

Peringkat 3

A. PENDAHULUAN

Anda semua sudah berhasil melewati penataran Peringkat 1 dan Peringkat 2, yang berkaitan dengan penilaian latihan rangkaian wajib. Dalam rangkaian wajib itu, penilaiannya sudah ditentukan secara jelas pada setiap alatnya, sehingga memudahkan tugas wasit dalam melakukan tugasnya. Walaupun demikian, jelas sekali bahwa setiap wasit dapat menilai secara berbeda sehingga menghasilkan nilai yang bervariasi. Namun biasanya, semakin baik kemampuan wasit sejalan dengan pengalaman dan berkembangnya pengertian wasit tentang senam, perbedaan itu akan semakin dikurangi. Apalagi jika ‘rasa senamnya’ sudah semakin berkembang dan tajam.

Penataran wasit peringkat 3 mencakup pengertian dasar tentang latihan rangkaian bebas dan penilaiannya. Peraturan untuk rangkaian bebas tentu lebih bervariasi dari pada untuk rangkaian wajib. Yang berbeda terutama adalah tugas dari juri A, dalam menentukan Nilai Awal Pesenam. Pengertian wasit pada peraturan itu, karenanya akan semakin penting dalam proses penilaiannya. Tugas mewasiti ini semakin dipersulit, karena peringkat pesenam yang harus diwasiti pun terdiri dari beberapa peringkat, yang masing-masing peringkatnya memiliki faktor-faktor penilaian yang berbeda pula.

Sebelum masuk ke materi inti dari penilaian senam, uraian tentang peraturan (Code of Points) perlu didahulukan.

B. MAKSUD DAN TUJUAN DARI CODE OF POINTS

Tujuan utama dari Code of Points ini adalah menyediakan alat yang obyektif untuk menilai penampilan senam artistik putra pada keseluruhan jenis kejuaraan, baik regional, nasional, serta internasional.

- a) menjamin dalam pemilihan pesenam yang terbaik dalam setiap kompetisi.
- b) membimbing pelatih dan pesenam dalam membuat komposisi latihan untuk kejuaraan.
- c) memberikan informasi tentang sumber-sumber informasi dan peraturan teknis lain yang sering digunakan dalam kejuaraan oleh wasit, pelatih, dan pesenam.

C. KETENTUAN BAGI PESENAM, PELATIH, DAN WASIT

Bagian 1—HAK DAN TANGGUNG JAWAB

1.1 Hak dan Tanggung jawab Pesenam

1. Di antara hal-hal lain, para pesenam memiliki hak sebagai berikut:
 - a) Penampilannya dinilai secara benar, adil, dan sesuai dengan ketentuan yang ditentukan dalam Code of Points.
 - b) Disediakan peralatan yang memenuhi ketentuan pada kejuaraan resmi FIG.

