



FÉDÉRATION  
INTERNATIONALE  
DE NATATION



ARTISTIC SWIMMING

# Акробатический каталог

“Классификация и степень сложности.  
Акробатические элементы в Синхронном  
плавании”

**2022 – 2025**

FINA Artistic Swimming Innovation Group

(L. Schott, O. Brusnikina, A. Montero, S. Saidova, I. Butuzova, A. Petrenko, K. Heald, J. Buckingham, MJ. Bilbao)

Version 30.09.2022



## Оглавление

<b>1. Classification of acrobatic movements, Groups, and terminology</b>	Page 2
<b>2. Subgroups</b>	Page 4
<b>3. The main components and their Special Elements (SE)</b>	Page 5
<b>4. Values of Components and Specific Elements (SE)</b>	Page 6
<b>5. The algorithm for calculating DD of each acrobatic movement</b>	Page 11
<b>6. Tables of group “A” components and values</b>	Page 13
<b>7. Tables of group “B” components and values</b>	Page 22
<b>8. Tables of group “C” components and values</b>	Page 41
<b>9. Tables of group “P” components and values</b>	Page 59
<b>10. Catalog of acrobatic movements</b>	Page 79
<b>11. Summary tables</b>	Page 163
<b>12. Keys for code-system</b>	Page 183
<b>13. Pair Acrobatics</b>	Page 184
<b>14. Pair Assisted Actions</b>	Page 195

# Порядок определения степени сложности акробатических элементов

## 1. Классификация акробатических элементов, группы и терминология

**Акробатический элемент** – общий термин для прыжков, бросков, подъемов, платформ, и т.д. являются неотъемлемой частью синхронного плавания, демонстрирующих зрелищные гимнастические трюки и рискованные действия в воздухе, на опоре или в сочетании, и достигаются с помощью других пловцов

**Групповой акробатический элемент** - считается элементом, начинается от 4 пловцов и более (например: 3 базовых-1 основной, или 2 базовых-1 поддерживающий-1 основной)

Должен начинаться и заканчиваться в воде.

Все остальные действия рассматриваются как парная акробатика или как Парная помощь.

Например: это не будет считаться акробатическим элементом.



**Базовая оценка** будет для всех ГРУПП = 0,5.

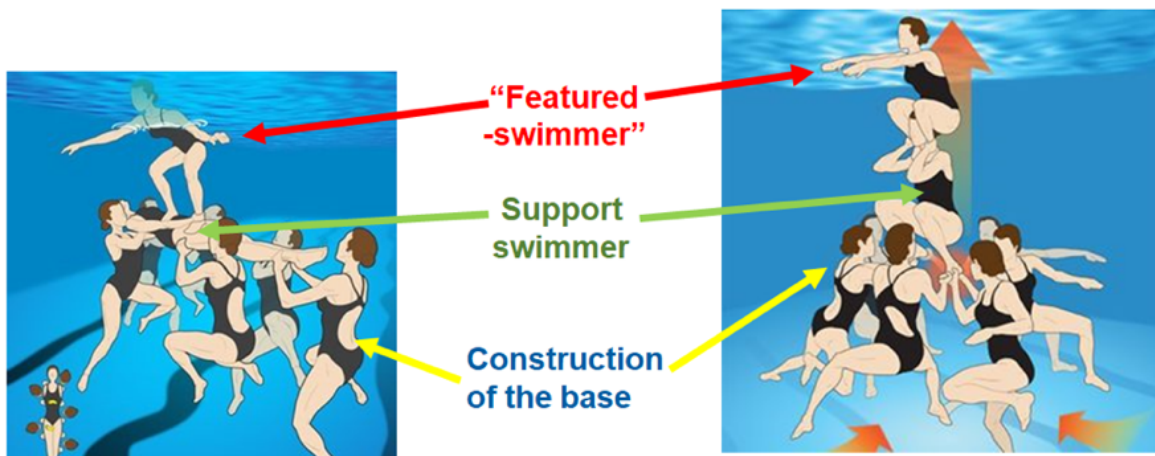
Чтобы начать процесс классификации, были проанализированы видео с прошедших World и European Championships 2008-2020 года и некоторые другие международные соревнования начала 2000-х годов. Это облегчило классификацию акробатических элементов на 4 основные группы.

Все акробатические элементы делятся на **4 Основные Группы**:

- **А** - означает "**воздушная**". Все элементы этой группы "основной-спортсмен" выполняет в воздухе. (Прыжок и Бросок)
- **В** - означает "**баланс**". Акробатические элементы в этой группе выполняются на опоре.
- **С** - означает "**комбинированный**". Включает в себя характеристики обеих верхних групп.
- **Р** - означает "**платформа**". Скоординированные усилия членов команды по формированию стабильной опоры на которой один или несколько спортсменов поднимаются для позирования или выполнения действий, отличных от полёта. Может иметь в конце прыжок или «соскок» (вход в воду)

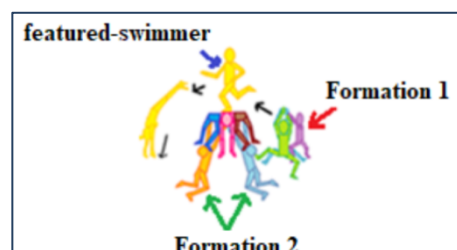
## Важная терминология:

- 1) **Base (Базовый/е спортсмен/ы)**– роль спортсменов, которая состоит из отталкивания/ подъёма основного спортсмена или подъема **центрального с основным спортсменом сверху**.
- 2) **Support athlete (Центральный/опора)** – спортсмен, удерживающий положение на вершине “базы” в “трёхуровневой” конструкции. Пример: стук, стандартная платформа, “решетка” конструкция в группе А.
- 3) **Featured- swimmer (Основной спортсмен)** – спортсмен, выполняющий акробатические элементы или движения на опоре, или в воздухе.
- 4) **Spotter (Помощник)**– один спортсмен, выполняющий роль дополнительной поддержки (подъёма или толчка) внутри конструкции. Обычно ставится рядом с «основной» конструкцией.
- 5) **Construction (Конструкция)** - это обобщенное название для совместной работы всех спортсменов по их отведенной роли ((база)+ центральный + основной)



6) **Construction of the base (Построение базы)**- это название согласованных действий членов команды по формированию опоры (под или у поверхности воды), на которой один или несколько “основных-спортсменов” могут выполнять акробатические элементы.

7) **Formation (Образование)** – две или более группы спортсменов, из которых состоит конструкция. Синхронность действий этой группы гарантирует выполнение акробатических элементов. Без надлежащей работы хоть одной конструкции, акробатический элемент потерпит неудачу.



- Первая буква описывает группу/подгруппу:

<b>AJ</b>	Group A, subgroup Jump
<b>AW</b>	Group A, subgroup Throw
<b>BS</b>	Group B, subgroup Stack
<b>BL</b>	Group B, subgroup Lift
<b>PP</b>	Group P, subgroup Standard
<b>PF</b>	Group P, subgroup Float
<b>CO</b>	Group C, subgroup Other
<b>CT</b>	Group C, subgroup Through Support
<b>CC</b>	Group C, subgroup Onto Support

группа А, подгруппа Прыжок

группа А, подгруппа Бросок

группа В, подгруппа Стык

группа В, подгруппа Лифт

группа Р, подгруппа Стандарт

группа Р, подгруппа База

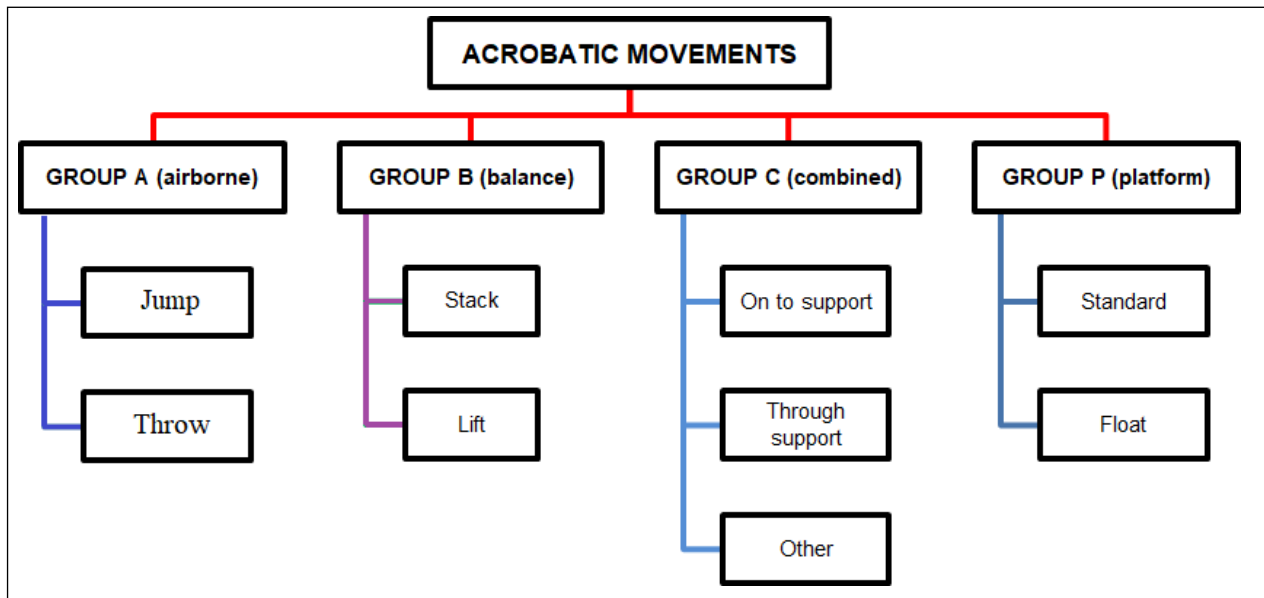
группа С, подгруппа Другое

группа С, подгруппа Через образование

группа С, подгруппа На образование

## 2. Подгруппы

Каждая основная группа делится на более мелкие подгруппы



Для группы А (воздушная) подгруппы:

- **Прыжок** (когда основной спортсмен отталкивается от конструкции ногами)
- **Бросок** (когда основного спортсмена бросают все члены конструкции. Пример: когда основной спортсмен головой вниз, его толкают базовые спортсмены).

Для группы В (баланс) подгруппы:

- **Стык** (когда основной спортсмен, сидит/стоит или лежит на “спортсмене/ах опоре”, который находится в вертикальном положении тела (головой вниз или головой вверх)
- **Лифт (подъём)** (когда “основной” сидит/стоит или лежит на “спортсменах базы”). Основной спортсмен должен быть оторван от поверхности воды, чтобы акробатический элемент считался подъёмом.

Группа С (комбинированная) подгруппы:

- **На опоре**: “основной спортсмен”, прыгает с одного «образования» на другое и остаётся на нём до полного затопления.
- **Через опору**: “основной спортсмен” прыгает с одного «образования» пролетая над другим «образованием», слегка его касаясь, и дальше перелетая его входит в воду
- Другое

Для группы Р (платформа) подгруппы:

- **Стандартная** (согласованные действия членов команды, где они поднимают из под воды “опорного спортсмена” в горизонтальном положении; а «основной спортсмен» стоит, сидит или лежит на нем)
- **Флоат**- это скоординированные действия «базовых спортсменов» и «опорных спортсменов» которые образуют стабильную геометрическую фигуру (руками, ногами, и тем и тем) на поверхности, на которой позже “основной спортсмен” выполняет движения



## • 3. Основные компоненты и их специальные элементы (SE)

### 3.1 Компоненты “С” (конструкции) и их SE:

- Количество спортсменов базы
- Сложность координационных действий
- Положение тела спортсмена на «опорном» спортсмене
- Тип гибкости удерживаемого положения “опорного” спортсмена
- Аэрборн
- Площадь всей конструкции
- Темп ускорения и толчка (подъем/бросок)
- Зона опоры, на которой или по которой, основной спортсмен проходит или прыгает

### 3.2 SE компоненты “Р” (платформа):

Положение тела / Трудности с удержанием баланса

Наличие или отсутствие руки помощи (захват)

Направление движения ног и уровень гибкости

Отклонение туловища от внутренней оси

### 3.3 Прочие компоненты:

“D” – направление (для групп А и С)

“S” – Зона опоры

“R” – Ротейшен конструкции

“T” – Плоскость и градус ротейшен (основной-спортсмен)

“B” – Бонус

**Примечание: Каждая основная группа может не иметь некоторых компонентов, связанных с её особенностями!**

## 4. Значение компонентов и особых элементов (SE)

Компоненты и особые элементы (SE) которые используются для расчёта степени сложности любого акробатического элемента.

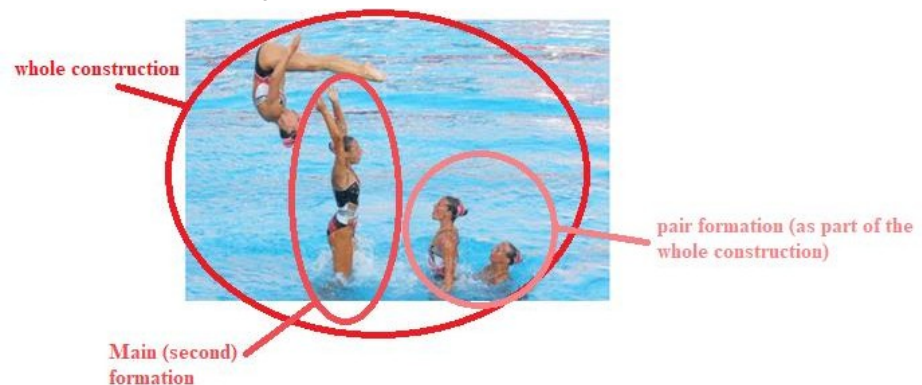
### 4.1 Компоненты “С” (конструкция)- учитывать действия «базовых» спортсменов и действия «помощника»

Таблица #1 – Количество базовых спортсменов:

Труднее поднять один и тот же вес с меньшим количеством людей

Кол-во спортсменов	Баллы
3-5 спортсменов	0,2
6-9 спортсменов	0,1

**Важно:** в группе С «пара спортсменов» рассматривается как образование (одна из частей построения «всего» акробатического элемента).



Таблица#2 – Сложность координационных действий (зависит от кол-во уровней /или сложности синхронизировать действия друг с другом)

Сложность координационных действий	Баллы
Низкая	0,1
Средняя	0,2
Тяжелая	0,3

Таблица #3 – Положение тела “опорного/центрального” спортсмена

Тип	Баллы
Положение лежа	0,1
Положение головой вниз (группа А)	0,1
Положение головой вниз (группа В, “поддерживание”, а не толчок)	0,2



**Таблица #4 – Тип гибкости удерживаемого положения “опорного” спортсмена**

Тип гибкости	Баллы
Прямое тело	0,1
Прямое тело с согнутыми коленями	0,15
Позиция Арка	0,15
Ноги и ноги совпадают «Прямой угол»	0,2

**Таблица#5 – Аэрборн**

**Аэрборн** – количество тела над водой.

**“Все тело”** – термин, который можно использовать для акробатических элементов, когда 1 спортсмен полностью находится выше поверхности (Пример: простой подъём, простой бросок)

**“Половина тела”** – термин, который может использоваться для акробатических движений, когда опорный спортсмен появляется только на половину тела (ноги или толовища) над поверхностью воды.

**Для положения голова вверх:** значащая с верхней части бедра, до тех пор пока голова не окажется полностью над поверхностью воды «половина тела»

**Для положения голова вниз:** начинается с “нижней части спины” до тех пор, пока ступни не окажутся над поверхностью воды «половина тела»

Тип	Баллы
1 Всё тело (Пример: простой лифт)	0,1
1 Всё тело + половина тела (Пример: Стык)	0,15
1 Всё тело + пол тела + пол тела (Пример: лифт на 2 спортсменах )	0,2
1 Всё тело + 1 всё тело (Пример: Платформа)	0,2
1 Всё тело + пол тела + пол тела + пол тела	0,25
2 полных тела + половина + половина (Пример: 2 основных спортсмена на 2 спортсменах помощниках)	0,3

Для Платформы	Баллы
Классическая платформа (1 всё тело + 1 всё тело (помощник) = 0,1 + 0,1)	0,2
Платформа: помощник 1 нога вверх+ основной спортсмен	0,3
Платформа: помощник 2 ноги вверх +основной спортсмен	0,4

**Таблица # 6 – Зона всей конструкции (на воде + сколько места занято в воде + близость базовых спортсменов (влияет на направления веткора толчка/подъёма).**

Уровни	Тип		Баллы
Второй уровень (меньше времени чтобы поднять)	Тип 1	Низкое сопротивление (небольшая площадь занимаемого места в воде, непосредственная близость) (Пример: простой лифт)	0,1
Третий уровень (больше времени чтобы поднять)	Тип 2	Большое сопротивление (Большая площадь занимаемого места в воде, далеко друг от друга (Например: платформа, стык, прыжок с квадрата)	0,2
Плот (на поверхности)	Тип 3	Нет сопротивления (конструкция строится на поверхности (без подъема из-под воды) (Пример: "ромб на поверхности")	0

*Примечание: большинство акробатических элементов в группе С, состоит из нескольких образований. Это означает: мы считаем площадь каждого образования.*

**Таблица #7 Скорость разгона и толчка**

Скорость	Баллы
Медленно-средний (платформа)	0,1
Средний (стык)	0,2
Быстрый (выброс)	0,3

**Таблица #8 Зона опоры с которой выпрыгивает основной-спортсмен**

Группа А		
Тип:	Площадь:	Баллы
Прыжок с "квадратной" конструкции; Прыжок с поверхности; Прыжок с двух опор + помощник Прыжок с 3 пар;	Большая	0,1
Прыжок с плеч; Прыжок с ног; Прыжок с двух образований; "Тройной" бросок;	Средняя	0,2
Прыжок с рук;	Маленькая	0,3

Таблица #9 Зона опоры на которых основной спортсмен прыгает или проходит через них

Группа С		
Тип:	Площадь	Баллы
Платформа или платформа из 2 опор Or Спина /Спина (1,2,3...)	big	0,1
Другое: змейка (спина/спина): как в Группе В	big	0,1
Другое: змейка головой вниз (плечи на ногах)	small	0,3
Простой выброс: как в группе А (полет над другой формой)	big	0,1
Прыжок с плеч (как в группе А)	medium	0,2
Прыжок через форму из рук	medium	0,2
С простого подъема прыжок через 2 соединенных стыка	big	0,1
Прыжок через руки или ноги опоры	medium	0,2
Прыжок через 1 ногу опоры или Запрыгнуть на поддержку ступни/ ладони	small	0,3

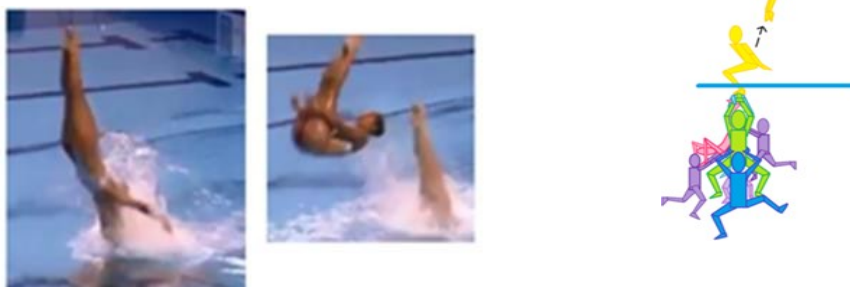
**Важно:**



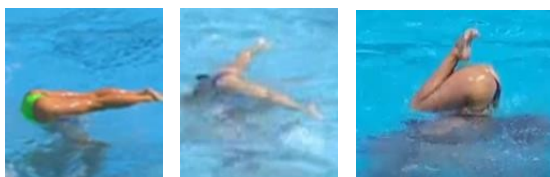
4.1. Компоненты ««Р» (позиция)- учитываются действия «основного-спортсмена»

**Важно: Мы не рассматриваем «взлёт» как позицию!**

**(только если прыжок начинается с головы вниз)**



«Стартовая позиция» не учитывается, примеры



Положение рук произвольное при кувырках, скручиваниях и демонстрационных позициях.



### Позиции делятся:

- Голова вверх (делится на: Стоя на 1 ноге; лежа; сидя, стоя на 2 ногах; статическое удержание)
- Голова вниз

Таблица #10 – Позиция тела/Трудность равновесия (группы В, Р и иногда С)

Тип	Баллы
Стойка на 2 ногах	0
Стойка на 1 ноге	0,1
Положение лёжа	0,15
Положение головой вниз	0,2


Таблица #11 – Захват ноги/ног

Тип	Баллы
Захват вперёд в положение шпагат (Пример: Вертикальный шпагат)	0,05
Захват двумя руками/ противоположной рукой для движения назад или в боковое направление ног (Пример: зеркальная позиция)	0,1

Таблица #12 – Отклонение туловища от внутренней оси

Градусы	Баллы
Торс наклоняется вперёд/в бок	
90°	0,1
180°	0,2
Торс отклоняется назад	
45°	0,1
90°	0,2
180°	0,3

Таблица #13 – Направление движения ног и уровень гибкости

Градусы	Баллы	Диаграмма
<b>Нога вперёд/в сторону</b>		
90°	0,1	
135°	0,2	
180°	0,3	
Больше 180	0,4	
<b>Нога назад</b>		
90°	0,15	
135°	0,25	
180°	0,35	
Больше 180	0,45	

\* Для позиции голова вниз, добавлен символ “ ! ”

## 5. Алгоритм расчёта DD для каждого акробатического элемента:

$$C + D + P + S + R + T + B = DD$$


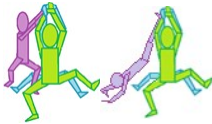




- C** – конструкция
- D** – направление (группа А и С)
- P** – позиция/и
- S** – платформа поддержки и тип соединения (группа В и Р)
- R** – ротейшен конструкции (группа В, С и Р)
- T** – плоскость и градус вращения(группа А и С)
- B** – бонус
- DD** – коэффициент сложности

**Важно:**

	<p>1. Если два одинаковых акробатических элемента, выполняются одновременно, это будет засчитано как 1 акробатический элемент с бонусом за синхронность.</p>	
	<p>2. Если 2 разных акробатических элемента выполняются одновременно – они будут рассчитываться отдельно и записываться в Карточку с одинаковым временем, и считаться как 2 акро элемента</p>	
	<p>3. Было погружение или нет, это будет считаться как 2 отдельных акробатических элемента.</p>	
<p>BL-L(2)-Li-co-w5</p>	<p><b>Примечание:</b> Если позиция одинакова для 2 основных спортсменов - она будет записана в коде только один раз!</p> <p>Однако в случае 2 разных позиций: это будет написано в одной и той же «ячейке» со знаком «+» между кодами позиций. Нравится: wi+br</p>	<p>PP-(2)-Go-br+wi-j2</p>
	<p>Примечание: положения считаются выполненными основным спортсменом до плеч (если положение головой вниз), или до колена (если положение головой вверх) или до погружения опорного спортсмена (если основной спортсмен находится в горизонтальном положении)</p> <p>В этом примере (изображение слева) плечи погружены в воду, поэтому положение шпагат не учитывается по сравнению с изображением справа, где плечи явно находятся над поверхностью.</p>	

## 6. Группа А




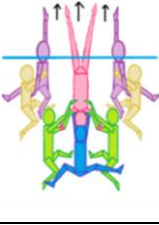
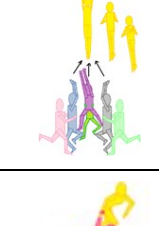

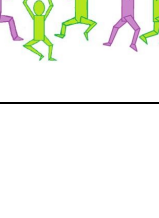
### 6.1 Компоненты С – Конструкция

Таблица #14 - группа А Конструкция											
номер	картинка	Название и номер уровня	Число базовых спортсменов	Сложность координирующих действий	Опора: положение тела и уровень устойчивости	Опора: Тип и уровень гибкости	В воздухе (кол-во человек в воздухе)	Площадь полной конструкции, близость между пловцами	Темп ускорения и толчка(поднять/бросить)	Зона поддержки с которой прыгает основной пловец	Итого
1		Бросить с поверхности	6 до 9	Средняя	нет	нет	1	-	-	Большая	0,5
		<b>Surf</b> (two level)									
2		Простой выброс (простой прыжок)	3 до 5	Низкая	нет	нет	1	Тип 1	быстро	большая	0,9
		<b>Thr</b> (two level)									
3		Простой выброс 6-9 базовых спортсменов	6 до 9	Средняя	нет	Нет	1	Тип 1	быстро	большая	0,9
		<b>Thr</b> (two level)									
4		Прыжок с плеч	6 до 9	тяжелая	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	Тип 2:	среднее	Средняя	1,25
		<b>Shou</b> (three levels)									
5		Прыжок с плеч (small type)	2 до 5	средняя	нет	Нет(корпус опоры в основном находится под водой)	1	Тип 1	среднее	Средняя	1
		<b>Sho</b> (three levels)									
6		Прыжок с рук	6 до 9	Тяжелая	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	Тип 2:	среднее	маленькая	1,35
		<b>Hand</b> (three levels)									
7		Прыжок с ног	6 до 9	Тяжелая	Низкий уровень устойчивости+ высокая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	Тип 2	среднее	средняя	1,35
		<b>Feet</b>									



					нагрузка						
		(three levels)	0,1	0,3	0,1	0,1	0,15	0,2	0,2	<b>0,2</b>	



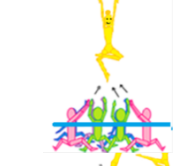

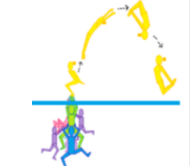
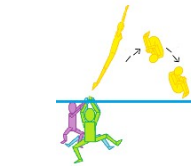
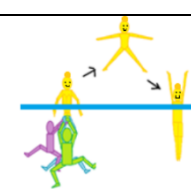
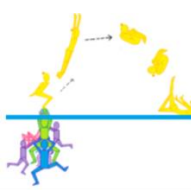
8		Прыжок с квадрата ("решетка")	6 до 9	Тяжелая	Один спортсмен головой вниз, одному помогает, и два головой вверх (0,2+0,1+0,1)	Прямое тело	1+0,5+0,5+0,5	Тип 2	быстро	большая	1,35
		Sq									
		(three levels)	0,1	0,3	0,1	0	0,25	0,2	0,3	0,1	
9		Прыжок с 2 образований	6 до 9	Тяжелая	Низкий уровень устойчивости + высокая вестибулярная нагрузка и 1 помощник головой вверх	Прямое тело	1+0,5+0,5	Тип 2:	Медленно-средне	средняя	1,3
		2Form									
		(three levels)	0,1	0,3	0,1	0,1	0,2	0,2	0,1	0,2	
10		Прыжок с 2 опор+ «помощник»	6 до 9	Тяжелая	Низкий уровень устойчивости + высокая вестибулярная нагрузка 1+1	Прямое тело	1+0,5+0,5	Тип 2	Медленно-средне	большая	1,3
		2Sup'									
		(three levels)	0,1	0,3	0,2	0,1	0,2	0,2	0,1	0,1	
11		"тройной бросок"	6 до 9	тяжелая	Один головой вниз и 2 головой вверх (0,5+0,5+1)	Прямое тело	1+0,5+0,5+0,5	Тип 2	средне	большая	1,35
		Tripl									
		(three levels)	0,1	0,3	0,1	0,1	0,25	0,2	0,2	0,1	
12		Прыжок с 3 пар	6 до 9	Средняя	нет	-	1	Тип 2	быстро	большая	1
		3Pair									
		(two level)	0,1	0,2	0	0	0,1	0,2	0,3	0,1	
13		Стык+помощник	6 до 9	Тяжелая + помощник	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	Тип 2:	средне	Средняя	1,3
		St'									
		(three levels)	0,1	0,3	0	0,1	0,15	0,2	0,2	0,2	
14		Бросок с поверхности (мал)	3- 5 база	низкая	нет	нет	1	-	-	Бол	0,5
		surf									
		(two level)	0,2	0,1	0	0	0,1	0	0	0,1	
			Прыжок со стоп(тип змея)	2-5 база	средняя	Низкий уровень устойчивости + высокая вестибулярная	(support of body is mostly under the water)	1	Тип 1	сред	сред







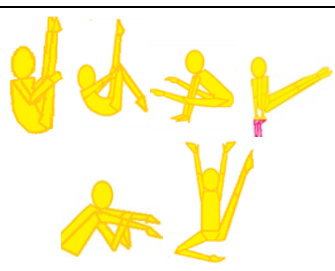



15					нагрузка I							1,1
		<b>feet</b>										
		(three levels)	0,2	0,2	0,1	0	0,1	0,1	0,2	<b>0,2</b>		

## 6.2 Компоненты D - Направление

Таблица #15 – Направление прыжка основного спортсмена






Направление	Код	Диаграмма	Баллы
<b>Вверх</b> -Основной спортсмен подпрыгивает и возвращается в то же место, откуда он прыгает  Пример: она может выполнить вход в воду или вернуться на конструкцию	Up		0,05
<b>Вперёд</b> (без сальто, без поворотов) – основной спортсмен прыгает вперёд и входит в воду за пределы конструкции(не менее 1 метра)	Forw		0,05
<b>Назад</b> – основной спортсмен прыгает назад и входит в воду за пределы конструкции (не менее 1 метра)	Back		0,1
<b>Вперёд</b> –основной спортсмен прыгает вперёд, делает сальто(1 и более), оборот(1 и более) или и то и другое, и входит в воду за пределы конструкции(не менее 1 метра)	FORW		0,15
<b>Боком</b> –основной спортсмен прыгает в сторону(боком) и входит в воду за пределы конструкции(не менее 1 метра)	Side		0,2
<b>Прыжок лицом вперёд, а разворот назад</b> –основной спортсмен прыгает вперёд, и начинает вращаться назад(лицом к конструкции, с которой прыгает), и входит в воду за пределы конструкции(не менее 1 метра)	Rev		0,2

### 6.3. Компоненты Р - Позиции

Таблица #16 - Группа А Позиции								
№	Картинка	Название	Вестибулярная нагрузка/Сложность баланса	Присутствие или отсутствие помощи руки помощника	Тип и уровень гибкости+отклонение торса от оси	Итого	Если позиций 2	№
<b>Forward flex stomach</b>								
1	 (not before Twisting And only if there is switching leg to another position)	Kick ki	-	-	-	0,05	0,05	2ki
			0	0	0,05			
2		Tuck tk	No	-	-	basic 0,1	0,1	2tk
			0	0	0			
3		Parrot pa	No	-	Основа + прогиб 90	0,15	0,15	2pa
			0	0	0,15			
4		Ninja nj	No	-	складка(нога в сторону 90+нога согнута в сторону 90 (0,05))	0,15	0,1	2nj
			0	0	0,1			
5		Pike pk	No	-	Сгибание живота	0,2	0,2	2pk
			0	0	0,2			
<b>Miscellaneous</b>								
6		Mantis mn	No	-	-	basic 0,05	0,05	2mn
			0	0	0			
7		Линия(ноги первые в прыжке also but with !) Ln or Ln!	No	-	разное(прямое)	basic 0,1	0,1	2Ln or 2Ln!
			0	0	0			
			No	-	Разное (90+90)	(0,05 бонус за		



8		Split sp	0	0	0,25	ассиметри ю) 0,3	0,15	2sp
---	--	-------------	---	---	------	---------------------	------	-----

Arch								
9		Arch ar	No	-	Арка (Назад 35)	basic 0,1	0,1	2ar
			0	0	0			
10		Kite kt	No	-	Арка (ноги назад 45)	basic 0,1	0,1	2kt
			0	0	0			
11		Martin ma	No	-	Нога назад 90	0,15	0,1	2ma
			0	0	0,15			
12		Jay ja	No	-	Арка (назад 45+ нога назад 90+нога вперед 45)	0,2	0,15	2ja
			0	0	0,2			
13		Ring rg	No	-	арка(ноги 135) или спина 45+ноги 90 назад	0,25	0,2	2rg
			0	0	0,25			

6.4. Платформа поддержки - нет для группы А (значение уже внутри конструкции)

6.5. Ротейшен конструкции - для группы А (пока нет)

#### 6.4. Компоненты Т – градус вращения.

Количество вращений рассчитывается до уровня груди (нижних ребер)  
Основного спортсмена (видимая/четкая граница для определения вращений)

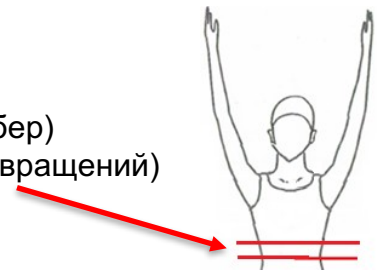



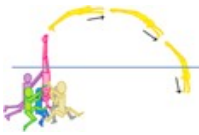


Table #17 – Group A Component T

	Plane of rotation	Degree of rotation	Code	Value
 <p>Horizontal plane</p>	Горизонтальная плоскость (вращение) Для позиции "голова вверх"	180°	<b>T0,5</b>	0,1
		360°	<b>T1</b>	0,15
		540°	<b>T1,5</b>	0,2
		720°	<b>T2</b>	0,25
	Горизонтальная плоскость (вращение) пример: 3-х сальто (когда вращение в одно время с сальто)	180°	<b>t0,5</b>	0,1
		360°	<b>t1</b>	0,2
		540°	<b>t1,5</b>	0,3
		720°	<b>t2</b>	0,4
 <p>Sagittal plane</p>	Сагиттальная плоскость (Пример: сальто вперед)	180°	<b>s0,5</b>	0,05
		180° (для "маленький прыжок))	<b>S0,5</b>	0,2
		360°	<b>s1</b>	0,3
		540°	<b>s1,5</b>	0,5
		720°	<b>s2</b>	0,6
		900°	<b>s2,5</b>	0,8
		1080°	<b>s3</b>	1,4
Handspring	<b>h</b>	0,1		
 <p>Frontal plane</p>	Фронтальная плоскость (Пример: боковое сальто)	360°	<b>f1</b>	0,4
		540°	<b>f1,5</b>	0,6
		720°	<b>f2</b>	0,7
		Колесо или Handspring	<b>c or h</b>	0,1
	Dive (зависит от параболы)	<u>Нет 180° сальто</u>	<b>d</b>	0,025
		dive+180 вращение	<b>dt0,5</b>	0,125
		dive+360 вращ	<b>dt1</b>	0,175
		dive+540 вращ	<b>dt1,5</b>	0,225

Важно: если нет вращения (somersault, dive, twist), то оно не будет описано в коде. Если есть dive (когда основной спортсмен прыгает головой вверх и после демонстрации в воздухе параболы, не меняя положения, входит в воду головой вперед), то в коде это должно быть записано буквой «d».

Если происходит смена положения, например: основной спортсмен прыгает головой вперед, делая щуку, а затем «раскрывается» в линию, чтобы войти в воду головой вперед - это будет полувыворот half somersault. И пишется в коде как «s0,5». Не заход в воду головой вперед в этой ситуации будет считаться просто сменой положения и не запишется как dive or a half somersault.

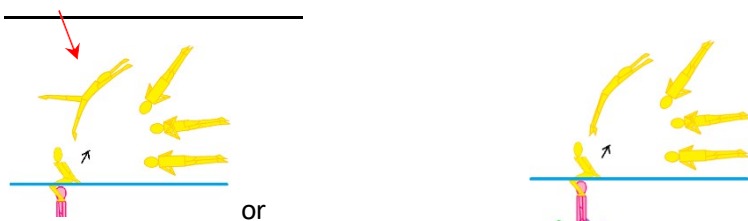
Dive - Прыжок – это своего рода «прыжок в длину», при котором основному спортсмену необходимо прыгнуть головой вверх и после показа длинной параболы войти в воду головой вниз. От начала до конца позиции не меняются. Если есть смена позиции (например: согнувшись, а затем прямое тело) - это будет считаться полукувырком.

Исключение: Прыжок в прямом положении туловища, в обратном направлении (из любого построения) считается 0,5 сальто (начало головой вверх, когда есть вращение, закончить головой вниз).

**Таблица #18 – Значение для 2-х осевых вращений в воздухе и значение для «гимнастических» вращений:**

2 axis airborne rotations	Code	Value
Half somersault + half twist (small jumps only!)	<b>S0,5t0,5</b>	0,3
1 сальто + 0,5 вращение;	<b>s1t0,5</b>	0,4
1 сальто + 1 вращение;	<b>s1t1</b>	0,5
1 сальто + 1,5 вращения;	<b>s1t1,5</b>	0,6
1 сальто + 2 вращения;	<b>s1t2</b>	0,7
1 сальто + 2,5 вращения;	<b>S1t2,5</b>	0,8
1,5 сальто + 0,5 вращения	<b>s1,5t0,5</b>	0,6
1,5 сальто + 1 вращение;	<b>s1,5t1</b>	0,7
2 сальто + 0,5 вращения;	<b>s2t0,5</b>	0,9
2 сальтот + 1 вращение;	<b>s2t1</b>	1

**Важно:** Вращение можно начинать с постановки ног вместе (после отталкивания) или с быстрого «Кика» вперед после отталкивания (до скручивания). Мы не считаем это позиией



**Как рассчитать сальто:** Чтобы получить значение для «полного сальто» основной спортсмен, который прыгает «первая голова» должен войти в воду сначала первыми ногами (после вращения на 360° ! )  
Например: позиция группировка.

Для получения щучки-вход в воду будет осуществляться ягодицами

Прямое положение тела – вход ногами

“Открытое” или варианты позиции Арка (Олень, Корзинка и т.д) – основной спортсмен при входе в воду демонстрирует вертикальное положение между плечами и коленями. Это поза будет означать что выполнено полное сальто









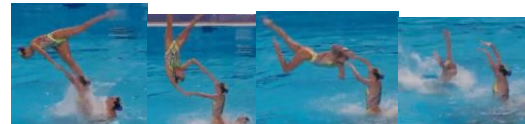




## 6.7 Компоненты В – Бонус (Дополнительные факторы повышения сложности) Есть возможность получить 2 бонуса за 1 акробатический элемент.


