

Teil 2 Aerobic Masters*

- 2.1 Allgemeine Bestimmungen
- 2.2 Kategorien/Fläche
- 2.3 Altersklassen
- 2.4 Musik
- 2.5 Bekleidung/ Aussehen
- 2.6 Kompositionsnote (A-Note)
- 2.7 Ausführungsnote (B-Note)
- 2.8 Schwierigkeitsnote (S-Note)
- 2.9 Oberkampfrichter

2.1. Allgemeine Bestimmungen*

Die Wertungsvorschriften für den Bereich Aerobic-Masters entsprechen weitgehend den internationalen Vorschriften der FIG. Aktuelle Änderungen seitens der FIG werden in der Regel übernommen.

Im Teil 2 sind die spezifischen Bestimmungen für Aerobic Masters aufgelistet, im Teil 7 die Erläuterungen für alle Wettkämpfe.

2.2. Kategorien/Fläche*

An den Start gehen können

National

- Einzelstarter
- Paar, Mix Paar
- Trio
- 5-6er Teams

international

- Damen
- Herren
- Mixed Pairs
- Trios
- Gruppen (6er)

Fläche

	Einzelstarter	Paar/Mix Paar/Trio	5- 6er Teams
Erwachsene	7x7m	10x10m	10x10m
Jugend	7x7m	7x7m	10x10m

2.3. Altersklassen*

Aerobic Masters wird in den folgenden Altersklassen ausgeschrieben:

- AK 18 Jahre und älter
- AK 15-17 Jahre
- AK 12-14 Jahre

Auf Länderebene kann auch in der AK 8-11 Jahre gestartet werden, sofern es die Vorschriften der einzelnen LTV erlauben und diese Altersklasse in der Ausschreibung steht. Mind. die Hälfte der Sportler muss dieser Altersklasse angehören. Genauer wird in Teil 1 geregelt.

Achtung: international müssen alle Starter der gleichen AK angehören

2.4. Musik*

Die Länge der Musik ist für die unterschiedlichen Altersklassen wie folgt vorgeschrieben:

Altersklasse	Länge der Musik, Toleranzbereich +/- 5 sec
AK 8-11	1:15 min
AK 12 -14	1:30 min
AK 15 -17	Einzel 1:30 min, Paar/Mix Paar/ Trio und 5-6er-Teams 1:45 min
AK 18+	Einzel 1:30 min, Paar/Mix Paar/ Trio und 5-6er-Teams 1:45 min

Die Übung wird durchgängig zu einer rhythmischen, dynamischen Musik gezeigt. Die Übung kann zu einem Titel gezeigt werden, es können aber auch zwei oder mehrere Musiktitel gemischt werden, solange die Einheitlichkeit der Musik nicht gestört wird.

Soundeffekte sind erlaubt.

Die Wettkampfmusik muss auf einer CD aufgenommen sein. Es darf nur der eine Titel auf der CD sein.

2.5. Bekleidung/ Aussehen*

Die Bekleidung (Anzug/Schuhe) und das Aussehen sollen ordentlich und der Sportart angepasst sein.

