



## TeamGymin kansalliset olosuhdekriteerit

TeamGym on Euroopan Voimisteluliiton sekä Suomen Voimisteluliiton virallinen kilpaurheilulaji.

TeamGym on joukkuelaji, jonka osioina ovat vapaaohjelma, vlttirata ja trampetti.

Joukkueen koko on kansainvälisten sääntöjen mukaan 8-10 voimistelijaa + 2 varavoimistelijaa. Kansallisissa kilpailuissa minimi on 6 voimistelijaa, mutta maksimimäärää ei ole rajattu. SM-kilpailuissa joukkueen koko on 6-12 voimistelijaa + 2 varavoimistelijaa.

TeamGymin kansallinen kriteeristö on johdettu Euroopan Voimisteluliiton virallisista ohjeistuksista. Kriteeristön tavoitteena määritellä lajin viralliset kilpailujärjestämiskriteerit Suomessa. Näiden pohjalta voidaan suunnitella myös harjoitustilojen mitoituksia ja sisältöä lajin asiantuntijoiden sekä Voimistelun olosuhdeoppaan avulla.

### Kilpailutilan mitoitus

Kilpailualueelle sijoitetaan lajin edellyttämät suoritusalueet turva-alueineen sekä tuomareiden ja toimitsijoiden vaatimat tilat.

Kilpailualueita varten tulee varata vähintään 1 000m<sup>2</sup> tilaa. Kilpailuareenan vähimmäiskoko on 25m x 40m, jotta kaikki vaaditut toiminnot saadaan mahtumaan riittävien turva-alueiden kanssa.

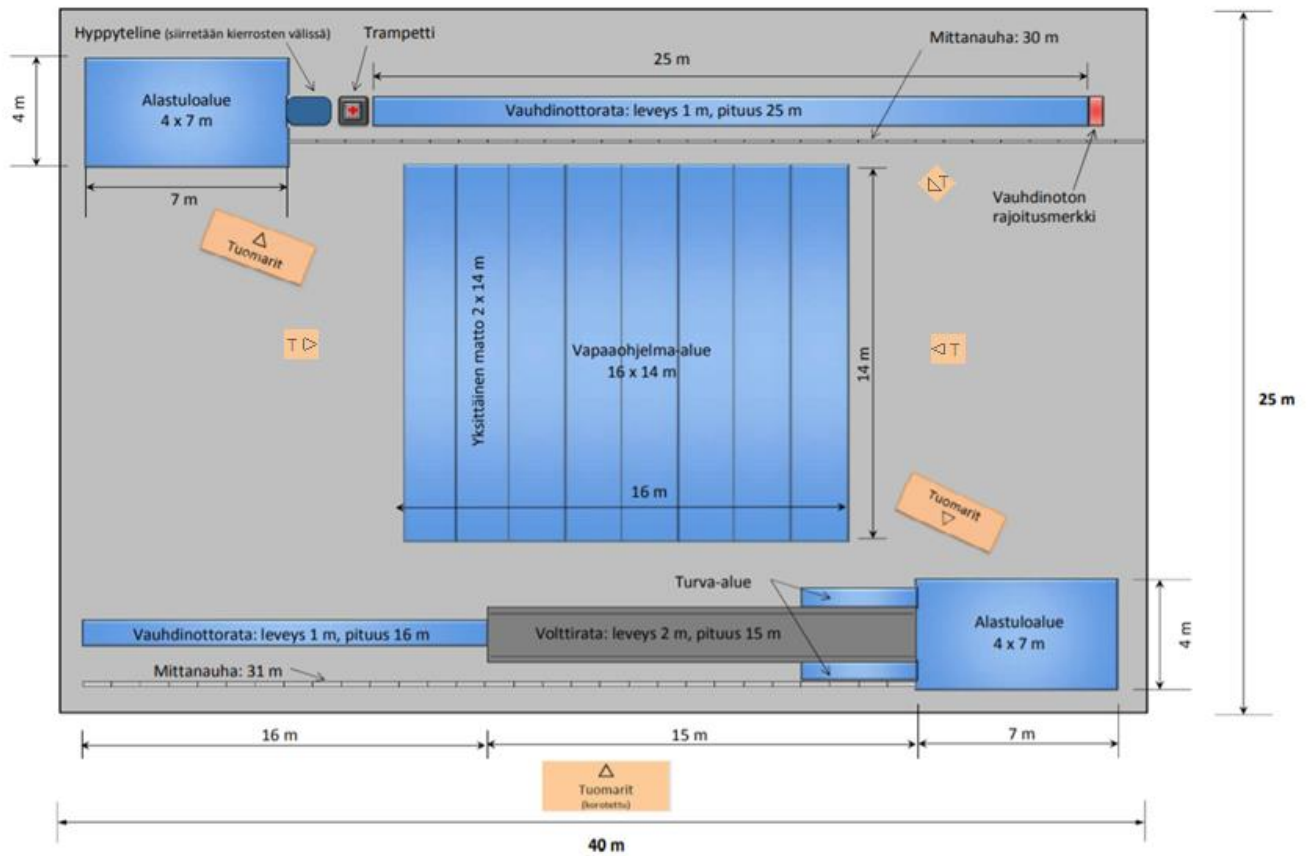
Kilpailualueen vapaa korkeus on 8 m.

### Lämmittelytila

Kansallisissa kilpailuissa lämmittelytilana käytetään kilpailualueita. Lisäksi kilpailijoille on varattava noin 100 m<sup>2</sup> erillinen lämmittelyalue kilpailun ajaksi.