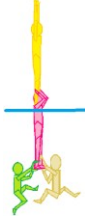

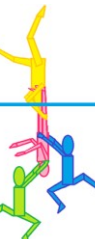

Table #19 – –список добавлений, бонусы и элементы риска группа А:

Code	For GROUP A:		Value
u1	Синхронные действия для двойных акробатических элементов (Возможно: в разные стороны (но направление прыжка должно быть одинаковым для обоих))		0,2
u2	“открытие” в прямое положение тела после 1,5 (inside 2 somersaults)		0,5
u3	За 1,5 сальто с открытием в прямое положение тела (1 сальто +0,5 вращение с открытием в прямое положение тела)		0,4
u4	Сальто с прямым телом		0,2
u5	Прямое положение тела при прыжке с поворотом + сальто;		0,4
u6	“ЗАХВАТ” (соединение рук) между основным спортсменом и опорой		0,025
u7	“Возврат” на конструкцию после фазы полета		0,3

<b>u8</b>	Соединение двух основных спортсменов; (от начала до конца)		<b>0,1</b>
<b>u9</b>	Соединение между помощником и основным спортсменом (может быть "разорванно" до входа в воду)		<b>0,025</b>
<b>u10</b>	Связь между 2 основными спортсменами во время фазы полета (они соединяются после взлёта)		<b>0,15</b>
<b>u11</b>	Третья позиция (пример: в конце акробатического движения закрытие ног в вертикальное положение(группа В) или группировка (группа А))		<b>0,05</b>
<b>u12</b>	Прыжок с ног (ступни/ступнисоединение между помощником и основным)		<b>0,1</b>
<b>u13</b>	Вращение 360 головой вниз		<b>0,2</b>
<b>u14</b>	Прыжок из положения шпагат (головой вверх)		<b>0,2</b>
<b>u15</b>	"Возвращение" на руки опоры после аэродинамической фазы		<b>0,1</b>
<b>u16</b>	"twirl" основного спортсмена руками с поддерживающим спортсменом (может быть «разорвана» перед входом в воду)		<b>0,05</b>

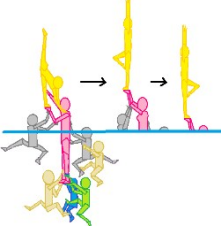






## 7. Группа В

### 7.1 Компоненты С – Конструкция





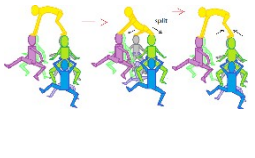
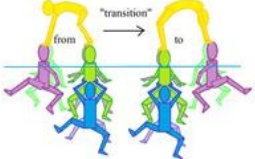


Таблица #20 - Группа В Конструкция										
No.	Картинка	Название и номер уровня	Число базовых спортсменов	Сложность координирующих действий	Положение тела и уровень устойчивости	Опора: тип и уровень гибкости	В воздухе( кол-во человек в воздухе)	Площадь полной конструкции, близость между пловцами	Темп ускорения и толчка(поднять бросить)	Итого
1		Стык(классический)	6 до 9	Тяжелая	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	Тип 2	средне	1,05
		St								
		(3 levels)	0,1	0,3	0	0,1	0,15	0,2	0,2	
2		Стык "маленький"	2-5 base	Средняя	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка	Нет( корпус опоры В основном находится Под водой	1	тип 1	Медленно-средне	0,7
		st								
3		Стык головной вниз	6 до 9	Тяжелая	Низкий уровень устойчивости + высокая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	Тип 2	средне	1,35
		StH								
		(three levels)	0,1	0,3	0,2	0,1	0,15	0,3	0,2	
4		Стык головной вниз "маленький"	2 до 5	Средняя	Низкий уровень устойчивости + высокая вестибулярная нагрузка	Нет(корпус опоры в основном находится под водой)	1	Тип 1	Медленно-среднее	0,9
		stH								
		(three levels)	0,2	0,2	0,2	0	0,1	0,1	0,1	
5		Стык головной вниз + 2 «помощника»	6 до 9	Тяжелая	Низкий уровень устойчивости + высокая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	Тип 2:	средне	минус 0,2 за помощников 1,15
		StH" or StH' (if 1 spotter)								
		(3 levels)	0,1	0,3	0,2	0,1	0,15	0,3	0,2	
6		Стык головной вниз+сложное тело	6 до 9	Тяжелая	Низкий уровень устойчивости + высокая вестибулярная нагрузка	Сложное тело	1+0,5	Тип 2	Медленно-средне	1,15


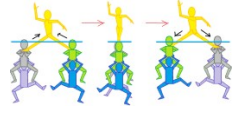
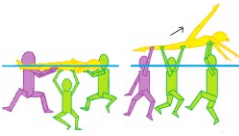

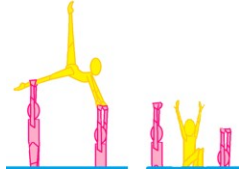

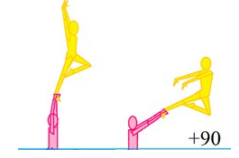
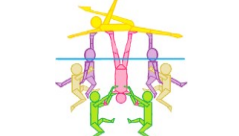


		<b>StHt</b>			нагрузка				
		( 3levels)	0,1	0,3	0,2	0,1	0,15	0,2	0,1

7		Стык+помощь	6 до 9	Тяжелая	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	Тип 2	средне	0,95 (минус 0,1 за пощника)							
		St'															
		(three levels)									0,1	0,3	0	0,1	0,15	0,2	0,2
8	 	Стык голова вниз/щучке/в кране + 2помощника	6 до 9	Средняя	Низкий уровень устойчивости + высокая вестибулярная нагрузка	"прямой угол"	2	Тип 2	Медленно-средне	1,2							
		(three levels)									0,1	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,1
		St'Hp or St'Нс															
9		Стык+ 2 помощника	6 до 9	Средняя	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка	«стоять на коленях»	2	Тип 2	Медленно-средне	0,85							
		St''									0,1	0,2	0	0,05	0,2	0,2	0,1
10		Подъем на 2 основах	6 до 9	Тяжелая	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело 1+1	1+0,5+0,5	Тип 2	средне	1,2							
		2Sup															
		(three levels)									0,1	0,3	0	0,2	0,2	0,2	0,2
11		Подъем на 2 основах голы вниз	6 до 9	Тяжелая	Низкий уровень устойчивости + высокая вестибулярная	Прямое тело 1+1	1+0,5+0,5	Тип 2	средне	1,6							
		2SupH															
		(three levels)									0,1	0,3	0,4	0,2	0,2	0,2	0,2
12		Подъем на 2 основах (одна голова вверх одна вниз)	6 до 9	Тяжелая	Комбинированная (1 голова вверх +1вниз)	Прямое тело 1+1	1+0,5+0,5	Тип 2	средне	1,4							
		2mSup															
		(three levels)									0,1	0,3	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2

13		Подъем на 2 основах голова вниз+2 основных спортсмен	6 до 9	тяжелая	Низкий уровень устойчивости + высокая вестибулярная нагрузка 1+1	Прямое тело 1+1	1+1+0,5+0,5	Тип 2	средне	1,7
		<b>2SupH(2)</b>								
		(three levels)	0,1	0,3	0,4	0,2	0,3	0,2	0,2	

14		Простой подъем	3 до 5	низкая	нет	нет	1	Тип 1	средне	0,7
		L								
15		Подъем простой с поверхности	6 до 9	Средняя	нет	нет	1	Тип 1	Медленно-средне	0,6
		T								
16		Вид стька + 4 помощника на поверхности	6 до 9	Тяжелая	Низкий уровень устойчивости + высокая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	Тип 1	Медленно-средне	1,05
		St''' or St'' (if 3 spotters)								
17		Лифт на головах	6 до 9	Тяжелая	No	No	1	Тип 1	Медленно-средне	0,7
		Lh								
18		Подвижная база подъема (база движется назад потом возвращается)	6 до 9	Тяжелая	нет	нет	1	Тип 2	Медленно-средне	Бонус за подвижную базу (0,3) 1,1
		LM	0,1	0,3	0	0	0,1	0,2	0,1	
19		движение базы подъема (базовые спортсмены передвигаются, с основным спортсменом сверху)	6 to 9	тяжелая	нет	нет	1	Тип 2	Медленно-средне	Бонус за тяжелую движущуюся базу (0,6) 1,4
		LMu	0,1	0,3	0	0	0,1	0,2	0,1	
20		Подъем 2 пловцов	6 to 9	средняя	нет	нет	2	Тип 1	Медленно-средне	0,7
		L(2)								
21		Подъем двух на головах	6 до 9	Тяжелая	нет	нет	2	Тип 2	Медленно-средне	0,9
		Lh(2)								
		(two levels)	0,1	0,3	0	0	0,2	0,2	0,1	

22		Подъём + 2 помощника	3 до 5	Средняя	нет	нет	1	Тип 1	Медленно-средне	0,8 (бонус за соединени е с пощнико м в течении acro действий)
		L <sup>»</sup>								
		(two levels)	0,2	0,2	0	0	0,1	0,1	0,1	
23		Паралельно движущийся базовый лифт LMP	6 to 9	Тяжелая	нет	нет	1	Тип 1	slow-med	0,8 (Бонус за подводное перемещение)
		(two levels)								
		(two levels)	0,1	0,3	0	0	0,1	0,1	0,1	
24		Лифт с поверхности LSurf	3 to 5	Низкий	нет	нет	1	-	нет	0,4
		(two levels)								
		(two levels)	0,2	0,1	0	0	0,1	0	0	
25		Лифт+падение	3-5	низкий	нет	нет	1	-	по	0,3 (-0,1 за падение)
		L <sup>»</sup>								
		(two levels)	0,2	0,1	0	0	0,1	0	0	
26		Подъём на 2 основах + падение в конце	6 to 9	Тяжелая	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка (0,1+0,1)	Прямое тело 1+1	1+0,5+0,5	Тип 2	сред	1,1 (-0,1 за падение)
		2Sup <sup>»</sup>								
		(three levels)	0,1	0,3	0	0,2	0,2	0,2	0,2	
27		Лифт на 2 головах+ помощник	6 to 9	Средняя	нет	нет	1	Тип 1	сред	0,7
		Lh <sup>2*</sup>								
		(two levels)	0,1	0,2	0	0	0,1	0,1	0,2	
28		Стык+падение	6 to 9	Тяжелая	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	Тип 2	сред	0,95
		St <sup>»</sup>								
		(three levels)	0,1	0,3	0	0,1	0,15	0,2	0,2	
29		"Trinity" тринити	6 to 9	средняя	Низкий уровень устойчивости + высокая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5+0,5+0,5	Type 2	сред	1,25
		Trin								
		(three levels)	0,1	0,2	0,2	0,1	0,25	0,2	0,2	





30		Стык голова вниз шпагат+ помощник	6 to 9	Средн	Низкий уровень устойчив ости + высокая вестибул ярная нагрузка	шпагат	1+0,5	Тип 2	сред	1,2
		St'Hs	0,1	0,2	0,2	0,15	0,15	0,2	0,2	

## 7.2. Нет направлений для группы В


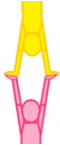



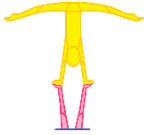
## 7.3. Компоненты S - Зона опоры /Типы соединений между “основным спортсменом” и опорой (“Хват”)

Где:

- A** All body- все тело
- b** Blind capture- слепое соединение
- B** Back - назад
- Bp** “Backpack” grip  
– лопатки
- Ch** “Chameleon”  
grip- хамелеон
- E** “Eiffel” grip-  
эйфель
- F** Feet or foot- стопы или ноги
- H** Head- голова
- I** “Icarus” grip- икарус
- K** Knees-колени
- L** Leg or legs- нога или ноги
- Le** “Lemur” grip-лемур
- Li** Lift-лифт
- P** Palms or hands  
– кисти или руки
- Py** “Pyramid” grip  
– пирамида
- Sh** Shoulders-  
плечи
- Si** Sit- сидя
- Sb** Shoulder blades- лопатки
- Sp** Split- шпагат
- Su** “Sultan” grip- султан
- T** Tummy, stomach, abdomen- живот
- Ta** “Table” grip-стол
- Tw** “Twins” grip-близнец
- V** Spread legs of the support- ноги в стороны у опоры
- W** “Window” grip- окно
- x** Stands for XS (extra-small) type of connection- стоя для очень мал. Типа соединения
- \*** Spotter/helper- помощник
- /** Additional connection between support and featured swimmer - Дополнительная связь между поддержкой и основным спортсменом







Код «типа соединения» (захвата) the “type of connect” (grip) пишется «нон-стоп». Например: PP = ладони/ладони PP = palms/palms и т.д. Первой пишется буква, описывающая хват основного спортсмена, а второй пишется хват опоры.

Таблица #21 – Тип соединения-  
Группа В




No.	Картинка	Тип соединения	Площадь обоих опор	помощник	Основной пловцу	средний	захват	Бонус/вычет	итог
1		Palms / palms XS Ладони / Ладони XS <b>PPx</b>	Очень маленькая+ очень маленькая	0,6	0,6	0,6	Захват	0,4 – Вертикальное тело на ладонях +0,1 бонус за XS-захват	1,1
2		Palms / palms Ладонь/ладонь <b>PP</b>	Очень маленькая+ очень маленькая	0,6	0,6	0,6	Захват	0,4 – Вертикальное тело на ладонях	1
3		Feet (featured- swimmer) on palms (support) XS ноги (основной) на кистях(помощника) XS <b>FPx</b>	Очень маленькая+ маленькая	0,6	0,5	0,5	захват	0,4 - Вертикальное тело на ладонях +0,1 бонус за XS-захват	1,05
4		Feet (featured- swimmer) on palms (support) Ноги (основной) на ладонях (помощника) <b>FP</b>	Очень маленькая+ маленькая	0,6	0,5	0,55	захват	0,4 – Вертикальное тело на ладонях	0,95
5		Feet (featured- swimmer) on feet (support) Ноги (основной)/ноги (помощник) <b>FF</b>	маленькая+ маленькая	0,5	0,5	0,5	Нет захвата !	0,2 (без рук связь между помощником и основным пловцом (если в строительств е нет «spotters» еще одного помощника)	0,7
6		Palms (featured- swimmer) on feet (support) стойка на руках, поперечный(осн овной) на ногах (помощника) <b>PF</b>	Очень маленькая+ Маленькая	0,6	0,5	0,55	Захват	-0,1 захват с помощником	0,45

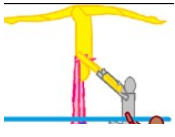





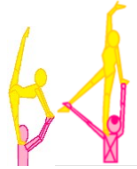



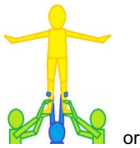
7		<p>Lower back (touch or sit) on shoulder blades (blind connection)</p> <p>Сесть на лопатки (слепое соединение) <b>SiSb</b></p>	<p>маленькая+ средняя</p>	0,5	0,3	0,4	захват	<p>Минус 0,1 за захват и минус 0,1 для близкой к пощнику но +0,2 (слепое соединение) <b>КОСНУТЬСЯ (НЕ"СИДЕТЬ +0,1</b></p>	<b>0,5</b>
---	--	--	-------------------------------	-----	-----	-----	--------	---	------------

8		<p>"Backpack" grip: Shoulder blades (featured-swimmer)/ Shoulder blades (support)</p> <p>Лопатки (основной/-лопатки (помощник))</p> <p><b>Bp</b></p>	Средняя+ средняя	0,3	0,3	0,3	захват	0,2 (за слепое соединение) -0,2 За сильное соединение между спортсменами	<b>0,3</b>
9		<p>Shoulders (featured-swimmer) on feet</p> <p>Плечи(основной) на ногах помощника</p> <p><b>ShF</b></p>	Маленькая+ средняя	0,5	0,3	0,4	захват	-0,1 за захват при поддержке	<b>0,3</b>
10		<p>"Eiffel" grip: Palms on shoulders/ palms on shoulders</p> <p>Eiffel" grip: Ладони на плечах/ Ладони на плечах</p> <p><b>E</b></p>	Очень маленькая+ Маленькая (не средняя потому что руки подняты область поддержки автоматически меньше)	0,6	0,5	0,55	Захват	Двойной захват -0,1	<b>0,45</b>
11		<p>Icarus: Feet (featured-swimmer)/feet bent (support) or feet/feet+2 «spotters» on the side holding featured-swimmer's hands</p> <p>Icarus: Ноги (основной)ноги согнуты (помощник) Или ноги/ноги+2 «помощника» с боку держат руки основного</p> <p><b>I</b></p>	Маленькая+ маленькая	0,5	0,5	0,5	Нет захвата!	<b>Помощь по бокам</b> +согнутые ноги	<b>0,5</b>
12		<p>Palm (featured-swimmer) on head (support) + palm / palm</p> <p>Стойка вниз головой (основной) на руке(помощника)+ на его голове</p> <p><b>PH/</b></p>	Очень маленькая+ очень маленькая+ помощь	0,6	0,6	0,6	захват	+ соединение с головой 0,2	<b>0,8</b>
13		<p>Lift on 4 heads of base-featured-swimmers</p> <p>Подъём на 4 головах помощников-основного</p> <p><b>Li4H</b></p>	4 средних помощника=большая устойчивость	0,1	0,1	0,1	захват	+соединение с головами 0,2	<b>0,3</b>


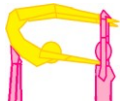


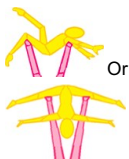



14		<p>“Window” grip: All featured-swimmer’s body (connection by shoulders) on a shoulder + extra help</p> <p>Window” grip: Всё тело основного(соединение на плечах) на плече+ дополнительная помощь</p> <p><b>W</b></p>	<p>маленькая + маленькая+ 1 дополнительная помощь</p>	0,5	0,5	0,5	Захват (за пояс помощника)	Дополнительная помощь (-0,1)	<b>0,4</b>
15		<p>“Pyramid” grip: Head on head + palm / palm + leg hold by featured-swimmers palm</p> <p>Pyramid” grip: Голова на голову+ ладонь/ладонь+ нога основного в руке(помощника) и вверх</p> <p><b>Py</b></p>	<p>маленькая + маленькая + 3 дополнительные помощи</p>	0,5	0,5	0,5	захват!	Соединение головой+ 0,2 (помощник и основной пловец 2 доп. помощи руками/ 2 руки -0,3)	<b>0,4</b>
16		<p>All featured-swimmer’s body on palms (lay or sit)</p> <p>Всё тело основного пловца на ладонях (лежит или сидит)</p> <p><b>AP</b></p>	<p>Очень маленькая+ большая</p>	0,6	0,1	0,35	Захват	Бонус 0,2 все тело на ладонях; (закрытый в центре поддержки помощник) (-0,1)	<b>0,45</b>




17		Shoulders (featured-swimmer) on feet+ "spotters"  Все тело основного на ногах+ "помощник"  <b>ShF*</b>	Маленькая+ большая	0,5	0,1			0,3	Минус 0,2 за помощника (от 1 до 3);	0,1	
18		Sultan: Back/back+ featured-swimmer holds support, and support holds featured-swimmer  Sultan: Спина/спина+ помощник соединяется руками с основным  <b>Su</b>	большая+ большая	0,1	0,1	0,1	2 захвата		+0,2 (за слепое соединение) но минус 0,2 за 2 захвата	0,1	
19		"Table" grip: Construction 2 support athletes head-down, featured-swimmer lay on their feet  "Table" grip: Строительство 2 поддерживающих головой вниз, основной лежит на их ногах  <b>Ta</b>	маленькая+ маленькая для помощников= средняя+ большая	0,2	0,1	0,15				0,15	
20		Sit or Lay on shoulders  Сидит или лежит на плечах  <b>SiS</b>	средняя+ большая	0,3	0,1	0,2	Захват		(близко к центру массы опоры) (-0,1)	0,1	
21		Feet (featured-swimmer) on shoulders (support) while stack is lifted up And switch on 1 foot for main phase  Нога (основного) на плечах(помощника)  <b>F1S</b>	Средняя+ маленькая	0,3	0,5	0,4	Захват помощника		-0,2 (за захват 2 руками пощника) -0,1 за Стабильность, не рисковое соед	0,1	
22		Feet (featured-swimmer) on shoulders (support)  Ноги (основного) на плечах (помощника)  <b>FS</b>	Средняя+ маленькая	0,3	0,5	0,4	Захват помощника		-0,2 ( за захват 2 руками пощника ) -0,15 за Стабильность , не рисковое соед	0,05	
23		Foot on a shoulder + connection with support athlete  Нога на плечах + соединение со спортсменом помощником	Средняя+ маленькая+ помощь	0,3				0,5	0,4	Дополнительная помощь помощника  Минус 0,2 за лоп. помощь(2 руки)	0,2

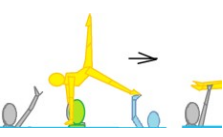



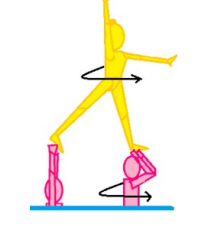
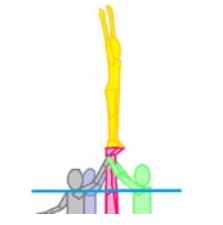
		F1S/							
24		<p>“Lemur” grip: Construction 2 support athletes head-up, f.swimmer lay on their hands or in a head-down position (or f.swimmer hold the shoulders of one of the supports)</p> <p>Lemur” grip: Конструкция на 2 спортсменах помощниках, головами вверх, основной лежит на их руках</p> <p><b>Le</b></p>	большая+ маленькая	0,1	0,5	0,3	захват	Минус за 2 помощника	0,1
25	 or	<p>Simple lift (base athletes hold featured-swimmer)</p> <p>Or</p> <p>“Full body” Lift on hands</p> <p>Обычный лифт (базовые спортсмены поднимают основного)</p> <p><b>Li</b></p>	Маленькая+ большая	0,5	0,1	0,3	захват	-0,2 (за 3 или более руки захвата базовых спортсменов)	0,1



		<b>Li</b>							
26		<p>"Chameleon" grip: Construction 2 supports, one of them h-down; f.swimmer connects to them by stomach, hands and legs (3points)</p> <p>"Chameleon" grip: Конструкция из 2 опор, один головой вниз; основной соединяется с ними по кругу, руки ноги (3 точки)</p> <p><b>Ch</b></p>	сред+сред+мал+мал=средний	0,3 0,3	0,5 0,5	0,4	захват	Минус за 2 помощника	0,2
27		<p>Twins (Featured-swimmer holds the stomach of support and support holds the pelvis of featured-swimmer)</p> <p>Twins: Близнецы (основной держится за талию помощника, а помощник за талию основного)</p> <p><b>Tw</b></p>	большая+большая	0,1	0,1	0,1	захват	большая+большая	0,1
28		<p>Twins+ spotters (Featured-swimmer holds the shoulders of the spotter and support holds the pelvis of featured-swimmer)</p> <p>Twins+ spotters: Основной держится за плечи помощника</p> <p><b>Tw*</b></p>	Бол+сред	0,1	0,3	0,2	ЗАХВАТ	-0,1 (близко к пощнику центр массы)	0,1
29		<p>All featured-swimmer's body (Lays) on feet (legs of support spread)</p> <p>Все тело основного на ногах помощника (Сидит или лежит)</p> <p><b>AV</b></p>	Маленькая+большая	0,5	0,1	0,3	Захват	(близко к пощнику центр массы (-0,1) -0,1 за 2 точки соединения	0,1
30		<p>All body on feet +4 spotters</p> <p>Все тело на нога+4 помощника</p> <p><b>AF*</b></p>	Мал+бол+4 доп помощь	0,5	0,1	0,3	захват	-0,2 за 4 точки опоры	0,1



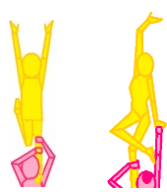




31		<p>Split on split ШПАГАТ НА ШПАГАТЕ</p> <p><b>SpSp</b></p>	Бол+бол	0,1	0,1	0,1	захват		0,1
32		<p>Sit on Feet (Buttocks or Stomach)</p> <p>Сидеть на ногах(ягодицы)</p> <p><b>SiF</b></p>	Мал+ бол	0,5	0,1	0,3		-0,15 close to the support (centre of mass lays exactly on support)	0,15
33		<p>Back/Back + blind capture</p> <p>Спина/спина+ слепой захват</p> <p><b>BBb</b></p>	Бол+бол	0,1	0,1	0,1	захват	+0,15 Только для основного пловца головой вниз слепой захват	0,25

34		Lift + spotter pair Лифт+ пара помощников  <b>Li*</b>	Бол+бол	0,1	0,1	0,1	захват		0,1
35		Cowboy sit on (spread legs) feet  Ковбой сидит на ногах  <b>SiV</b>	Мал+бол	0,5	0,1	0,3		-0,1 близко к пощнику	0,2
36		All featured-swimmer's body on palms (sit)+ f.swimmer has additional support on head  Все тело основного на кистях(сидит)+плюс основной опирается на голову  <b>AP/</b>	Очень мал + бол	0,6	0,1	0,35	Захват( близко к пощник у центр массы)	БОНУС 0,2 все тело на кистях; (близко к пощнику центр массы) (-0,1); соединение с головой (-0,1)	0,35
37		Palms on 2 heads+spotter  Кисти на 2 головах+ помощник  <b>PH*</b>	Очень мал + Бол и помощник	0,6	0,1	0,35	Захват	Plus connection head 0,2 -0,25 for spotter help (third point of support and CM is not above support's head)	0,3
38		Construction 2 support athletes head-up, featured-swimmer stay 1 leg on a head of first support and 2 <sup>nd</sup> leg on palms(near head)  Построение 2 опорных спортсмена головой вверх, основной остается 1 ногой на голове первой опоры и 2-й ногой на ладнях (у головы)  <b>FHP/</b>	Мал+о чень мал+о чень мал+м ал помош ник	0,5	0,6	0,55	захват	Plus connection head 0,2  Minus for 2 supports	0,55
39		Feet on Feet+ additional help on the sides  Ноги на стопах+ дополнительная помощь по бокам  <b>FF*</b>	Мал+ мал	0,5	0,5	0,5	Нет захвата	0,2 (no hand connection between supporters and featured- swimmer) -0,2 for help on side	0,5

<b>40</b>		<p>all body on leg+ connect with leg</p> <p>все тело на ноге+ соединение с ногой</p> <p><b>AL/</b></p>	Бол+бол	0,1	0,1	0,1	захват		<b>0,1</b>
<b>41</b>		<p>foot on palms + additional support</p> <p><b>FP*</b></p>	Очень мал+мал помощник	0,6	0,5	0,55	Захват	-0,15 для доп помощи	<b>0,4</b>






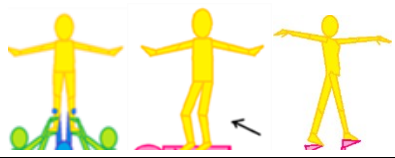


<b>42</b>		<p>Сидя или лежа на стопах+ помощник/и</p> <p><b>SiF*</b></p>	Мал+бол	0,5	0,1	0,3		<p>-0,1 close to the support (center of mass lays exactly on support) -0,1 for spotter</p>	<b>0,1</b>
<b>43</b>		<p>Все тело на кистях + доп опора на основу</p> <p><b>AP\</b></p>	Очень мал+бол	0,6	0,1	0,35	Capture	<p>-0,1 close to support center of mass) -0,15 for double capture</p>	<b>0.1</b>

## 7.4. Компоненты Р - позиции

Table #22 - GROUP B Позиции								
No.	Картинка	Название	Вестибулярная нагрузка/Сложность баланса	Присутствие или отсутствие помощи, руки помощника	Тип и уровень гибкости+ Отклонение торса от оси	Итого	Если позиция 2	Код для позиции 2 (level)
<b>STAND ON 1 LEG</b>								
<i>Universal</i>								
1		Lady	Стоять на 1 ноге	-	-	0,1	0,05	2ld
		(Stand on 1 leg, with another leg less than 90° any side)  (стоять на 1 ноге, с другой ногой меньше чем 90° в любую сторону)	0,1	0	0			
<i>Forwards</i>								
2		Heron	Стоять на 1 ноге	-	Нога согнута 90	0,15	0,05	2he
		he	0,1	0	0,05			
3		Crane	Стоять на 1 ноге	-	сложить (нога вперед 90)	0,2	0,1	2cr
		cr	0,1	0	0,1			
4		Kitri	Стоя на 1 ноге	-	Нога в цапле 90+ назад 45	0,25	0,2	2kr
		kr	0,1	0	0,15			
5		Vertical Split	Стоя на 1 ноге	Forward capture	Fold (leg forward 180)	0,45	0,3	2vs
		vs	0,1	0,05	0,3			
<i>Sideways</i>								
			Стоя на 1 ноге	-	Разное (в сторону 180)			


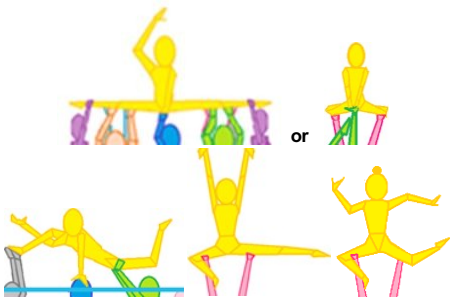



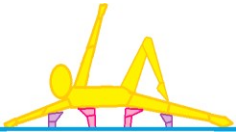



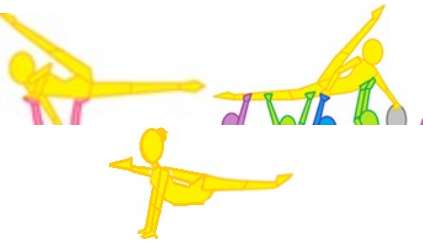



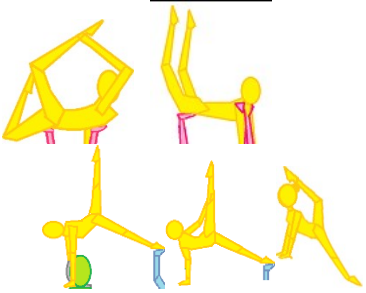
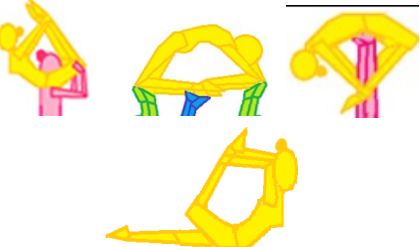





6		Swan  <b>sw</b>	0,1	0	0,3	<b>0,4</b>	0,3	<b>2sw</b>
7		Glass  <b>gl</b>	Стоя на 1 ноге	да	Разное (в бок180)	<b>0,5</b>	0,4	<b>2gl</b>
			0,1	0,1	0,3			

Backwards								
8		Ballerina	Стоя на 1 ноге	-	Арка (Нога назад 90)	0,25	0,1	2ba
		ba	0,1	0	0,15			
9		Eagle	Stand on 1 leg	-	Leg back 90+ torso forward	0,35	0,25	2ea
		ea	0,1	0	0,25			
10		Sail	Стоя на 1 ноге	-	арка(спина90 +135шпагт назад)	0,45	0,3	2sa
		sa	0,1	0	0,35			
11		Needle	Стоя на 1 ноге	нет или да но не противоложной рукой)	арка(спина90+180шпагт назад)	0,55	0,45	2ne
		ne	0,1	0	0,45			
12		Eye	Стоя на 1 ноге	да+слепой захват ноги	Нога назад135 (0,25)+торс вверх 90 (0,1)	0,65	0,4	2ey
		ey	0,1	0,2	0,35			
2 LEGS STAND								
13		Line	нет	-	-	basic 0,1	0,1	2ln
		In	0	0	0			
14		Dove	нет	-	Арка (назад 45)	0,15	0,1	2do
		do	0	0	0,1			
SIT								
15		Sit	-	-	-	0,05	0,05	2si
		si	0	0	0			
			-	-	Half basic Legs 90			









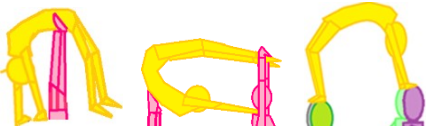

16		<p>Monkey mo</p>	0	0	0,1	<b>0,1</b>	0,1	<b>2mo</b>
----	--	----------------------	---	---	-----	------------	-----	------------

17		Shrimp <b>sh</b>	No	-	Ноги (90) + тело 90	0,2	0,2	2sh
			0	0	0,2			
18		Split <b>spl</b>	No	-	((90 в сторону + 90 в сторону)	0,2	0,2	2spl
			0	0	0,2			
<b>STATIC</b>								
19		Peacock <b>pe</b>	Статика бонус	-	база	0,2	0,1	2pe
			0,1	0	0,1			
20		Crocodile <b>cd</b>	Бонус за статiku	-	ноги (90) + тело 90	0,3	0,2	2cd
			0,1	0	0,2			
<b>LAYING</b>								
21		Scissors <b>sc</b>	Лёжа	-	-	0,15	0,05	2sc
			0,15	0	0			
22		Pirate <b>pt</b>	лежа	-	-	0,15	0,05	2pt
			0,15	0	0			
23		Cobra <b>co</b>	лежа	-	Торс 45 назад	0,2	0,05	2co
			0,15	0	0,05			
24		Mermaid <b>mr</b>	лежа	-	Legs a little bit up sideway or	0,15	0,05	2mr
			0,15	0				
25		Sunbathe <b>sb</b>	лежа	-	сложить (но ги 90)	0,25	0,1	2sb
			0,15	0	0,1			
26		Birch <b>bi</b>	лежа	-	Больше 90 но меньше 180	0,25	0,1	2bi
			0,15	0	0,1			


27		Flamingo  fl	лежа	-	Торс 45+ Нога 90 согнута	0,25	0,1	2fl
			0,15	0	0,1			
28		Scorpio  so	лежа	Нет или 1 рука	арка (спина 20+ нога 90 и другая нога45)) or (90 backward)	0,3	0,05	2so
			0,15	0	0,15			
29		Turtle  tu	лежа	захват	арка(спи на 45+ноги 90)	0,3	0,1	2tu
			0,15	0,1	0,1			
30		Seastar  se	лежа	-	(90 вбок + 90 вбок)	0,35	0,1	2se
			0,15	0	0,2			
31		Pin  pi	лежа	да	180 назад	0,6	0,45	2pi
			0,15	0,1	0,35			
<b>HEAD-DOWN</b>								
32		Rose (head-down position leg movements any side less than 90) Роза (голова- вниз)  ro	Голова вниз	-	-	0,2	0,05	2ro
			0,2	0	0			
33		Lamp post  lp	Голова вниз	-	база(прям ая) + согнутая балетная	0,25	0,15	2lp
			0,2	0	0,15			
34		Box  bo	Голова вниз	-	Fold (ноги 90)	0,3	0,1	2bo
			0,2	0	0,1			
		Bamboo	Голова вниз	-	База (прямая) Allowed: маленька я арка			



<b>35</b>		<b>bb</b>	0,2	0	0,1	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>2bb</b>
-----------	--	-----------	-----	---	-----	------------	------------	------------

36		Iguana  ig	Голова вниз	-	Ноги более 90 + спинак 45	0,35	0,2	2ig
			0,2	0	0,15			
37		Knight  kn	Лежа/голова вниз	-	Обратная арка 90	0,35	0,15	2kn
			0,2	0	0,15			
38		Willow  wi	Голова вниз статика	-	ноги(назад 90) + обратная арка	0,4	0,15	2wi
			0,2	0	0,2			
39		Beluga  be	Голова вниз	-	Misc (бок 90+бок 90)	0,4	0,2	2be
			0,2	0	0,2			
40		Tower  to	Голова вниз (нет 1 нога Потому что 2 руки)	-	Арка (назад 45+ нога 90)	0,45	0,15	2to
			0,2	0	0,25			
41		Owl  ow	Голова вниз	-	Передняя нога 90+задняя 90	0,45	0,2	2ow
			0,2	0	0,25			
42		Bridge  br	Голова вниз	-	арка(назад 45+ноги 90)	0,45	0,2	2br
			0,2	0	0,25			
43		Drop  dr	Голова вниз	да	Арка назад 180	0,6	0,3	2dr
			0,2	0,1	0,3			
<b>COMBINED UNIQUE</b>								
			Голова вниз+стоя на 1 ноге	Yes	Арка назад 180 нога 180			



44		Queen  qu	0,3	0,1	0,6	1	<i>0,5</i>	2qu
----	---	-----------------	-----	-----	-----	---	------------	-----

## 7.5. Компоненты R – Ротейшен конструкции

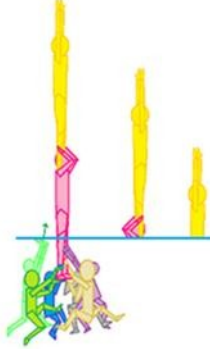
<p><b>Note:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Направление (влево или вправо) ротейшен основания конструкции не влияет на значение.</li> <li>• Количество ротейшен базы рассчитывается каждые 180° до уровня «талии» основного спортсмена (как для положения головой вверх, так и для положения головой вниз). Это должен быть видимый Ротейшен. Не просто поворот тела основного спортсмена</li> </ul>	
---	---

Таблица #23 - Ротейшен базы в группе В



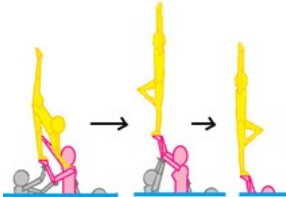



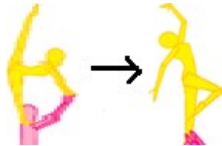
Тип	Градусы поворота				
	90°	180°	360°	540°	720°
Для стыка ( только помощник с основным спортсменом на верху поворачивается вокруг себя)	-	0,2 <b>r0,5</b>	0,3 <b>r1</b>	0,4 <b>r1,5</b>	0,5 <b>r2</b>
Для стыка (основной спортсмен стоит на 1 ноге а другая нога 135 или 180 градусов)	-	0,25 <b>R0,5</b>	0,35 <b>R1</b>	0,45 <b>R1,5</b>	-
Для стыка (основной спортсмен стоит двумя ногами на плечах помощника)	-	0,05 <b>r0,5*</b>	0,1 <b>r1*</b>	0,15 <b>r1,5*</b>	0,2 <b>r2*</b>
для стыка (основной спортсмен в стойке на руках; Или помощник головой вниз; Или двое головой вниз (плечи на ногах)	-	0,3 <b>r0,5!</b>	0,5 <b>r1!</b>	0,7 <b>r1,5!</b>	-
Для Лифта (вся конструкция делает ротейшен)	0,3	0,4	0,5	-	-
	<b>r/L</b>	<b>r0,5L</b>	<b>r1L</b>		

## 7.6. Компонеты В – бонус

Таблица #24 - Список добавлений, бонусы и элементы риска группа В:

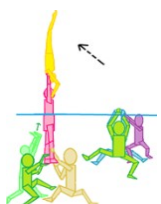
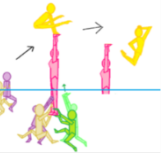