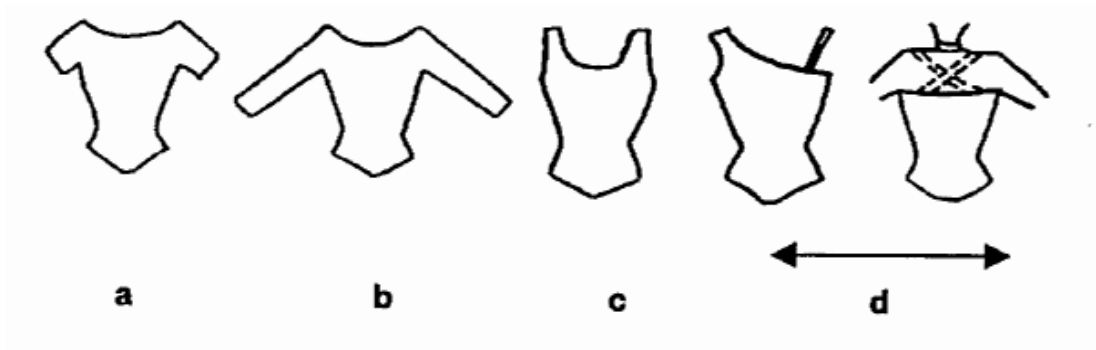
- Unterwäsche darf nicht zu sehen sein.
- Bekleidung, die Krieg, Gewalt oder religiöse Themen darstellt, ist verboten.
- Die Wettkämpfer müssen weiße Aerobic-Schuhe und sichtbare weiße Socken tragen.
- Bewegliche Teile wie Gürtel, Hosenträger oder Bänder sind nicht erlaubt.
- Gürtel, Korsetts, Corsagen, Jacken, Krawatten., eindeutige Blumen, Tiere, Sterne, Gitarren dürfen nicht auf dem Anzug sein
- Schmuck (auch Piercing) darf nicht getragen werden.
- Hautfarbenes Taping (Klebeverband) ist erlaubt (kein Attest notwendig)
- Make up sollte sparsam verwendet werden und ist nur für Frauen erlaubt.
- Die Haare müssen so fixiert sein, dass sie dem Sportler nicht ins Gesicht fallen (ein Pony muss so fixiert sein, dass die Augen nicht verdeckt werden/darf nur bis zu den Augenbrauen reichen – international müssen die Haare fest am Kopf fixiert sein).

Frauen/ Mädchen ab AK 12 müssen einen einteiligen Anzug mit hautfarbener oder transparenter Strumpfhose tragen.

- Der Beinausschnitt darf nicht höher als der Hüftknochen sein und muss intime Körperteile bedecken.
- Der Anzug muss das Schambein vollständig bedecken: String (T-Po) ist nicht erlaubt.
- International muss ein Anzug aus nicht transparentem Material sein. In Deutschland wird transparenter Stoff gestattet, solange er keine Sicht auf intime Körperteile ermöglicht.
- Der vordere und hintere Halsausschnitt müssen angepasst sein (an der Vorderseite nicht tiefer als das halbe Brustbein und an der Rückseite nicht tiefer als die Unterkante der Schulterblätter).

Beispiele für Frauen

(a-c = kann Vorder- oder Rückansicht sein / d= Beispiel für Vorder- und Rückseite)

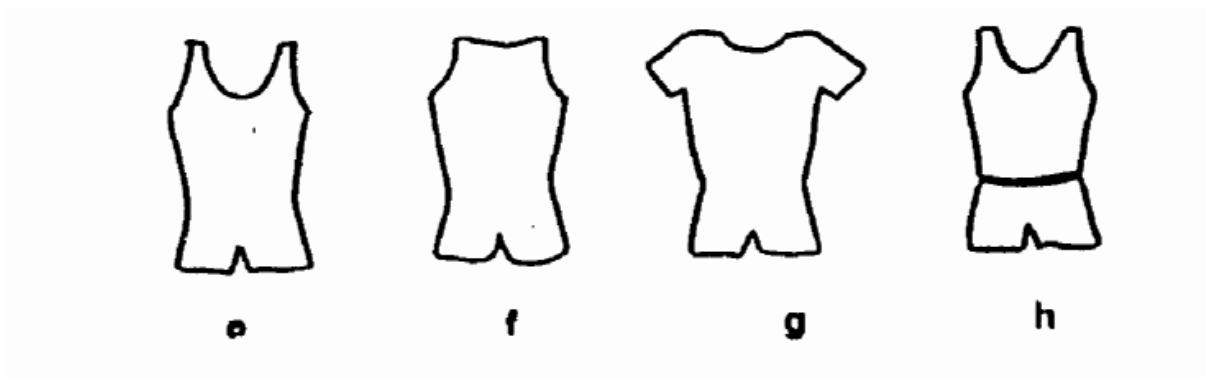


Männer/Jungen können einen einteiligen Anzug mit geradem Beinabschluss oder Shorts mit eng anliegendem Oberteil tragen.

- Das Oberteil darf weder an Vorder- noch an Rückseite ein Loch haben.
- Das Armloch darf nicht bis unter die Schulterblätter führen.
- Anzüge für Männer dürfen keine langen Ärmel haben, der Ärmel muss über dem Ellenbogen (Oberarm) enden.
- Pailletten für Männer sind ab 1.1.2011 nicht gestattet.