Esimerkki 1: telineiden sijoittelu kilpailuareenalle





## Kilpailutilan suoritusalueet ja kilpailutelineet

Pakolliset suoritusalueet ja kilpailutelineet sekä niiden laatuvaatimukset 1.-2lk. ja kilpaharrastesarjassa:

Teline/suoritusalue	Laatuvaatimukset
Vapaaohjelma-alue 14m x 14m (ei erillistä varoaluetta)	7kpl 2m x 14m huopapintaisia rullamattoja (35mm korkea)
Volttirata	<p>1.luokan volttirata suoritetaan vähintään 14m pitkällä vapaaohjelmamatolla tai kanveesilla (ei volttiradalla tai ilmavolttiradalla). Suorituspaikan päässä tulee olla 30cm paksu ja 3m pitkä matto, jonka perässä on 1m turva-alue esimerkiksi AB-matoista.</p> <p>2. luokan volttirata suoritetaan volttiradalla. Voimistelijat saavat aloittaa vauhdinoton volttiradan päästä. Alastulona volttiradan päässä on 4m x 6m suuruinen volttiradan korkuinen alastuloalue</p>
Trampetti	<p>1.luokassa trampetin suorituspaikkana on 10m vauhdinotto palikoilta, reunasuojuksellinen alkeistrampetti (etureuna 20–25 cm, takareuna 55–65 cm) ja noin noin trampetin takareunan korkuinen mattokasa (max. 80 cm)</p> <p>2. luokassa trampetin suorituspaikkana on 15m juoksuvauhti, trampetti (etureuna 20–25 cm, takareuna 55–65 cm) ja noin trampetin takareunan korkuinen mattokasa (max. 80 cm)</p>



Pakolliset suoritusalueet ja kilpailutelineet sekä niiden laatuvaatimukset 3.-6.lk:

Teline/suoritusalue	Laatuvaatimukset
Vapaaohjelma-alue 16m x 14m (ei erillistä varoaluetta)	8kpl 2m x 14m huopapintaisia rullamattoja (35mm korkea)
Volttirata	16m vauhdinotto (1m leveä, samalla korkeudella volttiradan kanssa) 15m pitkä volttirata (2m leveä) Alastulomatot: 7m pitkä ja 4 m leveä, usein koostuu kolmesta 4x2m matosta ja yhdestä 4x1m matosta. Korkeus 30cm. Safety mat 2m x 4m x 10cm alastulomattojen päälle
Trampetti	Vauhdinottomatto (huopapintainen) 25m pitkä, 1m leveä Trampetti * Hyppypukki (korkeussäätö 145-165cm) Alastulomatot: 7m pitkä ja 4m leveä, vastaava kuin volttiradalla Safety mat 2m x 4m x 10cm alastulomattojen päälle



\*Trampetin jäykkyyden ja kulman valinnassa tulee huomioida mm. voimistelijoiden koko, taitotaso ja fyysiset ominaisuudet. Voimistelijalla tulee olla riittävästi voimaa, vartalonhallintaa ja liikehallintaa käyttää trampettia hyvällä tekniikalla sekä tehdä asianmukainen ja turvallinen alastulo siitä korkeudesta, johon hän trampetin avulla pääsee ponnistamaan.

Alla olevassa taulukossa on ohjeellinen suositus kussakin luokassa käytettävästä trampetista. Valmentaja kuitenkin valitsee kilpailun järjestäjän ko. luokkaan tarjoamista trampeteista joukkueelleen sopivimman.

Luokka	Trampetti
1. lk, Kilpaharrasteluokka	<ul style="list-style-type: none"><li>- pehmeä, esim. 28-32 joustaa tai kuminauhakaapelit</li><li>- matala kulma</li></ul>
2. lk, Kilpaharrasteluokka	<ul style="list-style-type: none"><li>- 32 – 36 joustaa, pehmeä verkko</li><li>- matala kulma</li></ul>
3. lk, 4. lk	<ul style="list-style-type: none"><li>- 32 – 36 joustaa</li></ul>
5. lk	<ul style="list-style-type: none"><li>- 36 joustaa</li></ul>
6lk.	<ul style="list-style-type: none"><li>- 36 joustaa (juniori-ikäiset)</li><li>- 36 joustaa (naiset)</li><li>- 40 joustaa (miehet)</li></ul>



## Kilpailutilan muut vaatimukset

Tilassa tulee olla riittävän voimakas ja tasainen yleisvalaistus, joka ei kuitenkaan saa häikäistä kilpailijoita. Ikkunat on voitava peittää kirkkaan auringonvalon estämiseksi.

Kunkin suorituspaikan välittömässä läheisyydessä on oltava tilat tuomaristolle ja sihteeristölle. Tuomareiden sijoittelu on havainnollistettu aiemmassa esimerkkikuvassa.

Katsomon on oltava selkeästi eristetty kilpailualueesta. Katsomon etäisyyden turva-alueen reunasta tulee olla vähintään 4 m.

## Kilpailutilan varusteet

Hyvät kiinteät äänentoistolaitteet, jotka kuuluvat esiintymisalueen lisäksi katsomoon. Kuulutuksia varten tarvitaan oma äänentoisto. Äänentoistolaitteita hoitavalla henkilöllä on oltava suora näköyhteys tuomareihin ja kilpailualueelle.

Kilpailutilaan ja lämmittelyalueen erotteluun olisi hyvä olla jakoseinä tai verho. Lämmittelyalue voi olla myös muussa tilassa, jos sieltä on hyvä yhteys kilpailutilaan.

Kilpailutilasta erillinen tuomaritila.

Tuomareille sekä sihteeereille tulee varata pöytiä ja tuoleja.

Liityntäpisteet kilpailuorganisaation, tuomariston ja tulospalvelun tietokoneita varten

Sähköinen näyttötaulu tai iso valkokangas ja liitännät tietokoneille ja videoprojektorille (SM-kilpailut)