- c) Diberi bantuan ke posisi menggantung oleh pelatih atau pesenam lain untuk memulai latihannya pada Gelang-Gelang dan Palang Tunggal.
 - d) Mempunyai satu penjaga yang hadir pada alat Gelang-gelang, Kuda Lompat, Palang Sejajar, dan Palang Tunggal.
 - e) Beristirahat atau memulihkan kondisi hingga 30 detik setelah jatuh dari alat.
 - f) Menggunakan magnesium, membuat penyesuaian pada peralatan pribadi, dan berbicara dengan pelatih selama tiga puluh detik yang tersedia setelah ia jatuh dari alat dan di antara lompatan pertama dan keduanya.
 - g) Memakai bandage, hand guards, dan dan pemakaian penjaga keselamatan yang normal dan masuk akal.
 - h) Memiliki waktu pemanasan selama tiga puluh detik pada setiap alat sesaat sebelum sesi kejuaraan berlangsung (maksimum tiga puluh detik per pesenam pada setiap alat) atau waktu pemanasan yang sesuai dengan peraturan teknis yang mengatur kejuaraan.
 - i) Mendapatkan tanda yang jelas dari Ketua Juri Alat (dengan lampu hijau pada kejuaraan resmi FIG) tiga puluh detik sebelum latihannya diperkirakan dimulai.
 - j) Menerima pemberitahuan tingkat kesulitan secara tertulis untuk element baru yang didaftarkan dalam waktu yang tidak terlalu lama setelah pendaftaran.
 - k) Mengulang latihannya jika latihan itu telah terganggu oleh hal-hal di luar kesalahannya sendiri.
 - l) Mendapat ijin untuk menyesuaikan ketinggian palang tunggal dan gelang-gelang jika pesenam mempunyai tinggi tubuh yang tidak terbantahkan.
 - m) Mengajukan permohonan kepada ketua pertandingan untuk sejenak meninggalkan arena kejuaraan untuk alasan keperluan pribadi yang alasannya tidak terbantahkan.
 - n) Mendapatkan nilainya diumumkan secara luas segera setelah latihannya selesai atau sesuai dengan ketentuan khusus yang mengatur kejuaraan.
2. Di antara hal-hal lain, pesenam memiliki tanggung jawab sbb:
- a) Mengetahui code of points dan mengatur perilakunya sesuai dengan ketentuan.
 - b) Menyerahkan, atau melalui pelatih, permohonan tertulis paling sedikit 24 jam sebelum podium training kepada ketua juri pertandingan untuk menilai elemen barunya.
 - c) Menyerahkan, atau melalui pelatih, permohonan tertulis paling sedikit 24 jam sebelum podium training, kepada ketua juri pertandingan, untuk meninggikan palang tunggal atau gelang-gelang, untuk mengakomodasi ketinggiannya, atau menyerahkan permohonan itu sesuai dengan peraturan teknis yang mengatur kejuaraan.
 - d) Memakai pakaian bertanding sesuai dengan ketentuan:
 - i. dia harus mengenakan pakaian yang model dan warnanya sama seperti anggota lainnya ketika turun bertanding pada kejuaraan beregu.
 - ii. dia harus memakai celana senam panjang dan kaus kaki pada Kuda Pelana, Gelang-Gelang, Palang Sejajar, dan Palang Tunggal. Celana senam panjang yang berwarna hitam atau berwarna lebih gelap dari biru, coklat, atau hijau tidak diperbolehkan.

- iii. dia memiliki pilihan untuk memakai celana pendek, dengan atau tanpa kaus kaki, atau celana senam panjang dengan kaus kaki pada alat Lantai dan Kuda Lompat.
- iv. dia harus memakai kaus senam singlet pada semua alat.
- v. dia memiliki pilihan apakah memakai sepatu senam atau tidak pada seluruh alat.
- vi. dia harus memakai nomor dada secara benar yang ditentukan oleh penyelenggara.
- vii. dia harus hanya memakai logo, pengenalan sponsor atau iklan, yang diperbolehkan oleh peraturan terbaru dari FIG.
- e) Menghormati kepada ketua juri wasit secara patut (mengangkat satu tangan) pada awal dan akhir penampilannya.
- f) Meyakinkan diri bahwa bandages, pelindung tangan, dan pemakaian pelindung lainnya ada dalam kondisi baik dan tidak merusak keindahan penampilan.
- g) Menahan diri untuk tidak berbicara dengan wasit aktif selama kejuaraan.
- h) Menahan diri untuk tidak mengubah ketinggian alat.
- i) Menahan diri dari upaya memperlambat kejuaraan, menaiki kembali podium ketika selesai menampilkan latihannya, dan menyalahgunakan hak-haknya atau melanggar hak pesenam lain.
- j) Menahan diri dari perilaku-perilaku yang tidak disiplin dan kasar.
- k) Berpartisipasi dalam Upacara Penghormatan Pemenang yang melibatkan dirinya.

