

	6-8 лет (Лига А)	9-11 (Лига А)	12-14 лет	15-17 лет
Номинации	ИМ, ИЖ, СП, ТР, ГР ТГ/ГП:6-8 чел	ИМ, ИЖ, СП, ТР, ГР ТГ/ГП:6-8 чел	ИМ, ИЖ, СП, ТР, ГР ТГ: 8 чел , ГП: 6-8 чел	ИМ, ИЖ, СП, ТР, ГР ТГ/ГП: 8 чел
Запрещено	Нет отжиманий на 1 руке, нет упоров на 1 руке	Нет отжиманий на 1 руке, нет упоров на 1 руке	Нет отжиманий на 1 руке, нет упоров на 1 руке	Нет ограничений
Музыка	1'15" ± 5 сек ИЖ, ИМ, СП, ТР, ГР, ТГ, ГП			1'20" ± 5 сек ИЖ, ИМ, СП, ТР, ГР, ТГ, ГП
Элементы	МАХ 7 элементов	МАХ 7 элементов	МАХ 7 элементов	МАХ 7 элементов
ИМ	Наличие элементов F IV не обязательно элементы F VIII запрещены	Наличие элементов F IV не обязательно элементы F VIII запрещены	Наличие элементов F IV не обязательно элементы F VIII запрещены	Наличие элементов F IV ОБЯЗАТЕЛЬНО элементы F VIII запрещены
Акробатика	2 элемента А1 - А2	2 элемента А1 - А2	2 элемента А1 - А4	Акробатика А1 - А5
Связки элементов сложности и асго	нет	нет	1 связка из 2 элементов сложности из разных подгрупп (или асго+сложность)	1 связка из 2 элементов сложности из разных подгрупп (или асго+сложность)
Коэффициент	Сложность делится на 2			
Стоимость элементов	0,1 - 0,4	0,1 - 0,4	0,2 - 0,6	0,2 - 0,8
Обязательные элементы	3 элемента • PU/Wenson PU • Straddle support • Air turn	3 элемента • PU/Wenson PU • Straddle support • Air turn	4 элемента • Helicopter • Straddle or L-support (max 1/1 turn) • Tuck jump 1/1 turn • 2/1 turn	7 элементов обязательно должно быть 4 семьи и 4 мах пола • 1 элемент ценностью 0,8 • 1 или 2 элемента ценностью 0,7 • 4 элемента ценностью 0,2 - 0,6
Приземления	ИЖ, СП, ТР, ГР В упор лёжа нельзя, максимум 1 раз в шпагат ИМ упор лёжа и приземление в шпагат нельзя	ИЖ, СП, ТР, ГР В упор лёжа нельзя, максимум 1 раз в шпагат ИМ упор лёжа и приземление в шпагат нельзя	ИЖ, СП, ТР, ГР 1 раз в упор лёжа или 1 раз в шпагат ИМ 1 раз в упор лёжа, приземление в шпагат нельзя	ИЖ, СП, ТР, ГР 1 раз в упор лёжа или 1 раз в шпагат ИМ МАХ 2 в упор лёжа, приземление в шпагат нельзя
Взаимодействия	Минимум 1	Минимум 1	Минимум 2	3 взаимодействия

	6-8 лет (Лига В)	9-11 (Лига В)
Номинации	ИМ, ИЖ, СП, ТР, ГР	ИМ, ИЖ, СП, ТР, ГР
Запрещено	Нет отжиманий на 1 руке, нет упоров на 1 руке, запрещены повторы элементов сложности и акробатики	
Музыка	1'15" ± 5 сек ИЖ, ИМ, СП, ТР, ГР, ТГ, ГП	
Элементы	МАХ 7 элементов	МАХ 7 элементов
ИМ	Наличие элементов F IV обязательно элементы F VIII запрещены приземления в шпагат в эл. и асро запрещены	Наличие элементов F IV обязательно элементы F VIII запрещены приземления в шпагат в эл. и асро запрещены
Акробатика	2 элемента A1 - A2	2 элемента A1 - A2
Связки элементов сложности и асро	1 связка из 2 элементов сложности из разных подгрупп (с асро запрещена)	1 связка из 2 элементов сложности из разных подгрупп (или асро+сложность)
Коэффициент	Сложность делится на 2	
Стоимость элементов	0,3 - 1,0	
Обязательные элементы	3 элемента • PU/Wenson PU • Straddle support • Air turn	3 элемента • PU/Wenson PU • Straddle support • Air turn
Приземления	ИЖ, СП, ТР, ГР 1 раз в упор лёжа или 1 раз в шпагат ИМ 1 раз в упор лёжа, приземление в шпагат нельзя	ИЖ, СП, ТР, ГР 1 раз в упор лёжа или 1 раз в шпагат ИМ 1 раз в упор лёжа, приземление в шпагат нельзя
Взаимодействия	Минимум 1	