Beispiele für Männer (nur die hier gezeigten Beispiele sind erlaubt):

(e-h = Vorder- oder Rückseite)



2.6 Kompositionsnote (A-Note)*

Die A-Note wurde für den neuen internationalen Code of Points 2009-2012 komplett überarbeitet.

Sie wird aufgrund aller Kriterien, die hier kurz und unter Punkt 7 (Erläuterungen) ausführlich beschrieben sind und unter Einbeziehung der bereitgestellten Tabellen, bewertet.

Um die Erfordernisse der A-Note zu erfüllen, muss eine Aerobic-Choreographie Kreativität und sportartspezifischen Inhalt zeigen. Sie sollte eine Vielzahl von Bewegungen und eine hohe Übereinstimmung mit der Musik, den Bewegungen und dem Ausdruck des Wettkämpfers zeigen. Themen, die Gewalt, Religion, Rassismus oder Sex darstellen, widersprechen den olympischen Idealen und den FIG- Ethik- Vorschriften.

Bewertungskriterien:

Gesamtchoreographie	10 Punkte
A. Die Choreographie-Komposition	Max. 4 Punkte
B. Der Aerobic-spezifische Inhalt	Max. 3 Punkte
C. Die Präsentation und Musik	Max. 3 Punkte

Zu A.: Die Choreographie-Komposition

max. 4 Punkte

Bei der Choreographie wird nicht nur das gewertet, WAS gezeigt wird sondern auch, WIE und WO es gezeigt wird. Bewertet wird:

der Level von Dynamik und Bewegungsfluss während der gesamten Übung	Max. 1 Punkt
der Level von Komplexität und Kreativität von Übergängen, Partnerarbeit und Hebefiguren.	Max. 1 Punkt
die Variationsbreite von Übergängen, Partnerarbeit und Hebefiguren	Max. 1 Punkt
der effektive Gebrauch des Wettkampfraumes und die Platzierung aller Bewegungen während einer Übung	Max. 1 Punkt

Zu B.: Der Aerobic-spezifische Inhalt:

max. 3 Punkte

Hier wird bewertet, WIE die Aerobic-Kombinationen gezeigt werden:.

der Variantenreichtum der Aerobic-Kombinationen	Max. 1 Punkt
der Level von Komplexität und Kreativität der Aerobic-Kombinationen	Max. 1 Punkt
die Anzahl und die Ausgewogenheit der Aerobic-Kombinationen	Max. 1 Punkt

Zu C.: Die Präsentation und Musik:

max. 3 Punkte

die Präsentation: Der klare sportliche Eindruck des Sportlers mit hoher Bewegungsqualität und Selbstbewusstsein	Max. 1 Punkt
die Musikauswahl bzw. die Konstruktion der Musik, d.h. bewertet wird: „WAS“ ist die Musik	Max. 1 Punkt
die Musikumsetzung Musikinterpretation und Timing, d.h. bewertet wird, „WIE“ wird die Musik umgesetzt	Max. 1 Punkt

Alles Wissenswerte über die Artistik-Note sowie Beispiele zur Bewertung der A-Note siehe ausführlich unter Punkt 7.2.

2.7 Ausführungsnote (B-Note)*

Kriterien der Ausführung sind:

- Form und Körperhaltung
- Präzision
- Kraft, Schnellkraft und muskuläre Ausdauer

Ausführungsnote (B-Note)	Max. 10,0 Punkte
Technik	
Synchronität	

Technik

Alle Bewegungen müssen in perfekter Ausführung gezeigt werden.

kleiner Fehler	jedes Mal 0,1 Punkte
mittlerer Fehler	jedes Mal 0,2 Punkte
großer Fehler	jedes Mal 0,3 Punkte
Sehr großer Fehler oder 2 mittlere Fehler oder ein kleiner + ein großer Fehler	Jedes Mal 0,4 Punkte
inakzeptable Ausführung oder Sturz	jedes Mal 0,5 Punkte

Maximaler Abzug für ein fehlerhaftes Element – 0,5 Punkte

Ausführliche Beispiele zur Bewertung der Technik befinden sich unter 7.3. dieser Broschüre.

