

**Artistik Cimnastik Uygulama Sınavı**

Sınav serisi: Tüm adaylarda **yer ve atlama masası** aleti **zorunludur**. Kadınlarda **denge ve barfiks**, erkeklerde **paralel ve barfiks** aletlerinden bir tanesi seçime bağlı olarak yapılacaktır.

Artistik cimnastik sınavı değerlendirme kriterleri; Artistik Cimnastik serisi yapımında, hareketlerin uygulamasında teknik, estetik ve yapımda istenilen formun dışına çıkılması hata olarak kabul edilir ve uygulama kesintisi yapılır. Düşmelerde ise düşme kesintisi yapılır. Duruş hareketlerinde duruş gösterilmez ise ayrıca süre kesintisi yapılır. Karşılanabilecek diğer uygulama hatalarında Uluslararası Cimnastik Federasyonu (FIG) Değerlendirme Kuralları geçerlidir.

Hata kesintileri: Küçük hata: 1 puan, Orta hata: 3 puan, Büyük hata: 5 puan, Düşme: 10 puan, Hareket tekrarı: 10 puan, Hareketlerde bekleme: 1 puan.

KADINLAR SINAV SERİLERİ (100 puan)	ERKEKLER SINAV SERİLERİ (100 puan)
ZORUNLU YER SERİSİ (60 PUAN)	ZORUNLU YER SERİSİ (60 PUAN)
Amut takla tek bacak kalkış (10 puan) Yunus takla tek bacak kalkış (5 puan) + Çember (8 puan) Tek kol çember (10 puan.) Öne köprü veya Geri köprü geçişi (12 puan) Kartvil sıçrama ½ burgu (15 puan)	Amut takla tek bacak kalkış (10 puan) Yunus takla tek bacak kalkış (5 puan) + Çember (8 puan) El baş amudu takla 1/1 burgulu sıçrama (10 puan) Baş kipesi (12 puan) Kartvil sıçrama ½ burgu (15 puan)
ZORUNLU ATLAMA MASASI (20 PUAN)	ZORUNLU ATLAMA MASASI (20 PUAN)
Elle aşma (Überslag) Yükseklik: 115 cm	Elle aşma (Überslag) Yükseklik: 125 cm
SEÇMELİ BARFİKS (20 PUAN)	SEÇMELİ BARFİKS (20 PUAN)
Kipe (10 puan) Öne karın dönüşü (6 puan) Açık bacak taban basış ve öne iniş (4 puan)	Kipe (10 puan) Geriye karın dönüşü (6 puan) ½ burgulu bitiriş (4 puan)
SEÇMELİ DENGE (20 PUAN)	SEÇMELİ PARALEL (20 PUAN)
Yandan açık bacak çıkış (2 puan) Planör (2 puan) ½ Pivot + ½ Pivot (3 puan) Çember veya Amut (7 puan) Kartvil bitiriş (6 puan)	Ön çiftkol çıkış (yaprak çıkışı) (5 puan) Omuz amudu (8 puan) Geri çiftkol çıkışı (5 puan) Önden ½ burgulu bitiriş (2 puan)
Not 1: Tüm aletlerde hareketler belirtilen sırada akıcı bir şekilde ve kesintisiz yapılmalıdır. Not 2: Artistik cimnastik sınavına girecek erkek ve kadın adayların, Artistik cimnastik branşına özgü kıyafet giymeleri gerekmektedir. Üzerinde reklam ve belirgin yazı bulunan giysilerin kullanımına izin verilmeyecektir.	