1.2 Hak dan Tanggung jawab Pelatih

1. Di antara hal-hal lain, pelatih memiliki hak sbb:
 - a) Membantu pesenam atau regu di bawah bimbingannya dalam menyerahkan permohonan tertulis yang berkenaan dengan penyesuaian ketinggian alat dan penentuan tingkat kesulitan elemen baru.
 - b) Membantu pesenam atau regu di bawah pengawasannya selama periode pemanasan.
 - c) Membantu pesenam atau regu mempersiapkan alat untuk kejuaraan.
 - d) Mengangkat pesenam ke posisi menggantung pada Gelang-Gelang dan Palang Tunggal.
 - e) Berada dekat Gelang-Gelang, Kuda Lompat, Palang sejajar dan Palang Tunggal selama penampilan pesenam untuk alasan keselamatan.
 - f) Membantu atau memberi saran kepada pesenam selama tiga detik yang tersedia setelah pesenam jatuh dari alat serta di antara lompatan pertama dan kedua pada kuda lompat.
 - g) Mendapatkan nilai pesenamnya diumumkan kepada publik segera setelah penampilan pesenamnya selesai atau sesuai dengan ketentuan khusus yang mengatur kejuaraan.
2. Di antara hal-hal lain, pelatih memiliki tanggung jawab sebagai berikut:
 - a) Mengetahui Code of Points dan berperilaku secara patut.
 - b) Menyerahkan urutan tampil regunya serta informasi lain yang diperlukan sesuai dengan Peraturan Teknis yang mengatur kejuaraan.
 - c) Menahan diri untuk tidak merubah ketinggian alat.

- d) Menahan diri dari memperlambat kejuaraan dan dari menyalahgunakan hak-haknya atau melanggar hak peserta lain.
- e) Menahan diri untuk tidak berbicara dengan pesenam atau membantu pesenam dalam cara apapun selama menampilkan latihannya.
- f) Menahan diri untuk tidak terlibat dalam diskusi dengan wasit yang aktif bertugas selama kejuaraan.
- g) Menahan diri dari perilaku tidak disiplin dan kasar.
- h) Berpartisipasi dalam setiap UPP yang berkaitan.

1.3 Sanksi untuk Perilaku Buruk Pesenam dan Pelatih

1. Sanksi/hukuman normal bagi pelanggaran terhadap ketentuan dan harapan yang dituangkan dalam pasal 2 dan pasal 3 adalah pemotongan sebesar 0.20 poin untuk pelanggaran bersifat perilaku dan sebesar 0.30 untuk pelanggaran yang berkaitan dengan peralatan. Hukuman tersebut dikenakan pada nilai akhir.
2. Beberapa kemungkinan hukuman lain juga ada dan kesemuanya dipaparkan dalam pasal 4.5.
3. Kecuali dinyatakan sebaliknya, hukuman-hukuman ini selalu ditetapkan oleh Ketua Juri Alat kepada nilai akhir pesenam pada alat yang bersangkutan.
4. Dalam kasus yang ekstrim, pesenam atau pelatih dapat dikeluarkan dari kejuaraan di samping menderita hukuman khusus.
5. Pelanggaran dan hukuman yang bisa diterapkan adalah sebagai berikut:

Pelanggaran	Hukuman
Pelanggaran yang Bersifat Perilaku	
Hadirnya penolong yang tidak diijinkan	0.20 dari nilai akhir
Pelanggaran terhadap ketentuan berpakaian	0.20 dari nilai akhir (sekali untuk setiap sesi)
Tidak menghormat kepada ketua wasit sebelum atau sesudah latihan	0.20 masing-masing dari nilai akhir
Melebihi waktu 30 detik dari saat dipanggil hingga memulai penampilan latihan	0.20 dari nilai akhir
Melebihi waktu 30 detik dalam memulai kembali latihan setelah jatuh dari alat	Latihan selesai pada saat jatuh
Naik kembali ke podium setelah selesai melakukan latihan	0.20 dari nilai akhir
Pelatih berbicara dengan pesenam selama latihan	0.20 dari nilai akhir
Perilaku tidak disiplin dan kasar lainnya	0.20 dari nilai akhir pada saat itu dan dari alat sebelumnya
Pelanggaran yang berkaitan dengan peralatan	
Awalan melebihi 25 meter pada Kuda Lompat	0.30 dari nilai akhir (setiap kali dari lompatan yang dilakukan)
Gagal menggunakan pelapis papan tolak untuk gerakan awalan round off	0.30 dari nilai akhir (setiap kali dari lompatan yang dilakukan)