Synchronität

Ist die Fähigkeit aller Sportler, alle Bewegungen wie eine Einheit auszuführen.

Zeitgleiches Bewegen mit:

- identischer Bewegungsweite
- identischer Energieeinsatz

Synchronitätsfehler	max. – 1,0 Punkte pro Übung.
---------------------	------------------------------

2.8 Schwierigkeitsnote (S-Note)*

2.8.1 Elementgruppen/ Anzahl der Elemente/ Schwierigkeitsgrad

Es gibt vier Elementgruppen:

- A Dynamische Kraft
- B Statische Kraft
- C Sprünge
- D Beweglichkeit und Balance

Je nach Altersklasse muss eine unterschiedliche Anzahl von Elementen aus diesen Gruppen gezeigt werden.

Altersklasse	erlaubter Schwierigkeitsgrad	Anzahl der Elemente	Mindest-Anzahl pro Gruppe	Maximale Anzahl pro Gruppe
AK 8- 11	0,1 bis 0,4	4-6	1	2
AK 12- 14	0,1 bis 0,5	6-8	1	2
AK 15- 17	0,1 bis 0,6 (1 mal 0,7)	8-10	2	
AK 18+	0,3 bis 1,0	4-10/12	1	

Achtung: Bei AK 18+ erhalten Elemente mit einem Wert von 0,1 und 0,2 keinen Bonus. Sie können aber bei nationalen Wettkämpfen zur Abdeckung der Elementgruppen herangezogen werden. Sie spielen jedoch keine Rolle in Bezug auf die Anzahl oder die Wiederholungsregel.

Bei internationalen Wettkämpfen ist die Anzahl der Elemente im Nachwuchs- und Jugendbereich nicht wählbar:

AK 8-11: 6 Elemente, AK 12-14: 8 Elemente (damit sind auch 2 Elemente pro Gruppe in der AK 12-14 gefordert) und AK 15-17: 10 Elemente .

2.8.2 Pflichtelemente Jugend

Auch die Pflichtelemente sind in jeder AK unterschiedlich.

Altersklasse	Dynamische Kraft	Statische Kraft	Sprünge	Beweglichkeit und Balance
AK 8-11	A 101 Push up	Nicht vorgegeben	C 262 Tuck jump	D 181 Split on floor
AK 12-14	A 101 Push up	B 102 Straddle support	C 103 Air turn	D 213 Pancake
AK 15-17	A 143 Wenson push up	B 104 Straddle support 1/1 turn	C 383 Straddle jump	D 183 Free vertical split

Der Schwierigkeitskampfrichter hat die Aufgabe, alle Pflichtelemente sowie alle weiteren Elemente in einer Übung mitzuschreiben und nach den Minimalkriterien auf Anerkennung zu überprüfen.

Elemente mit einem Sturz oder ohne Erfüllung des Minimalkriteriums werden als Elemente gezählt, erhalten aber den Wert Null.

- Die Schwierigkeitsnote ist der Gesamtwert der max. 12/10/8/6 erstgezeigten Elemente plus dem Wert für die Kombinationen (0,1 pro Kombination).
- Alle gezeigten Elemente müssen aus unterschiedlichen Familien kommen.

2.8.3 Anerkennung Schwierigkeitselemente

Die Anerkennung erfolgt, wenn die Elemente identisch von allen Wettkämpfern zum gleichen Zeitpunkt oder unmittelbar hintereinander gezeigt werden. Wenn ein Element in verschiedene Richtungen oder spiegelbildlich ausgeführt wird, wird dies ebenfalls als ein Schwierigkeits- oder Pflichtelement bewertet. Eine Nichterfüllung der Minimalkriterien (siehe Teil 7.) sowie Sturz haben eine Null-Wertung des Elementes zur Folge. Das Element wird aber trotzdem als gezeigtes Element für die Anzahl der Elemente gezählt.

Hinsichtlich der Anerkennung von Schwierigkeitselementen ist eine Berührung (Körperkontakt) der Wettkämpfer untereinander nicht erlaubt.