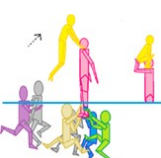

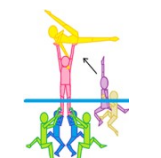
Code	For GROUP B		Value
w1	Синхронные действия для двойных акробатических элементов		0,2
w2	Основной спортсмен поворачивается на стопах 180 или 360 без помошника		0,3
w3	На 2 конструкциях, ротейшен одной		0,1
w4	Встать (поднятие туловища) из позиции голова вниз;		0,2
w5	Связь двух основных спортсменов;		0,1
w6	слепой захват для ЛИФТА		0,2
w7	Третья позиция (пример: в конце акробатического элемента закрытие ног в вертикальное положение (группа В)		0,05
w8	Лифт с длительным удержанием (3сек и более)= не применяется к конструкции» плавущая база»		0,2

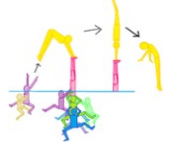
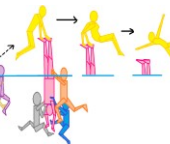
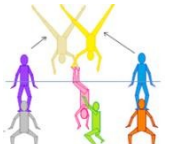
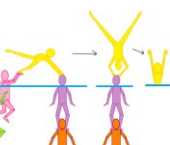
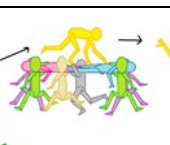
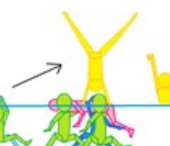

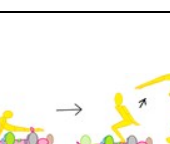


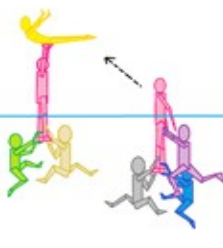
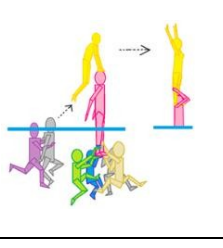
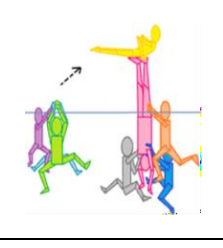
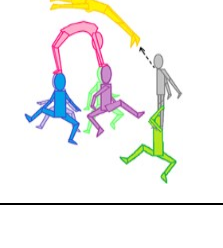
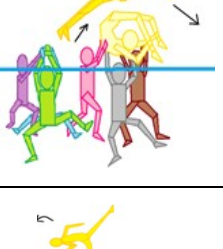
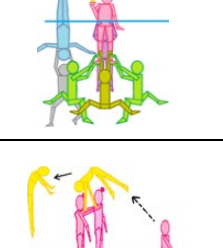
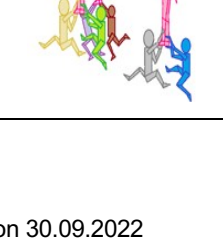
w9	Вращение” основного спортсмена группа В		0,05
w10	“Волна”		0,1
w11	Основной спортсмен поворачивается на стопах или ладонях опоры 180°		0,1
w12	Основной спортсмен поворачивается на стопах или ладонях опоры 360°		0,2
w13	Продвижение конструкции (не менее 1 метра)		0,1
w14	“Moonwalk”: Лифт из шпагата, ноги скользят меняют местами и открываются в шпагат, на поверхности		0,2
w15	“Ungrip”		0,05



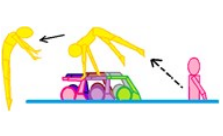
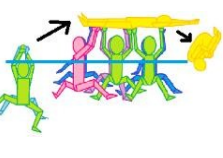

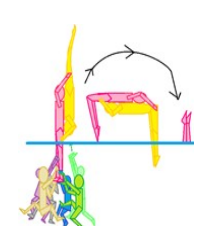
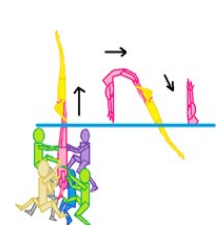
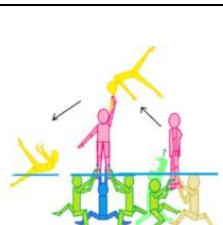
## 8. Группа С

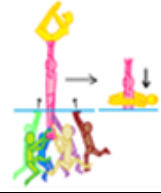
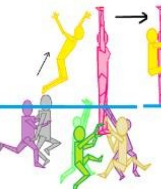
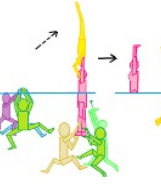

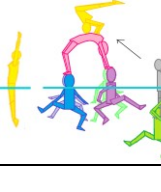
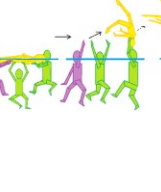

### 8.1. Компоненты С - Конструкция

Table #25 - Группа С конструкция											
No.	Picture	Название и номер уровня	Число базовых спортивных элементов	Сложность координационных действий	Опора: Положение тела и уровень устойчивости	Опора: Тип и уровень гибкости	В воздух	Площадь полной конструкции, Близость между элементами	Темп ускорения и толчка (поднять/бросить)	Area of support	TOTAL
1		С помощника: прыжок на обычный стык <u>Переход, не прыжок</u>	3 to 5*2	средняя	Высокий уровень устойчивости + низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	большая + маленькая	Быстро/средне (0,3/0,2)	Маленькая	1,7
		Thr~St	0,4	0,2	0	0,1	0,15	0,3	0,25	0,3	
2		Прыжок через поддержку или на поддержку (Вид стыка+«помощник») <u>Переход, не прыжок</u>	3to5+pair	сложная	Высокий уровень устойчивости + низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	большая+минимум	Быстро/средне (0,3/0,2)	средняя (кисти)	1,65
		'~St>	0,4	0,3	0	0,1	0,15	0,25	0,25	0,2	
3		Прыжок с плеч «помощника» на «опору» (Стыковый тип+«») )	3to5+pair	сложная	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	большая+минимум	Быстро/средне (0,3/0,2)	Бол	1,55
		'>StSh>	0,4	0,3	0	0,1	0,15	0,25	0,25	0,1	
		Jump on support's shoulders from spotter and remain until submergence	'>Stsh	0,4	0,3	0	0,1	0,15	0,25	0,25	
4		На опору с «помощника» (Стыковый тип+«помощник») ) <u>Переход, не прыжок</u>	3to5+pair	сложная	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	большая+минимум	Быстро/средне (0,3/0,2)	Мал	1,75
		'~St	0,4	0,3	0	0,1	0,15	0,25	0,25	0,3	
5		На опору с «помощника» (Стыковый тип+«помощник») )	3to5+pair	сложная	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	большая+минимум	Быстро/средне (0,3/0,2)	Бол (3 точки опоры)	1,55
		3 точки опоры <u>Переход, не прыжок</u>	0,4	0,3	0	0,1	0,15	0,25	0,25	0,1	
		'~St*	0,4	0,3	0	0,1	0,15	0,25	0,25	0,1	


6	 Or 	Прыжок головой вниз на поддержку, и через поддержку	6to9+pair	сложная	Низкий уровень устойчивости + высокая вестибулярная нагрузка и 1 помощник голова	Прямое тело	1+0,5	большая + минимум	Быстро/средне (0,3/0,2)	средняя	1,75
		'>StH>	0,3	0,3	0,2	0,1	0,15	0,25	0,25	0,2	
7		С двух пар один из них головой вниз)+основные	Pair+pair	средняя	Низкий уровень устойчивости + высокая вестибулярная нагрузка и 1 помощник голова	Прямое тело	1	Маленькая	Мед-средне 0,1	мал	1,4
		'>H>	0,4	0,1	0,2	0,1	0,1	0,1	0,1	0,3	
8		Через 2 пары +основной	Pair+pair	Низкий	Высокий уровень устойчивости + низкая вестибулярная нагрузка	нет	1	маленькая	Мед-средне 0,1	мал	1,1
		'>>	0,4	0,1	0	0	0,1	0,1	0,1	0,3	
9		Через платформу 2+»помощника	6to9+pair	Низкая	Высокий уровень устойчивости + низкая вестибулярная нагрузка (лежа)1+1	Прямое тело 1+1	1+1+1	-	Быстро/нет (0,3/0)	бол	1,35
		Thr>PP>	0,3	0,1	0,2	0,2	0,3	0	0,15	0,1	
10		Через платформу+»помощники»/толкатели	6to9+3to5	средняя	Высокий уровень устойчивости + низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело 1+1+1	1+0,5+0,5+0,5	маленькая + нет	Fast/no (0,3/0)	бол	1,25
		'>P>	0,3	0,2	0,1	0,1	0,2	0,1	0,15	0,1	
11		через: бег на 3 спинах(платформа из 3 спортсменов+»помощники»s /толкатели	3 to 5*2	средняя	Высокий уровень устойчивости + низкая вестибулярная нагрузка (лежа)3	Прямое тело 1+1+1	1+0,5+0,5+0,5	маленькая + нет	Fast/no (0,3/0)	бол	1,6
		Thr>Pb <sub>3</sub> >	0,4	0,2	0,1	0,3	0,25	0,1	0,15	0,1	
12		через: Ролл на платформе и спрыгнуть с нег	6 to 9	Низкая	Высокий уровень устойчивости + низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+1	нет	-	бол	0,7
		Roll>P>	0,1	0,1	0,1	0,1	0,2	0	0	0,1	


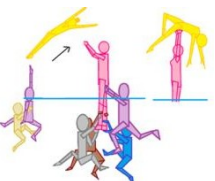
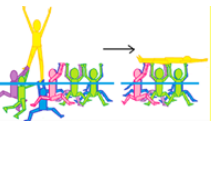
13		на: прыжок со стыка "баланс" и оставаться на ладонях	3 to 5*2 Or 3to 5+ 2to 5	сложная	Высокий уровень устойчивости + низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело 1+1	1+0,5+0,5	большая + большая	Fast/med (0,3/0,2)	<b>мал (держаться на пальцах)</b>	1,85
		St>Stp	0,4	0,3	0	0,2	0,2	0,2	0,25	0,3	
14		На: прыгнуть с пары помощников, "Баланс" и оставаться на плечах	3to5+pair	сложная	Высокий уровень устойчивости + низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	большая + минимум	Быстро/средне (0,3/0,2)	<b>сред</b>	1,65
		'>Stsh	0,4	0,3	0	0,1	0,15	0,25	0,25	0,2	
15		На опору: основа головой вниз, с простого броска (не забывайте про бонус!)	3 to 5*2	сложная	Низкий уровень устойчивости + высокая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	большая + маленькая	Fast/med (0,3/0,2)	<b>Мал (на ногах)</b>	2
		Thr>StH	0,4	0,3	0,2	0,1	0,15	0,3	0,25	0,3	
16		Лифт+»помощник» (лететь над формой)	3to5+pair	сложная	-	-	1+1	большая + минимум	Fast/ slow-med (0,3/0,1)	<b>бол</b>	1,45
		'>L	0,4	0,3	0	0	0,2	0,25	0,2	0,1	
17		Через: простой бросок, основной летит над лифтом	3to5*2	средняя	-	-	1+1	маленькая + маленькая	Fast/ slow-med (0,3/0,1)	<b>бол</b>	1,3
		Thr >L	0,4	0,2	0	0	0,2	0,2	0,2	0,1	
18		через: стык+ голова вниз у двух «помощников»	3to5+pair	средняя	Низкий уровень устойчивости + высокая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5+0,5	большая + минимальная	Med/Med (0,2/0,2)	<b>сред</b>	1,75
		St>'H>	0,4	0,2	0,2	0,1	0,2	0,25	0,2	0,2	
19		через: 2 стыка+ «помощник»	3 to 5+ 2 to 5	сложная	Высокий уровень устойчивости + низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело 1+1	1+0,5+0,5+0,5	большая + маленькая	Fast/med (0,3/0,2)	<b>бол</b>	1,8
		'>StSt>	0,4	0,3	0	0,2	0,25	0,3	0,25	0,1	

20		На опору: на платформу	3 to 5+ 2 to 5	средний	Высокий уровень устойчивости и+ низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+1	большая +нет	Fast/no (0,3/0)	бол	1,45
		Thr>P	0,4	0,2	0,1	0,1	0,2	0,2	0,15	0,1	
21		Другое: обычное+ «помощник»	3 to 5*2	низкий	Низкий уровень устойчивости и+ высокая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	-	Med/no (0,2/0)	бол	1,15
		L'	0,4	0,1	0,2	0,1	0,15	0	0,1	0,1	
22		Через платформц на руках+ помощник	6to 9+pair	низкий	no	no	1	минимум	Fast/no (0,3/0)	сред	0,7
		Thr >hand>	0,1	0,1	0	0	0,1	0,05	0,15	0,2	
23		С простого броска, на базу	6to9 + pair	низкий	no	no	1	маленькая + нет	Fast/no (0,3/0)	бол	1,05 (бонус за слепой)
		Thr >base>	0,3	0,1	0	0	0,1	0,1	0,15	0,1	
24		другое: стык+бросоу (2основных связаны друг с другом	3 to 5*2	тяжелый	Высокий уровень устойчивости и+ низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+1+0,5	большая +маленькая	Fast/fast (0,3/0,3)	сред	1,85
		St+Thr(2)	0,4	0,3	0	0,1	0,25	0,3	0,3	0,2	
25		Другой тип змейки	6to 9	низкий	Высокий уровень устойчивости и+ низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	большая	Med	бол	0,95
		Sn	0,1	0,1	0	0,1	0,15	0,2	0,2	0,1	
26		Змейка головой вниз	6to 9	низкий	Низкий уровень устойчивости и+ высокая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	большая	Med	мал	1,35
		SnH	0,1	0,1	0,2	0,1	0,15	0,2	0,2	0,3	
27		Через: Прыжок со стыка,с соединением со 2 стыком и упасть с них	3 to 5*2	средний	Высокий уровень устойчивости и+ низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело 1+1	1+0,5+0,5	Мал+ Мал	Med	Medium	1,6
		St>St>	0,4	0,2	0	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	

28		Другое: стык плюс 2 помощника	6to 9	средний	Высокий уровень устойчивости и+ низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	Бол	Med	Extra Small	1,45
		St"	0,1	0,2	0	0,1	0,15	0,2	0,2	0,5	
29		На: "обезьяна" прыжок с пары помощников в "баланс" на стык и остаться на нем	3to5+p air	Тяж	Высокий уровень устойчивости и+ низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	Бол+мин	Fast/med (0,3/0,2)	Big	1,55
		'>Stm	0,4	0,3	0	0,1	0,15	0,25	0,25	0,1	
30		Через: Стык с простого броска <u>Переход не прыжок</u>	3 to 5*2	средний	Высокий уровень устойчивости и+ низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	Бол+мал	Fast/med (0,3/0,2)	Big	1,5
		Thr~St>	0,4	0,2	0	0,1	0,15	0,3	0,25	0,1	
31		Trough: основной с поверхности оказывается на базовых которые делают хват руками	3 to 5	легкий	-	-	1	плот	плот	Big	0,5
		>HandSurf>	0,2	0,1	0	0	0,1	0	0	0,1	
32		Через лифт с помощника	3to5+p air	тяж	-	-	1+1	Бол+мин	Быстро/мед (0,3/0,1)	Big	1,45
		'>L>	0,4	0,3	0	0	0,2	0,25	0,2	0,1	
33		"Toss" (from surface through hands) «Подбрасывание» (с поверхности через руки)	3 to 5	лег	-	-	1	- (float)	- (float)	Big	0,5
		Toss>hand>	0,2	0,1	0	0	0,1	0	0	0,1	
34		Через: 3 руки мини стык	2 to 5 + 3to 5	сред	нет	нет	1	минимум	Быстро/нет(0,3/0)	Сред	1,2 (bonus for head-connection)
		Thr>3head>	0,4	0,2	0	0	0,1	0,05	0,15	0,2	



35		Построение из рук+«помощн ики»+ 2 основных	6to 9+help ers	низ	нет	нет	2	минимум	быстро /нет (0,3/0)	сред	0,8
			0,1	0,1	0	0	0,2	0,05	0,15	0,2	
		(2)Thr >hand>									

36		Through: run on 2 backs (Platform from 2 swimmers+ «spotters» /throwers через: бег на 2 спинах(платформа из 2спортсменов+«помощники»/толкатели	3 to 5*2	средняя	Высокий уровень устойчивости и+ низкая вестибулярная нагрузка (лежа)3	Прямое тело 1+1+1	1+0,5+0,5+0,5	маленькая + нет	Fast/no (0,3/0)	средняя	1,6
		<b>Thr&gt;Pb<sup>2</sup>&gt;</b>	0,4	0,2	0,1	0,3	0,25	0,1	0,15	0,1	
37		На опору с «помощника» (Стыковый тип+«помощник» )	3to5+p air	сложная	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка	Прямое тело	1+0,5	большая+ минимум	Быстро/средне (0,3/0,2)	сложная	1,75
		<b>'&gt;Stp</b>	0,4	0,3	0	0,1	0,15	0,25	0,25	0,3	
38		Упасть с одного образования на образование из рук	3 to 5*2	лег	-	-	1	Мал+нет	Мед+нет	Бол	1
		<b>L&gt;hand</b>	0,4	0,1	0	0	0,1	0,1	0,2	0,1	

**Важно -Разница между конструкциями:** На опору с «помощника» (Stack type+«spotter») '~St\*' и На опору: прыжок с пары помощников на баланс "balance" stack '>St

символы: " ~ " (переход) and " > " (прыжок с на). Это означает в случае " ~ " основной спортсмен с самого начала удерживается помощником на втором образовании.

пример:



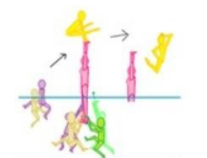

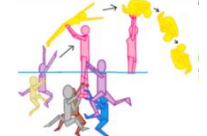
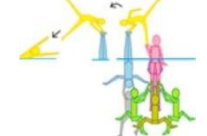
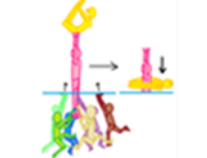
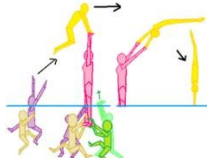
А в случае « > » основной спортсмен не связан с помощником второго образования. И есть прыжок из одной формы на другую (это бонус) **пример:**





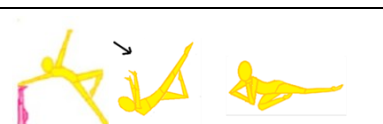

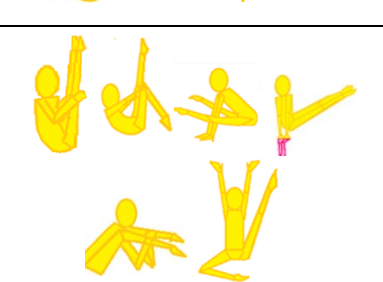


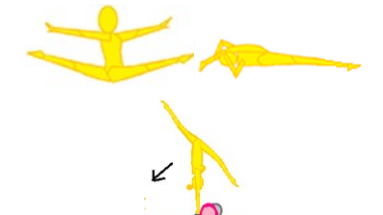










## 8.2. Компоненты D - Направление










Таблица #26 - Направление прыжка основного пловца группа С




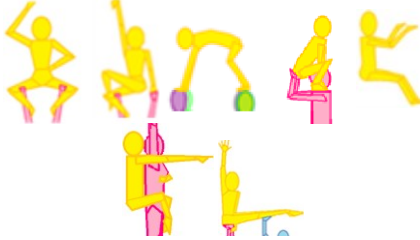

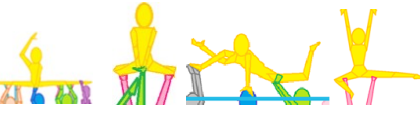



Направление	код	картинка	баллы
<b>Forwards Вперед</b> (не сальто, не поворот) – основной спортсмен прыгает вперед, и входит в воду за пределами конструкции (не менее 1 метра)	Forw		0,05
<b>Backwards Назад</b> – основной спортсмен прыгает назад и входит в воду за переделью конструкции( не менее 1 метра)	Back		0,1
<b>Forwards Вперед</b> – основной спортсмен прыгает вперед, делает сальто ( 1 и более) Оборот (1и более), или и то и другое и входит в воду за пределы конструкции(не менее 1 метра)	FORW		0,15
<b>Sideways Боком</b> – основной спортсмен прыгает в сторону (боком) и входит в воду за пределы конструкции( не менее 1 метра)	Side		0,2
<b>Upwards вверх</b> – основной спортсмен прыгает вверх (поднимается в верх) и падает вниз на воду не показывая параболу прыжка	Up		0,05
<b>Reverse</b> - основной спортсмен прыгает вперед и начинает вращаться назад (лицом к конструкции, с которой он прыгает), и входит в воду за конструкцией (не менее 1 метра)	Rev		0,2

### 8.3. Компоненты Р - позиции

Таблица #27 - GROUP C								
Позиции								
No.	Picture	название	Вестибулярная нагрузка/Сложность баланса	Присутствие или отсутствие помощи руки помощника	Тип и уровень гибкости+ отклонение торса от оси	итог	Если позиций 2	название
<b>Forward flex stomach</b>								
1		Kick ki	-	-	-	0,05	0,05	2ki
			0	0	0,05			
2		Tuck tk	No	-	-	basic 0,1	0,1	2tk
			0	0	0			
3		Parrot pa	No	-	Basic + bent 90	0,15	0,15	2pa
			0	0	0,15			
4		Ninja nj	No	-	Fold (нога в сторона 90 + leg forw almost 90 (0,05)	0,15	0,1	2nj
			0	0	0,1			
5		Pike pk	No	-		0,2	0,2	2pk
			0	0	0,2			
<b>Miscellaneous</b>								
6		Mantis mn	No	-	-	basic 0,05	0,05	2mn
			0	0	0			
7		Line Ln or Ln!	No	-	Misc (straight)	basic 0,1	0,1	2Ln or 2Ln!
			0	0	0			
8		Split sp	No	-	Misc (90+90)	(0,05 bonus for assymetry)	0,15	2sp
			0	0	0,25			





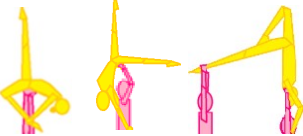






Arch								
9		Arch ar	No	-	Arch (back 35)	basic 0,1	0,1	2ar
			0	0	0			
10		Kite kt	No	-	Arch (legs back 45)	basic 0,1	0,1	2kt
			0	0	0			
11		Martin ma	No	-	Leg back 90	0,15	0,1	2ma
			0	0	0,15			
12		Jay ja	No	-	Arch (back 45 + leg back 90 + leg forward 45)	0,2	0,15	2ja
			0	0	0,2			
13		Ring rg	No	-	Arch (legs 135) or back 45 + legs 90 back	0,25	0,2	2rg
			0	0	0,25			
Universal								
14		Lady (Stand on 1 leg, with another leg less than 90° any side) педи id	Stand on 1 leg	-	-	0,1	0,05	2ld
			0,1	0	0			
Stand on 1 leg								
15		Heron he	Stand on 1 leg	-	Bent leg 90	0,15	0,05	2he
			0,1	0	0,05			
16		Crane cr	Stand on 1 leg	-	Fold (leg forward or sideways 90)	0,2	0,1	2cr
			0,1	0	0,1			




17		Kitri <b>kr</b>	Stand on 1 leg	-	Bent leg 90+back 45	<b>0,25</b>	0,2	<b>2kr</b>
			0,1	0	0,15			
18		Vertical Split <b>vs</b>	Stand on 1 leg	Forward capture	Fold (leg forward 180)	<b>0,45</b>	0,3	<b>2vs</b>
			0,1	0,05	0,3			
<b>Sideways</b>								
19		Swan <b>sw</b>	Stand on 1 leg	-	Misc (side 180)	<b>0,4</b>	0,3	<b>2sw</b>
			0,1	0	0,3			
20		Glass <b>gl</b>	Stand on 1 leg	yes	Misc (side 180)	<b>0,5</b>	0,4	<b>2gl</b>
			0,1	0,1	0,3			
<b>Backwards</b>								
21		Ballerina <b>ba</b>	Stand on 1 leg	-	Arch (leg back 90)	<b>0,25</b>	0,1	<b>2ba</b>
			0,1	0	0,15			
22		Eagle <b>ea</b>	Stand on 1 leg	-	Leg back 90+ torso forward	<b>0,35</b>	0,25	<b>2ea</b>
			0,1	0	0,25			
23		Sail <b>sa</b>	Stand on 1 leg	-	Arch (back forward 90+135 back flex)	<b>0,45</b>	0,3	<b>2sa</b>
			0,1	0	0,35			
24		Needle <b>ne</b>	Stand on 1 leg	No Or yes but not opposite hand)	Arch (back forward 90+180 back flex)	<b>0,55</b>	0,45	<b>2ne</b>
			0,1	0	0,45			
25		Eye <b>ey</b>	Stand on 1 leg	Yes + blind grip moving leg	Leg backward 135 (0,25) + torso forward almost 90 (0,1)	<b>0,65</b>	0,4	<b>2ey</b>
			0,1	0,2	0,35			

2 legs Stand								
26		Line	no	-	-	basic 0,1	0,1	2ln
		In	0	0	0			
27		Dove	No	-	Arch (back 45)	0,15	0,1	2do
		do	0	0	0,1			
Sit								
28		Sit си́дя	-	-	-	0,05	0,05	2si
		si	0	0	0			
29		Monkey обезьяна	-	-	Half basic Legs 90	0,1	0,1	2mo
		mo	0	0	0,1			
30		Shrimp	No	-	Legs (90) + torso 90	0,2	0,2	2sh
		sh	0	0	0,2			
31		Split шпага́т	No	-	(90 side + 90 side) Must be an extension between ties almost 180	0,2	0,2	2spl
		spl	0	0	0,2			
Static								
32		Peacock pe	Static bonus	-	basic	0,2	0,1	2pe
		pe	0,1	0	0,1			
33		Crocodile крокоди́л	Static bonus	-	Legs (90) + torso 90	0,3	0,2	2cd
		cd	0,1	0	0,2			
Laying								
34		Scissors ножи́цы	Laying	-	-	0,15	0,05	2sc
		sc	0,15	0	0			



35		Cobra кобра  co	Laying	-	Torso 45 back	<b>0,2</b>	0,05	<b>2co</b>
			0,15	0	0,05			
36		Mermaid русалка mr	Laying	-	or sideways	<b>0,15</b>	0,05	<b>2mr</b>
			0,15	0				
37		Sunbathe На солнце  sb	Laying	-	Fold (leg 90)	<b>0,25</b>	0,1	<b>2sb</b>
			0,15	0	0,1			
38		Birch береза  bi	Laying	-	More than 90 but not 180 Middle between sideway and forward	<b>0,25</b>	0,1	<b>2bi</b>
			0,15	0	0,1			
39		Flamingo фламинго  fl	Laying	-	Torso 45+ leg 90 bent	<b>0,25</b>	0,1	<b>2fl</b>
			0,15	0	0,1			
40		Scorpio  so	Laying	no or 1 hand	Arch (back 20+ leg 90 and leg 45) or (90 backward)	<b>0,3</b>	0,05	<b>2so</b>
			0,15	0	0,15			
41		Turtle  tu	Laying	Capture	Arch (back 45 + legs almost 90)	<b>0,3</b>	0,1	<b>2tu</b>
			0,15	0,1	0,1			
42		Seastar  se	Laying	-	(90 side + 90 side)	<b>0,35</b>	0,1	<b>2se</b>
			0,15	0	0,2			
43		Pin  pi	Laying	Yes	180 back	<b>0,6</b>	0,45	<b>2pi</b>
			0,15	0,1	0,35			
<b>Head-down</b>								
44		Rose (head-down position leg movements any side less than 90)  ro	Head-down	-	-	<b>0,2</b>	0,05	<b>2ro</b>
			0,2	0	0			

45		Lamp post <b>lp</b>	Head-down	-	Basic (straight) + bent knee	<b>0,25</b>	0,15	<b>2lp</b>
			0,2	0	0,15			
46		Box <b>bo</b>	Head-down	-	Fold (legs forw 90)	<b>0,3</b>	0,1	<b>2bo</b>
			0,2	0	0,1			
47		Bamboo <b>bb</b>	Head-down	-	Basic (straight) Allowed: small arch	<b>0,3</b>	0,1	<b>2bb</b>
			0,2	0	0,1			
48		Iguana <b>ig</b>	Head-down	-	Legs forward more than 90 + back 45	<b>0,35</b>	0,2	<b>2ig</b>
			0,2	0	0,15			
49		Knight <b>kn</b>	Laying/ Head-down	-	Back arch 90	<b>0,35</b>	0,15	<b>2kn</b>
			0,2	0	0,15			
50		Willow <b>wi</b>	Head-down Static!	-	Legs (back 90) + back arch	<b>0,4</b>	0,15	<b>2wi</b>
			0,2	0	0,2			
51		Beluga <b>be</b>	Head-down	-	Misc (side 90+side 90)	<b>0,4</b>	0,2	<b>2be</b>
			0,2	0	0,2			
52		Tower <b>to</b>	Head-down (not 1 leg because add 2 hands)	-	Arch (back 45+leg 90)	<b>0,45</b>	0,15	<b>2to</b>
			0,2	0	0,25			
53		Owl <b>ow</b>	Head-down	-	Legs forward 90+back 90	<b>0,45</b>	0,2	<b>2ow</b>
			0,2	0	0,25			
54		Bridge <b>br</b>	Head-down	-	Arch (back 45+legs 90)	<b>0,45</b>	0,2	<b>2br</b>
			0,2	0	0,25			
55		Drop <b>dr</b>	Head-down	yes	Arch (back 180)	<b>0,6</b>	0,3	<b>2dr</b>
			0,2	0,1	0,3			

Combined unique								
56		Queen	Head-down+ Stand on 1 leg	Yes	Arch (back 180)+leg forw 180	1	0,5	2qu
		qu	0,3	0,1	0,6			
And special for group C positions:								
57		Passing tuck/pike/man tis/monkey	-	-	-	0,05	-	-
		ps	-	-	-			
58		Passing Line	-	-	-	0,1	-	-
		psl	-	-	-			

**Примечание:** если в комбинированном акробатическом элементе (которое состоит из 2 основных спортсменов) 1 основной спортсмен выполняет и сохраняет позицию, она должна быть вычислена как: Позиция 1. И если второй основной спортсмен прыгает выше демонстрирующей позиции первого, это должно быть вычислено как: Позиция 2. Все другие позиции (независимо от того какой основной спортсмен его выполняет) будет считаться 3 позицией в разделе: Бонус.

**Примечание 2:** Для Подгруппы "Other(ДРУГОЕ)" конструкция Snake-type(змейка): Рассчитывается только 1 позиция основной спортсмен (головой вниз вертикально) and 1 позиция- 2 (линии). Позиция помощника не учитывается в этом акробатическом элементе

#### 8.4. Тип соединения – нет для Group C (значение уже внутри конструкции)



## 8.5. компоненты R – Ротейшен конструкции

Таблица #28 – Ротейшен конструкции группа C:

Тип	Градус поворота		
	180°	360°	540°
Для стыка (только помощник с основным спортсменом на верху поворачиваются вокруг себя)	0,2	0,3	0,4
	<b>r0,5</b>	<b>r1</b>	<b>r1,5</b>
Для стыка (основной спортсмен в стойке на руках; Или помощник головой вниз; Или двое головой вниз (плечи на ногах)	0,3	0,5	0,7
	<b>r0,5!</b>	<b>r1!</b>	<b>r1,5!</b>

## 8.6. Компоненты P – плоскость и градусы поворота

Table #29 – вращение основного спортсмена в воздухе

Plane of rotation	Degree of rotation	Code	Value
Горизонтальная плоскость (вращение) Для позиции "голова вверх"	180°	<b>T0,5</b>	0,1
	360°	<b>T1</b>	0,15
	540°	<b>T1,5</b>	0,2
	720°	<b>T2</b>	0,25
Горизонтальная плоскость (вращение) пример: 3-х сальто (когда вращение в одно время с сальто)	180°	<b>t0,5</b>	0,1
	360°	<b>t1</b>	0,2
	540°	<b>t1,5</b>	0,3
	720°	<b>t2</b>	0,4
Сагиттальная плоскость (Пример: сальто вперед)	180°	<b>s0,5</b>	0,05
	360°	<b>s1</b>	0,3
	540°	<b>s1,5</b>	0,5
	720°	<b>s2</b>	0,6
Фронтальная плоскость (Пример: боковое сальто)	360°	<b>f1</b>	0,4
	540°	<b>f1,5</b>	0,6
	720°	<b>f2</b>	0,7
Погружение	<u>Нет 180° сальто</u>	<b>d</b>	0,025
	Погружение+180 вращение	<b>dt0,5</b>	0,125
	Погружение+360 вращение	<b>dt1</b>	0,175
	погружение+540 вращение	<b>dt1,5</b>	0,225
1 сальто + 0,5 вращение;		<b>s1t0,5</b>	0,4
1 сальто + 1 вращение;		<b>s1t1</b>	0,5
1 сальто + 1,5 вращение;		<b>s1t1,5</b>	0,6
1 сальто + 2 вращение;		<b>s1t2</b>	0,7
1,5 сальто + 0,5 вращение;		<b>s1,5t0,5</b>	0,6
1,5 сальто + 1 вращение;		<b>s1,5t1</b>	0,7



2 сальто + 0,5 вращение;	<b>s2t0,5</b>	0,9
2 сальто + 1 вращение;	<b>s2t1</b>	1

Переворот:		<b>h</b>	0,1
Колесо:		<b>c</b>	0,1

### 8.7. Компоненты В – Бонус

Table #30 - список добавлений, бонусы и элементы риска С:


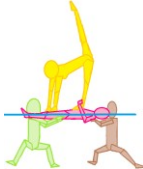




Code	For GROUP C		Value
y1	Запрыгивание на стык и остаться на нем до полного погружения		0,3
y2	Бег по ( 3 ) спинам		0,3
y3	Бег по (2) спинам		0,2
y4	Бег по (1) спине (не должен лежать боком)		0,1
y5	Полёт над формированием		0,3
y6	Слепой хват в группе С		0,2

y7	Синхронные действия для двойных акробатических элементов		0,2
y8	“Прокатка” на формировании		0,1
y9	Связь двух основных спортсменов;		0,1
y10	Третья позиция (пример: в конце акробатического элемента группировка (группа А)		0,05
y11	Основной спортсмен “проскальзывает” между ногами опоры		0,1
y12	Слепой прыжок		0,05
y13	“Хула хуп» (основной спортсмен в позиции кольца входит в воду с опорным спортсмен внутри круга (который сделан из соединения рук/ но основного спортсмен		0,3
y14	“Вращение основного спортсмена”		0,05

<p><b>y15</b></p>	<p>“Beyonce fall” (from lift blind fall backwards on the other formation made from hands) от подъема вслепую, падение назад на другую форму, сделанную из рук)</p>		<p><b>0,1</b></p>
-------------------	--	--	-------------------







## 9. Группа P - Платформа

### 9.1 Компоненты С - Конструкция

Table #31 - GROUP P Construction										
No.	Picture	Название и номер уровня	Число базовых спортсменов	Сложность координирующих действий	Опора: Положение тела и уровень устойчивости	Опора: Тип и уровень гибкости	В воздухе (кол-во человек в воздухе)	Площадь полной конструкции, Близость между пловцами	Темп ускорения и толчка (поднять/бросить)	итог
1		Платформа помощник с прямым телом	6 to 9	тяжелая	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка (лежа)	Прямое тело	2	Тип 2	Медленно-средне	1,1
		<b>P</b> (three levels)								
2		Платформа "маленькая" (помощник с прямым телом)	2 to 5	Легко	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка (лежа)	Прямое тело	1+0,5	Тип 1:	Медленно-средне	0,85
		<b>p</b>								
3		Платформа (прямое тело+согнутые колени)	6 to 9	тяжелая	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка (лежа)	Прямое тело	2+согнутые колени	Тип 2:	Медленно-средне	1,15
		<b>Knees</b> (three levels)								
4		Платформа (Спомощник балетная нога)	6 to 9	тяжелая	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка (лежа)	Нога на 90 градусов	2+прямая нога	Тип 2:	Медленно-средне	1,3
		<b>B</b> (three levels)								
5		Платформа (Supportпомощник двойная балетная нога)	6 to 9	тяжелая	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка (лежа)	Ноги на 90 градусов	2+2 прямые ноги	Тип 2:	Медленно-средне	1,4
		<b>DB</b> (three levels)								
6		Платформа (помощник в позиции арка на животе)	6 to 9	тяжелая	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка (лежа)	арка	2	Тип 2:	Медленно-средне	1,15
		<b>a</b>								



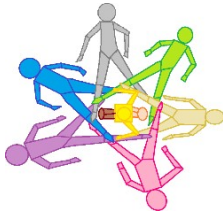

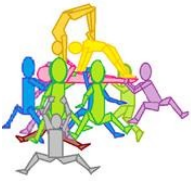
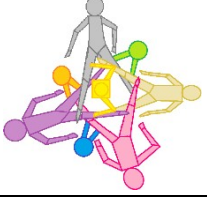
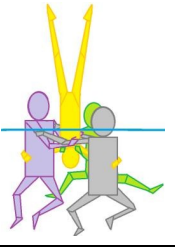
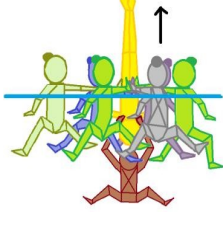
		(three levels)	0,1	0,3	0,1	0,15	0,2	0,2	0,1	
--	--	----------------	-----	-----	-----	------	-----	-----	-----	--

