na spolupráci.

## Srážky artistiky

1. Je to správně, že se neuděluje srážka za chybějící typ kolektivní práce? Dříve jsme měli v tabulce srážek: „Za absenci jednoho nebo více typů kolektivní práce“. Znamená to, že jednotlivá skladba nemusí obsahovat 1 z jednotlivých typů kolektivní práce? **Různé typy kolektivní práce musí být v rovnováze.** Nebo to znamená, že se uděluje srážka za „Jeden typ převládá...“, i v případě, že jeden typ chybí? **Neuplatňuje se srážka za jeden chybějící, jen směrnice o zachování rovnováhy. Když je v sestavě použit většinou jeden typ kolektivní práce, je uplatněna srážka za „jeden typ převládá...“.**
2. Pokud je doprovod „směs“ nebo mix několika různých hudebních skladeb a není jasná „představa, myšlenka“ o tom, jak se tyto různé kusy hudby spojí v jednu hlavní, vůdčí myšlenku, jaká je srážka v Jednotě kompozice? Viz #4.1.1e, platí pro jednotlivkyně a společné skladby: **„Změny v charakteru hudby by se měly projevit změnami v charakteru pohybu; tyto změny by měly být harmonicky kombinovány.“** Pokud změny v charakteru nerespektují bod e, je udělena odpovídající srážka za Jednotu/Charakter dle tabulky srážek.
3. Během kteréhokoli místa ve skladbě jedna nebo více gymnastek nemá náčiní déle než 4 sekundy, je udělena srážka 0,30? ANO: #5 **„Na začátku nebo během cvičení, jedna nebo několik gymnastek je bez náčiní po dobu delší než 4 sekundy.“ (0,30).**
4. Pokud gymnastky necvičí synchronně, je také udělena srážka za „rytmus“?: Srážka za „rytmus“ bude udělena, pouze pokud dojde díky chybě v synchronizaci jedné nebo více gymnastek k viditelné ztrátě rytmu/akcentů.

## Provedení – Technické chyby

1. Všechny srážky uplatňované u jednotlivců pod “základní technikou” se aplikují i na společné skladby? **Uplatňují se a jsou popsány pod #6, vždy, bez ohledu na počet chybujících gymnastek (celková srážka).**





VŠEOBECNÉ SRÁŽKY				
Nedokončený pohyb nebo nedostatečný rozsah ve tvaru skoků, rovnováh a rotací	0,10			
Přemístění / posun bez vyhození, přizpůsobení pozice těla	0,10			
ZÁKLADNÍ TECHNIKA				
Nesprávně držené části těla během pohybu ( <b>pokaždé</b> ), včetně nesprávné pozice chodidla a/nebo kolene, ohnutí lokte, zvednutých ramen	0,10			
Asymetrická pozice ramen a/nebo trupu během prvku obtížnosti		0,30		
Ztráta rovnováhy: další pohyb bez přemístění	0,10			
Ztráta rovnováhy: další pohyb s přemístěním		0,30		
Ztráta rovnováhy s oporou o 1 nebo 2 ruce, nebo náčiní			0,50	
Celková ztráta rovnováhy a pád těla				0,70

- U ztráty náčiní je jasné, že rozhodčí udělí pouze JEDNU srážku pro celou skupinu, a to za největší ztrátu. To samé se ale nepíše u nepřesné trajektorie nebo nesprávného tvaru. U těchto chyb, více gymnastek může chybovat s odlišnou závažností. Měli by rozhodčí uplatnit stejný princip jako pro ztrátu náčiní? **Ano, protože jde o celkové srážky, udělené jedenkrát bez ohledu na počet gymnastek, takže se uděluje srážka za nejzávažnější chybu.**
- Obtížnost skoku: Jedna gymnastka má nesprávný tvar o více než 20 stupňů (0,50), jiná má nesprávný tvar o 15 stupňů (0,30). Je celková srážka za obtížnost skoku 0,50 nebo 0,80? **Ne, jen 0,50.**
- Výměna: Dvě gymnastky ztratí náčiní a každá udělá 3 kroky. Celková srážka 1,00? **Ano.**
- Výměna: Jedna gymnastka ztratí náčiní se 3 kroky (1,00), jiná ho vyhodí s nesprávnou trajektorií, ale je chyceno po 3 krocích (0,50). Celkem dělá srážka 1,00 nebo 1,50? **Ano – 1,50, jedná se o odlišné chyby s odlišnými srážkami.**
- Když jsou dvě náčiní ztracena v tomtéž prvku ale jedno po druhém, uděluje se pouze jedna srážka? Příklad: Dvě chycení v CRR2 provedená v rychlém sledu. **Za každou ztrátu zvlášť, protože neproběhly v tu samou chvíli.**
- Když jsou dvě náčiní ztracena ve dvou různých prvcích, ale jedna ztráta je důsledkem druhé, uděluje se pouze jedna srážka? **Srážka se uděluje pokaždé, protože ztráty neproběhly ve stejné chvíli.**