Ausnahme - Für 5-6er Teams :

- Um einen Wert für die Elemente der 4 Elementegruppen zu erhalten, müssen sie das selbe Element zur gleichen Zeit oder unmittelbar hintereinander, in derselben oder in unterschiedlichen Richtungen zeigen.
- Um einen Wert für die verbleibenden Elemente zu erhalten, können die Wettkämpfer bis zu zwei unterschiedliche Elemente zur selben Zeit oder unmittelbar hintereinander folgend ausführen. Jede Kombination von Wettkämpfern kann diese zwei unterschiedlichen Elemente ausführen (z.B.: Ein WK zeigt Element Nr. 1 (straddle jump) und die fünf(oder vier oder drei) anderen WK Element 2 (pike jump); oder zwei WK zeigen Element Nr. 1 und die vier anderen WK Element Nr. 2; oder drei WK Element Nr. 1 und die drei anderen WK Element Nr. 2). Es wird das Element mit dem niedrigeren Wert anerkannt.
Werden zur selben Zeit von einem Teil der Gruppe Element Nr. 1 und von Einem anderen Teil Element Nr. 2 gezeigt und direkt danach die gleichem Elemente von dem jeweils anderen Teil der Gruppe, so werden (wenn die Minimalkriterien erfüllt sind) beide Elemente anerkannt. Es erfolgt kein Abzug für Wiederholung.
- Bei einer Hebefigur gezeigte Elemente erhalten keinen Wert, da sie auch nicht als Elemente betrachtet werden.

2.8.4 Liegestützlandungen/ einarmige Landungen/ Spagatlandungen

Die Anzahl der Landungen im Liegestütz oder Spagat ist auf eine maximale Anzahl begrenzt. Achtung: hier sind ausschließlich Elemente aus Gruppe C (Sprünge) gemeint, deren Landung in einer Liegestütz- oder Spagatposition endet.

Altersklasse	Max. Anzahl beidarmige LS-Landungen	Max. Anzahl von einarmigen LS-Landungen	Max. Anzahl von Spagat-Landungen	Einarmige Liegestütze, einarmige Stütze
AK 8-11	0	0	1	Nicht erlaubt
AK 12- 14	1	0	1	Nicht erlaubt
AK 15- 17	2	0	2	Erlaubt
AK 18+	Ein- oder beidarmig: 2		2	Erlaubt

2.8.5 Bodenelemente

Auch die Anzahl der Bodenelemente ist auf eine max. Anzahl begrenzt. Bodenelemente sind alle Elemente, bei denen außer den Füßen noch andere Körperteile den Boden berühren. (Ausnahme: Taucherdrehung und Standspagat in gestützter Form)

Altersklasse	Max. Anzahl von Bodenelementen
AK 8-11	4
AK 12- 14	6
AK 15- 17	6
AK 18+	Einzel 5, Paar, Mix Paar, Trio und 5-6er-Teams 6

2.8.6 Wiederholungen

Die Wiederholung eines Schwierigkeitselementes aus der gleichen Familie (base named element), führt zum Abzug. Dies gilt unter Einbezug der Pflichtelemente.

2.8.7 Kombination von 2 Elementen

Es ist möglich, 2 Elemente aus der gleichen oder aus unterschiedlichen Elementgruppen miteinander zu kombinieren, sofern sie aus unterschiedlichen Familien kommen.

Kombinationen mit Pflichtelementen im Jugendbereich erhalten keinen Bonus von 0,1, können aber gezeigt werden.

Aber: Um eine Elementgruppe anerkannt zu bekommen, müssen alle Wettkämpfer ein Element dieser Gruppe ohne Kombination zeigen.

Die 2 Elemente müssen **direkt** miteinander kombiniert werden ohne Stopp, Verzögerung oder Verbindung. Sie werden als 2 Elemente gezählt und dürfen nicht wiederholt werden.

Mit den Kombinationselementen wird die Elementgruppe nicht erfüllt! Um den Bonuspunkt von 0,1 zu erhalten, müssen beide Elemente die Minimalkriterien erfüllen. Alle Wettkämpfer (Paare/Mix Paare, Trios und 5-6er Teams) müssen die gleiche Kombination der 2 Elemente zur selben Zeit ausführen!