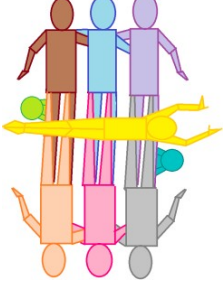
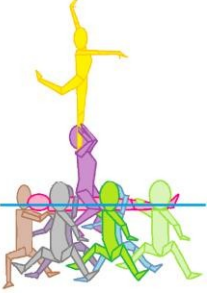
7		платформа (помощник с согнутым и коленям и на животе)	6 до 9	тяжелая	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка (лежа)	Прямое тело +согнутые колени	2	Тип 2:	Медленно-средне	1,15
		<b>Chariot</b>	0,1	0,3	0,1	0,15	0,2	0,2	0,1	
8		"коробочка"	6 до 9	тяжелая	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка (лежа)	Угол 90	2	Тип 2:	Медленно-средне	1,2
		<b>Box</b>								
		(three levels)								
9		Платформа из 2 основ (1 балетная нога)	6 до 9	тяжелая	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка (лежа)1+1	Нога на 90 градусов	3+нога	Тип 2:	Медленно-средне	1,45
		<b>2SupB</b>								
		(three levels)								
10		Платформа из 2 основ (2 балетные ноги)	6 до 9	тяжелая	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка (лежа)1+1	Нога на 90 градусов 1+1	3+ нога + нога	Тип 2:	Медленно-средне	1,7
		<b>2SupBB</b>								
		(three levels)								
11		Плот с 2 параллельными основами	6 до 9	тяжелая	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка (лежа)1+1	Прямое тело 1	3	Тип 3	нет	1
		<b>2Sup</b>								
		(three levels)								
12		Плот "треугольник" (3 спортсменки соединены ногами как треугольник)	6 до 9	средняя	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка (лежа)1+1	Прямое тело 1 (float)	4	Тип 3	нет	1,1
		<b>Triangle</b>								
		(three levels)								
13		Плот "Ромб" (2спортсменки соединены ногами в ромб)	6 до 9	средняя	Лежа 1+1	Прямое тело	1+1+1	Тип 3	-	0,9





		<b>Rhombus</b>	0,1	0,2	0,2	0,1	0,3	0	0	
--	--	----------------	-----	-----	-----	-----	-----	---	---	--

14		Плот "звезда" (5-7 спортсменов соединены ногами как звезда)	6 до 9	маленькая	нет	статика Прямое тело	6	Тип 3	-	0,9	
		Star	0,1	0,1	0	0,1	0,6	0	0	1	
		Star6					0,7				
		Star7					0,8				1,1
15		Платформа: плот сделан из рук	6 to 9	средняя	нет	нет	1	Тип 2	-	0,6	
		Hand	0,1	0,2	0	0	0,1	0,2	0		
16		платформа +2 основных пловца				Высокий уровень устойчивости + низкая вестибулярная нагрузка (лежа)		Тип 2	Медленно-средне	1,2	
		(2)	6 до 9	сложная			Прямое тело				3
		(three levels)	0,1	0,3	0,1		0,1				0,3
17		Плот компас				статика Прямое тело		Тип 3	-	0,8	
		Compass	6 до 9	маленькая	нет						5
		(three levels)	0,1	0,1	0	0,1	0,5	0	0		
18		Платформа: плот сделан из рук мал	3 to 5	маленькая	нет	нет	1	Тип 1	-	0,5	
		hand	0,2	0,1	0	0	0,1	0,1	0		
19		Фонтан: 1 база под водой + 6 толкаю основного лицом на поверхности	6 to 9	Маленькая	нет	нет	1	Тип 3	-	0,3	
		Fo	0,1	0,1	0	0	0,1	0	0		






20		«ковер»: 1 основной пловец выполняет действия на 6 укладочных опорах, другие пловцы их как базу	6 to 9	мал	нет	Статика прямо тело	7	Тип3	-	1,0
		<b>Carp</b> and <b>Carp4 (if 4 supports)</b>	0,1	0,1	0	0,1	0,7	0	0	0,8 (если 4 помощника)
21		Платформа 4 уровня	6 to 9	тяжелая	Высокий уровень устойчивости+ низкая вестибулярная нагрузка(лежа)	Прямое тело	3	Тип 2	Медл-сред	1,2
		<b>P4I</b>								
		4 levels	0,1	0,3	0,1	0,1	0,3	0,2	0,1	

## 9.2 COMPONENT S - Компоненты S - Зона опоры /Типы соединений между “основным спортсменом” и опорным спортсменом (“Хват”)

### Специальные коды для группы P









- Ne** “Needle” connect- игла
- Go** “Golden bridge” connect- золотой мост
- YY** “Yin/Yang”connect- инь/янь
- 3p** 3 points of support- 3 точки помощника
- 4p** 4 points of support: 2 hands+2 legs (example: bridge)- 4 точки: 2 руки+2 ноги
- “ - “ Between something- между че-то
- Br1** Bridge 1 leg мост 1 нога
- О** All body arch- все тело арка










Table #32 – зона опоры – группа P


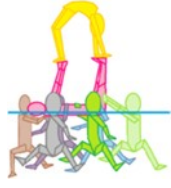

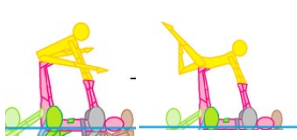





No.	Картинка	Виды соединений	Площадь	Основной - пловец (Не придерживается, но наклоняется)	средний	Схват (support/base holds f.swimmer)	Бонус /Вычет	Итог
1		Сидит на прямом теле ( 8-9 или 2-5 пловцов)	большая	большая (ноги )		нет	-	0,05 basic
		<b>SiA</b>	0,1	0,1	0,1	- 0,1	- 0,1	
2		стоит (Двумя ногами) на прямом теле	большая	средняя (2 ноги)		есть		0,1
		<b>F2A</b>	0,1	0,3	0,2	- 0,1		
3		3 points:Стоит 1 ногой + 2 руками, на прямом теле Or Стоя на 1 ноге+ соединение кисти/кисти (конструкция: 6-до 9 b.swimmers or 2-5)	большая	очень маленькая + маленькая (1нога) = средняя		есть		0,1
		<b>3pA or 3pA/</b>	0,1	0,3	0,2	- 0,1		
4		Стоит на 1 ноге на прямом теле	Большая	Очень мал (1 нога)		Yes		0,3
		<b>FA</b>	0,1	0,7	0,4	-0,1		
5		Стойка на голове на прямом теле	большая	маленькая(голова)		есть	Близко к центру массы опоры	0,1
		<b>HA</b>	0,1	0,5	0,3	-0,1	- 0,1	
6		"Golden bridge" grip: кисти и ноги на прямое тело	большая	большая		есть	+0,1 за соединение 2 основных спортсменов	0,2
		<b>Go</b>	0,1	0,1	0,1	- 0,1!!		
7		Голова между ног	большая	средняя		есть	+кисти держат ноги +соед. головой риск	0,1
		<b>H+L</b>	0,1	0,3	0,2	-0,1	-0,1 +0,1	
		Лежать на прямом теле	большая	большая		есть	Близко к центру массы опоры	0,05












8		AA	0,1	0,1	0,1	-0,1	-0,1	basic
---	--	----	-----	-----	-----	------	------	-------







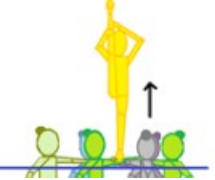
9		Стоит на ноге на коленях помощника, другая нога на руках	маленькая+ очень маленькая= средняя	средняя(2 ноги)		есть		0,2
		<b>FP+FK</b>	0,3	0,3	0,3	- 0,1		
10		Плечи на ладони+ угол согнутые колени	маленькая+ очень маленькая= средняя	Средняя (плечи)		есть		0,2
		<b>SP+K</b>	0,3	0,3	0,3	- 0,1		
11		Тело на коленях+ соединения руки/руки	большая	средняя(2 ноги)		есть		0,2
		<b>AK/</b>	0,3	0,3	0,3	- 0,1		
12		мостик одна нога вверх и на кистях	средняя	Очень мал + мал (1 нога) = средняя		есть	+слепое	0,3
		<b>B1K</b>	0,3	0,3	0,3	-0,1	+0,1	
13		Любые 3 точки соединения с телом с согнутыми коленями	средняя	Очень мал + мал (1 нога) = средняя		есть		0,2
		<b>3pK/</b>	0,3	0,3	0,3	- 0,1		
14		Прямое тело+ слепое соединение	большая	средняя(2 ноги)		есть	+слепое	0,2
		<b>F2Cb</b>	0,1	0,3	0,2	- 0,1	+ 0,1	
15		Позиция арка(помощник), основной пловец + дополнительная помощь голова	большая	Большая (2 ноги+1 рука)		нет		0,1
		<b>F2Cb+H</b>	0,1	0,1	0,1			
16		"Yin/Yang" инь/янь (кисти на ногах+ноги на кистях)	бол	Очень мал+бол		есть	+слепое	0,3
		<b>YY</b>	0,1	0,7 0,1	0,3	- 0,1	+0,1	

17		Сидеть на ноге + ноги на спине	Бол и мал = сред	Бол (buttocks + 2 legs)		No	Близко к центру массы опоры	0,1
		<b>SiF+FB</b>	0,3	0,1	0,2		-0,1	
18		Стопа на теле, балетная нога+ ладонь/ступня	Большая и маленькая = средняя	Маленькая (1 нога и 1 ладонь)		есть		0,3
		<b>FA+PF</b>	0,3	0,5	0,4		-0,1	
19		Сидеть на 1 одной ноге+ ноги на ладонях	Маленькая и маленькая = средняя	Средняя (ягодицы + ноги)		есть		0,2
		<b>SiF+FP</b>	0,3	0,3	0,3		- 0,1	
20		Сидеть на 1 ноге+ кисти/кисти	Маленькая и маленькая = средняя	Маленькая (кисти +промежность)		есть		0,3
		<b>SiF/</b>	0,3	0,5	0,4		- 0,1	
21		Лежать на 1 ноге+ кисти/плечи + плечи/кисти	Маленькая и средняя	средняя (промежность + плечи)		есть		0,2
		<b>BF+Le</b>	0,3	0,3	0,3		- 0,1	
22		Плечи на кистях+ соединение с ногой	Очень маленькая	Средняя(плечи)		есть		0,4
		<b>SP+L</b>	0,7	0,3	0,5		- 0,1	
23		Плечи на кистях + руки и колено соединены с ногой	маленькая (колени)	средняя (плечи)		есть		0,3
		<b>SP+KF</b>	0,5	0,3	0,4		- 0,1	
24		стоя (2 ноги, стопы) балетная нога+кисти на ноге	бол	сред (2 ноги)		есть		0,1
		<b>F2A+PF</b>	0,1	0,3	0,2		- 0,1	
25		Мостик на балетной ноге (нога)+ кисти кисти	мал(нога) и кисти )= средне	Big hips(0,1)+palms extra small (0,7)+ two feet (small 0,5)= average		есть	+слепое,но минус за центр массы тела на помощнике	0,3
		<b>4p/</b>	0,6	0,4			- 0,1	

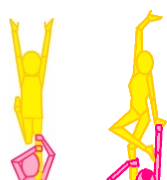





26		Сядте на прямые ноги + слепые кисти/кисти	маленькая	Средняя (ягодицы)		есть	+слепое	0,4
		<b>SiFb/</b>	0,5	0,3	0,4	- 0,1	+ 0,1	
27		"Мостик на двойной балетной ноге"	Очень мал+мал	Мал+очень мал		есть	4 точки опоры+ слепое	0,4
		<b>PF+FP</b>	0,7 0,5	0,5 0,7	0,6	- 0,1	-0,2 +0,1	
28		Плечи на стопе + соединение кисти/кисти	Маленькая (ноги)	средняя(плечи)		есть		0,3
		<b>SF/</b>	0,5	0 3	0,4	- 0,1		
29		Сидит или лежит на прямых ногах + кисти/кисти	мал	сред		есть		0,3
		<b>SiF/</b>	0,5	0 3	0,4	- 0,1		
30		кисти/ноги + ноги/кисти	средняя	средняя(shins)		есть		0,2
		<b>PL+LP</b>	0,3	0,3	0,3	- 0,1		
31		Кисти на ногах+ дополнительная помощь от базовых спортсменов	большая	Очень маленькая		есть	1 «помощник» в конструкции помогает основному пловцу	0,2
		<b>PA3*</b>	0,1	0,7	0,4	- 0,1	- 0,1	
32		4 (bridge) or 3 (needle) points of support on legs+ extra help from base swimmers	Big	Extra small+ small		Yes	Additional help	0,1
		<b>4pA3*</b>	0,1	0,6	0,3	- 0,1	-0,1	
33		Ноги и руки, на соединении рук	большая	большая		Есть	Слепой захват	0,1
		<b>BrH</b>	0,1	0,1	0,1	- 0,1	+0,1	
34		Ноги и руки, на соединении рук	большая	Очень мал + мал (1 нога = сред)		да		0,1
		<b>3pH</b>	0,1	0,3	0,2	- 0,1		



35		Плечи на руках	бол	сред		есть		0,1
		ShH	0,1	0,3		-0,1		
36		2 ноги на руках	бол	мал		нет		0,3
		F2H	0,1	0,5	0,3			
37		Сидеть или лежать на руках	бол	бол			Центр массы тела на помощниках	0,05 basic
		AH	0,1	0,1	0,1		-0,1	
38		Ноги и руки, на соединении и рук	большая	большая				0,1
		AA	0,1	0,1	0,1			
39		Ноги и руки, на соединении рук (пример: needle) Or Bridge	большой	Очень мал + мал = сред		Yes		0,1
		3pA2 or B1A2	0,1	0,3	0,2	-0,1		
40		Нога на двух телах+ кисть/нога	Большая и маленькая	маленькая		есть		0,3
		FA2+PF	0,3	0,5	0,4	-0,1		
41		2 ноги на 2 телах: 1 балет нога+ 1 прямое тело	бол	сред		есть	Соединение с ногой не с помощником	0,1
		F2A2+PF	0,1	0,3	0,2	-0,1		
42		Нога на 2 телах+ кисть/нога + колено/нога	Большая и маленькая и маленькая	Средняя (3 точки опоры)		yes		0,1
		FB2+PF+KF	0,1	0,3	0,2	-0,1		
43		2 ноги на 2 балетных ногах	бол	сред		есть	Here connect with leg is not for support	0,1
		F2B2+PF+PF	0,1	0,3	0,2	-0,1		

44		Ноги на прямых телах	большая	Средняя (2 ноги)		по		0,2
		<b>F2A2</b>	0,1	0,3	0,2			
45		Мостик на 2 прямых телах	бол	бол(4 точки)		нет		0,1
		<b>4pA2</b>	0,1	0,1	0,1			
46		1 нога+2 руки на 2 прямых телах	бол	сред (3 точки)		есть		0,1
		<b>3pA2</b>	0,1	0,3	0,2	-0,1		
47		(4 уровень), 1 нога на плечах	сред	мал		есть	Высота центра массы	0,25
		<b>FSh</b>	0,3	0,5	0,4	-0,1	-0,05	
48		(4 level) сидеть на плечах	сред	бол		есть	Центр массы тела на опоре	0,05 basic
		<b>SiSh</b>	0,3	0,1	0,2	-0,1	-0,1	
49		(4 level) стоять на плечах	сред	сред		есть	Высота центра массы	0,15
		<b>2LSH</b>	0,3	0,3	0,3	-0,1	-0,05	
50		1 нога на руках	бол	мал			Для дополнительной поддержки	0,2
		<b>F1H</b>	0,1	0,5	0,3		-0,1	

## 9.2. компоненты Р - позиции











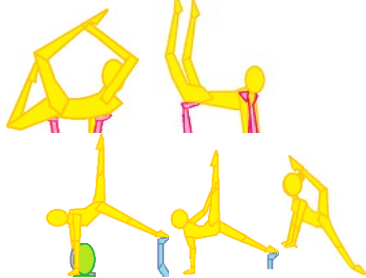
Table #33 - GROUP P Positions								
No.	Картинка	название	Вестибулярная нагрузка/Сложность баланса	Присутствие или отсутствие помощи и руки помощника	Тип и уровень гибкости+отклонение торса от оси	итог	Если позиция 2	Code for position 2 (level)
<b>Стоя на 1 ноге</b>								
<b>универсальные</b>								
1		Lady	Stand on 1 leg	-	-	0,1	0,05	2ld
		(Stand on 1 leg, with another leg less than 90° any side)	0,1	0	0			
2		Heron	Stand on 1 leg	-	Bent leg 90	0,15	0,05	2he
			0,1	0	0,05			
3		Crane	Stand on 1 leg	-	Fold (leg forward or sideways 90)	0,2	0,1	2cr
			0,1	0	0,1			
4		Kitri	Stand on 1 leg	-	Bent leg 90+back 45	0,25	0,2	2kr
			0,1	0	0,15			
5		Vertical Split	Stand on 1 leg	Forward capture	Fold (leg forward 180)	0,45	0,3	2vs
			0,1	0,05	0,3			
<b>В бок</b>								
6		Swan	Stand on 1 leg	-	Misc (side 180)	0,4	0,3	2sw
			0,1	0	0,3			
			Stand on 1 leg	yes	Misc (side 180)			



7		Glass <b>gl</b>	0,1	0,1	0,3	<b>0,5</b>	0,4	<b>2gl</b>
---	--	--------------------	-----	-----	-----	------------	-----	------------



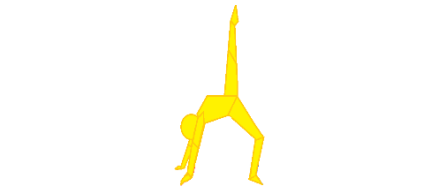

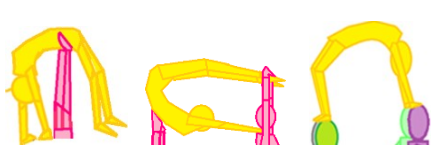

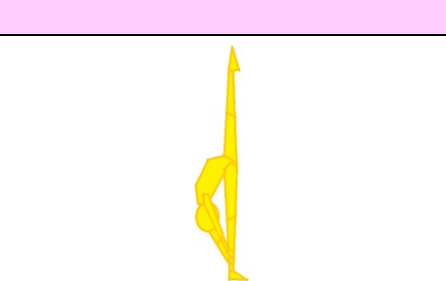
назад								
8		Ballerina ba	Stand on 1 leg	-	Arch (leg back 90)	0,25	0,1	2ba
			0,1	0	0,15			
9		Eagle ea	Stand on 1 leg	-	Leg back 90+ torso forward	0,35	0,25	2ea
			0,1	0	0,25			
10		Sail sa	Stand on 1 leg	-	Arch (back forward 90+135 back flex)	0,45	0,3	2sa
			0,1	0	0,35			
11		Needle ne	Stand on 1 leg	No Or yes but not opposite hand)	Arch (back forward 90+180 back flex)	0,55	0,45	2ne
			0,1	0	0,45			
12		Eye ey	Stand on 1 leg	Yes + blind grip moving leg	Leg backward 135 (0,25) + torso forward almost 90 (0,1)	0,65	0,4	2ey
			0,1	0,2	0,35			
Стоя на 2 ногах								
13		Line Ln	no	-	-	basic 0,1	0,1	2ln
			0	0	0			
14		Dove do	No	-	Arch (back 45)	0,15	0,1	2do
			0	0	0,1			
сидя								
15		Sit si	-	-	-	0,05	0,05	2si
			0	0	0			
16		Monkey mo	-	-	Half basic Legs 90	0,1	0,1	2mo
			0	0	0,1			



17		Shrimp <b>sh</b>	No	-	Legs (90) + torso 90	0,2	0,2	2sh
			0	0	0,2			
18		Split <b>spl</b>	No	-	(90 side + 90 side) Must be an extension between ties almost 180	0,2	0,2	2spl
			0	0	0,2			
<b>Статика</b>								
19		Peacock <b>pe</b>	Static bonus	-	basic	0,2	0,1	2pe
			0,1	0	0,1			
20		Crocodile <b>cd</b>	Static bonus	-	Legs (90) + torso 90	0,3	0,2	2cd
			0,1	0	0,2			
<b>Лежа</b>								
21		Scissors <b>sc</b>	Laying	-	-	0,15	0,05	2sc
			0,15	0	0			
22		Cobra <b>co</b>	Laying	-	Torso 45 back	0,2	0,05	2co
			0,15	0	0,05			
23		Mermaid <b>mr</b>	Laying	-	or sideways	0,15	0,05	2mr
			0,15	0				
24		Sunbathe <b>sb</b>	Laying	-	Fold (leg 90)	0,25	0,1	2sb
			0,15	0	0,1			
25		Birch <b>bi</b>	Laying	-	More than 90 but not 180 Middle between sideways and forward	0,25	0,1	2bi
			0,15	0	0,1			
26		Flamingo <b>fl</b>	Laying	-	Torso 45+ leg 90 bent	0,25	0,1	2fl
			0,15	0	0,1			
27		Scorpio <b>so</b>	Laying	no or 1 hand	Arch (back 20+ leg 90 and leg 45) or (90 backward)	0,3	0,05	2so
			0,15	0	0,15			

28		Turtle <b>tu</b>	Laying	Capture	Arch (back 45 + legs almost 90)	0,3	0,1	2tu
			0,15	0,1	0,1			
29		Seastar <b>se</b>	Laying	-	(90 side + 90 side)	0,35	0,1	2se
			0,15	0	0,2			
30		Pin <b>pi</b>	Laying	Yes	180 back	0,6	0,45	2pi
			0,15	0,1	0,35			
<b>Голова-вниз</b>								
31		Rose (head-down position leg movements any side less than 90) <b>ro</b>	Head-down	-	-	0,2	0,05	2ro
			0,2	0	0			
32		Lamp post <b>lp</b>	Head-down	-	Basic (straight) + bent knee	0,25	0,15	2lp
			0,2	0	0,15			
33		Box <b>bo</b>	Head-down	-	Fold (legs forw 90)	0,3	0,1	2bo
			0,2	0	0,1			
34		Bamboo <b>bb</b>	Head-down	-	Basic (straight) Allowed: small arch	0,3	0,1	2bb
			0,2	0	0,1			
35		Iguana <b>ig</b>	Head-down	-	Legs forward more than 90 + back 45	0,35	0,2	2ig
			0,2	0	0,15			
36		Knight <b>kn</b>	Laying/ Head- down	-	Back arch 90	0,35	0,15	2kn
			0,2	0	0,15			



37		Willow <b>wi</b>	Head-down Static!	-	Legs (back 90) + back arch	0,4	0,15	2wi
			0,2	0	0,2			
38		Beluga <b>be</b>	Head-down	-	Misc (side 90+side 90)	0,4	0,2	2be
			0,2	0	0,2			
39		Tower <b>to</b>	Head-down (not 1 leg because add 2 hands)	-	Arch (back 45+leg 90)	0,45	0,15	2to
			0,2	0	0,25			
40		Owl <b>ow</b>	Head-down	-	Legs forward 90+back 90	0,45	0,2	2ow
			0,2	0	0,25			
41		Bridge <b>br</b>	Head-down	-	Arch (back 45+legs 90)	0,45	0,2	2br
			0,2	0	0,25			
42		Drop <b>dr</b>	Head-down	yes	Arch (back 180)	0,6	0,3	2dr
			0,2	0,1	0,3			
<b>комбинированная</b>								
43		Queen <b>qu</b>	Head-down+ Stand on 1 leg	Yes	Arch (back 180)+leg forw 180	1	0,5	2qu
			0,3	0,1	0,6			



### 9.3. компоненты Т R – поворот конструкции





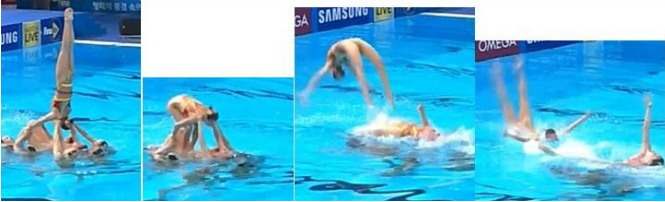


**Table #34** - Значения для поворота строительной базы в группе Р

Типы	Градусы поворота		
	90°	180°	360°
Для Платформы (вся конструкция вращается включая базовых )	0,2	0,3	0,4
	<b>R/</b>	<b>R0,5</b>	<b>R1</b>
Для Платформы (если основной спортсмен сидит или стоит в стойке на голове, но не стоит)	0,05	0,1	0,2
	<b>R*</b>	<b>R0,5*</b>	<b>R1*</b>
Значение для образования из рук	-	0,15	0,25
		<b>R0,5h</b>	<b>R1h</b>
Значение для образования из ног (Star, Compass etc.)	0,3	0,4	-
	<b>R/I</b>	<b>R0,5I</b>	

## 9.6. компоненты В - бонус




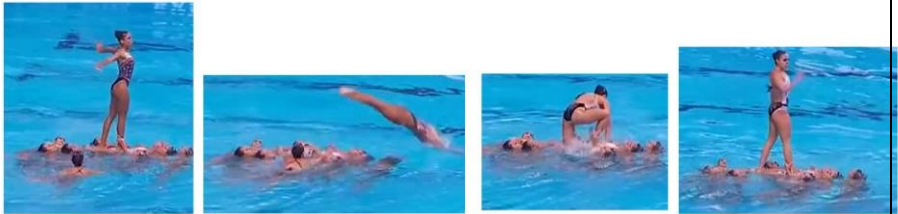
Table #35 – бонус и элементы риска P:

Code	For GROUP P		Value
j1	Синхронные действия для двойных акробатических элементов		0,2
j2	Связь двух основных спортсменов;		0,1
j3	За каждую дополнительную позицию ( 3-ю, 4 или 5)		0,05
j4	Слепой захват между основным спортсменом и опорой		0,1
j5	“Ролл” на конструкции и “прокатка” (движение по кругу конструкции платформы, когда основной спортсмен погружается после 90° и поддерживающий следует за ним, делая поворот на 180°) вход в воду		0,2
j6	Подъём в “Коробочку” и опускание обратно		0,2

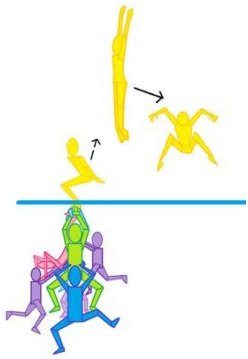
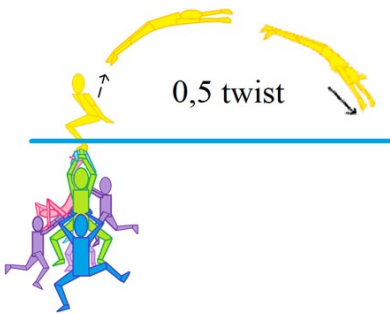
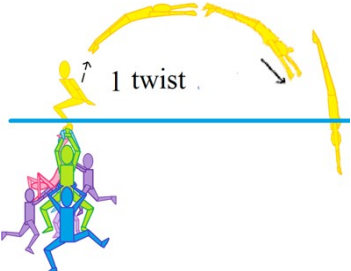
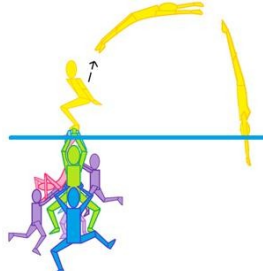
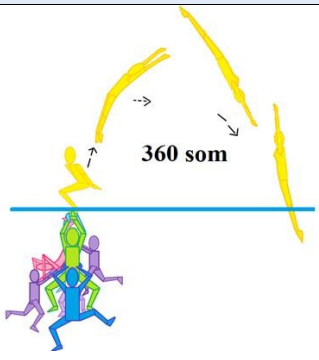
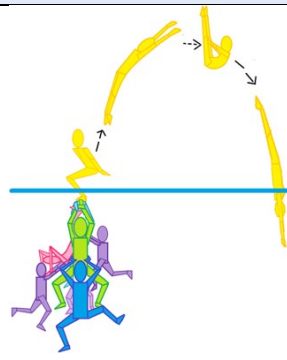
j7	<p>“Паук” (построение плота: основной спортсмен с вращениями в плечевом и бедренном суставах появляется из под воды .Это действие имеет фактор риска гибкости)</p>		0,2
j8	<p>Плот сделан из рук, которые находятся над водой (не на поверхности)</p>		0,2
j9	<p>Прыжок (Погружение) с платформы</p>		0,05
j10	<p>“Колесо ” на платформе и вход в воду</p>		0,2
j11	<p>270°сальто прыгнуть с платформы</p>		0,3
j12	<p>Переместится с платформы на 2 голова помощника для завершения акро движения</p>		0,3
j13	<p>During platform, f.swimmer breaks palms/palms connect with support and/or lifting torso and maintain position</p>		0,3

j14	<p>“Спичаг” (силовое отжимание из положения Крокодил в Свечу головой вниз)</p>		0,2
j15	<p>“Брейк данс» движение на плоту</p>		0,2
j16	<p>“Porpoise” start-action for featured-swimmer at the beginning of the acrobatic movement to get to the main position.  старт- действие для основного спортсмена в начале акробатического элемента для выхода в основную позицию.</p>		0,1
j17	<p>Движение конструкции</p>		0,1
j18	<p>Lifting up from the surface platform-construction  Подъем с поверхности «платформу» конструкцию</p>		0,1
j19	<p>“Surfing”, “Riding a wave” (lifting up and down full platform construction (but not away from surface)  «Серфинг», «На волне» (подъем и опускание полной конструкции платформы (но не от поверхности)</p>		0,1

<p><b>j20</b></p>	<p>Climb onto the platform from under the water (inside the construction)</p> <p>Поднимитесь на платформу из-под воды (внутри конструкции)</p>		<p><b>0,05</b></p>
<p><b>j21</b></p>	<p>Change the "grip"</p> <p>Сменить хват</p>		<p><b>0,05</b></p>

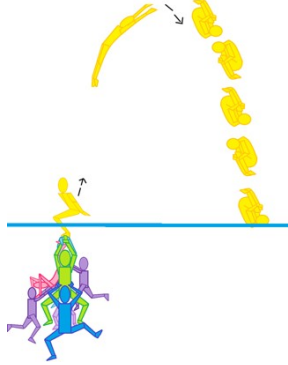
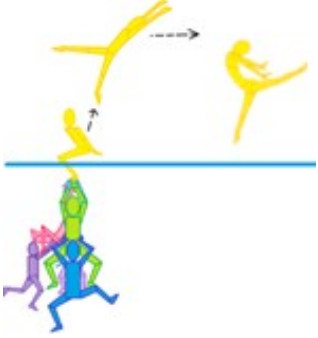

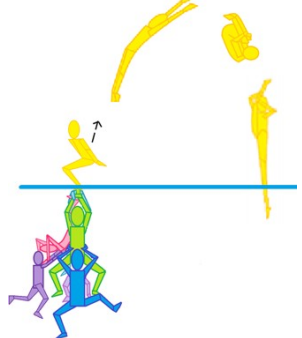
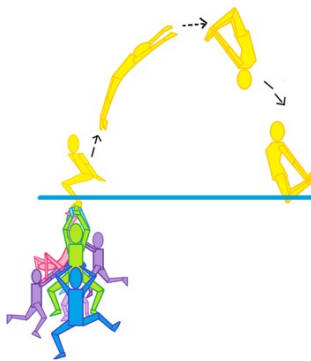
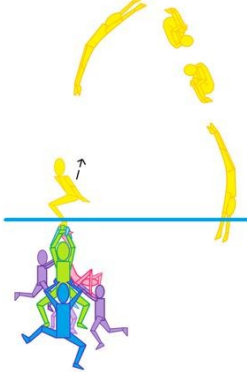
<p><b>j22</b></p>	<p>Если float был поднят из-под воды и/или погружен после завершения акробатического элемента</p>		<p><b>0,1</b></p>
<p><b>j23</b></p>	<p>Быстрое падение внутрь конструкции</p>		<p><b>0,05</b></p>
<p><b>j24</b></p>	<p>Быстрое падение внутрь конструкции на 360°</p>		<p><b>0,1</b></p>
<p><b>j25</b></p>	<p>Смена основного спортсмена</p>		<p><b>0,1</b></p>

## 10. Каталог акробатических моментов

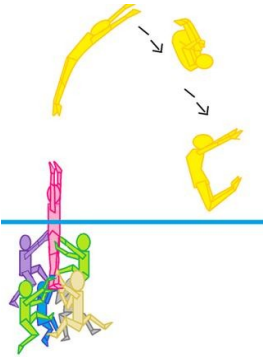
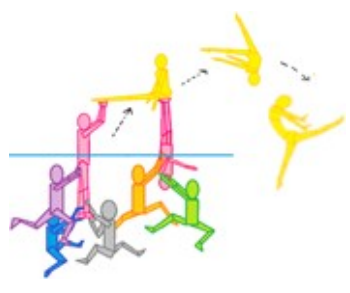
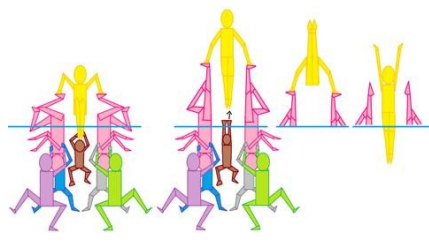
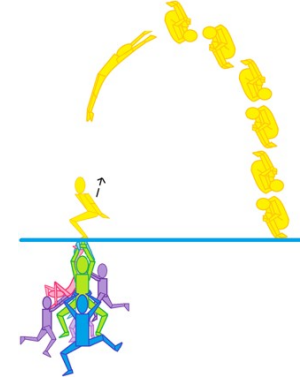
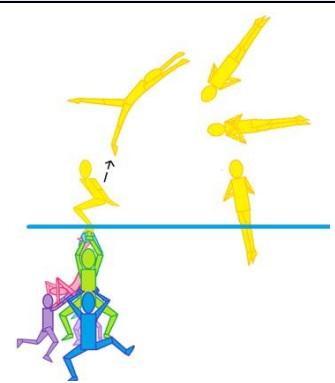
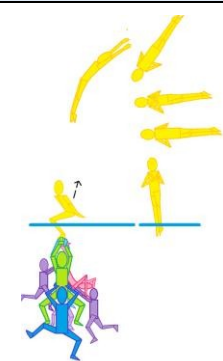
GROUP A		
No.	 <p>2</p>	 <p>0,5 twist</p> <p>7</p>
Code	AJ-Sq-Back-tk	AJ-Sq-Back-In-dt0,5
Value	1,55	1,675
No.	 <p>1 twist</p> <p>8</p>	 <p>9</p>
Code	AJ-Sq-Back-In-dt1	AJ-Sq-Back-In-d
Value	1,725	1,575
No.	 <p>360 som</p> <p>10</p>	 <p>11</p>
Code	AJ-Sq-Back-In-s1-u4	AJ-Sq-Back-pk/2In-s0,5
Value	2,05	1,8

No.	<p>12</p>	<p>13</p>
Code	AJ-Sq-Back-pk/2In-s1	AJ-Sq-Back-pk-s1,5
Value	2,05	2,15
No.	<p>14</p>	<p>15</p>
Code	AJ-Sq-Back-tk/2In-s0,5	AJ-Sq-Back-tk-s1
Value	1,7	1,85
No.	<p>16</p>	<p>17</p>
Code	AJ-Sq-Back-tk-s1,5	AJ-Sq-Back-tk-s2
Value	2,05	2,15



No.	 18	 19
Code	AJ-Sq-Back-tk-s2,5	AJ-Sq-Back-ja-s1
Value	2,35	1,95
No.	 20	 152
Code	AJ-Sq-Back-tk/2ja-s1	AJ-Sq-Back-tk/2sp-s1
Value	2,0	2
No.	 21	 22
Code	AJ-Sq-Back-kt-s1	AJ-Sq-Back-tk/2ln-s1,5-u3
Value	1,85	2,55

No.	<p>23</p>	<p>24</p>
Code	AJ-Shou-Back-tk/2kt-s1	AJ-Shou-Back-pk/2ja-s1
Value	1,85	2
No.	<p>1</p>	<p>3</p>
Code	AJ-Shou-Back-ar-s1	AJ-Shou-Back-tk-s1,5
Value	1,75	1,95
No.	<p>4</p>	<p>5</p>
Code	AJ-Shou-Back-In-s1t1,5-u5	AJ-Shou-Back-pk-s1
Value	2,45	1,85

No.	 <p>25</p>	 <p>26</p>
Code	AJ-Hand-Back-tk/2kt-s1	AW-2Form-Back-ja-s1
Value	1,95	1,9
No.	 <p>27</p>	 <p>132</p>
Code	AW-2Sup'-Back-pk/2ln-s1	AJ-Sq-Back-tk-s3
Value	2	2,95
No.	 <p>36</p>	 <p>37</p>
Code	AJ-Sq-Back-ln-s1t1,5-u5	AJ-Sq-Back-ln-s1t2-u5
Value	2,55	2,65

No.	<p>38</p>	<p>39</p>
Code	AJ-Sq-Back-In-s1t2,5-u5	AJ-Sq-Back-tk/2ja-s1t1
Value	2,75	2,20
No.	<p>40</p>	<p>41</p>
Code	AJ-Sq-Back-tk-s1,5t0,5	AJ-Sq-Back-pk/2In-s1t0,5
Value	2,15	2,15
No.	<p>42</p>	<p>43</p>
Code	AJ-Sq-Back-pk/2In-s1t1	AJ-Sq-Back-tk/2In-s1,5t0,5-u3
Value	2,25	2,65

No.	<p>44</p>	<p>129</p>
Code	AJ-Sq-Back-tk-s2t0,5	AJ-Feet-Back-pk/2rg-s1-u12
Value	2,45	2,25
No.	<p>45</p>	<p>46</p>
Code	AJ-Feet-Back-In/2ja-s1t1-u12	AJ-Feet-Back-tk/2In-s1t0,5-u12
Value	2,30	2,15
No.	<p>6</p>	<p>47</p>
Code	AJ-Feet-Back-In-s1t1-u12	AW-Feet-Back-In!/2ja-t0,5-u11
Value	2,15	1,80

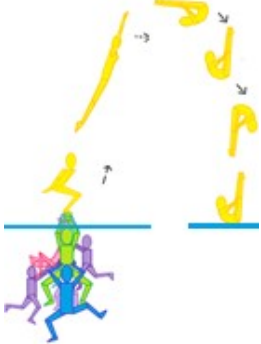
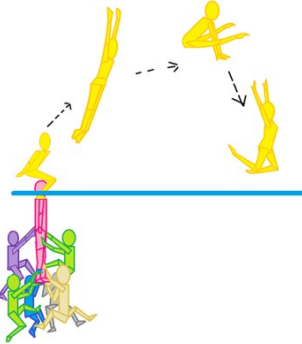
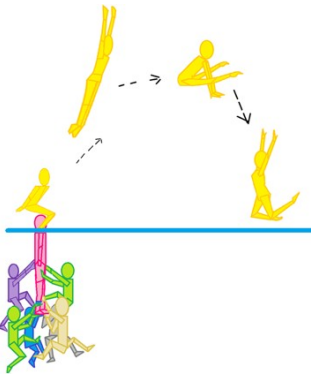
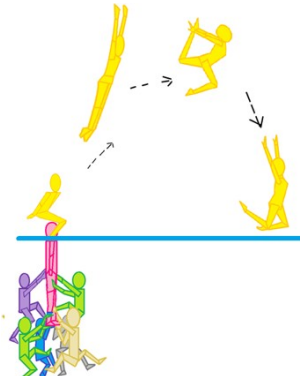
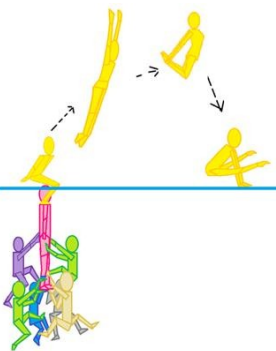
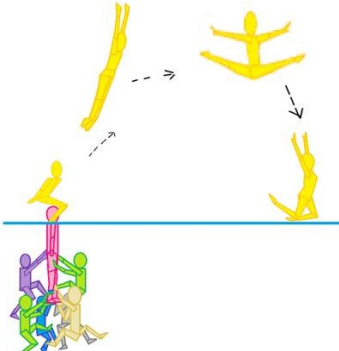
No.	<p>53</p>	<p>54</p>
Code	AJ-Sq-Forw-kt/2tk	AJ-Sq-Forw-ja
Value	1,6	1,6
No.	<p>55</p>	<p>50</p>
Code	AJ-Sq-Forw-rg/2ln	AJ-Feet-Rev-tk/2ja-s1-u12
Value	1,75	2,20
No.	<p>1,5 twist</p> <p>51</p>	<p>56</p>
Code	AJ-Sq-FORW-ln-T1,5	AJ-Sq-Forw-tk/2kt
Value	1,8	1,6