Salah menempatkan papan tolak untuk alat Palang Sejajar	0.30 dari nilai akhir
Menggunakan matras tambahan secara tidak sah atau tidak menggunakannya ketika diwajibkan	0.30 dari nilai akhir
Meninggikan alat tanpa ijin	0.30 dari nilai akhir
Pelanggaran Individual lainnya	
Tidak hadir di arena kejuaraan tanpa ijin	Diskualifikasi dari sisa kejuaraan
Tidak hadir pada acara UPP	Hasil dan nilai akhir dibatalkan untuk regu dan tujuan individual
Pelanggaran Regu	
Pesenam beregu salah dalam urutan tampil. Perilaku tidak disiplin dan kasar dari pelatih.	1.0 dari nilai total regu 1.0 dari nilai total regu (dan kemungkinan pengusiran dari arena kejuaraan)

1.4 Hak dan Tanggung jawab Komisi Teknik Putra

1. Pada kejuaraan resmi FIG, anggota-anggota dari komisi teknik akan bertindak sebagai berikut:
 - a) Ketua komisi teknik atau wakilnya akan bertindak sebagai ketua juri pertandingan. Tanggung jawabnya meliputi:
 - i. Menangani perkara (banding) sesuai dengan peraturan teknis yang berlaku pada kejuaraan tersebut.
 - ii. Memanggil dan memimpin seluruh pertemuan wasit dan sesi penyegaran.
 - iii. Menerapkan ketentuan dari peraturan wasit dan peraturan teknis yang berlaku pada kejuaraan tersebut.
 - iv. Menangani permohonan untuk menentukan tingkat kesulitan gerakan baru, meningkatkan ketinggian Palang Tunggal dan atau Gelang-Gelang, meninggalkan arena kejuaraan, dan masalah-masalah lain yang mungkin timbul. Keputusan-keputusan tersebut biasanya dibuat oleh Komisi Teknik Putra.
 - v. Memenuhi tugas-tugas tambahan lain sebagai mana digariskan dalam peraturan teknis yang berlaku pada kejuaraan tersebut.
 - b) Anggota Komisi Teknik atau wakilnya masing-masing akan bertindak sebagai Ketua juri alat pada satu alat. Tanggung jawabnya meliputi:
 - i. Mengetuai dan mengontrol kegiatan dari juri A dan juri B.
 - ii. Membantu ketua komtek dalam seluruh kegiatan pertemuan wasit dan sesi penyegaran.
 - iii. Memenuhi fungsi-fungsi sebagaimana digariskan dalam pasal 10.