Beispiele:

Gruppe A: Double leg 1/1 circle + Flair

Gruppe A/B: Straddle cut to L support + L support 2/1 turn

Gruppe B: L support 2/1 turn + Straddle V support

Gruppe C: 1/1 turn Tuck jump + Air turn to split

oder Straddle leap + Pike jump to Push up

Gruppe C/A: Straddle jump to Push up + Plio Push up airborne

Gruppe D: Free support Illusion to split + split roll

2.8.8 Abzüge durch den S-Kampfrichter

Es wird jeweils 1,0 Punkt abgezogen...

Für jedes zuviel gezeigte Schwierigkeitselement
Für jedes nicht gezeigte Pflichtelement (Jugendbereich)
Für jede fehlende Elementgruppe
Für fehlendes 2. Element (AK 15-17)
Für fehlendes 2. Element (AK 12-14) bei FIG-Wettkämpfen
Für jedes Element höher als zugelassen (Jugendbereich)
Für mehr als die angegebene Zahl von Bodenelementen
Für mehr als die angegebene Zahl von Liegestützlandungen
Für mehr als die angegebene Zahl von einarmigen Landungen/ Stützen
Für mehr als die angegebene Zahl von Spagatlandungen
Für jede Wiederholung eines Elementes/ einer Familie

2.9 Oberkampfrichter*

Der Oberkampfrichter ist der Vorsitzende des Kampfgerichtes und verantwortlich für die Arbeit des Kampfgerichtes nach den technischen Regeln des DTB und der FIG.

Der Oberkampfrichter gibt Abzüge für folgende Punkte:

Zeitfehler

< 10,00 sec	-5,01 – 9,99 sec	+/- 5 sec	+ 5,01 – 9,99 sec	> 10,00 sec
1,0 Abzug	0,5 Abzug	Toleranzzone	0,5 Abzug	1,0 Abzug

Vorgeschriebene Musiklängen für die verschiedenen Altersklassen siehe Punkt 2.4.

verspätetes Erscheinen auf der Wettkampffläche nach Aufruf nach 20 sec	0,5 Pkt.
verspätetes Erscheinen auf der Wettkampffläche nach Aufruf nach 60 sec	Disqualifikation
Unterbrechung der Übung durch den Sportler zwischen 2 und 10 sec	0,5 Pkt.
Abbruch der Übung	Null-Wertung
Unkorrekte Bekleidung, z.B. Schmuck, Bemalung, Blick auf intime Körperteile oder Unterwäsche, Verrutschen der Bekleidung, nicht hautfarbenes Tape, Pailletten bei Männern/Jungen	pro Wettkämpfer 0,2 Pkt.
Haare nicht fixiert, größerer Haarschmuck, Verlieren von Haarband, Schnürsenkel öffnen etc.	pro Wettkämpfer 0,2 Pkt.
Verstoß gegen den Code of Ethics	2,0 Pkt.
Präsentationsfehler	0,5 Pkt.
total falsche Bekleidung	pro Wettkämpfer 2,0 Pkt.
Verbotene Elemente	je 1,0 Pkt.
Verbotene Hebung	je 1,0 Pkt.
Zu viele / zu wenig Hebefiguren	je 0,5 Pkt.
Hebefigur höher als 2 übereinander stehende Personen	je 1,0 Pkt.
Erscheinen in verbotenen Zonen	Verwarnung
Ungebührliches Verhalten oder Benehmen	Verwarnung
Nichterscheinen in der Wettkampfbekleidung bei der Siegerehrung	Verwarnung
Ernsthaftes Vergehen gegen die DTB-Statuten, das technische Reglement	Disqualifikation
Übertreten der Linie	je 0,1 Pkt.

Die Anzahl der Hebefiguren (Lifts) ist für jede Altersklasse vorgeschrieben

Altersklasse	Mindestanzahl Hebungen	Maximale Anzahl Hebungen
AK 8-11	0	1
AK 12- 14	1	1
AK 15- 17	2	2
AK 18+	3	3