## DŮLEŽITÁ UPOZORNĚNÍ PRO ROZHODČÍ A TRENÉRY

1. Pokud gymnastka prochází obručí (pokud je průchod proveden jako báze nebo jako kritérium chycení), obruč musí být chycena nebo „zastavena“ částí těla; pokud obruč projde přímo na zem, jedná se pád a prvek není platný. [Příklad](#) (příklady viz originál Newsletteru na stránkách FIG)
2. Prvky AD provedené s více než 1 m konce stuhu na zemi nejsou platné (technická chyba 0,30). [Příklad](#)
3. Prvky AD s malým vyhozením a chycením jednoho nebo dvou kuželů provedené s kritériem „poloha na zemi“ nesplňují všechny složky definice AD. Definice AD vyžaduje podle # 6.1 bázi (báze) a kritéria, ale také klade důraz na „obtížnost spojení, zajímavost nebo inovaci.“ [Příklad](#)

## ŠVIHADLO

### Komponenty definice, viz Pravidla #6 AD – obtížnost s náčiním

#### Báze: Viz #6.3

##### Požadavek:

**#6.1: Minimálně 1 báze a minimálně 2 kritéria nebo minimálně 2 báze a 1 kritérium**

**Báze musí být provedena podle své definice, aby byla platná (#6.2.3)**

[Příklad](#) 1: žádná platná báze (není dostatečně jasné předání, není dostatečně viditelné sklouznutí)

[Příklad](#) 2: neúplná báze (rotace švihadla je neúplná)

#### KRITÉRIA: Viz #6.4

##### Požadavek

**#6.1: Minimálně 1 báze a minimálně 2 kritéria nebo minimálně 2 báze a 1 kritérium**

**Kritéria musí být provedena podle své definice, aby byla platná (#6.2.3)**

[Příklad](#) 1: kritéria rotace a bez zrakové kontroly nejsou dostačující pro AD; pokud by rotace švihadla bylo opravdu provedeno pod nohou, bylo by to platné AD

##### Požadavek:

- **Obzvláště technicky obtížná synchronizace mezi náčiním a tělem vytvořená z minimálně 1 báze a 2 kritérií nebo 2 bází a 1 kritéria.**
  - **Zajímavé nebo inovativní použití náčiní (není prováděno pravidelně jako standardní manipulace s náčiním v MG) sestávající se z minimálně 1 báze a minimálně 2 kritérií nebo 2 bází a 1 kritéria.**
- Základní manipulace s náčiním v MG: základem jsou skoky/přeskakování se švihadlem s velkou rozmanitostí: tato manipulace by měla být základem rytmické sestavy se švihadlem (ne ale AD)
- [Příklad 1](#)  
[Příklad 2](#)



NEWSLETTER | MODERNÍ GYMNASTIKA | č. 01 – březen, červen,  
doplněno listopad 2018 a červen 2019

Příklad 3,

Příklad 4

Příklad 5

- Základní synchronizace, spojení mezi náčiním a tělem (ani technicky obtížné spojení a ani inovativní spojení): není AD

Příklad 1

- Nedostatek synchronizace mezi tělem a náčiním během báze a kritérii (načasování kritérií není synchronizované s bází, neplatná provedení AD):

Příklad 1 (namotávání před rotací; během rotace je švihadlo pouze drženo/stlačeno)

- Prvky obtížnosti s náčiním AD, které splňují definici a jsou platné:

Příklad 1

Příklad 2, Příklad 3 (vymotávání)

Příklad 4 První rovnováha: rotace: AD; druhá rovnováha - platná manipulace průchod, ale není AD.

Manipulace s náčiním (nestabilní vyvažování) platí pro BD, ale nikoli pro AD

Příklad 5