1.5 Hak dan Tanggung Jawab Wasit

1. Di antara hal-hal lain, setiap anggota dari wasit alat mempunyai tanggung jawab sebagai berikut:

- a) Memiliki dan secara mendalam menguasai isi code of points, peraturan teknis, dan informasi teknis lainnya yang perlu baginya untuk melaksanakan tugasnya dalam kejuaraan tersebut.
 - b) Memiliki brevet wasit terbaru baik nasional maupun internasional yang diperlukan untuk kejuaraan dan tingkat yang diwasitinya.
 - c) Menjadi expert dalam senam kontemporer dan mengerti maksud, tujuan, interpretasi, dan penerapan dari setiap peraturan.
 - d) Menilai setiap penampilan secara objektif, akurat, konsisten, etis, adil, dan cepat, dan ketika merasa ragu-ragu, memberikan manfaat dari keraguan itu pada pesenam.
 - e) Menghadiri seluruh pertemuan dan penyegaran wasit yang dijadwalkan dan menghadiri acara latihan podium pada kejuaraan resmi FIG.
 - f) Mentaati setiap instruksi yang berkaitan dengan pengorganisasian dan perwasitan yang diberikan oleh otoritas yang berlaku.
 - g) Tampil di arena kejuaraan secara siaga, tenang, siap bertugas, dan berpakaian patut (jas biru tua, celana abu-abu, kemeja warna terang dengan berdas), dan sedikitnya satu jam sebelum kejuaraan berlangsung kecuali jika instruksi yang diperlukan telah diberikan.
 - h) Berkemampuan untuk memenuhi tugas-tugas sebagai juri A dan atau juri B pada setiap saat tanpa diberitahukan terlebih dahulu.
 - i) Berkemampuan untuk memenuhi bermacam-macam tugas mekanis, yang meliputi:
 - Menyelesaikan lembar nilai yang diperlukan secara benar.
 - Menggunakan setiap peralatan komputer atau mekanis yang diperlukan.
 - Memudahkan mekanisme pelaksanaan kejuaraan secara efisien, dan
 - Berkomunikasi secara efektif dengan peserta lain.
 - j) Tetap duduk pada kursi tugasnya dan menahan diri untuk tidak kontak atau berdiskusi dengan pesenam, pelatih, dan wasit lain selama kejuaraan.
 - k) Berperilaku secara profesional pada setiap saat yang konsisten dengan kemajuan dan perkembangan dari olahraga senam.
 - l) Memenuhi tugas-tugas sebagaimana telah digariskan dalam Pasal 10.1 (Ketua wasit), Pasal 10.2 (juri A) atau Pasal 10.3 (juri B).
2. Hukuman untuk penilaian dan perilaku yang tidak patut oleh wasit sesuai dengan versi terbaru dari peraturan perwasitan dan atau peraturan teknis yang berlaku pada kejuaraan tersebut.
 3. Seorang wasit memiliki hak untuk mengajukan protes tertulis kepada ketua juri pertandingan dalam hal tindakan sewenang-wenang terhadapnya oleh ketua wasit alat atau kepada juri of appeal dalam hal di mana ketua juri pertandingan terlibat dalam tindakan yang telah dilakukan tersebut.

1.6 Janji Wasit

Pada kejuaraan-kejuaraan FIG resmi dan pada kejuaraan penting lain, juri dan wasit akan bersama-sama menyatakan janjinya yang disebut “janji wasit” yang berbunyi sebagai berikut:

Demi kehormatan kami menyatakan bahwa , dalam tugas kami sebagai wasit, kami akan merelakan diri kami untuk dibimbing hanya oleh semangat kesetiaan dan kewibawaan olahraga dan kami berikrar untuk mewasiti secara bersungguh-sungguh dan tidak memperhatikan kepentingan pribadi atau daerah.

Bagian 2—PENGORGANISASIAN JURI ALAT

2.1 Komposisi dari Juri Alat

1. Untuk semua kejuaraan FIG resmi (Kejuaraan Dunia, Olimpiade, Final Piala Dunia), juri alat akan terdiri dari:
 - a) Seorang Ketua juri alat yang memiliki yurisdiksi terhadap juri A dan juri B dan merupakan anggota dari, atau ditunjuk oleh, Komisi Teknik Artistik Putra FIG.
 - b) Juri yang terdiri dari dua orang wasit, yang di antara keduanya ditunjuk oleh Komisi Teknik Artistik Putra FIG sesuai dengan peraturan teknis FIG yang paling baru.
 - c) Sebuah panel juri B yang terdiri dari enam orang wasit.
 - d) Wasit tambahan dan asisten seperti:
 - i. Dua orang hakim garis untuk Lantai.
 - ii. Seorang pencatat waktu untuk Lantai dan/atau untuk pencatat waktu pemanasan.
 - iii. Asisten lain seperti scorer, sekretaris, operator komputer, pelari, dsb. sebagaimana diperlukan untuk kejuaraan tersebut.
2. Jumlah wasit dan komposisi dari juri alat sama untuk seluruh kompetisi (Kualifikasi, Final Beregu, Final Serba bisa, dan Final Per alat).
3. Modifikasi terhadap kekhususan dalam Pasal 8.1 mungkin dilakukan dan dapat diterima pada kejuaraan internasional lainnya, kejuaraan kontinental, dan untuk kejuaraan lokal dan nasional. Dalam keadaan demikian, ketentuan yang membatasi perbedaan nilai tengah pemotongan yang diperbolehkan akan berpengaruh. Pada kejuaraan dengan empat atau lebih sedikit wasit juri B, perbedaan antara jumlah dua nilai tengah pemotongan tidak boleh melebihi:

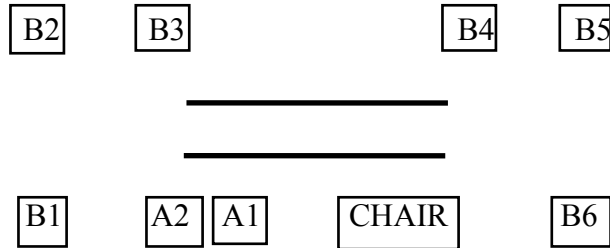
0.20	untuk pemotongan antara	0.00 - 0.50
0.30	untuk pemotongan antara	0.55 - 1.00
0.40	untuk pemotongan antara	1.05 - 2.00
0.50	untuk pemotongan antara	> 2.00

Pada kejuaraan seperti itu, ketua juri alat akan memecahkan perbedaan nilai tengah yang berlebihan dengan membuat penyesuaian sesuai dengan perbedaan yang diperbolehkan.

4. Pemilihan, penugasan, atau pengundian wasit untuk setiap juri akan dilaksanakan sesuai dengan peraturan teknis terbaru atau peraturan perwasitan yang mengatur kejuaraan tersebut.
5. Kualifikasi wasit yang diwajibkan untuk setiap juri dan setiap tugas-tugas tambahan akan disesuaikan dengan ketentuan teknis atau perwasitan terbaru yang mengatur kejuaraan tersebut.

2.2 Pengaturan Penempatan dan Prosedur Kerja Wasit

1. Setiap wasit akan ditempatkan dari alat pada lokasi dan jarak yang memungkinkan wasit bisa memandang jelas seluruh penampilan dan yang memungkinkannya memenuhi seluruh tugas-tugas penilaiannya.
2. Pada kejuaraan FIG resmi, ketua juri alat dan juri A biasanya akan duduk berdekatan dalam satu garis di depan alat.



3. Pada kejuaraan FIG resmi, penempatan juri B biasanya akan searah jarum jam mengitari alat, dimulai dari sebelah kiri ketua juri, dan untuk Kuda Lompat, dekat ke daerah pendaratan. Variasi dalam hal penempatan wasit dimungkinkan tergantung pada kondisi yang tersedia di gedung senam.
 - a) Dua hakim garis pada alat Lantai akan ditempatkan pada dua sudut berlawanan secara diagonal. Masing-masing hakim garis akan mengamati dua garis yang paling dekat kepadanya.
 - b) Pencatat waktu pada Lantai akan duduk di dekat meja ketua juri alat.
4. Pada kejuaraan resmi FIG seluruh score wasit disalurkan melalui peralatan komputer. Akan tetapi, para wasit harus tetap memelihara catatan pribadi tertulisnya.
5. Pada kejuaraan tanpa jalur komputer langsung, wasit juri A1 biasanya akan menyerahkan catatan scorenya kepada ketua juri alat setelah bersetuju dalam hal Nilai Awal (starting value) dan juri B akan menyerahkan scorenya secara individual yang dikumpulkan oleh petugas pembantu dan menyerahkannya kepada ketua juri alat.

2.3 Fungsi dari Juri pada alat selama kejuaraan

1. *Ketua Juri Alat* memiliki fungsi sebagai berikut:
 - a. Mengkoordinasi dan mengontrol kerja dari seluruh anggota juri di alat yang bersangkutan.
 - b. Bertindak sebagai penghubung antara juri alat dengan ketua juri kejuaraan.
 - c. Memastikan jalannya pelaksanaan kejuaraan pada alat yang dipimpinnya secara efisien, termasuk mengontrol waktu latihan. Di samping itu, ia juga harus:
 - i. Memberikan tanda bendera hijau atau lampu atau tanda apa saja yang mencolok bagi pesenam bahwa ia harus mulai latihannya dalam 30 detik dari tanda itu.