No.	<p style="text-align: center;">57</p>	<p style="text-align: center;">58</p>
Code	AJ-Sq-Forw-tk/2kt-T0,5	AJ-Sq-Forw-sp/2ln
Value	1,7	1,8
No.	<p style="text-align: center;">59</p>	<p style="text-align: center;">60</p>
Code	AJ-Sq-FORW-sp/2ln-T1	AJ-Sq-Forw-mn
Value	2,05	1,45
No.	<p style="text-align: center;">61</p>	<p style="text-align: center;">62</p>
Code	AJ-Sq-Forw-pk/2pk	AJ-Sq-FORW-pk/2ln-T1
Value	1,7	1,95

No.	<p>72</p>	<p>63</p>
Code	AJ-Sq-Forw-pk	AJ-Sq-Forw-tk/2In-s0,5
Value	1,6	1,65
No.	<p>64</p>	<p>65</p>
Code	AJ-Sq-FORW-tk-s1	AJ-Sq-FORW-tk-s1,5
Value	1,9	2,1
No.	<p>66</p>	<p>67</p>
Code	AJ-Sq-FORW-tk-s2	AJ-Sq-FORW-In-s1-u4
Value	2,2	2,1



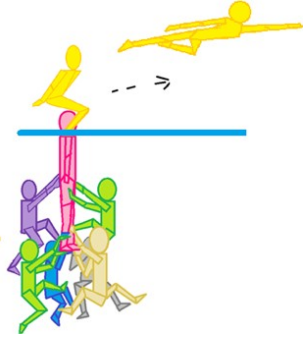
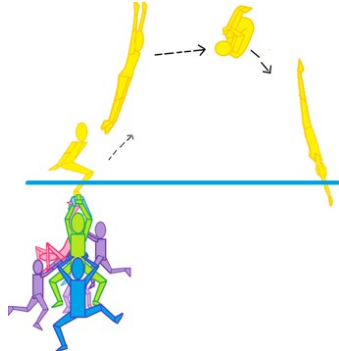
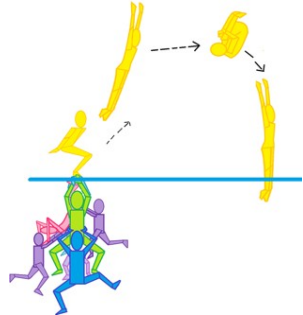
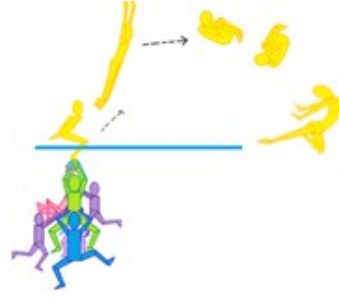
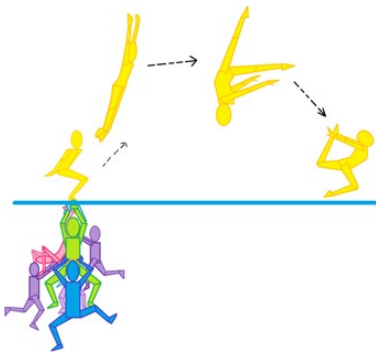
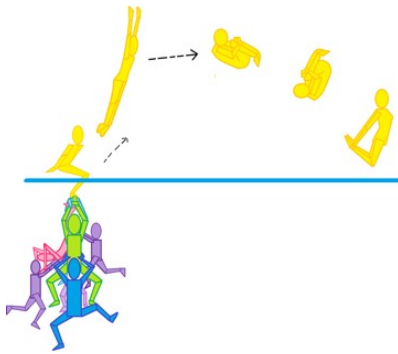
No.	<p>52</p>	<p>128</p>
Code	AJ-Sq-FORW-In-s1t1,5-u5	AJ-Shou-FORW-In/2ja-T2
Value	2,6	1,9
No.	<p>133</p>	<p>68</p>
Code	AJ-Sq-Back-pk/2pk-s1	AJ-Sq-Forw-pk/2In
Value	2,15	1,7
No.	<p>69</p>	<p>70</p>
Code	AJ-Sq-Forw-pk/2In-s0,5	AJ-Sq-FORW-pk-s1
Value	1,75	2

No.	 <p style="text-align: center;">71</p>	 <p style="text-align: center;">73</p>
Code	AJ-Sq-FORW-pk-s1,5	AJ-Shou-Forw-pk/2kt
Value	2,2	1,6
No.	 <p style="text-align: center;">74</p>	 <p style="text-align: center;">75 (change legs)</p>
Code	AJ-Shou-Forw-pk/2kt-T0,5	AJ-Shou-Forw-ja/2kt
Value	1,7	1,6
No.	 <p style="text-align: center;">76</p>	 <p style="text-align: center;">48</p>
Code	AJ-Shou-Forw-kt/2pk	AJ-Shou-Forw-sp/2kt
Value	1,6	1,7

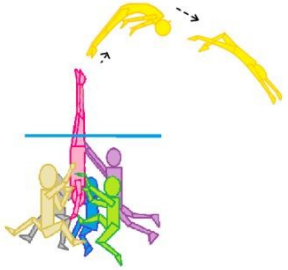
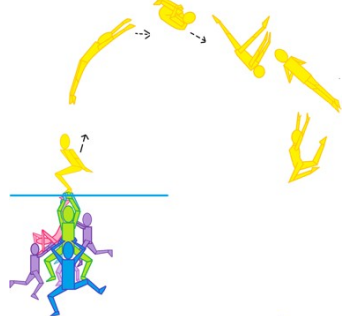
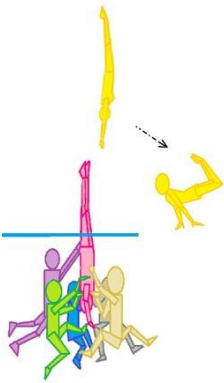
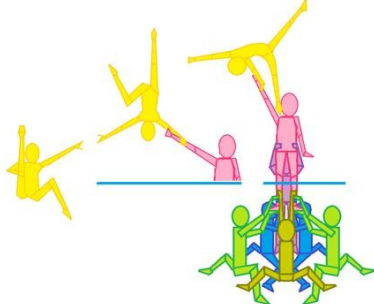
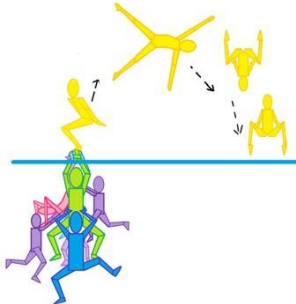
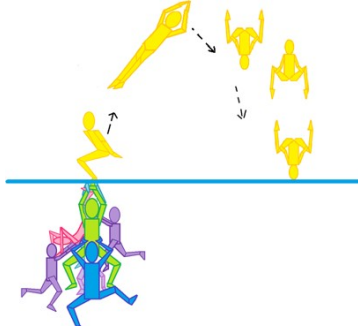
No.	<p>49</p>	<p>77</p>
Code	AJ-Shou-Forw-rg/2pk	AJ-Shou-Forw-pk/2ln-s0,5
Value	1,75	1,65
No.	<p>78</p>	<p>79</p>
Code	AJ-Shou-Forw-tk/2sp-s0,5	A-Shou-Forw-ja/2mn-h-u6
Value	1,6	1,675
No.	<p>80</p>	<p>0,5 twist</p> <p>81</p>
Code	AJ-St'-FORW-ln-t2-u6	AJ-FeeT-Forw-ln-dt0,5-u12
Value	1,975	1,725

No.	<p>1 twist</p> <p>82</p>	<p>1,5 twist</p> <p>83</p>
Code	AJ-Feet-FORW-In-dt1-u12	AJ-Feet-FORW-In-dt1,5-u12
Value	1,875	1,925
No.	<p>86</p>	<p>84</p>
Code	AJ-Hand-Forw-pa-d	AW-Feet-Forw-In!/2pk
Value	1,575	1,7
No.	<p>85</p>	<p>87</p> <p>Forwards</p>
Code	AW-Feet-Forw-In!/2rg-u11	AW-Hand-Forw-In!/2pk-u11
Value	1,75	1,75

No.	<p>106</p>	<p>94 <b>This is exception</b></p>
Code	AJ-Sho-Forw-In/2In-T0,5-u10	AJ-Sq-Rev-In-s0,5!
Value	1,5	1,7
No.	<p>95</p>	<p>96</p>
Code	AJ-Sq-Rev-In-s1-u4	AJ-Sq-Rev-pk/2In-s0,5
Value	2,15	1,9
No.	<p>136</p>	<p>97</p>
Code	AJ-Sq-Rev-pk/2pa-s0,5	AJ-Sq-Rev-pk/2In-s1
Value	1,95	2,15

<p>No.</p>	 <p>137</p>	 <p>98</p>
<p>Code</p>	<p>AJ-Shou-Forw-pa</p>	<p>AJ-Sq-Rev-tk/2In-s0,5</p>
<p>Value</p>	<p>1,45</p>	<p>1,8</p>
<p>No.</p>	 <p>99</p>	 <p>100</p>
<p>Code</p>	<p>AJ-Sq-Rev-tk/2In-s1</p>	<p>AJ-Sq-Rev-tk/2ja-s1</p>
<p>Value</p>	<p>2,05</p>	<p>2,1</p>
<p>No.</p>	 <p>101</p>	 <p>102</p>
<p>Code</p>	<p>AJ-Sq-Rev-ar/2ja-s1</p>	<p>AJ-Sq-Rev-tk/2kt-s1</p>
<p>Value</p>	<p>2,1</p>	<p>2,05</p>

No.	<p>103</p>	<p>104</p>
Code	AW-Feet-Forw-In!/2pk	AW-Feet-FORW-In!/2tk-s1,5
Value	1,7	2,2
No.	<p>138</p>	<p>105</p>
Code	AW-Feet-Forw-In!	AJ-Shou-FORW-In-t2
Value	1,5	1,9
No.	<p>139</p>	<p>110</p>
Code	A-Thr-Up-In-T1	AW-Feet-Forw-In-d
Value	1,2	1,525


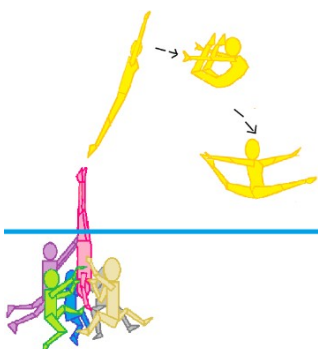
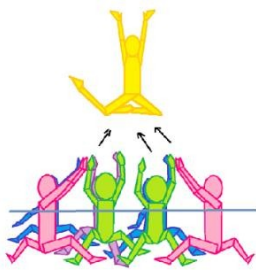
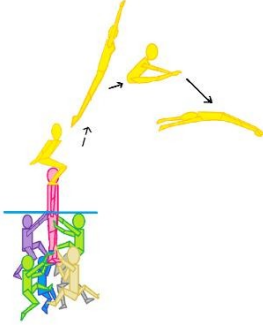
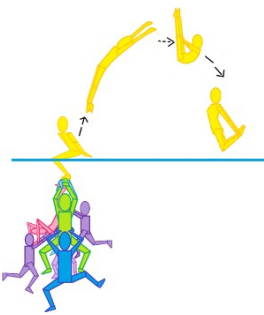
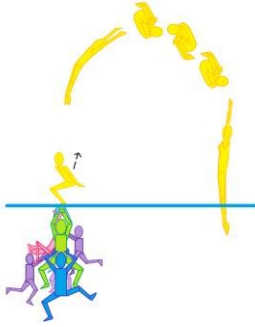
No.	 <p style="text-align: center;">107</p>	 <p style="text-align: center;">108</p>
Code	AW-Foot-Back-ar-d-u12	AJ-Sq-Back-tk/2In-s1t1-u11
Value	1,675	2,2
No.	 <p style="text-align: center;">109</p>	 <p style="text-align: center;">112</p>
Code	AW-Foot-Fow-In!/2kt	A-Shou-Side-ki/2pk-c-u9
Value	1,6	1,85
No.	 <p style="text-align: center;">114</p>	 <p style="text-align: center;">115</p>
Code	AJ-Sq-Back-tk-f1	AJ-Sq-Back-tk-f1,5
Value	1,95	2,15



No.	<p>116</p>	<p>130</p>
Code	AJ-Sq-Back-tk-f2	AJ-Sq-FORW-tk-f1
Value	2,25	2
No.	<p>117</p>	<p>135</p>
Code	AJ-Shou-Back-tk-f1,5	AJ-Sq-Back-rg/2tk-s2
Value	2,05	2,4
No.	<p>118</p>	<p>131</p>
Code	AW-Surf-Up-mn	AW-Surf-Up-pk/2ar
Value	0,6	0,85

No.	<p>120</p>	<p>134</p>
Code	AJ-Sq-Up-In-u7	AJ-Sq-Up-sp/2In-u7
Value	1,8	2,1
No.	<p>121</p>	<p>119</p>
Code	AJ-Shou-Up-pk/2ar-u7/u15	AW-Surf-Up-In-T1
Value	2	0,8
No.	<p>122</p>	<p>123</p>
Code	AJ-3Pair-Up-In-T2	AW-Tripl-Up-In-t1-u13
Value	1,4	1,9

No.	<p>124</p>	<p>125</p>
Code	AW-Tripl-Up-In-t1,5	AW-Tripl-Up-In-t1-u13
Value	1,8	1,9
No.	<p>126</p>	<p>127</p>
Code	AW-Tripl-Up-In-T1-u14	AJ-Hand-Up-ma-T0,5
Value	1,85	1,65
No.	<p>143</p>	<p>151</p>
Code	AJ-Shou-FORW-In-T2	AJ-Sq-Forw-sp/2sp-T0,5
Value	1,75	1,95

<p>No.</p>	 <p>360 som</p> <p>144</p>	 <p>142</p>
<p>Code</p>	<p>AJ-Feet-Back-In-s1-u12/u4</p>	<p>AJ-Feet-Forw-rg/2sp</p>
<p>Value</p>	<p>2,15</p>	<p>1,8</p>
<p>No.</p>	 <p>145</p>	 <p>141</p>
<p>Code</p>	<p>AW-Surf-Up-kt</p>	<p>AJ-Shou-Forw-pk/2In</p>
<p>Value</p>	<p>0,65</p>	<p>1,6</p>
<p>No.</p>	 <p>140</p>	 <p>150</p>
<p>Code</p>	<p>AJ-Sq-Back-pk/2kt-s1</p>	<p>AJ-Sq-Back-tk/2In-s2-u2</p>
<p>Value</p>	<p>2,05</p>	<p>2,75</p>

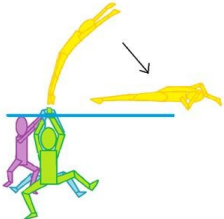
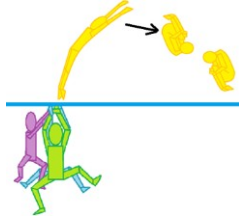
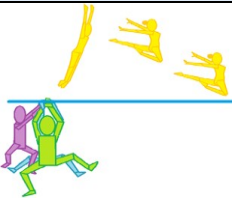
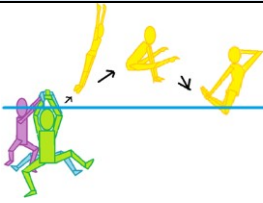
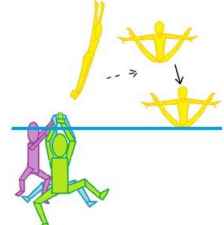
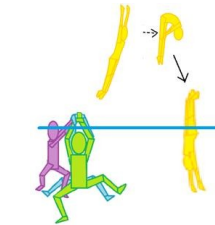
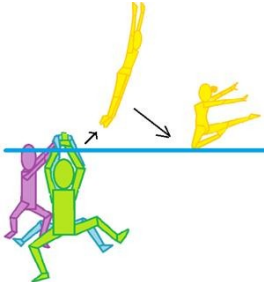
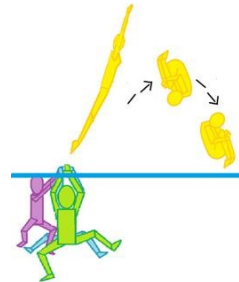
No.	<p>153</p>	<p>154</p>
Code	AJ-Sq-Back-pk-s2	AJ-Sq-Forw-sp/2ja
Value	2,25	1,85
No.	<p>155</p>	<p>156</p>
Code	AJ-Sq-Back-pk/2sp-s1	AJ-3Pair-Back-ar-d
Value	2,1	1,225
No.	<p>157</p>	<p>158</p>
Code	AJ-Shou-Back-pk-f1	AJ-Shou-Back-pk/2ar-s1-u15
Value	1,95	2,05

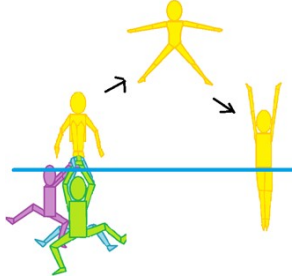
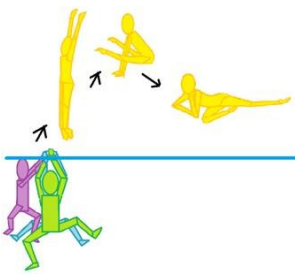
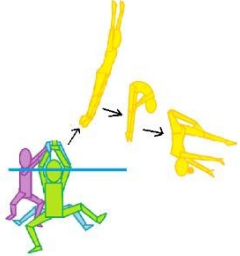
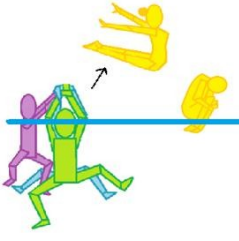
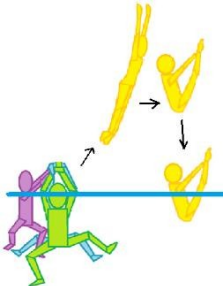
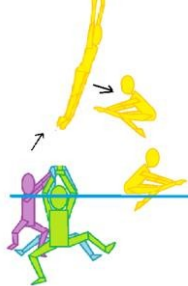
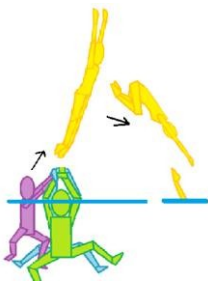
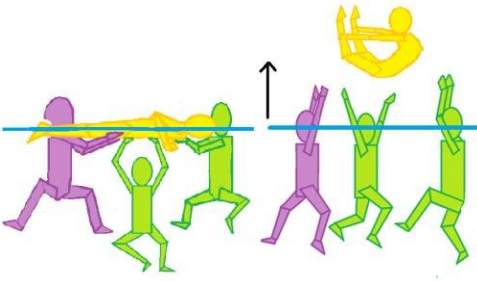
No.	<p>159</p>	<p>160</p>
Code	AJ-Shou-Up-tk/2ar-u15	AJ-Shou-Up-tk/2pa-u15
Value	1,6	1,65
No.	<p>161</p>	<p>162</p>
Code	AJ-Shou-Up-tk-u15	AJ-Sq-Back-tk/2ln-s1,5-u11
Value	1,5	2,25
No.	<p>163</p>	<p>164</p>
Code	AJ-Sq-Back-ln-s1t1	AJ-Sq-Forw-rg/2tk
Value	2,05	1,75

No.	<p>165</p>	<p>166</p>
Code	AJ-Shou-FORW-In/2ja-T1	AW-2Form-Back-pk/2In-s1
Value	1,8	2
No.	<p>167</p>	<p>168</p>
Code	A-Sq-Rev-tk/2kt-s1t0,5	AW-Feet-Rev-pk/2In-s1
Value	2,15	2,15
No.	<p>169</p>	<p>170</p>
Code	AW-Tripl-Up-tk-T1-u14	AJ-Sq-Back-In/2ja-s1
Value	1,85	2

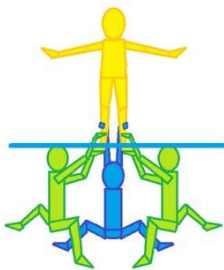
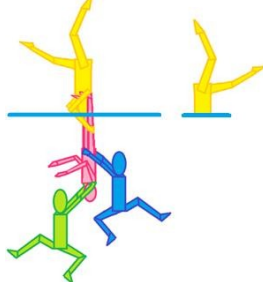

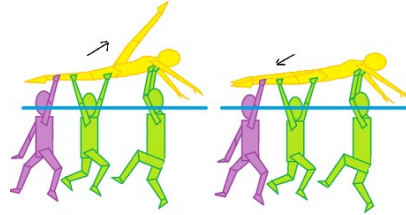

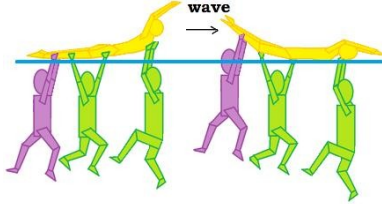
No.	171	172
Code	AJ-Sq-Forw-sp/2ja-T0,5	A-Shou-Forw-ja/2In-h-u16/u11
Value	1,95	1,85
<b>GROUP A ("small" jumps)</b>		
No.	28	29
Code	AJ-Thr-Back-ar-s1	AJ-Thr-Back-ja-s1
Value	1,4	1,5
No.	30	31
Code	AJ-Thr-Back-pk/2In-S0,5	AJ-Thr-Back-ja-s1
Value	1,5	1,5
No.	32	33
Code	AJ-Thr-Back-In/2pk-S0,5t0,5	AJ-Thr-Back-pk/2ar-t0,5
Value	1,6	1,4






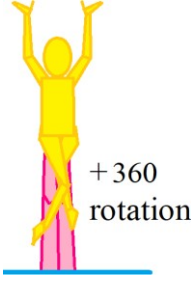


No.	 <p>34</p>	 <p>35</p>
Code	AJ-Thr-Back-sp	AJ-Thr-Back-tk-s1
Value	1,3	1,4
No.	 <p>88</p>	 <p>89</p>
Code	AJ-Thr-Forw-ja	AJ-Thr-Forw-pk/2kt
Value	1,15	1,25
No.	 <p>90</p>	 <p>91</p>
Code	AJ-Thr-Forw-pk	AJ-Thr-Forw-pk/2In-S0,5
Value	1,15	1,45
No.	 <p>92</p>	 <p>93</p>
Code	AJ-Thr-Forw-In/2ja-T0,5	AJ-Thr-FORW-tk-s1
Value	1,3	1,45

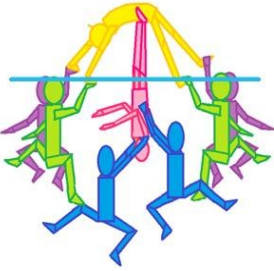
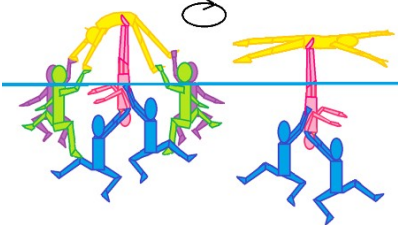
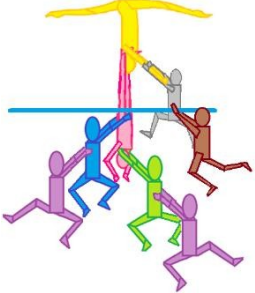
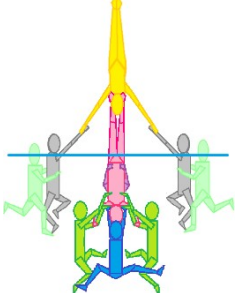
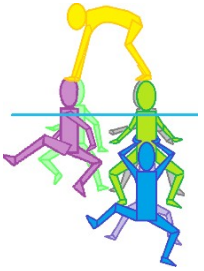
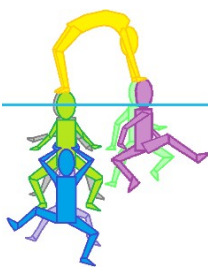
No.	 113	 111
Code	AJ-Thr-Side-mn/2ln	AJ-Thr-Back-pk/2pa
Value	1,25	1,35
No.	 146	 148
Code	AJ-Thr-Forw-pk/2ja-S0,5	AJ-Thr-Forw-ar/2tk
Value	1,5	1,15
No.	 147	 149
Code	AJ-Thr-Forw-pk	AJ-Thr-FORW-pk-T1
Value	1,15	1,4
No.	 173	 174
Code	AJ-Thr-Forw-tk/2ln-d	AW-surf-Up-rg
Value	1,175	0,8

No.	<p>175</p>	<p>176</p>
Code	AJ-Thr-Up-pk/2ja-S0,5t0,5	AW-feet-Forw-ja-S0,5
Value	1,6	1,55
No.	<p>177</p>	<p>178</p>
Code	AW-feet-Side-mn/2tk-s1	AJ-Sho-Back-ar/2nj-d
Value	1,75	1,325
No.	<p>179</p>	<p>180</p>
Code	AW-surf-Up-In/2sp-t0,5	AW-feet-Up-In-t1
Value	0,9	1,45

GROUP B		
No.	 <p>111</p>	 <p>145</p>
Code	BL-L-Li-In	BS-stH-ShF-ro-w9
Value	0,9	1,45
No.	 <p>112</p>	 <p>117</p>
Code	BL-L-Li-tu	BL-L-Li-sb/2sc
Value	1,1	1,1
No.	 <p>75</p>	 <p>113</p>
Code	BL-7-Li-pi	BL-L-Li-sc-w10
Value	1,3	1,05

No.	 130	 131
Code	BL-Lh(2)-Li4H-br+wi-w5	BL-L(2)-Li-wi-w5
Value	2,15	1,3
No.	 114	 115
Code	BL-7-Li-sw	BL-7-Li-bi
Value	1,1	0,95
No.	 153	 150
Code	BL-L-Li-tu	BS-StH-SiF-si-r1!
Value	1,1	2,05



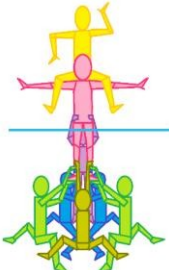
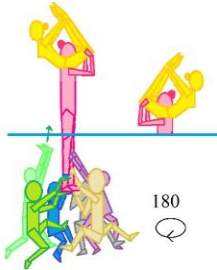
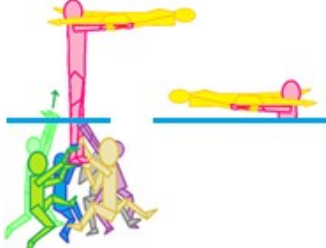
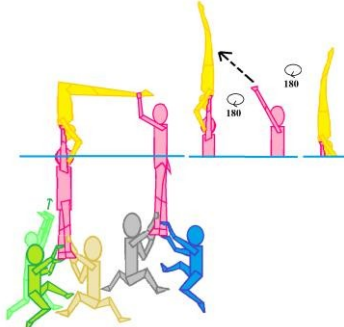
No.		
Code	BL-7-Li-spl	BL-7-Li-se-r0,5L
Value	0,9	1,45
No.		
Code	BS-StH''-SiF*-co	BS-StH'''-SiF*-kn
Value	1,45	1,5
No.		
Code	BS-StH'-SiF*-so	BS-StH''-SiF*-mo
Value	1,55	1,35

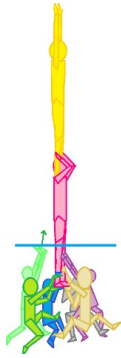
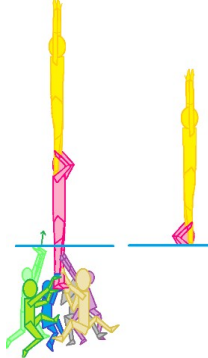
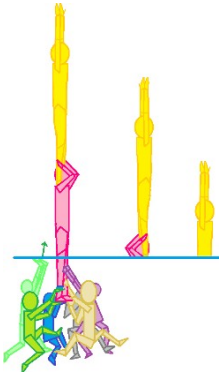
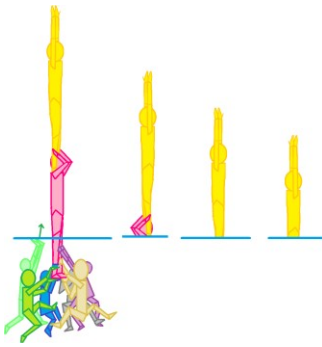
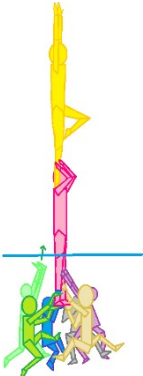
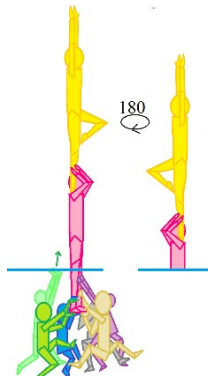
No.	 <p style="text-align: center;">46</p>	 <p style="text-align: center;">47</p>
Code	BS-StH'''-AF*-br	BS-StH'''-AF*-br/2sc-r0,5!
Value	1,6	1,95
No.	 <p style="text-align: center;">80</p>	 <p style="text-align: center;">81</p>
Code	BS-StH''-ShF*-ow	BS-StH'''-ShF*-bb
Value	1,7	1,45
No.	 <p style="text-align: center;">119</p>	 <p style="text-align: center;">120</p>
Code	BL-Lh-Li4H-mo	BL-Lh-Li4H-br
Value	1,1	1,45

No.		
Code	BL-LMu-Li4H-mo/2br	BL-LM-Li4H-mo/2spl-w7
Value	2	1,75
No.		
Code	BL-LMp-Li-In/2spl-w7/w14	BS-2Sup-Le-be
Value	1,45	1,7
No.		
Code	BS-2Sup-Le-so	BS-2Sup-Le-kn
Value	1,6	1,65



No.	<p>132</p>	<p>133</p>
Code	BS-2Sup-Le-co	BS-2Sup-Le-ne
Value	1,5	1,85
No.	<p>134</p>	<p>135</p>
Code	BS-St''Hs-SpSp-spl	BS-2mSup-Le-co
Value	1,5	1,7
No.	<p>107</p>	<p>108</p>
Code	BS-2SupH(2)-Ta-co-w5	BS-2SupH-Ta-bb
Value	2,15	2,05

No.	 <p>109</p>	 <p>110</p>
Code	BS-2SupH-Ta-spl	BS-2SupH-Ta-sc
Value	1,95	1,9
No.	 <p>39</p>	 <p>44</p>
Code	BS-St-SIS-si	BS-St-SIS-tu-r0,5
Value	1,2	1,65
No.	 <p>43</p>	 <p>128</p>
Code	BS-St-SIS-sc-r0,5	BS-2Sup-E-bo/2bb-r1!
Value	1,5	2,55

No.	 <p>1</p>	 <p>2</p>
Code	BS-St-FS-In	BS-St-FS-In-r0,5*
Value	1,2	1,25
No.	 <p>3</p>	 <p>4</p>
Code	BS-St-FS-In-r1*	BS-St-FS-In-r1,5*
Value	1,3	1,35
No.	 <p>5</p>	 <p>6</p>
Code	BS-St-F1S-he	BS-St-F1S-he-r0,5
Value	1,3	1,5

No.	<p>7</p>	<p>8</p>
Code	BS-St-F1S-he-r1	BS-St-F1S-he-r1,5
Value	1,6	1,7
No.	<p>13</p>	<p>14</p>
Code	BS-St-F1S-ba	BS-St-F1S-ba-r0,5
Value	1,4	1,6
No.	<p>15</p>	<p>33</p>
Code	BS-St-F1S-ba-r1	BS-St-F1S-cr/2ba-r0,5
Value	1,7	1,65

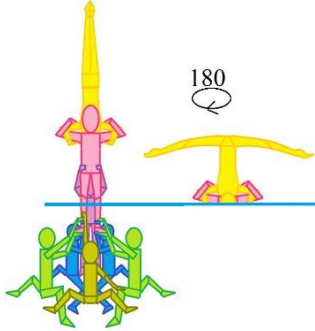
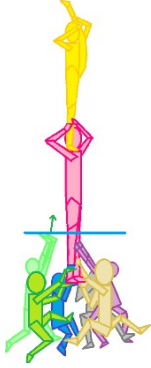
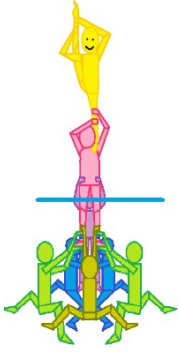
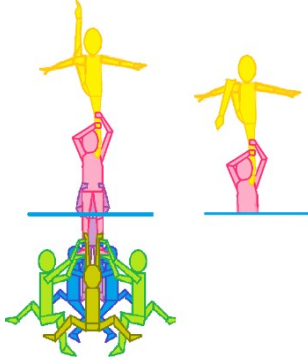
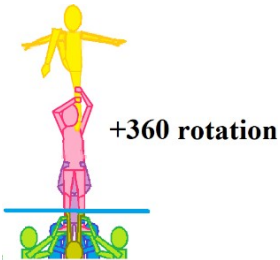
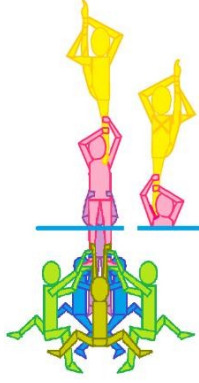
No.	<p style="text-align: center;">31</p>	<p style="text-align: center;">32</p>
Code	BS-St-F1S-cr/2kr	BS-St-F1S-cr/2ba
Value	1,55	1,45
No.	<p style="text-align: center;">11</p>	<p style="text-align: center;">12</p>
Code	BS-St-F1S/-ba/2vs	BS-St-F1S/-ba/2vs-r0,5
Value	1,8	2
No.	<p style="text-align: center;">21</p>	<p style="text-align: center;">22</p>
Code	BS-St-F1S/-sa	BS-St-F1S/-sa-R0,5
Value	1,7	1,95

No.	<p>23</p>	<p>9</p>
Code	BS-St-F1S/-sa-R1	BS-St-F1S-ba
Value	2,05	1,4
No.	<p>42</p>	<p>45</p>
Code	BS-St-W-kn	BS-St-SiSb-sh
Value	1,8	1,75
No.	<p>10</p>	<p>19</p>
Code	BS-St-F1S/-ba	BS-St-F1S/-ne
Value	1,5	1,8

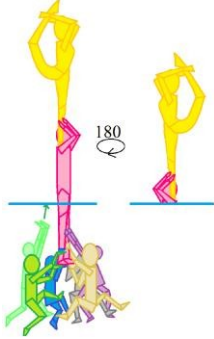
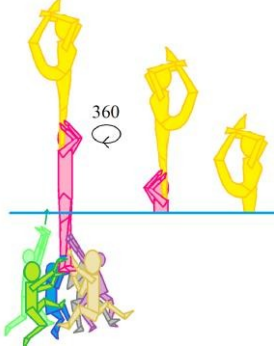

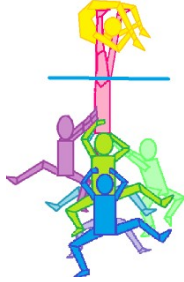
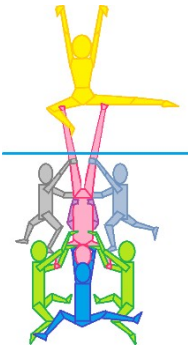
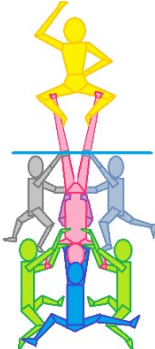
No.	<p>88</p>	<p>89</p>
Code	BS-St-Su-bb	BS-St-Su-bb/2ow
Value	1,45	1,65
No.	<p>124</p>	<p>93</p>
Code	BS-St-Su-be-r1	BS-St-AP\bb
Value	1,85	1,45
No.	<p>136</p>	<p>90</p>
Code	BS-St-AP\kn	BS-St-Tw-bb
Value	1,5	1,45

No.	<p>91</p>	<p>92</p>
Code	BS-St-Tw-bb/2ow-r0,5	BS-St-Tw-bb-r1
Value	1,85	1,75
No.	<p>83</p>	<p>84</p>
Code	BS-St-Bp-bb	BS-St-Bp-bb-r0,5
Value	1,65	1,85
No.	<p>85</p>	<p>86</p>
Code	BS-St-Bp-bb-r1	BS-St-Bp-bb/2be
Value	1,95	1,85

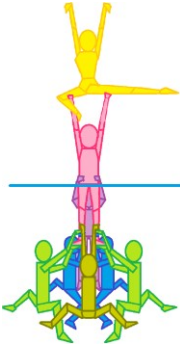
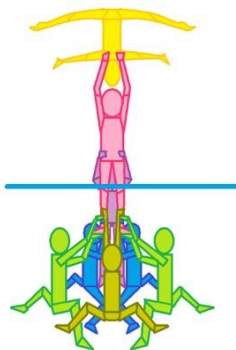
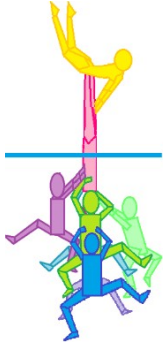

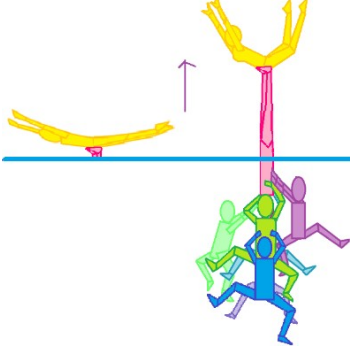
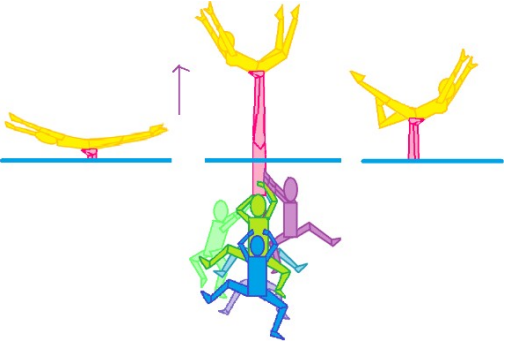


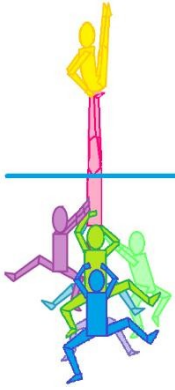

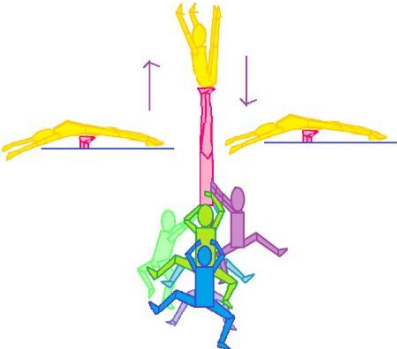
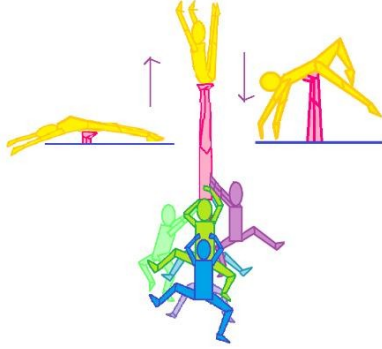
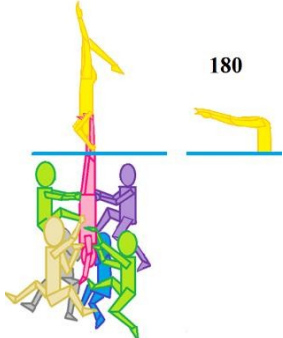
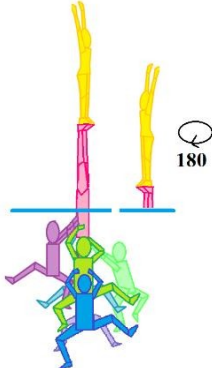
No.	 <p style="text-align: center;">87</p>	 <p style="text-align: center;">24</p>
Code	BS-St-Bp-bb/2be-r0,5	BS-St-F1S-vs
Value	2,05	1,6
No.	 <p style="text-align: center;">27</p>	 <p style="text-align: center;">137</p>
Code	BS-St-F1S-gl	BS-St-F1S-sw
Value	1,65	1,55
No.	 <p style="text-align: center;">138</p>	 <p style="text-align: center;">28</p>
Code	BS-St-F1S-sw-R1	BS-St-FIS-gl-R0,5
Value	1,9	1,9

No.	<p>25</p>	<p>26</p>
Code	BS-St-F1S-vs-R0,5	BS-St-F1S-vs-R1
Value	1,85	1,95
No.	<p>29</p>	<p>30</p>
Code	BS-St-FIS-gl-R1	BS-St-FIS-gl-R1,5
Value	2	2,1
No.	<p>129</p>	<p>16</p>
Code	BS-St*-FP*-ne/2he-w4/w11	BS-St-F1S-ey
Value	2,25	1,8

No.	 <p style="text-align: center;">17</p>	 <p style="text-align: center;">18</p>
Code	BS-St-F1S-ey-R0,5	BS-St-F1S-ey-R1
Value	2,05	2,15
No.	 <p style="text-align: center;">20</p>	 <p style="text-align: center;">57</p>
Code	BS-St-F1S-In/2ne	BS-StH-SiF-tu
Value	1,7	1,8
No.	 <p style="text-align: center;">51</p>	 <p style="text-align: center;">50</p>
Code	BS-StH-SiV-spl	BS-StH-SiV-mo
Value	1,75	1,65

<p>No.</p>	<p>52</p>	<p>48</p>
<p>Code</p>	<p>BS-StH-SiV-spl/2mo</p>	<p>BS-StH-AV-sb</p>
<p>Value</p>	<p>1,85</p>	<p>1,7</p>
<p>No.</p>	<p>49</p>	<p>94</p>
<p>Code</p>	<p>BS-StH-AV-sb-r0,5!</p>	<p>BS-StH-AV-be</p>
<p>Value</p>	<p>2</p>	<p>1,85</p>
<p>No.</p>	<p>95</p>	<p>40</p>
<p>Code</p>	<p>BS-StH-AV-be-r1!</p>	<p>BS-St-AP-so-r1</p>
<p>Value</p>	<p>2,35</p>	<p>2,1</p>



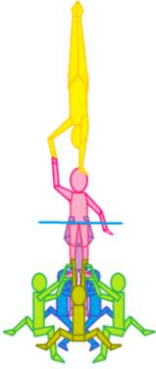
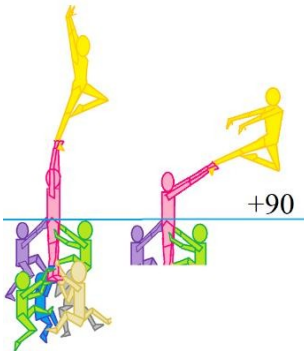
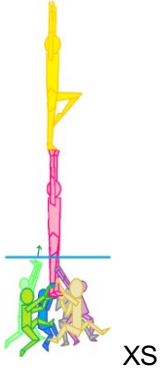
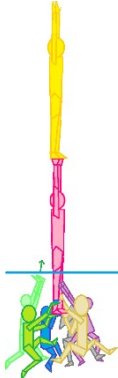
No.	 <p style="text-align: center;">41</p>	 <p style="text-align: center;">82</p>
Code	BS-St-AP-spl	BS-St-AP-be
Value	1,7	1,9
No.	 <p style="text-align: center;">125</p>	 <p style="text-align: center;">100</p>
Code	BS-StH-SiF-bb	BS-StH-SiF-kn
Value	1,8	1,85
No.	 <p style="text-align: center;">96</p>	 <p style="text-align: center;">139</p>
Code	BS-StH-SiF-co	BS-StH-SiF-co-r0,5!
Value	1,7	2

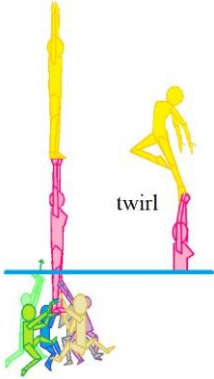
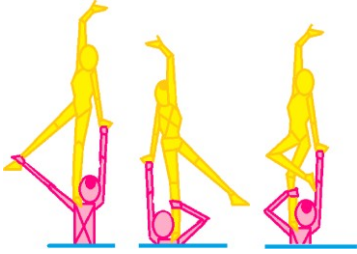
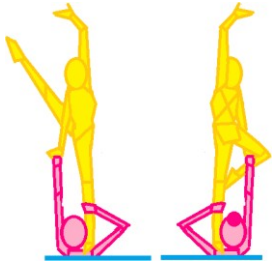
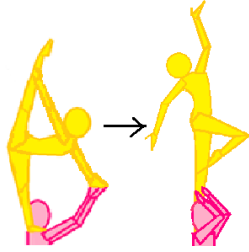
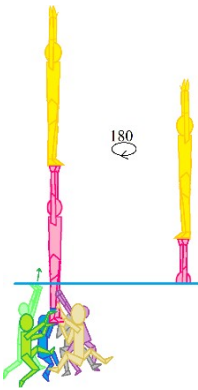
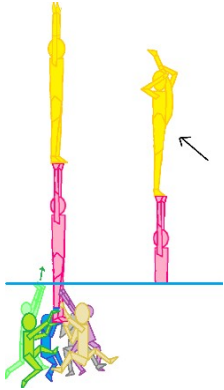
No.	 97	 99
Code	BS-StH-SiF-sh	BS-StH-SiF-tu
Value	1,7	1,8
No.	 140	 141
Code	BS-StH-SiF-sh/2sc	BS-StH-SiF-sh/2fl
Value	1,75	1,8
No.	 142	 56
Code	BS-StH-ShF-ro/2wi-r0,5!	BS-StH-FF-In-r0,5!
Value	2,3	2,45

No.	<p>55</p>	<p>54</p>
Code	BS-StH-FF-In	BS-StH'''-FF*-In
Value	2,15	1,65
No.	<p>53</p>	<p>78</p>
Code	BS-StHt-FF*-In	BS-StH-ShF-bb
Value	1,75	1,95
No.	<p>79</p>	<p>58</p>
Code	BS-StH-ShF-bb/2ow-w7	BS-St-E-bb
Value	2,2	1,8

No.	<p>61</p>	<p>59</p>
Code	BS-St-E-bb/2ow	BS-St-E-bb-r0,5!
Value	2	2,1
No.	<p>60</p>	<p>62</p>
Code	BS-St-E-bb-r1!	BS-St-E-bb/2ow-r0,5!
Value	2,3	2,3
No.	<p>63</p>	<p>76</p>
Code	BS-St-E-bb/2ow-r1!	BS-St-Py-be-r1!
Value	2,5	2,35


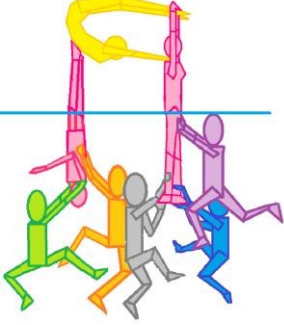
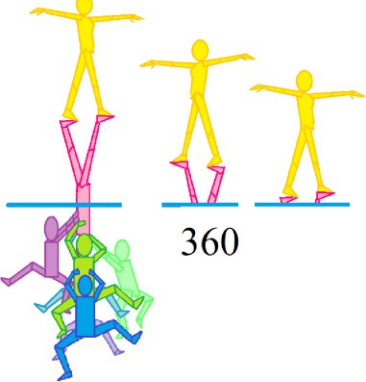
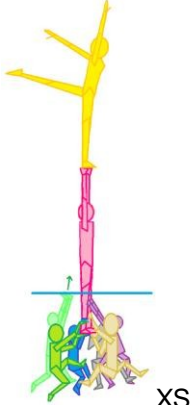
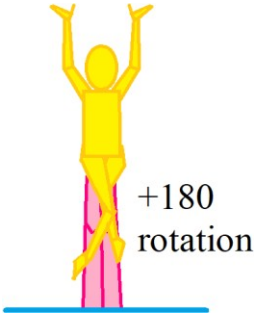
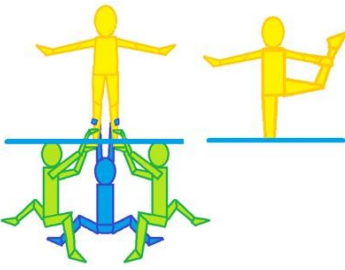


No.		
Code	BS-St''Hp-ShF-wi	BS-St''Hc-AL-In
Value	1,9	1,4
No.		
Code	BS-St-PH/-bb	BS-St»-FPx-he
Value	2,15	2,15
No.		
Code	BS-St-FPx-he	BS-St-FP-In
Value	2,25	2,1

No.	 <p style="text-align: center;"><b>not XS</b></p> <p style="text-align: center;">146</p>	 <p style="text-align: center;">156</p>
Code	BS-St-FP-In/2he-w9	BS-St-F1S/-ld/2ld-r1
Value	2,2	1,7
No.	 <p style="text-align: center;">155</p>	 <p style="text-align: center;">147</p>
Code	BS-St-F1S/-sw/2ld-r0,5	BS-St-F1S/-ne/2kr-w4
Value	1,9	2,2
No.	 <p style="text-align: center;">35</p>	 <p style="text-align: center;">38</p>
Code	BS-St-FP-In-r0,5	BS-St-FPx-In/2vs
Value	2,3	2,5

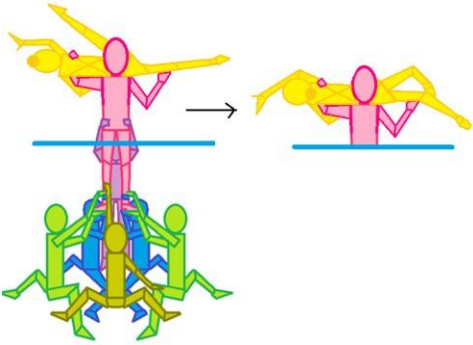
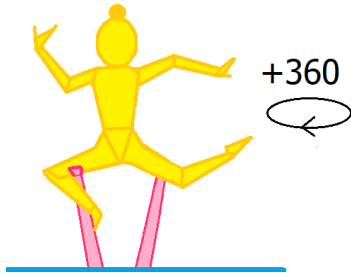
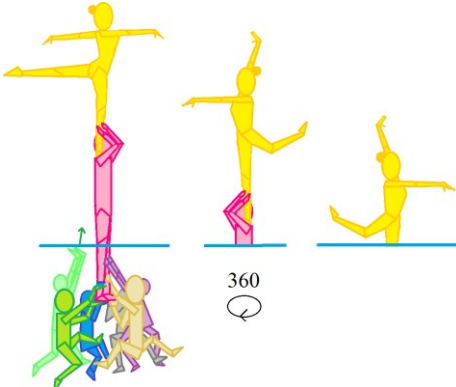
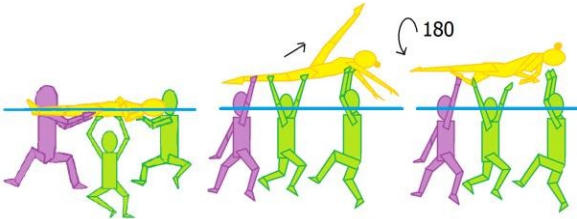
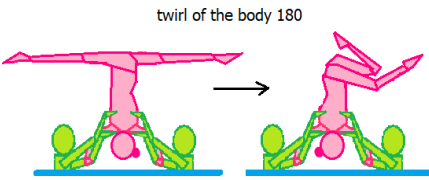
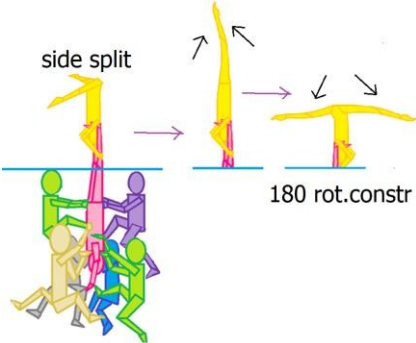
No.	<p>36</p>	<p>64</p>
Code	BS-St-FP-In-r1	BS-St-PP-bb
Value	2,4	2,35
No.	<p>65</p>	<p>72</p>
Code	BS-St-PP-bb-r0,5!	BS-St-PP-be
Value	2,65	2,45
No.	<p>66</p>	<p>67</p>
Code	BS-St-PP-bb-r1!	BS-St-PP-lp/2wi
Value	2,85	2,45

No.	<p>68</p>	<p>70</p>
Code	BS-St-PP-bb/2ow	BS-St-PP-bb/2ow-w7
Value	2,55	2,6
No.	<p>74</p>	<p>69</p>
Code	BS-St-PP-bb/2be-w7	BS-St-PP-bb/2ow-r0,5!
Value	2,6	2,85
No.	<p>71</p>	<p>73</p>
Code	BS-St-PP-bb/2ow-r1!-w7	BS-St-PP-be-r1!
Value	3,1	2,95

No.	 <p>37</p>	 <p>157</p>
Code	BL-7-Li-spl	BS-2mSup-Ch-br
Value	0,9	2,05
No.	 <p>360</p> <p>148</p>	 <p>XS</p> <p>154</p>
Code	BS-StH-FF-In-r1!	BS-St-FPx-ba
Value	2,65	2,35
No.	 <p>+180 rotation</p> <p>149</p>	 <p>152</p>
Code	BS-StH-SiF-si-r0,5!	BL-L-Li-In/2ba
Value	1,85	1

No.	<p>158</p>	<p>151</p>
Code	BS-St"-BBd-bb	BL-7-Li-si
Value	1,4	0,75
No.	<p>159</p>	<p>161</p>
Code	BL-L-Li-cr/2he-w5	BS-St-F1S-gl/2ba-r0,5
Value	1,15	1,95
No.	<p>162</p>	<p>163</p>
Code	BL-L-Li-In-w9	BS-StH-FF-In/2do
Value	0,95	2,25

No.	<p>164</p>	<p>165</p>
Code	BL-T-Li-so	BS-St'-Tw*-bb
Value	1	1,35
No.	<p>166</p>	<p>167</p>
Code	BS-St-SiS-co	BS-St-AP/-spl
Value	1,35	1,6
No.	<p>168</p>	<p>169</p>
Code	BS-StH-ShF-ow/2bb-w7	BS-St-Bp-bb/2be-w7
Value	2,25	1,9


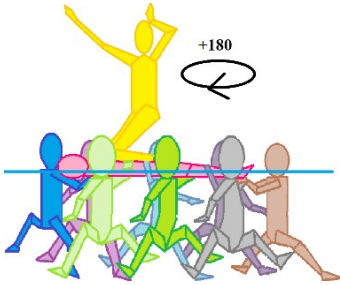

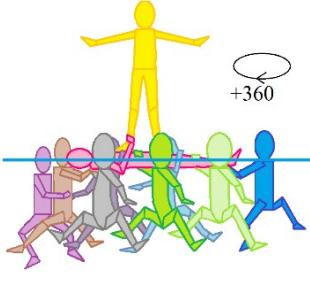
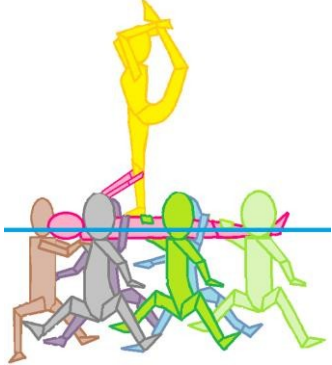
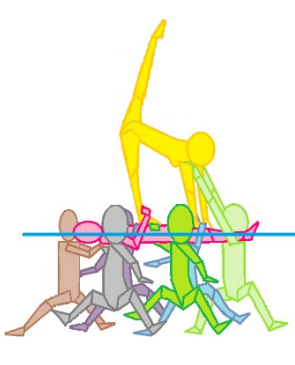
<p>No.</p>	 <p>170</p>	 <p>+360</p> <p>171</p>
<p>Code</p>	<p>BS-St-SiS-bi/2sc</p>	<p>BS-StH-SiV-spl-r1!</p>
<p>Value</p>	<p>1,45</p>	<p>2,25</p>
<p>No.</p>	 <p>360</p> <p>172</p>	 <p>180</p> <p>173</p>
<p>Code</p>	<p>BS-St-F1S-ba-r1</p>	<p>BL-LSurf-Li-sb/2sc-w9</p>
<p>Value</p>	<p>1,7</p>	<p>0,85</p>
<p>No.</p>	 <p>twirl of the body 180</p> <p>174</p>	 <p>side split</p> <p>180 rot.constr</p> <p>175</p>
<p>Code</p>	<p>BS-2Sup-Le-ow/2ro-w9</p>	<p>BS-StH-ShF-be/2bb-r0,5!-w7</p>
<p>Value</p>	<p>1,85</p>	<p>2,5</p>



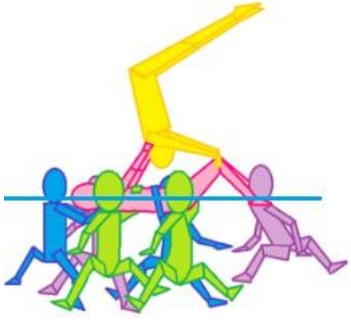

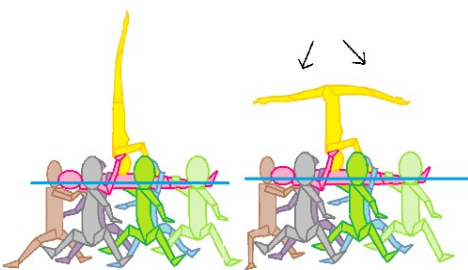
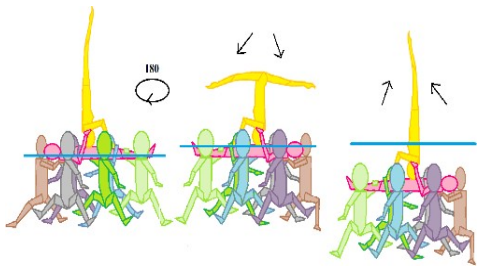

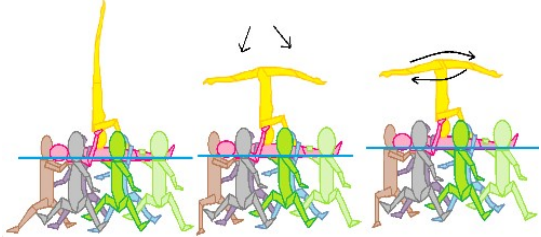
No.	<p>176</p>	<p>177</p>
Code	BL-7-Li-tu	BS-StH-SiF-si
Value	1	1,55
No.	<p>178</p>	<p>179</p>
Code	BL-L(2)-Li-co-w5	BL-LSurf-Li-br
Value	1,1	0,95
No.	<p>180</p>	<p>181</p>
Code	BL-L»-Li-co/2mo	BS-2Sup»-Le-so/2mo
Value	0,7	1,6

No.	<p>182</p>	<p>183</p>
Code	BS-StH <sup>'''</sup> -SiF-sc/2mo-w2	BS-2Sup-FHP/-In
Value	1,75	1,85
No.	<p>184</p>	<p>185</p>
Code	BL-Lh <sup>2*</sup> -PH <sup>*</sup> -so	BS-Trin-AV-bi/2pt
Value	1,3	1,65
No.	<p>186</p>	<p>187</p>
Code	BS-Trin-AV-spl	BS-StH-PF-ow
Value	1,55	2,25



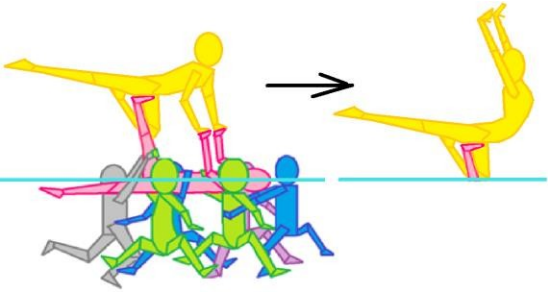
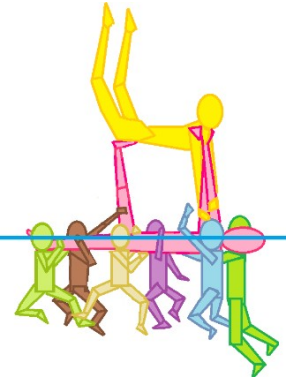
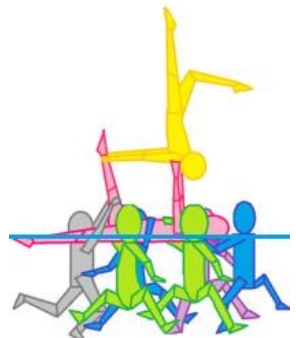

<p>No.</p>	<p>160</p>
<p>Code</p>	<p>BL-L''-Li*-so/2ow-w7</p>
<p>Value</p>	<p>1,45</p>

GROUP P		
No.		
	1	2
Code	PP-P-SiA-si	PP-P-SiA-si-R0,5*
Value	1,2	1,3
No.		
	3	4
Code	PP-P-F2A-In	PP-P-F2A-In-R1
Value	1,3	1,7
No.		
	36	5
Code	PP-P-FA-ey	PP-P-3pA-ne
Value	2,05	1,75

No.	25	37
Code	PP-P-3pA-kn	PP-P-3pA/-ne
Value	1,55	1,75
No.	6	38
Code	PP-Knees-FP+FK-In	PP-Knees-F2A-do
Value	1,45	1,4
No.	48	49
Code	PP-p-3pA-ne	PP-p-SiA-si
Value	1,5	0,95

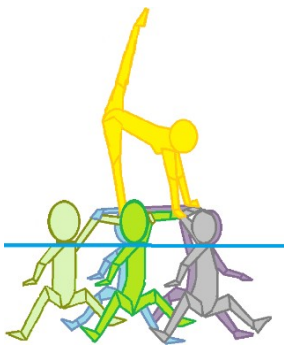
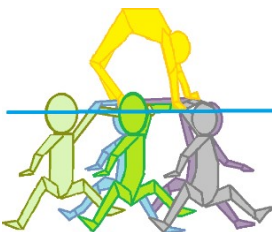
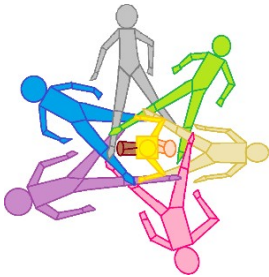
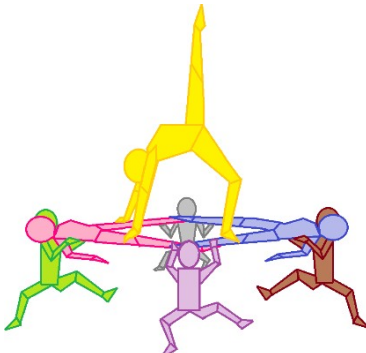


No.		
	7	39
Code	PP-Knees-SP+K-bb	PP-Box-PL+LP-bb
Value	1,65	1,7
No.		
	8	9
Code	PP-P-HA-bb/2ow	PP-P-HA-bb/2ow-R0,5*-j3
Value	1,7	1,85
No.		
	40	41
Code	PP-Knees-AK/-mr	PP-P-HA-bb/2ow-j3
Value	1,5	1,75


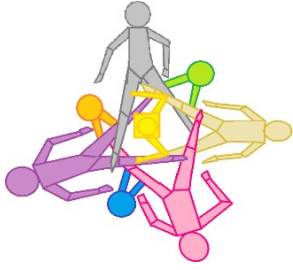
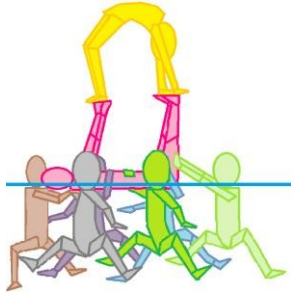
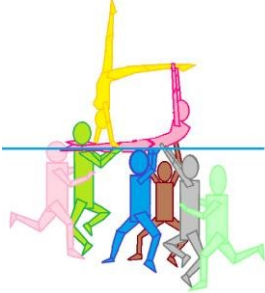
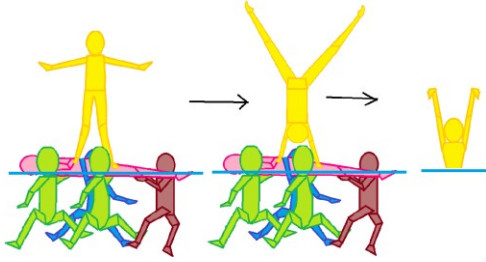
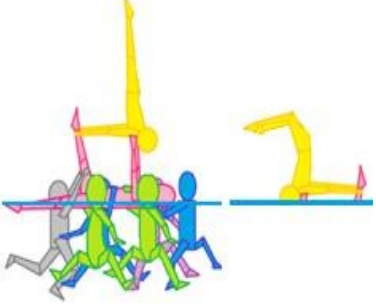
No.	10	35
Code	PP-P-PL+LP-wi/2ow-j3/j9	PP-B-SP+KF-ow
Value	2	2,05
No.	11	12
Code	PP-a-F2O+H-ld	PP-a-F2Ob-do
Value	1,35	1,5
No.	13	14
Code	PP-Chariot-SiF+FB-mo	PP-B-FA+PF-ne
Value	1,35	2,15

No.	 <p style="text-align: center;">15</p>	 <p style="text-align: center;">16</p>
Code	PP-B-SiF+FP-mo	PP-B-SiF/-mo
Value	1,6	1,7
No.	 <p style="text-align: center;">17</p>	 <p style="text-align: center;">18</p>
Code	PP-B-SiF/-fl/2fl-j13	PP-B-BF+Le-so
Value	2,25	1,8
No.	 <p style="text-align: center;">19</p>	 <p style="text-align: center;">20</p>
Code	PP-B-SP+L-bb	PP-DB-SiFb/-sh
Value	2	2



No.	21	22
Code	PP-DB-SF/-bb	PP-DB-SF/-bb/2ow-R0,5
Value	2	2,5
No.	23	24
Code	PP-Box-PL+LP-bo/2ow	PP-Box-PL+LP-bo/2In-j6
Value	1,9	2
No.	26	31
Code	PP-(2)-Go-br+wi-j2	PF-Triangle-PA3*-bb
Value	2,35	1,6

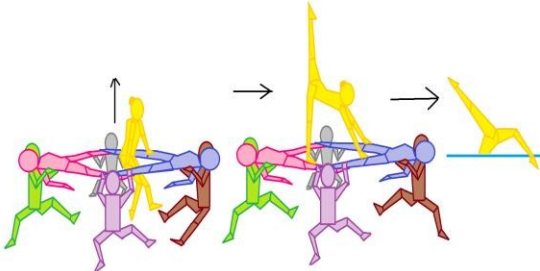
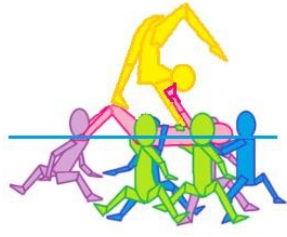

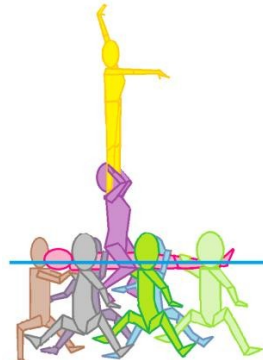
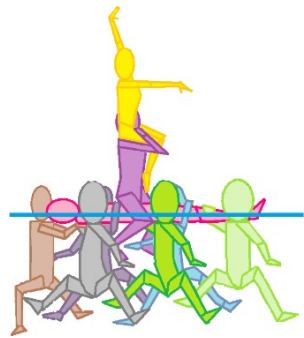
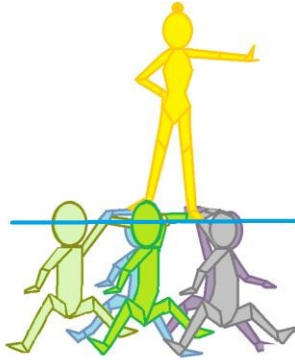
No.		
	27	28
Code	PF-Hand-3pH-ne-j8/j20	PF-Hand-BrH-br-j7
Value	1,5	1,35
No.		
	29	30
Code	PF-Star6-AA-mo-j15/j20	PF-Rhombus-Br1A2-to-j7
Value	1,4	1,65
No.		
	32	33
Code	PP-2SupB-FA2+PF-ne	PP-2SupBB-FB2+PF+KF-ba
Value	2,3	2,05

No.		
	34	42
Code	PF-2Sup-F2A2-ln-j20	PF-Compass-AA-ln-j20
Value	1,35	1
No.		
	46	47
Code	PP-DB-PF+FP-br	PP-a-YY-kn
Value	2,25	1,8
No.		
	43	50
Code	PP-P-F2A-ln/2ld-j10	PP-B-SP+L-bb/2wi-R0,5
Value	1,55	2,45

No.	<p>51</p>	<p>52</p>
Code	PP-P-3pA-ne/ln-j9	PP-P-F2A-ln/2bb-j3
Value	1,9	1,45
No.	<p>53</p>	<p>54</p>
Code	PP-DB-SP+L-bb/2se-j21	PP-B-SP+L-bb/2ow-j3/j9
Value	2,25	2,3
No.	<p>55</p>	<p>56</p>
Code	PP-DB-SiF/-mo/2ln-j9	PF-hand-ShH-bb
Value	1,95	0,9




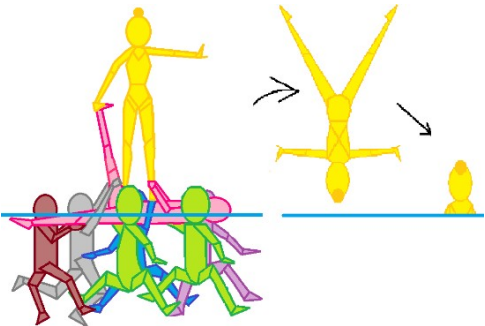
No.	<p style="text-align: center;">57</p>	<p style="text-align: center;">58</p>
Code	PP-P-H+L-wi/2kn	PF-2Sup-F2A2-In-j20/j9
Value	1,75	1,4
No.	<p style="text-align: center;">59</p>	<p style="text-align: center;">60</p>
Code	PF-Hand-ShH-bb/2ow-j3	PF-Hand-ShH-bb/2ow-R0,5h-j3
Value	1,25	1,4
No.	<p style="text-align: center;">61</p>	<p style="text-align: center;">62</p>
Code	PP-Knees-Br1K-to	PP-P4I-FSh-ba
Value	1,9	1,7

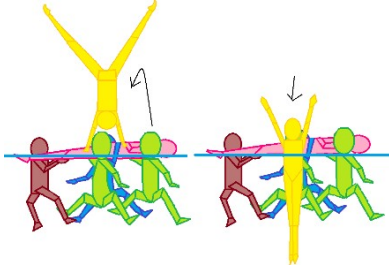
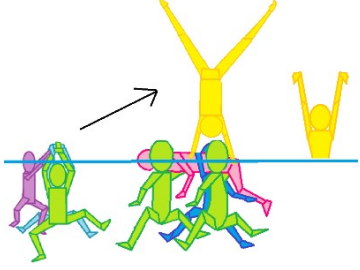
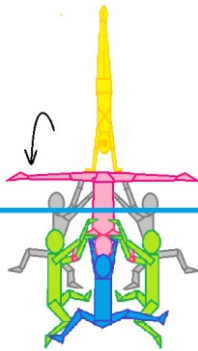
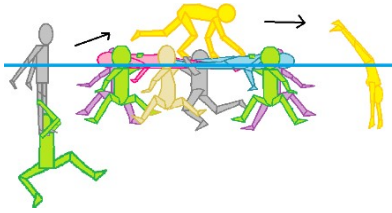
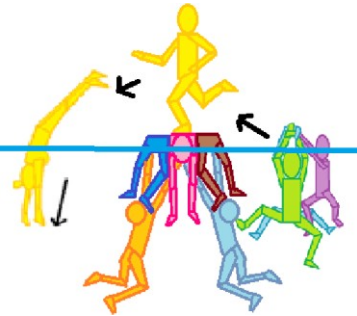
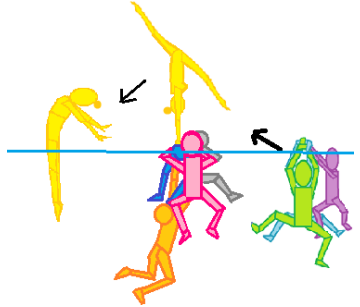
No.	<p>63</p>	<p>64</p>
Code	PF-Carp-AA-In-j15	PF-Fo-F1H-vs-j23
Value	1,35	1
No.	<p>65</p>	<p>66</p>
Code	PF-Hand-ShH-bb	PF-hand-3pH-to-j9
Value	1	1,1
No.	<p>45</p>	
Code	PP-Knees-SP+K-cd/2bb-j12/j14	
Value	2,25	
No.	<p>44</p>	
Code	PP-Knees-SP+K-br/2ow-j3/j9	
Value	2,1	

No.	 <p>67</p>	 <p>68</p>
Code	PF-Rhombus-3pA2-ne-j20/j9	PP-Knees-3pK/-ne
Value	1,65	1,9
No.	 <p>69</p>	 <p>70</p>
Code	PP-DB-SiF/-fl	PP-P4I-2LSh-In
Value	1,95	1,45
No.	 <p>71</p>	 <p>72</p>
Code	PP-P4I-SiSh-si	PF-Hand-F2H-In
Value	1,3	1

No.	73	74
Code	PF-2Sup-4pA2-br	PF-2Sup-3pA2-ne
Value	1,55	1,65
No.	75	76
Code	PP-B-F2A+PF-In	PF-Hand-AH-si
Value	1,5	0,7
No.	77	78
Code	PP-B-4pF/-br	PF-Triangle-4pA3*-br
Value	2,05	1,65



No.	 <p style="text-align: center;">79</p>	 <p style="text-align: center;">80</p>
Code	PP-P-AA-In	PP-2SupBB-F2B2+PF+PF-In
Value	1,25	1,9
No.	 <p style="text-align: center;">81</p>	 <p style="text-align: center;">82</p>
Code	PP-2SupB-F2A2+PF-In	PP-B-F2A+PF-In-j10
Value	1,65	1,7

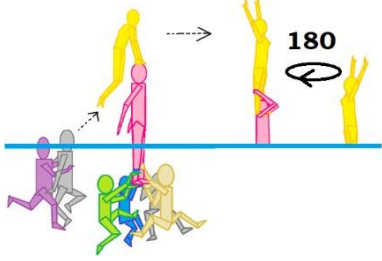
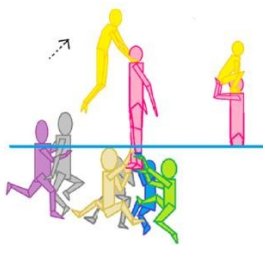
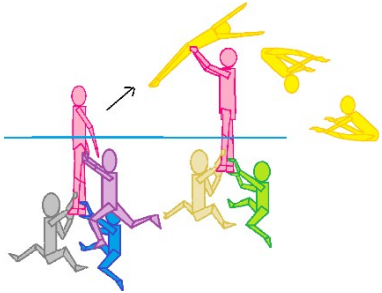
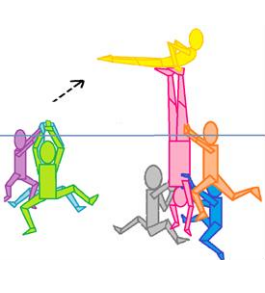
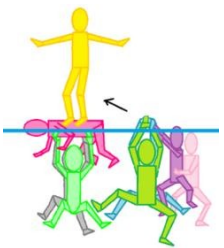
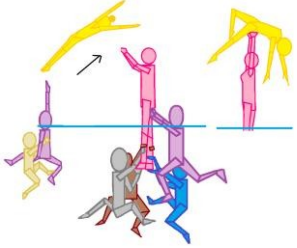
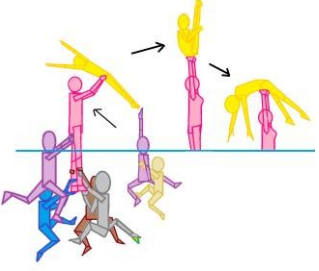
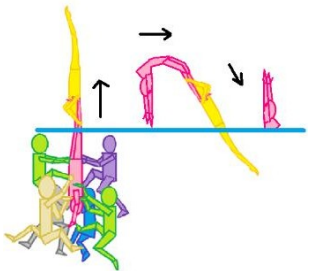
GROUP C		
No.		
	1	2
Code	CT-'>P>-Forw-mn/2In-h	CT-'>P>-Side-mn/2In-c
Value	1,55	1,7
No.		
	3	4
Code	CT-'>StH>-Forw-psl-h	CT-Thr>PP>-Forw-ps/In-d-y3
Value	2	1,775
No.		
	5	7
Code	CT-Thr>Pb <sub>3</sub> >-Forw-mn/2In-d-y2	CT-'>P>-Forw-sp/2ar-h
Value	2,125	1,8

No.	8	9
Code	CT-Thr>hand>-Forw-ps/2ar-h	CT-'>'H>-Side-mn/2ln-c-y7
Value	1	2,05
No.	10	6
Code	CT-'>StSt>-Forw-ps/2ar-h	CT-Roll>P>-Back-co/2ln-s1-y8/y12
Value	2,1	1,55
No.	12	13
Code	CT-'~St>-FORW-ln-T2	CT-'>StSh>-Forw-ps/2ja-T0,5-y16
Value	2,15	1,9
No.	14	15
Code	CT-'~St>-Forw-pk/2kt	CT-'~St>-Rev-ps/2ln-s0,5-y11
Value	2	2,15

No.		
	16	17
Code	CT-'~St>-Forw-ps/2ar-h	CT-'~St>-FORW-lN/2tk-s1
Value	1,95	2,3
No.		
	18	19
Code	CT-'~St>-Forw-lN-y11	CT-'~St>-Forw-pk/2pa
Value	1,9	2,05
No.		
	20	21
Code	CT-'~St>-Forw-bb-r0,5	CT-'~St>-FORW-bb-r0,5+t1,5
Value	2,2	2,6
No.		
	22	23
Code	CT-'~St>-Back-ja-s1-y12	CT-'>StH>-Forw-pk/2kt
Value	2,3	2,1

No.	48	34
Code	CT-St>St>-Back-ja-s1-y12	CT->HandSurf>-Forw-sp-h
Value	2,25	0,95
No.	24	25
Code	CT-'>StH>-Forw-psl-h	CT-St>'H>-Side-mn/2In-c
Value	2	2,2
No.	27	28
Code	CT-Thr~L-Forw-tu+In-d-y5	CT-'~L-Forw-br+In-d-y5
Value	2,075	2,375
No.	26	29
Code	CT-L'-Forw-In-d	CC-L'-Forw-In
Value	1,325	1,3

No.	<p style="text-align: center;">30</p>	<p style="text-align: center;">31</p>
Code	CC-St>Stp-Forw-co-y1	CC-'~St-Forw-so-r1
Value	2,4	2,4
No.	<p style="text-align: center;">32</p>	<p style="text-align: center;">11</p>
Code	CC-'~St*-Forw-bi-r1	CC-'~St*-Forw-co-r1
Value	2,15	2,1
No.	<p style="text-align: center;">50</p>	<p style="text-align: center;">49</p>
Code	CC-'~St*-Forw-bi-r0,5	CT-'~St>-Back-ar-h-y12
Value	2,05	2
No.	<p style="text-align: center;">33</p>	<p style="text-align: center;">35</p> <p style="text-align: center;">no bonus because in the beginning f-swimmer support on a head of sup-swimmer!</p>
Code	CC-Thr~St-Forw-bb	CC-'>Stsh-Forw-In
Value	2,05	1,8

<p>No.</p>	 <p>36 no bonus because in the beginning f-swimmer support on a head of sup-swimmer!</p>	 <p>37 no bonus because in the beginning f-swimmer support on a shoulders of sup-swimmer!</p>
<p>Code</p>	<p>CC-'&gt;Stsh-Forw-ln-r0,5</p>	<p>CC-'&gt;-Stsh-Forw-mo</p>
<p>Value</p>	<p>2</p>	<p>1,8</p>
<p>No.</p>	 <p>47</p>	 <p>39</p>
<p>Code</p>	<p>CC-St&gt;St&gt;-Back-ln/2pk-s1-y12</p>	<p>CC-Thr&gt;StH-Forw-co-y1</p>
<p>Value</p>	<p>2,35</p>	<p>2,55</p>
<p>No.</p>	 <p>40</p>	 <p>41</p>
<p>Code</p>	<p>CC-Thr&gt;P-Forw-ln-y1</p>	<p>CC-'&gt;Stp-Back-ln/2fl-t0,5-y1</p>
<p>Value</p>	<p>1,9</p>	<p>2,35</p>
<p>No.</p>	 <p>42</p>	 <p>43</p>
<p>Code</p>	<p>CC-'~St-Back-pk/2co</p>	<p>CO-SnH-Back-bb/2ar-d</p>
<p>Value</p>	<p>2,1</p>	<p>1,875</p>

No.	44	45
Code	CO-Sn-Forw-bb/2In-d-y6	CO-St+Thr(2)-Back-ar+ar-s1-y9
Value	1,625	2,55
No.	46	52
Code	CT-Thr>base>-Back-psl/2tk-s1-y12	CT-Thr~St>-Forw-psl-h
Value	1,7	1,75
No.	51	53
Code	CC-'>Stm-Forw-mo-y1	CO-St'-Up-tu-y13
Value	2	2,1
No.	54	55
Code	CT->HandSurf>-Forw-pk-y14	CT-'>L>-Forw-br+ps/2In-h
Value	0,8	2,2



No.	38	56
Code	CT-Thr>Pb²>-Forw-mn-y3	CT-'>StH>-Forw-ps/2pa
Value	1,9	2
No.	57	58
Code	CT-'>StH>-Forw-ps/2ja-T0,5	CT-'>StH>-Forw-ps/2ar
Value	2,1	1,95
No.	59	60
Code	CC-L>hand-Back-In-y15	CT-'>StH>-Forw-ps/2pk
Value	1,3	2,05
No.	61	000
Code	CC-'>Stsh-Forw-bb/2wi-y6	CT-L'-Forw-In/2ja
Value	2,35	1,45

No.		
Code	CT-Toss>hand>-Back-ja-s1	CT-Toss>hand>-Back-ja/2tk-s1
Value	1,1	1,2
No.		
Code	CT-Toss>hand>-Back-ar-s1	CT-'>'>-Side-mn/2ln-c
Value	1	1,55
No.		
Code	CT-Thr>3head>-Side-mn/2ln-c	CT-L'-FORW-ln/2tk-s1
Value	1,65	1,8
No.		
Code	CO-(2)Thr>hand>-Back-pa-s1	
Value	1,35	

## 11. SUMMARY TABLES

GROUP A								
No.	Construction	Direction	Pos	Pos2	Som/tw	Bonus	Bonus 2	Total
1	1,25	0,1	0,1	0	0,3	0	0	1,75
2	1,35	0,1	0,1	0	0	0	0	1,55
3	1,25	0,1	0,1	0	0,5	0	0	1,95
4	1,25	0,1	0,1	0	0,6	0,4	0	2,45
5	1,25	0,1	0,2	0	0,3	0	0	1,85
6	1,35	0,1	0,1	0	0,5	0,1	0	2,15
7	1,35	0,1	0,1	0	0,125	0	0	1,675
8	1,35	0,1	0,1	0	0,175	0	0	1,725
9	1,35	0,1	0,1	0	0,025	0	0	1,575
10	1,35	0,1	0,1	0	0,3	0,2	0	2,05
11	1,35	0,1	0,2	0,1	0,05	0	0	1,8
12	1,35	0,1	0,2	0,1	0,3	0	0	2,05
13	1,35	0,1	0,2	0	0,5	0	0	2,15
14	1,35	0,1	0,1	0,1	0,05	0	0	1,7
15	1,35	0,1	0,1	0	0,3	0	0	1,85
16	1,35	0,1	0,1	0	0,5	0	0	2,05
17	1,35	0,1	0,1	0	0,6	0	0	2,15
18	1,35	0,1	0,1	0	0,8	0	0	2,35
19	1,35	0,1	0,2	0	0,3		0	1,95
20	1,35	0,1	0,1	0,15	0,3	0	0	2
21	1,35	0,1	0,1	0	0,3	0	0	1,85
22	1,35	0,1	0,1	0,1	0,5	0,4	0	2,55
23	1,25	0,1	0,1	0,1	0,3	0	0	1,85
24	1,25	0,1	0,2	0,15	0,3	0	0	2
25	1,35	0,1	0,1	0,1	0,3	0	0	1,95
26	1,3	0,1	0,2	0	0,3	0	0	1,9
27	1,3	0,1	0,2	0,1	0,3	0	0	2



No.	Construction	Direction	Pos	Pos2	Som/tw	Bonus	Bonus 2	Total
28	0,9	0,1	0,1	0	0,3	0	0	1,4
29	0,9	0,1	0,2	0	0,3	0	0	1,5
30	0,9	0,1	0,2	0,1	0,2	0	0	1,5
31	0,9	0,1	0,2	0	0,3	0	0	1,5
32	0,9	0,1	0,1	0,2	0,3	0	0	1,6
33	0,9	0,1	0,2	0,1	0,1	0	0	1,4
34	0,9	0,1	0,3	0	0	0	0	1,3
35	0,9	0,1	0,1	0	0,3	0	0	1,4
36	1,35	0,1	0,1	0	0,6	0,4	0	2,55
37	1,35	0,1	0,1	0	0,7	0,4	0	2,65
38	1,35	0,1	0,1	0	0,8	0,4	0	2,75
39	1,35	0,1	0,1	0,15	0,5	0	0	2,20
40	1,35	0,1	0,1	0	0,6	0	0	2,15
41	1,35	0,1	0,2	0,1	0,4	0	0	2,15
42	1,35	0,1	0,2	0,1	0,5	0	0	2,25
43	1,35	0,1	0,1	0,1	0,6	0,4	0	2,65
44	1,35	0,1	0,1	0	0,9	0	0	2,45
45	1,35	0,1	0,1	0,15	0,5	0,1	0	2,30
46	1,35	0,1	0,1	0,1	0,4	0,1	0	2,15
47	1,35	0,1	0,1	0,15	0,1	0	0	1,80
48	1,25	0,05	0,3	0,1	0	0	0	1,7
49	1,25	0,05	0,25	0,2	0	0	0	1,75
50	1,35	0,2	0,1	0,15	0,3	0,1	0	2,20
51	1,35	0,15	0,1	0	0,2	0	0	1,8
52	1,35	0,15	0,1	0	0,6	0,4	0	2,6
53	1,35	0,05	0,1	0,1	0	0	0	1,6
54	1,35	0,05	0,2	0	0	0	0	1,6
55	1,35	0,05	0,25	0,1	0	0	0	1,75
56	1,35	0,05	0,1	0,1	0	0	0	1,6

No.	Construction	Direction	Pos	Pos2	Som/tw	Bonus	Bonus 2	Total
57	1,35	0,05	0,1	0,1	0,1	0	0	1,7
58	1,35	0,05	0,3	0,1	0	0	0	1,8
59	1,35	0,15	0,3	0,1	0,15	0	0	2,05
60	1,35	0,05	0,05	0	0	0	0	1,45
61	1,35	0,05	0,2	0,2	0	0	0	1,8
62	1,35	0,15	0,2	0,1	0,15	0	0	1,95
63	1,35	0,05	0,1	0,1	0,05	0	0	1,65
64	1,35	0,15	0,1	0	0,3	0	0	1,9
65	1,35	0,15	0,1	0	0,5	0	0	2,1
66	1,35	0,15	0,1	0	0,6	0	0	2,2
67	1,35	0,15	0,1	0	0,3	0,2	0	2,1
68	1,35	0,05	0,2	0,1	0	0	0	1,7
69	1,35	0,05	0,2	0,1	0,05	0	0	1,75
70	1,35	0,15	0,2	0	0,3	0	0	2
71	1,35	0,15	0,2	0	0,5	0	0	2,2
72	1,35	0,05	0,2	0	0	0	0	1,6
73	1,25	0,05	0,2	0,1	0	0	0	1,6
74	1,25	0,05	0,2	0,1	0,1	0	0	1,7
75	1,25	0,05	0,2	0,1	0	0	0	1,6
76	1,25	0,05	0,1	0,2	0	0	0	1,6
77	1,25	0,05	0,2	0,1	0,05	0	0	1,65
78	1,25	0,05	0,1	0,15	0,05	0	0	1,6
79	1,25	0,05	0,2	0,05	0,1	0,025	0	1,675
80	1,3	0,15	0,1	0	0,4	0,025	0	1,975
81	1,35	0,05	0,1	0	0,125	0,1	0	1,725
82	1,35	0,15	0,1	0	0,175	0,1	0	1,875
83	1,35	0,15	0,1	0	0,225	0,1	0	1,925
84	1,35	0,05	0,1	0,2	0	0	0	1,7
85	1,35	0,05	0,1	0,2	0	0,05	0	1,75



No.	Construction	Direction	Pos	Pos2	Som/tw	Bonus	Bonus 2	Total
86	1,35	0,05	0,15	0	0,025	0	0	1,575
87	1,35	0,05	0,1	0,2	0	0,05	0	1,75
88	0,9	0,05	0,2	0	0	0	0	1,15
89	0,9	0,05	0,2	0,1	0	0	0	1,25
90	0,9	0,05	0,2	0	0	0	0	1,15
91	0,9	0,05	0,2	0,1	0,2	0	0	1,45
92	0,9	0,05	0,1	0,15	0,1	0	0	1,3
93	0,9	0,15	0,1	0	0,3	0	0	1,45
94	1,35	0,2	0,1	0	0,05	0	0	1,7
95	1,35	0,2	0,1	0	0,3	0,2	0	2,15
96	1,35	0,2	0,2	0,1	0,05	0	0	1,9
97	1,35	0,2	0,2	0,1	0,3	0	0	2,15
98	1,35	0,2	0,1	0,1	0,05	0	0	1,8
99	1,35	0,2	0,1	0,1	0,3	0	0	2,05
100	1,35	0,2	0,1	0,15	0,3	0	0	2,1
101	1,35	0,2	0,1	0,15	0,3	0	0	2,1
102	1,35	0,2	0,1	0,1	0,3	0	0	2,05
103	1,35	0,05	0,1	0,2	0	0	0	1,7
104	1,35	0,15	0,1	0,1	0,5	0	0	2,2
105	1,25	0,15	0,1	0	0,4	0	0	1,9
106	1	0,05	0,1	0,1	0,1	0,15	0	1,5
107	1,35	0,1	0,1	0	0,025	0,1	0	1,675
108	1,35	0,1	0,1	0,1	0,5	0,05	0	2,2
109	1,35	0,05	0,1	0,1	0	0	0	1,6
110	1,35	0,05	0,1	0	0,025	0	0	1,525
111	0,9	0,1	0,2	0,15	0	0	0	1,35
112	1,25	0,2	0,05	0,2	0,1	0,05	0	1,85
113	0,9	0,2	0,05	0,1	0	0	0	1,25
114	1,35	0,1	0,1	0	0,4	0	0	1,95



No.	Construction	Direction	Pos	Pos2	Som/tw	Bonus	Bonus 2	Total
115	1,35	0,1	0,1	0	0,6	0	0	2,15
116	1,35	0,1	0,1	0	0,7	0	0	2,25
117	1,25	0,1	0,1	0	0,6	0	0	2,05
118	0,5	0,05	0,05	0	0	0	0	0,6
119	0,5	0,05	0,1	0	0,15	0	0	0,8
120	1,35	0,05	0,1	0	0	0,3	0	1,8
121	1,25	0,05	0,2	0,1	0	0,3	0,1	2
122	1	0,05	0,1	0	0,25	0	0	1,4
123	1,35	0,05	0,1	0	0,2	0,2	0	1,9
124	1,35	0,05	0,1	0	0,3	0	0	1,8
125	1,35	0,05	0,1	0	0,2	0,2	0	1,9
126	1,35	0,05	0,1	0	0,15	0,2	0	1,85
127	1,35	0,05	0,15	0	0,1	0	0	1,65
128	1,25	0,15	0,1	0,15	0,25	0	0	1,9
129	1,35	0,1	0,2	0,2	0,3	0,1	0	2,25
130	1,35	0,15	0,1	0	0,4	0	0	2
131	0,5	0,05	0,2	0,1	0	0	0	0,85
132	1,35	0,1	0,1	0	1,4	0	0	2,95
133	1,35	0,1	0,2	0,2	0,3	0	0	2,15
134	1,35	0,05	0,3	0,1	0	0,3	0	2,1
135	1,35	0,1	0,25	0,15	0,6	0	0	2,4
136	1,35	0,2	0,2	0,15	0,05	0	0	1,95
137	1,25	0,05	0,15	0	0	0	0	1,45
138	1,35	0,05	0,1	0	0	0	0	1,5
139	0,9	0,05	0,1	0	0,15	0	0	1,2
140	1,35	0,1	0,2	0,1	0,3	0	0	2,05
141	1,25	0,05	0,2	0,1	0	0	0	1,6
142	1,35	0,05	0,25	0,15	0	0	0	1,8
143	1,25	0,15	0,1	0	0,25	0	0	1,75



No.	Construction	Direction	Pos	Pos2	Som/tw	Bonus	Bonus 2	Total
144	1,35	0,1	0,1	0	0,3	0,1	0,2	2,15
145	0,5	0,05	0,1	0	0	0	0	0,65
146	0,9	0,05	0,2	0,15	0,2	0	0	1,5
147	0,9	0,05	0,2	0	0	0	0	1,15
148	0,9	0,05	0,1	0,1	0	0	0	1,15
149	0,9	0,15	0,2	0	0,15	0	0	1,4
150	1,35	0,1	0,1	0,1	0,6	0,5	0	2,75
151	1,35	0,05	0,3	0,15	0,1	0	0	1,95
152	1,35	0,1	0,1	0,15	0,3	0	0	2
153	1,35	0,1	0,2	0	0,6	0	0	2,25
154	1,35	0,05	0,3	0,15	0	0	0	1,85
155	1,35	0,1	0,2	0,15	0,3	0	0	2,1
156	1	0,1	0,1	0	0,025	0	0	1,225
157	1,25	0,1	0,2	0	0,4	0	0	1,95
158	1,25	0,1	0,2	0,1	0,3	0,1	0	2,05
159	1,25	0,05	0,1	0,1	0	0,1	0	1,6
160	1,25	0,05	0,1	0,15	0	0,1	0	1,65
161	1,25	0,05	0,1	0	0	0,1	0	1,5
162	1,35	0,1	0,1	0,1	0,5	0,1	0	2,25
163	1,35	0,1	0,1	0	0,5	0	0	2,05
164	1,35	0,05	0,25	0,1	0	0	0	1,75
165	1,25	0,15	0,1	0,15	0,15	0	0	1,8
166	1,3	0,1	0,2	0,1	0,3	0	0	2
167	1,35	0,2	0,1	0,1	0,4	0	0	2,15
168	1,35	0,2	0,2	0,1	0,3	0	0	2,15
169	1,35	0,05	0,1	0	0,15	0,2	0	1,85
170	1,35	0,1	0,1	0,15	0,3	0	0	2
171	1,35	0,05	0,3	0,15	0,1	0	0	1,95
172	1,25	0,05	0,2	0,1	0,1	0,05	0,1	1,85





No.	Construction	Direction	Pos	Pos2	Som/tw	Bonus	Bonus 2	Total
173	0,9	0,05	0,1	0,1	0,025	0	0	1,175
174	0,5	0,05	0,25	0	0	0	0	0,8
175	0,9	0,05	0,2	0,15	0,3	0	0	1,6
176	1,1	0,05	0,2	0	0,05	0	0	1,4
177	1,1	0,2	0,05	0,1	0,3	0	0	1,75
178	1	0,1	0,1	0,1	0,025	0	0	1,325
179	0,5	0,05	0,1	0,15	0,1	0	0	0,9
180	1,1	0,05	0,1	0	0,2	0	0	1,45



GROUP B								
No.	Construction	Area of Support	Pos	Pos2	Rotation of Const.	Bonus	Bonus 2	Total
1	1,05	0,05	0,1	0	0	0	0	1,2
2	1,05	0,05	0,1	0	0,05	0	0	1,25
3	1,05	0,05	0,1	0	0,1	0	0	1,3
4	1,05	0,05	0,1	0	0,15	0	0	1,35
5	1,05	0,1	0,15	0	0	0	0	1,3
6	1,05	0,1	0,15	0	0,2	0	0	1,5
7	1,05	0,1	0,15	0	0,3	0	0	1,6
8	1,05	0,1	0,15	0	0,4	0	0	1,7
9	1,05	0,1	0,25	0	0	0	0	1,4
10	1,05	0,2	0,25	0	0	0	0	1,5
11	1,05	0,2	0,25	0,3	0	0	0	1,8
12	1,05	0,2	0,25	0,3	0,2	0	0	2
13	1,05	0,1	0,25	0	0	0	0	1,4
14	1,05	0,1	0,25	0	0,2	0	0	1,6
15	1,05	0,1	0,25	0	0,3	0	0	1,7
16	1,05	0,1	0,65	0	0	0	0	1,8
17	1,05	0,1	0,65	0	0,25	0	0	2,05
18	1,05	0,1	0,65	0	0,35	0	0	2,15
19	1,05	0,2	0,55	0	0	0	0	1,8
20	1,05	0,1	0,1	0,45	0	0	0	1,7
21	1,05	0,2	0,45	0	0	0	0	1,7
22	1,05	0,2	0,45	0	0,25	0	0	1,95
23	1,05	0,2	0,45	0	0,35	0	0	2,05
24	1,05	0,1	0,45	0	0	0	0	1,6
25	1,05	0,1	0,45	0	0,25	0	0	1,85
26	1,05	0,1	0,45	0	0,35	0	0	1,95
27	1,05	0,1	0,5	0	0	0	0	1,65
28	1,05	0,1	0,5	0	0,25	0	0	1,9



No.	Construction	Area of Support	Pos	Pos2	Rotation of Const.	Bonus	Bonus 2	Total
29	1,05	0,1	0,5	0	0,35	0	0	2
30	1,05	0,1	0,5	0	0,45	0	0	2,1
31	1,05	0,1	0,2	0,2	0	0	0	1,55
32	1,05	0,1	0,2	0,1	0	0	0	1,45
33	1,05	0,1	0,2	0,1	0,2	0	0	1,65
34	1,05	0,95	0,1	0	0	0	0	2,1
35	1,05	0,95	0,1	0	0,2	0	0	2,3
36	1,05	0,95	0,1	0	0,3	0	0	2,4
37	0,6	0,1	0,2	0	0	0	0	0,9
38	1,05	1,05	0,1	0,3	0		0	2,5
39	1,05	0,1	0,05	0	0	0	0	1,2
40	1,05	0,45	0,3	0	0,3	0	0	2,1
41	1,05	0,45	0,2	0	0	0	0	1,7
42	1,05	0,4	0,35	0	0	0	0	1,8
43	1,05	0,1	0,15	0	0,2	0	0	1,5
44	1,05	0,1	0,3	0	0,2	0	0	1,65
45	1,05	0,5	0,2	0	0	0	0	1,75
46	1,05	0,1	0,45	0	0	0	0	1,6
47	1,05	0,1	0,45	0,05	0,3	0	0	1,95
48	1,35	0,1	0,25	0	0	0	0	1,7
49	1,35	0,1	0,25	0	0,3	0	0	2
50	1,35	0,2	0,1	0	0	0	0	1,65
51	1,35	0,2	0,2	0	0	0	0	1,75
52	1,35	0,2	0,2	0,1	0	0	0	1,85
53	1,15	0,5	0,1	0	0	0	0	1,75
54	1,05	0,5	0,1	0	0	0	0	1,65
55	1,35	0,7	0,1	0	0	0	0	2,15
56	1,35	0,7	0,1	0	0,3	0	0	2,45
57	1,35	0,15	0,3	0	0	0	0	1,8



No.	Construction	Area of Support	Pos	Pos2	Rotation of Const.	Bonus	Bonus 2	Total
58	1,05	0,45	0,3	0	0	0	0	1,8
59	1,05	0,45	0,3	0	0,3	0	0	2,1
60	1,05	0,45	0,3	0	0,5	0	0	2,3
61	1,05	0,45	0,3	0,2	0	0	0	2
62	1,05	0,45	0,3	0,2	0,3	0	0	2,3
63	1,05	0,45	0,3	0,2	0,5	0	0	2,5
64	1,05	1	0,3	0	0	0	0	2,35
65	1,05	1	0,3	0	0,3	0	0	2,65
66	1,05	1	0,3	0	0,5	0	0	2,85
67	1,05	1	0,25	0,15	0	0	0	2,45
68	1,05	1	0,3	0,2	0	0	0	2,55
69	1,05	1	0,3	0,2	0,3	0	0	2,85
70	1,05	1	0,3	0,2	0	0,05	0	2,6
71	1,05	1	0,3	0,2	0,5	0,05	0	3,1
72	1,05	1	0,4	0	0	0	0	2,45
73	1,05	1	0,4	0	0,5	0	0	2,95
74	1,05	1	0,3	0,2	0	0,05	0	2,6
75	0,6	0,1	0,6	0	0	0	0	1,3
76	1,05	0,4	0,4	0	0,5	0	0	2,35
77	1,05	0,8	0,3	0	0	0	0	2,15
78	1,35	0,3	0,3	0	0	0	0	1,95
79	1,35	0,3	0,3	0,2	0	0,05	0	2,2
80	1,15	0,1	0,45	0	0	0	0	1,7
81	1,05	0,1	0,3	0	0	0	0	1,45
82	1,05	0,45	0,4	0	0	0	0	1,9
83	1,05	0,3	0,3	0	0	0	0	1,65
84	1,05	0,3	0,3	0	0,2	0	0	1,85
85	1,05	0,3	0,3	0	0,3	0	0	1,95
86	1,05	0,3	0,3	0,2	0	0	0	1,85



No.	Construction	Area of Support	Pos	Pos2	Rotation of Const.	Bonus	Bonus 2	Total
87	1,05	0,3	0,3	0,2	0,2	0	0	2,05
88	1,05	0,1	0,3	0	0	0	0	1,45
89	1,05	0,1	0,3	0,2	0	0	0	1,65
90	1,05	0,1	0,3	0	0	0	0	1,45
91	1,05	0,1	0,3	0,2	0,2	0	0	1,85
92	1,05	0,1	0,3	0	0,3	0	0	1,75
93	1,05	0,1	0,3	0	0	0	0	1,45
94	1,35	0,1	0,4	0	0	0	0	1,85
95	1,35	0,1	0,4	0	0,5	0	0	2,35
96	1,35	0,15	0,2	0	0	0	0	1,7
97	1,35	0,15	0,2	0	0	0	0	1,7
98	1,15	0,1	0,3	0	0	0	0	1,55
99	1,35	0,15	0,3	0	0	0	0	1,8
100	1,35	0,15	0,35	0	0	0	0	1,85
101	1,15	0,1	0,1	0	0	0	0	1,35
102	1,15	0,1	0,2	0	0	0	0	1,45
103	1,05	0,1	0,35	0	0	0	0	1,5
104	1,2	0,1	0,4	0	0	0	0	1,7
105	1,2	0,1	0,3	0	0	0	0	1,6
106	1,2	0,1	0,35	0	0	0	0	1,65
107	1,7	0,15	0,2	0	0	0,1	0	2,15
108	1,6	0,15	0,3	0	0	0	0	2,05
109	1,6	0,15	0,2	0	0	0	0	1,95
110	1,6	0,15	0,15	0	0	0	0	1,9
111	0,7	0,1	0,1	0	0	0	0	0,9
112	0,7	0,1	0,3	0	0	0	0	1,1
113	0,7	0,1	0,15	0	0	0,1	0	1,05
114	0,6	0,1	0,4	0	0	0	0	1,1
115	0,6	0,1	0,25	0	0	0	0	0,95



No.	Construction	Area of Support	Pos	Pos2	Rotation of Const.	Bonus	Bonus 2	Total
116	0,6	0,1	0,2	0	0	0	0	0,9
117	0,7	0,1	0,25	0,05	0	0	0	1,1
118	0,6	0,1	0,35	0	0,4	0	0	1,45
119	0,7	0,3	0,1	0	0	0	0	1,1
120	0,7	0,3	0,45	0	0	0	0	1,45
121	1,4	0,3	0,1	0,2	0	0	0	2
122	1,1	0,3	0,1	0,2	0	0,05	0	1,75
123	0,8	0,1	0,1	0,2	0	0,05	0,2	1,45
124	1,05	0,1	0,4	0	0,3	0	0	1,85
125	1,35	0,15	0,3	0	0	0	0	1,8
126	1,2	0,3	0,4	0	0	0	0	1,9
127	1,2	0,1	0,1	0	0	0	0	1,4
128	1,2	0,45	0,3	0,1	0,5	0	0	2,55
129	0,95	0,4	0,55	0,05	0	0,2	0,1	2,25
130	0,9	0,3	0,45+0,4	0	0	0,1	0	2,15
131	0,7	0,1	0,4	0	0	0,1	0	1,3
132	1,2	0,1	0,2	0	0	0	0	1,5
133	1,2	0,1	0,55	0	0	0	0	1,85
134	1,2	0,1	0,2	0	0	0	0	1,5
135	1,4	0,1	0,2	0	0	0	0	1,7
136	1,05	0,1	0,35	0	0	0	0	1,5
137	1,05	0,1	0,4	0	0	0	0	1,55
138	1,05	0,1	0,4	0	0,35	0	0	1,9
139	1,35	0,15	0,2	0	0,3	0	0	2
140	1,35	0,15	0,2	0,05	0	0	0	1,75
141	1,35	0,15	0,2	0,1	0	0	0	1,8
142	1,35	0,3	0,2	0,15	0,3	0	0	2,3
143	0,95	1,05	0,15	0	0	0	0	2,15
144	1,05	1,05	0,15	0	0	0	0	2,25



No.	Construction	Area of Support	Pos	Pos2	Rotation of Const.	Bonus	Bonus 2	Total
145	0,9	0,3	0,2	0	0	0,05	0	1,45
146	1,05	0,95	0,1	0,05	0	0,05	0	2,2
147	1,05	0,2	0,55	0,2	0	0,2	0	2,2
148	1,35	0,7	0,1	0	0,5	0	0	2,65
149	1,35	0,15	0,05	0	0,3	0	0	1,85
150	1,35	0,15	0,05	0	0,5	0	0	2,05
151	0,6	0,1	0,05	0	0	0	0	0,75
152	0,7	0,1	0,1	0,1	0	0	0	1
153	0,7	0,1	0,3	0	0	0	0	1,1
154	1,05	1,05	0,25	0	0	0	0	2,35
155	1,05	0,2	0,4	0,05	0,2	0	0	1,9
156	1,05	0,2	0,1	0,05	0,3	0	0	1,7
157	1,4	0,2	0,45	0	0	0	0	2,05
158	0,85	0,25	0,3	0	0	0	0	1,4
159	0,7	0,1	0,2	0,05	0	0,1	0	1,15
160	0,8	0,1	0,3	0,2	0	0,05	0	1,45
161	1,05	0,1	0,5	0,1	0,2	0	0	1,95
162	0,7	0,1	0,1	0	0	0,05	0	0,95
163	1,35	0,7	0,1	0,1	0	0	0	2,25
164	0,6	0,1	0,3	0	0	0	0	1
165	0,95	0,1	0,3	0	0	0	0	1,35
166	1,05	0,1	0,2	0	0	0	0	1,35
167	1,05	0,35	0,2	0	0	0	0	1,6
168	1,35	0,3	0,45	0,1	0	0,05	0	2,25
169	1,05	0,3	0,3	0,2	0	0,05	0	1,9
170	1,05	0,1	0,25	0,05	0	0	0	1,45
171	1,35	0,2	0,2	0	0,5	0	0	2,25
172	1,05	0,1	0,25	0	0,3	0	0	1,7
173	0,4	0,1	0,25	0,05	0	0,05	0	0,85



No.	Construction	Area of Support	Pos	Pos2	Rotation of Const.	Bonus	Bonus 2	Total
174	1,2	0,1	0,45	0,05	0	0,05	0	1,85
175	1,35	0,3	0,4	0,1	0,3	0,05	0	2,5
176	0,6	0,1	0,3	0	0	0	0	1
177	1,35	0,15	0,05	0	0	0	0	1,55
178	0,7	0,1	0,2	0	0	0,1	0	1,1
179	0,4	0,1	0,45	0	0	0	0	0,95
180	0,3	0,1	0,2	0,1	0	0	0	0,7
181	1,1	0,1	0,3	0,1	0	0	0	1,6
182	1,05	0,15	0,15	0,1	0	0,3	0	1,75
183	1,2	0,55	0,1	0	0	0	0	1,85
184	0,7	0,3	0,3	0	0	0	0	1,3
185	1,25	0,1	0,25	0,05	0	0	0	1,65
186	1,25	0,1	0,2	0	0	0	0	1,55
187	1,35	0,45	0,45	0	0	0	0	2,25





GROUP P								
No.	Construction	Area of Support	Pos	Pos2	Rotation of Const.	Bonus	Bonus 2	Total
1	1,1	0,05	0,05	0	0	0	0	1,2
2	1,1	0,05	0,05	0	0,1	0	0	1,3
3	1,1	0,1	0,1	0	0	0	0	1,3
4	1,1	0,1	0,1	0	0,4	0	0	1,7
5	1,1	0,1	0,55	0	0	0	0	1,75
6	1,15	0,2	0,1	0	0	0	0	1,45
7	1,15	0,2	0,3	0	0	0	0	1,65
8	1,1	0,1	0,3	0,2	0	0	0	1,7
9	1,1	0,1	0,3	0,2	0,1	0,05	0	1,85
10	1,1	0,2	0,4	0,2	0	0,05	0,05	2
11	1,15	0,1	0,1	0	0	0	0	1,35
12	1,15	0,2	0,15	0	0	0	0	1,5
13	1,15	0,1	0,1	0	0	0	0	1,35
14	1,3	0,3	0,55	0	0	0	0	2,15
15	1,3	0,2	0,1	0	0	0	0	1,6
16	1,3	0,3	0,1	0	0	0	0	1,7
17	1,3	0,3	0,25	0,1	0	0,3	0	2,25
18	1,3	0,2	0,3	0	0	0	0	1,8
19	1,3	0,4	0,3	0	0	0	0	2
20	1,4	0,4	0,2	0	0	0	0	2
21	1,4	0,3	0,3	0	0	0	0	2
22	1,4	0,3	0,3	0,2	0,3	0	0	2,5
23	1,2	0,2	0,3	0,2	0	0	0	1,9
24	1,2	0,2	0,3	0,1	0	0,2	0	2
25	1,1	0,1	0,35	0	0	0	0	1,55
26	1,2	0,2	0,45+0,4	0	0	0,1	0	2,35
27	0,6	0,1	0,55	0	0	0,2	0,05	1,5
28	0,6	0,1	0,45	0	0	0,2	0	1,35



No.	Construction	Area of Support	Pos	Pos2	Rotation of Const.	Bonus	Bonus 2	Total
29	1	0,05	0,1	0	0	0,2	0,05	1,4
30	0,9	0,1	0,45	0	0	0,2	0	1,65
31	1,1	0,2	0,3	0	0	0	0	1,6
32	1,45	0,3	0,55	0	0	0	0	2,3
33	1,7	0,1	0,25	0	0	0	0	2,05
34	1	0,2	0,1	0	0	0,05	0	1,35
35	1,3	0,3	0,45	0	0		0	2,05
36	1,1	0,3	0,65	0	0	0	0	2,05
37	1,1	0,1	0,55	0	0	0	0	1,75
38	1,15	0,1	0,15	0	0	0	0	1,4
39	1,2	0,2	0,3	0	0	0	0	1,7
40	1,15	0,2	0,15	0	0	0	0	1,5
41	1,1	0,1	0,3	0,2	0	0,05	0	1,75
42	0,8	0,05	0,1	0	0	0,05	0	1
43	1,1	0,1	0,1	0,05	0	0,2	0	1,55
44	1,15	0,2	0,45	0,2	0	0,05	0,05	2,1
45	1,15	0,2	0,3	0,1	0	0,3	0,2	2,25
46	1,4	0,4	0,45	0	0	0	0	2,25
47	1,15	0,3	0,35	0	0	0	0	1,8
48	0,85	0,1	0,55	0	0	0	0	1,5
49	0,85	0,05	0,05	0	0	0	0	0,95
50	1,3	0,4	0,3	0,15	0,3	0	0	2,45
51	1,1	0,1	0,55	0,1	0	0,05	0	1,9
52	1,1	0,1	0,1	0,1	0	0,05	0	1,45
53	1,4	0,4	0,3	0,1	0	0,05	0	2,25
54	1,3	0,4	0,3	0,2	0	0,05	0,05	2,3
55	1,4	0,3	0,1	0,1	0	0,05	0	1,95
56	0,5	0,1	0,3	0	0	0	0	0,9
57	1,1	0,1	0,4	0,15	0	0	0	1,75



No.	Construction	Area of Support	Pos	Pos2	Rotation of Const.	Bonus	Bonus 2	Total
58	1	0,2	0,1	0	0	0,05	0,05	1,4
59	0,6	0,1	0,3	0,2	0	0,05	0	1,25
60	0,6	0,1	0,3	0,2	0,15	0,05	0	1,4
61	1,15	0,3	0,45	0	0	0	0	1,9
62	1,2	0,25	0,25	0	0	0	0	1,7
63	1	0,05	0,1	0	0	0,2	0	1,35
64	0,3	0,2	0,45	0	0	0,05	0	1
65	0,6	0,1	0,3	0	0	0	0	1
66	0,5	0,1	0,45	0	0	0,05	0	1,1
67	0,9	0,1	0,55	0	0	0,05	0,05	1,65
68	1,15	0,2	0,55	0	0	0	0	1,9
69	1,4	0,3	0,25	0	0	0	0	1,95
70	1,2	0,15	0,1	0	0	0	0	1,45
71	1,2	0,05	0,05	0	0	0	0	1,3
72	0,6	0,3	0,1	0	0	0	0	1
73	1	0,1	0,45	0	0	0	0	1,55
74	1	0,1	0,55	0	0	0	0	1,65
75	1,3	0,1	0,1	0	0	0	0	1,5
76	0,6	0,05	0,05	0	0	0	0	0,7
77	1,3	0,3	0,45	0	0	0	0	2,05
78	1,1	0,1	0,45	0	0	0	0	1,65
79	1,1	0,05	0,1	0	0	0	0	1,25
80	1,7	0,1	0,1	0	0	0	0	1,9
81	1,45	0,1	0,1	0	0	0	0	1,65
82	1,3	0,1	0,1	0	0	0,2	0	1,7



GROUP C									
No.	Construction	Direction	Pos	Pos2	Rot of Const.	Som/tw	Bonus	Bonus 2	Total
1	1,25	0,05	0,05	0,1	0	0,1	0	0	1,55
2	1,25	0,2	0,05	0,1	0	0,1	0	0	1,7
3	1,75	0,05	0,1	0	0	0,1		0	2
4	1,35	0,05	0,05	0,1	0	0,025	0,2	0	1,775
5	1,6	0,05	0,05	0,1	0	0,025	0,3	0	2,125
6	0,7	0,1	0,2	0,1	0	0,3	0,1	0,05	1,55
7	1,25	0,05	0,3	0,1	0	0,1	0	0	1,8
8	0,7	0,05	0,05	0,1	0	0,1	0	0	1
9	1,4	0,2	0,05	0,1	0	0,1	0,2	0	2,05
10	1,8	0,05	0,05	0,1	0	0,1	0	0	2,1
11	1,55	0,05	0,2	0	0,3	0	0	0	2,1
12	1,65	0,15	0,1	0	0	0,25	0	0	2,15
13	1,55	0,05	0,05	0,15	0	0,1	0	0	1,9
14	1,65	0,05	0,2	0,1	0	0	0	0	2
15	1,65	0,2	0,05	0,1	0	0,05	0	0,1	2,15
16	1,65	0,05	0,05	0,1	0	0,1	0	0	1,95
17	1,65	0,15	0,1	0,1	0	0,3	0	0	2,3
18	1,65	0,05	0,1	0	0	0	0,1	0	1,9
19	1,65	0,05	0,2	0,15	0	0	0	0	2,05
20	1,65	0,05	0,3	0	0,2	0	0	0	2,2
21	1,65	0,15	0,3	0	0,2	0,3	0	0	2,6
22	1,65	0,1	0,2	0	0	0,3	0,05	0	2,3



No.	Construction	Direction	Pos	Pos2	Rot of Const.	Som/tw	Bonus	Bonus 2	Total
23	1,75	0,05	0,2	0,1	0	0	0	0	2,1
24	1,75	0,05	0,1	0	0	0,1	0	0	2
25	1,75	0,2	0,05	0,1	0	0,1	0	0	2,2
26	1,15	0,05	0,1	0	0	0,025	0	0	1,325
27	1,3	0,05	0,3	0,1	0	0,025	0,3	0	2,075
28	1,45	0,05	0,45	0,1	0	0,025	0,3	0	2,375
29	1,15	0,05	0,1	0	0	0	0	0	1,3
30	1,85	0,05	0,2	0	0	0	0,3	0	2,4
31	1,75	0,05	0,3	0	0,3	0	0	0	2,4
32	1,55	0,05	0,25	0	0,3	0	0	0	2,15
33	1,7	0,05	0,3	0	0	0	0	0	2,05
34	0,5	0,05	0,3	0	0	0,1	0	0	0,95
35	1,65	0,05	0,1	0	0	0	0	0	1,8
36	1,65	0,05	0,1	0	0,2	0	0	0	2
37	1,65	0,05	0,1	0	0	0	0	0	1,8
38	1,6	0,05	0,05	0	0	0	0,2	0	1,9
39	2	0,05	0,2	0	0	0	0,3	0	2,55
40	1,45	0,05	0,1	0	0	0	0,3	0	1,9
41	1,75	0,1	0,1	0,1	0	0	0,3	0	2,35
42	1,75	0,1	0,2	0,05	0	0	0	0	2,1
43	1,35	0,1	0,3	0,1	0	0,025	0	0	1,875
44	0,95	0,05	0,3	0,1	0	0,025	0,2	0	1,625
45	1,85	0,1	0,1	0,1	0	0,3	0,1	0	2,55



No.	Construction	Direction	Pos	Pos2	Rot of Const.	Som/tw	Bonus	Bonus 2	Total
46	1,05	0,1	0,1	0,1	0	0,3	0,05	0	1,7
47	1,6	0,1	0,1	0,2	0	0,3	0,05	0	2,35
48	1,6	0,1	0,2	0	0	0,3	0,05	0	2,25
49	1,65	0,1	0,1	0	0	0,1	0,05	0	2
50	1,55	0,05	0,25	0	0,2	0	0	0	2,05
51	1,55	0,05	0,1	0	0	0	0,3	0	2
52	1,5	0,05	0,1	0	0	0,1	0	0	1,75
53	1,45	0,05	0,3	0	0	0	0,3	0	2,1
54	0,5	0,05	0,2	0	0	0	0,05	0	0,8
55	1,45	0,05	0,45+0,05	0,1	0	0,1	0	0	2,2
56	1,75	0,05	0,05	0,15	0	0	0	0	2
57	1,75	0,05	0,05	0,15	0	0,1	0	0	2,1
58	1,75	0,05	0,05	0,1	0	0	0	0	1,95
59	1	0,1	0,1	0	0	0	0,1	0	1,3
60	1,75	0,05	0,05	0,2	0	0	0	0	2,05
61	1,65	0,05	0,3	0,15	0	0	0,2	0	2,35
62	1,15	0,05	0,1	0,15	0	0	0	0	1,45
63	0,5	0,1	0,2	0	0	0,3	0	0	1,1
64	0,5	0,1	0,2	0,1	0	0,3	0	0	1,2
65	0,5	0,1	0,1	0	0	0,3	0	0	1
66	1,1	0,2	0,05	0,1	0	0,1	0	0	1,55
67	1,2	0,2	0,05	0,1	0	0,1	0	0	1,65
68	0,8	0,1	0,15	0	0	0,3	0	0	1,35
69	1,15	0,15	0,1	0,1	0	0,3	0	0	1,8

## 12. Кодовая система:

Для обозначения компонентов акробатического элемента используются аббревиатуры и символы. До и после компонента акробатического элемента «код» ставится дефис «-».

### Дополнительные символы:

- /        ставить между позицией 1 и позицией 2
- + -     в группе C между позициями описывает что первый код (например: a1) принадлежит основному спортсмену, далее идет "+", а код (например: f1) относится ко второй позиции основного спортсмена

### СИМВОЛЫ:

- '        «spotter»
- >        Onto - на
- >>     passing through- проходящий через
- (2)     two featured-swimmers – два основных спортсмена
- \*        fly above formation – полет над формой
- H        head-down- голова вниз
- p        after H, means pike position of support-swimmer-  
положение согнувшись спортсмена опоры
- c        after H, means crane position of support-swimmer  
– положение кран спортсмена опоры
- t        after H, means tuck position of support-swimmer-  
положение группировки спортсмена опоры
- h        head- голова
- u        under- под
- Pb<sub>3</sub>    Platform from 3 swimmer's backs- платформа из 3 спин спортсменов

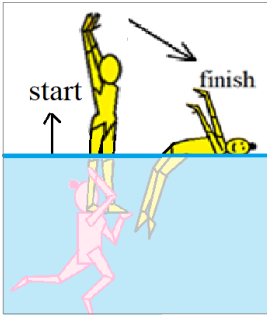
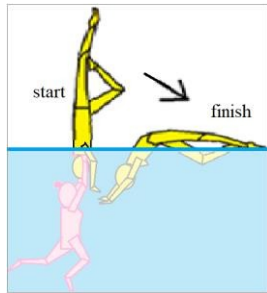
### For Pair Acrobatics: Для парной акробатики

- L        lift
- J        jump
- W        throw
- f        flexibility
- >        travelling
- »        crashing
- !        head-down
- r0,5    rotation 180
- r1        rotation 360
- s0,5    half somersault
- s1        full somersault
- SL      Sustained Lift
- d        dive
- F        Forwards
- B        Backwards
- S        Sideways

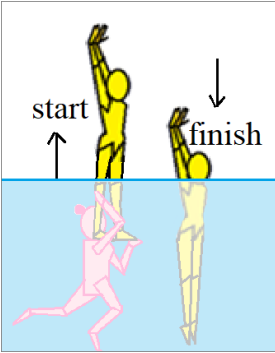
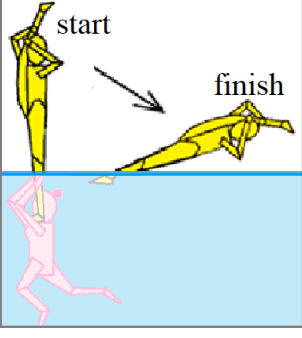
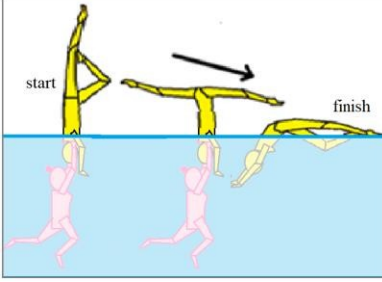
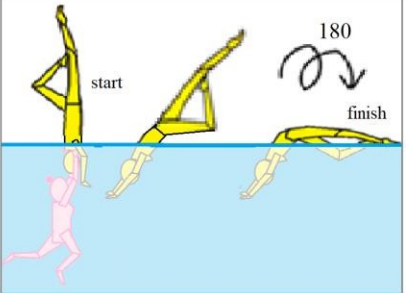
### 13. Парный акробатический элемент (только для Дуэта/Микс дуэта)

#### Общие принципы:


1. Парный акробатический элемент рассматривается как подъем или бросок только в том случае, если «нижний» (базовый) спортсмен находится под водой и поднимает/подбрасывает основного спортсмена вверх в воздух (от поверхности). Базовый спортсмен может поднять / бросить основного спортсмена, удерживая / толкая его ноги или плечи.
2. Вращение вокруг себя (поворот, скручивание) можно выполнять в любом направлении.
3. Способ соединения нижнего и верхнего пловца является необязательным и не оценивается..
4. Значения Pair Acro не следует сравнивать со значениями Team Acro. Их ценность находится в прямой зависимости от дуэтов и микс дуэтов.
5. **Базовая оценка** для всех парных акробатических элементов **0,10**.

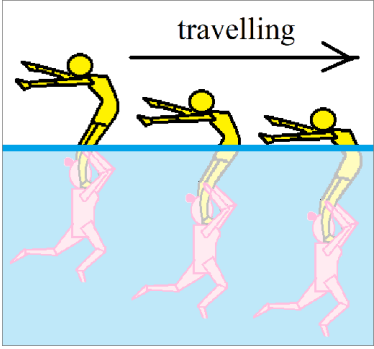
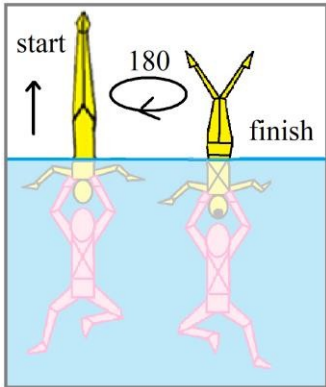
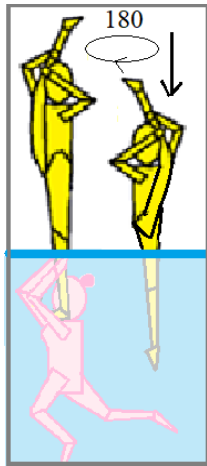
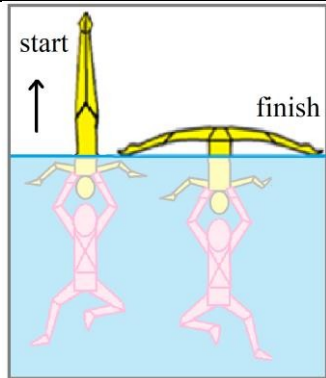
Level	Name	Diagram	Description	Value
Level 1	Лифт головой вверх с падением L»		<p>Один спортсмен остается под водой и поднимает другого пловца, который выполняет действия над водой на максимальной высоте. Когда нижний спортсмен толкает и отпускает опору, верхний пловец (падает) на поверхность.</p> <p>Падение - означает, что после основной фазы подъема верхний (пловец не погружается, а падает на поверхность воды).</p>	0,10
Level 1	Лифт ногами вверх с падением L!»		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца (положение вниз головой), который выполняет действия над водой на максимальной высоте. Когда нижний пловец толкает и отпускает опору, верхний пловец (падает) на поверхность воды.</p>	0,20

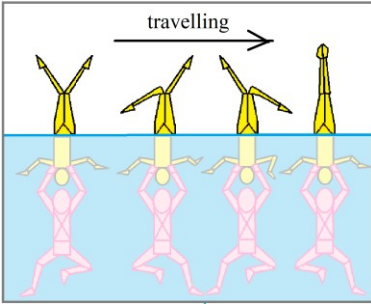
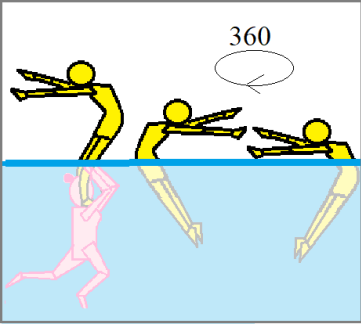
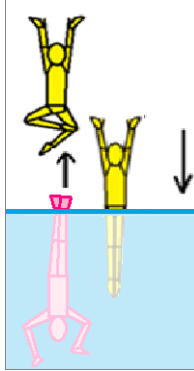
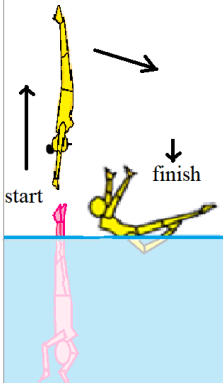


<p><b>Level 2</b></p>	<p>Лифт головой вверх</p> <p><b>L</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца, который выполняет действия над водой на максимальной высоте. Когда нижний пловец отпускает опору, верхний пловец погружается вниз</p>	<p><b>0,40</b></p>
<p><b>Level 2</b></p>	<p>Лифт головой вверх с гибкостью и падением</p> <p><b>Lf»</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает над водой на максимальную высоту другого пловца, который демонстрирует положение(я) гибкости (разновидности шпагата, кольцо и т.д.). Когда нижний пловец отпускает опору, верхний пловец погружается под воду.</p>	<p><b>0,40</b></p>
<p><b>Level 2</b></p>	<p>Лифт ногами вверх с гибкостью и падением</p> <p><b>L!f»</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца (положение вниз головой), который демонстрирует позицию/и гибкости (разновидность вариантов и т.д.) над водой на максимальной высоте. Когда нижний пловец толкает и отпускает опору, верхний пловец (падает) на поверхность воды.</p>	<p><b>0,40</b></p>
<p><b>Level 2</b></p>	<p>Лифт ногами вверх с разворотом на 180 и падением</p> <p><b>L!r0,5»</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца (положение вниз головой) над водой на максимальную высоту. Когда нижний пловец отпускает опору, верхний пловец одновременно «падает» на поверхность воды, вращаясь вокруг себя на 180°.</p> <p>Примечание: вращение может также происходить в фазе «максимальной высоты» или при подъеме.</p>	<p><b>0,60</b></p>

<p><b>Level 2</b></p>	<p>Лифт ногами вверх</p> <p><b>L!</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца (положение вниз головой), который выполняет какие-то действия над водой на максимальной высоте. Когда нижний пловец толкает и отпускает опору, верхний пловец погружается под воду.</p>	<p><b>0,60</b></p>
<p><b>Level 3</b></p>	<p>Лифт ногами вверх с разворотом на 360 и падением</p> <p><b>L!r1»</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца (положение вниз головой) над водой на максимальную высоту. Когда нижний пловец толкает и отпускает опору, верхний пловец одновременно «падает» на поверхность воды, вращаясь вокруг себя на 360°.</p> <p>Примечание: вращение может также происходить в фазе «максимальной высоты» или при подъеме.</p>	<p><b>0,60</b></p>
<p><b>Level 3</b></p>	<p>Лифт ногами в верх с гибкостью и разворотом на 180</p> <p><b>L!fr0,5»</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает над водой другого пловца (положение вниз головой), который демонстрирует положение (позиции) гибкости (различные варианты и т. д.). Когда нижний пловец толкает и отпускает опору, верхний пловец одновременно «падает» на поверхность воды, вращаясь вокруг себя на 180°.</p> <p>Примечание: вращение может также происходить в фазе «максимальной высоты» или при подъеме.</p>	<p><b>0,60</b></p>

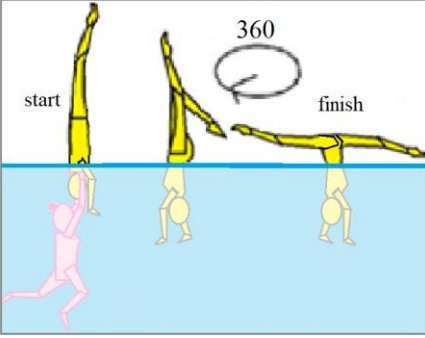
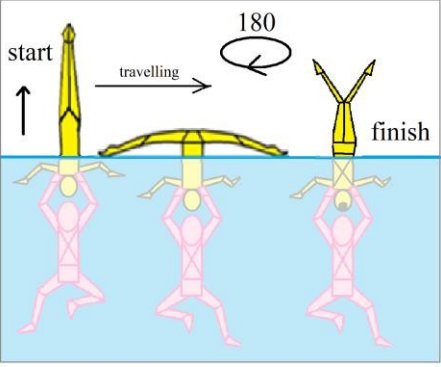
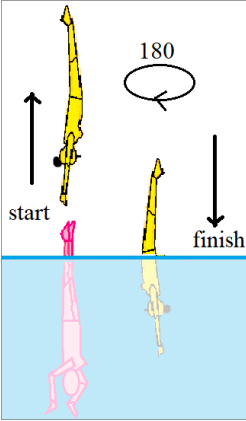
<p><b>Level 3</b></p>	<p>Лифт головой вверх с разворотом на 180 <b>Lr0,5</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца, который выполняет действия над водой на максимальной высоте. Когда нижний пловец отпускает опору, верхний пловец одновременно погружается под воду, поворачиваясь на 180°.</p> <p>Примечание: вращение может происходить в фазе «максимальной высоты» или во время подъема.</p>	<p><b>0,60</b></p>
---------------------------	--	---	---	--------------------

<p><b>Level 3</b></p>	<p>Устойчивый подъем вверх с продвижением <b>SL&gt;</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца, удерживая его в течение 3 секунд или более во время движения. Верхний пловец выполняет какие-то действия над водой на максимальной высоте, и когда нижний пловец толкает и отпускает опору, верхний пловец погружается под воду.</p>	<p><b>0,80</b></p>
<p><b>Level 4</b></p>	<p>Лифт ногами вверх с разворотом на 180 <b>Llr0,5</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца (положение вниз головой), который выполняет действия над водой на максимальной высоте. Когда нижний пловец толкает и отпускает опору (или помогает вращаться), верхний пловец погружается с одновременным поворотом на 180°.</p> <p>Примечание: вращение может также происходить в фазе «максимальной высоты» или при подъеме.</p>	<p><b>0,80</b></p>
<p><b>Level 4</b></p>	<p>Лифт головой вверх с гибкостью и разворотом на 180 <b>Lfr0,5</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает над водой на максимальную высоту другого пловца, демонстрирующего позицию/и гибкости (шпагатные вариации, кольцо и т.д.). Когда нижний пловец отпускает опору (или помогает вращаться), верхний пловец погружается под воду с одновременным поворотом на 180°.</p> <p>Примечание: вращение может также происходить в фазе «максимальной высоты» или при подъеме.</p>	<p><b>0,80</b></p>
<p><b>Level 4</b></p>	<p>Лифт ногами вверх с гибкостью <b>Llf</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает над водой на максимальную высоту другого пловца (положение вниз головой), который демонстрирует положение (позиции) гибкости ( варианты и т. д.). Когда нижний пловец толкает и отпускает опору, верхний пловец погружается под воду.</p>	<p><b>0,80</b></p>

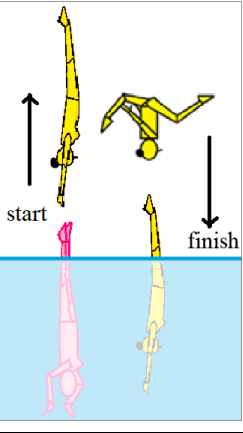
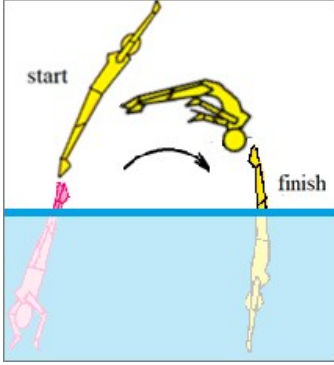
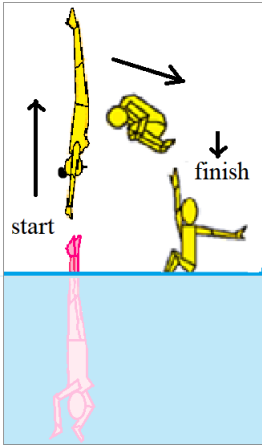
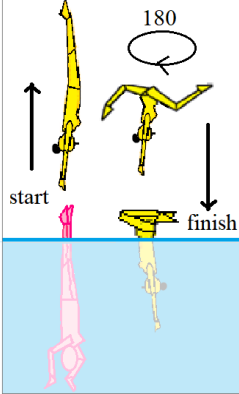
<p><b>Level 4</b></p>	<p>Устойчивый лифт ногами вверх с проплывом <b>SLI&gt;</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца (положение вниз головой) и поддерживает подъем в течение 3 секунд или более во время движения. Верхний пловец выполняет какие-то действия над водой на максимальной высоте, и когда нижний пловец толкает и отпускает опору, верхний пловец погружается под воду.</p>	<p><b>0,80</b></p>
<p><b>Level 4</b></p>	<p>Лифт головой вверх с поворотом на 360° <b>Lr1</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца, который выполняет действия над водой на максимальной высоте. Когда нижний пловец отпускает опору, верхний пловец одновременно погружается под воду, вращаясь на 360°.</p> <p>Примечание: вращение может также происходить в фазе «максимальной высоты» или при подъеме.</p>	<p><b>0,80</b></p>
<p><b>Level 4</b></p>	<p>Прыжок головой вверх <b>J</b></p>		<p>Из-под воды один пловец толкает и подбрасывает верхнего пловца, который оказывается в воздухе. Этот верхний пловец выполняет какие-то действия в воздухе перед входом в воду.</p>	<p><b>0,80</b></p>
<p><b>Level 4</b></p>	<p>Выброс ногами вверх с падением <b>W!»</b></p>		<p>Из-под воды один пловец толкает и подбрасывает верхнего пловца, который оказывается в воздухе. Этот верхний пловец начинает свои действия ногами вверх и после демонстрации максимальной высоты падает о поверхность.</p>	<p><b>0,80</b></p>

<p><b>Level 5</b></p>	<p>Лифт ногами вверх с разворотом на 360 <b>L!r1</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца (положение вниз головой), который выполняет какие-то действия над водой на максимальной высоте. Когда нижний пловец толкает и отпускает опору, верхний пловец одновременно погружается под воду, вращаясь на 360°.</p> <p>Примечание: вращение может также происходить в фазе «максимальной высоты» или при подъеме.</p>	<p><b>1,0</b></p>
<p><b>Level 5</b></p>	<p>Лифт ногами вверх с гибкостью и поворотом 180° <b>L!fr0,5</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца (положение вниз головой), который демонстрирует позицию/и гибкости над водой на максимальной высоте. Когда нижний пловец отталкивается и отпускает, верхний пловец одновременно погружается под воду, поворачиваясь на 180°.</p> <p>Примечание: вращение может также происходить в фазе «максимальной высоты» или при подъеме.</p>	<p><b>1,0</b></p>
<p><b>Level 5</b></p>	<p>Устойчивый подъем ногами вверх с гибкостью и продвижением <b>SL!f&gt;</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца (положение вниз головой), поддерживая подъем в течение 3 секунд или более во время движения.</p> <p>Верхний пловец демонстрирует положение(я) гибкости над водой на максимальной высоте, и когда нижний пловец отталкивается и отпускает, верхний пловец погружается под воду.</p>	<p><b>1,0</b></p>

<p><b>Level 5</b></p>	<p>Устойчивая высота ног и верх с продвижением и вращением 180°-360°</p> <p><b>SL!r0,5&gt;</b> <b>or</b> <b>SL!r1&gt;</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца (положение вниз головой), удерживая на ходу 3 секунды и более.</p> <p>Верхний пловец выполняет некоторые действия, вращаясь на 180-360° над водой на максимальной высоте. Когда нижний пловец толкает и отпускает опору, верхний пловец погружается.</p> <p>Примечание: вращение может происходить и при подъеме..</p>	<p><b>1,0</b></p>
<p><b>Level 5</b></p>	<p>Прыжок головой вверх с разворотом на 180°</p> <p><b>Jr0,5</b></p>		<p>Из-под воды один пловец толкает или подбрасывает верхнего пловца, который оказывается в воздухе. Верхний (видимый) пловец выполняет какие-то действия в воздухе с поворотом на 180° перед входом в воду.</p> <p>Примечание: вращение также может происходить при погружении верхнего пловца.</p>	<p><b>1,0</b></p>
<p><b>Level 5</b></p>	<p>Прыжок головой вверх с гибкостью</p> <p><b>Jf</b></p>		<p>Из-под воды один пловец толкает или подбрасывает верхнего (пловца, который оказывается в воздухе. Верхний (видимый) пловец демонстрирует позицию(я) гибкости (например, шпагат и т. д.) в воздухе перед входом в воду или падением</p>	<p><b>1,0</b></p>
<p><b>Level 5</b></p>	<p>Legs-up throw-dive</p> <p>Прыжок с поднятием ног вверх</p> <p><b>T!d</b></p>		<p>Из позиции согнувшись верхний пловец толкается нижним пловцом. Ноги верхнего пловца поднимаются по дуге над поверхностью воды, чтобы снова коснуться поверхности воды. Верхний пловец входит в воду ногами вперед и поднимает верхнюю часть тела в вертикальное положение перед погружением.</p>	<p><b>1,0</b></p>

<p><b>Level 6</b></p>	<p>Лифт ногами вверх с гибкостью и поворотом на 360°</p> <p><b>L!fr1</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца (положение вниз головой). Верхний пловец демонстрирует положение(я) гибкости над водой на максимальной высоте с вращением на 180-360°. Когда нижний пловец толкает и отпускает опору, верхний пловец погружается под воду.</p> <p>Примечание: вращение может происходить, когда плывущий наверху погружается или всплывает.</p>	<p><b>1,20</b></p>
<p><b>Level 6</b></p>	<p>Устойчивый лифт ногами вверх с гибкостью, проплывом и поворотом на 180°-360°</p> <p><b>SL!fr0,5&gt;</b> or <b>SL!fr1&gt;</b></p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца (положение вниз головой), поддерживая подъем в течение 3 секунд или более во время движения. Верхний пловец демонстрирует положение(я) гибкости над водой на максимальной высоте с вращением на 180-360°. Когда нижний пловец толкает и отпускает опору, верхний пловец погружается под воду.</p> <p>Примечание: вращение может происходить, когда основной пловец погружается или всплывает.</p>	<p><b>1,20</b></p>
<p><b>Level 6</b></p>	<p>Бросок ногами вверх с поворотом на 180°</p> <p><b>W!r0,5</b></p>		<p>Из-под воды один пловец толкает верхнего (видимого) пловца, который оказывается в воздухе. Верхний (видимый) пловец начинает свои действия ногами вверх и после демонстрации максимальной высоты погружается с одновременным поворотом на 180°.</p> <p>Примечание: вращение также может происходить во время фазы «толкания»/подъема.</p>	<p><b>1,20</b></p>



<p><b>Level 6</b></p>	<p>Бросок ногами вверх с гибкостью <b>W!f</b></p>		<p>Из-под воды один пловец толкает верхнего (видимого) пловца, который оказывается в воздухе. Верхний (видимый) пловец начинает свои действия ногами вверх и демонстрирует положение(я) гибкости на максимальной высоте, а затем погружается.</p>	<p><b>1,20</b></p>
<p><b>Level 6</b></p>	<p>Jump-Dive <b>Jd</b></p>		<p>Из-под воды один пловец толкает верхнего (видимого) пловца, который оказывается в воздухе. Этот верхний (видимый) пловец демонстрирует дугу над поверхностью перед входом в воду в вертикальном положении головой вперед.</p>	<p><b>1,20</b></p>
<p><b>Level 7</b></p>	<p>Бросок вверх ногами, сальто на 180° <b>W!s0,5</b></p>		<p>Из-под воды один пловец толкает верхнего (видимого) пловца, который оказывается в воздухе. Этот верхний (видимый) пловец начинает свои действия ногами вверх и, поднимая свое тело и группируясь, выполняет 0,5 (полу) сальто (поворот на 180°) в воздухе перед входом в воду.</p> <p>Примечание: тело верхнего (видимого) пловца должно быть полностью над поверхностью перед входом в воду.</p>	<p><b>1,40</b></p>
<p><b>Level 7</b></p>	<p>Подъем ногами вверх с гибкостью и вращением на 180° <b>W!fr0,5</b></p>		<p>Из-под воды один пловец толкает (верхнего (видимого) пловца, который оказывается в воздухе. Верхний (видимый) пловец начинает свои действия ногами вверх и демонстрирует положение(я) гибкости на максимальной высоте. Затем верхний (видимый) пловец погружается, одновременно поворачиваясь на 180°.</p>	<p><b>1,40</b></p>

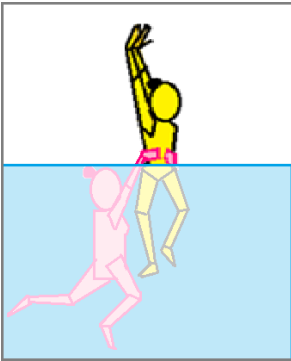
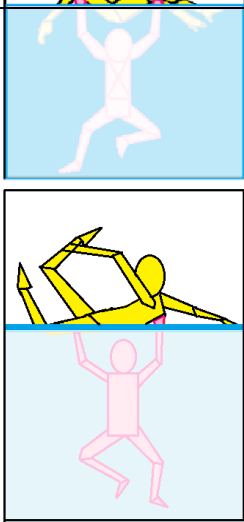
<p><b>Level 8</b></p>	<p>Подъем ногами вверх с гибкостью и вращением на 360</p> <p><b>W!fr1</b></p>		<p>Из-под воды один пловец толкает верхнего (видимого) пловца, который оказывается в воздухе. Верхний (видимый) пловец начинает свои действия ногами вверх и демонстрирует положение(я) гибкости на максимальной высоте. Затем верхний (видимый) пловец погружается, одновременно поворачиваясь на 360</p>	<p><b>1,60</b></p>
<p><b>Level 8</b></p>	<p>Прыжок головой вверх с 1 сальто вперед</p> <p><b>Js1F</b></p>		<p>Из-под воды один пловец толкает верхнего (видимого) пловца, который оказывается в воздухе. Верхний (видимый) пловец выполняет 1 сальто вперед в воздухе перед входом в воду.</p>	<p><b>2,0</b></p>
<p><b>Level 8</b></p>	<p>Прыжок головой вверх с 1 сальто назад и гибкостью</p> <p><b>Jfs1B</b></p>		<p>Из-под воды один пловец толкает верхнего (видимого) пловца, который оказывается в воздухе. Верхний (видимый) пловец выполняет 1 сальто назад в воздухе, демонстрируя гибкость своего тела (положение кольца и варианты) перед входом в воду..</p>	<p><b>2,0</b></p>

<p><b>Level 9</b></p>	<p>Бросо к ногами вверх с 1 сальто вперед <b>W!s1F</b></p>		<p>Из-под воды один пловец толкает верхнего (видимого) пловца, который оказывается в воздухе. Этот верхний (видимый) пловец начинает свои действия ногами вверх и, поднимая свое тело, выполняет 1 сальто вперед в воздухе перед входом в воду.</p> <p>Примечание: сальто обычно выполняется в группировке.</p>	<p><b>2,2</b></p>
---------------------------	--	--	---	-------------------

## 14. Парные действия с помощью

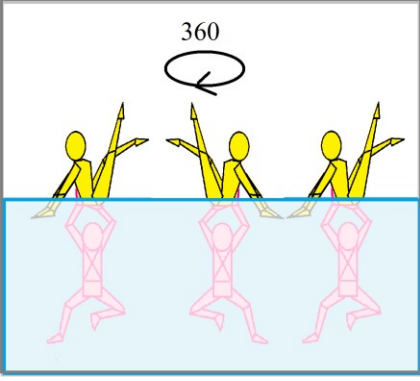
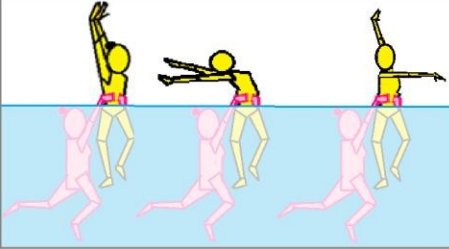
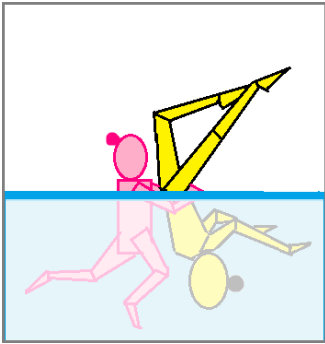
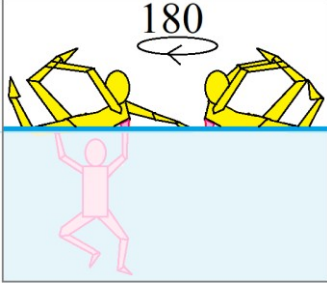
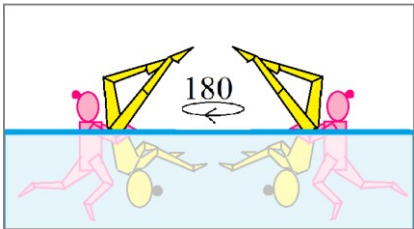
**ЭТО СПИСОК ПАРНЫХ ДЕЙСТВИЙ С ПОМОЩЬЮ (ДЛЯ ВАШЕЙ ИНФОРМАЦИИ), КОТОРЫЕ НЕ СЧИТАЮТСЯ ПАРНЫМИ АКРОБАТИЧЕСКИМИ ЭЛЕМЕНТАМИ. ОНИ РАССМАТРИВАЮТСЯ В ПЕРЕХОДАХ (ХУДОЖЕСТВЕННОЕ ВПЕЧАТЛЕНИЕ) В ДУЭТАХ ИЛИ ГРУППАХ.**

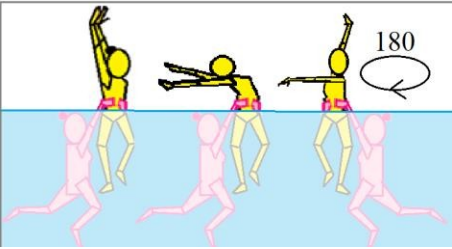
**В парных вспомогательных действиях нижний (базовый) спортсмен может оставаться под поверхностью воды или на поверхности, но основной спортсмен всегда остается на поверхности (не поднимается). Также парными действиями считаются вспомогательные движения «бустового типа» “boost-type”**

Level	Name	Diagram	Description
Level 1	<p>Pair assisted action “boost type”</p> <p>Парное вспомогательное действие</p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца, который выполняет действия над поверхностью воды. Это действие должно демонстрировать подъем «видимой» максимальной высоты (уровня промежуности) с помощью «подводного пловца».</p>
Level 1	<p>Pair assisted action on the “surface” (float)</p> <p>Парное ассистированное действие на «поверхности» (поплавок)</p>		<p>Один пловец остается под водой и держит другого пловца, который остается на поверхности и выполняет действия.</p>



<p><b>Level 1</b></p>	<p>Pair assisted action on the “surface” (float) with flexibility</p> <p>Парное ассистиро ванное действие на «поверхно сти» с гибкостью</p>		<p>Один пловец остается под водой и держит другого пловца, который остается на поверхности и выполняет движения с различной гибкостью (например: шпагат, ариана, кольцо и т. д.)</p>
---------------------------	---	--	--

<p><b>Level 2</b></p>	<p>Парное вспомогательное действие на «поверхности» с вращением 180°-360°</p>		<p>Один пловец остается под водой и удерживает и вращает другого пловца (верхнего видимого пловца) на 180°-360°, который остается на поверхности воды.</p>
<p><b>Level 2</b></p>	<p>Продолжительное действие головой вверх</p>		<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца, который выполняет действия над поверхностью воды в течение 3 секунд и более.</p>
<p><b>Level 2</b></p>	<p>Продолжительное действие ногами вверх</p>		<p>Один пловец удерживает другого пловца в положении головой вниз в течение 3 секунд или более.</p>
<p><b>Level 2</b></p>	<p>действие на поверхность и воды с гибкостью и вращением на 180-360°</p>		<p>Один пловец остается под водой, держит и вращает другого пловца (верхний видимый пловец) на 180°-360°, который остается на поверхности и выполняет движения с различной гибкостью (такие как: шпагат, Ариана, кольцо и т. д.).</p>
<p><b>Level 3</b></p>	<p>Устойчивое действие ногами вверх с вращением 180°-360°</p>		<p>Один пловец удерживает другого пловца в положении вниз головой в течение 3 секунд и более с одновременным вращением на 180-360°.</p> <p>Примечание: оба пловца вращаются в связи друг с другом.</p>

<p><b>Level 4</b></p>	<p>Устойчивое действие головой вверх с продвижением и вращением <math>180^{\circ}</math>-<math>360^{\circ}</math></p>	 <p>The diagram illustrates a sequence of three stages. In the first stage, a yellow swimmer is being pushed upwards by a pink swimmer from below. In the second stage, the yellow swimmer is held horizontally above the water surface. In the third stage, the yellow swimmer is rotated 180 degrees and is being pushed back down into the water by the pink swimmer. A circular arrow with '180' indicates the rotation.</p>	<p>Один пловец остается под водой и поднимает другого пловца, удерживая его в течение 3 секунд или более во время движения. Верхний пловец выполняет некоторые действия над водой на максимальной высоте с поворотом на <math>180^{\circ}</math>. Когда нижний пловец толкает и отпускает опору, верхний пловец погружается под воду.</p> <p>Примечание: вращение должно происходить во время фазы «максимальной высоты».</p>
---------------------------	---	---	---