- ii. Mengakui penyelesaian latihan pesenam ybs.
 - d. Menilai secara aktif dan akurat setiap aspek (Nilai Awal dan pelaksanaan) dari setiap latihan pada alat yang menjadi tanggung jawabnya, dan melakukan hal tersebut atas dasar persyaratan yang berlaku untuk juri-A dan juri-B.
 - e. Mengontrol penilaian total dan nilai akhir dari setiap latihan.
 - f. Memastikan bahwa pesenam dinilai dengan skor yang benar. Hal ini bisa dilakukan— dengan persetujuan ketua juri kejuaraan dan sebagaimana telah digariskan dalam TR terbaru— dengan merubah nilai yang tidak cocok terlalu ekstrim. Tindakan demikian dapat menghasilkan pula hukuman bagi satu atau beberapa wasit.
 - g. Menengahai perbedaan yang terjadi antara juri A1 dan juri A2 dan menentukan Nilai Awal jika kedua juri A tersebut tidak mencapai kesepakatan.
 - h. Menerapkan pemotongan tambahan dan hukuman terhadap pelanggaran aturan garis, perilaku disiplin, waktu (pada lantai), sebagaimana ditetapkan Code of Points.
 - Pemotongan tambahan untuk perilaku yang buruk, garis dan waktu pada lantai, diambil dari nilai akhir sebelum diumumkan.
 - i. Menerapkan peraturan perwasitan yang berhubungan dengan pengontrolan wasit dalam hal kejujuran, konsistensi, dan sepenuhnya sesuai dengan peraturan dan kriteria yang berlaku.
 - j. Menjalankan tanggung jawabnya sesuai dengan ketentuan pada pasal 6.
2. Wasit dari juri A memiliki fungsi sebagai berikut:
- a. Wasit A1 (Assiten Teknik/TA) dipilih oleh Komisi Teknik FIG/Persani)
 - i. Membantu ketua juri alat dan sekaligus menjadi koordinator dan anggota dari juri A.
 - ii. Memberitahukan kepada ketua juri alat tentang hilangnya Persyaratan Khusus di samping beberapa penyimpangan dari Nilai Awal.
 - iii. Memasukkan atau menyerahkan Nilai Awal yang sudah disepakati atau memberitahukan ketua juri alat bahwa wasit A tidak setuju dengan Nilai Awalnya.
 - iv. Menyerahkan laporan singkat pada ketua juri alat tentang masalah, pelanggaran, atau ketidakjelasan nilai dari beberapa pesenam pada akhir kejuaraan.
 - v. Menyerahkan laporan tertulis tentang isi seluruh latihan dari semua pesenam kepada ketua komisi teknik dan ketua juri alat dalam waktu 2 bulan setelah kejuaraan.
 - b. Wasit A1 dan A2 memiliki fungsi sebagai berikut:
 - i. Menilai isi dari latihan. Tugas ini meliputi:
 - Memastikan kembali terpenuhinya persyaratan khusus dan meanksir bahwa persyaratan itu memenuhi kriteria untuk diakui.
 - Memastikan kembali bahwa faktor tingkat kesulitan minimum telah dipenuhi.
 - Menentukan nilai bonus dari elemen individu maupun dari gabungan.
 - Menghitung Nilai Awal yang benar.

- ii. Menilai seluruh aspek dari Nilai Awal sesuai dengan peraturan yang ditetapkan pada pasal 3.
 - iii. Setiap wasit dari juri-A akan mengevaluasi isi dari latihan secara terpisah, tetapi dapat berkonsultasi satu sama lain.
 - iv. Untuk memenuhi tugas-tugasnya secara benar, juri A diwajibkan untuk mencatat tanpa salah isi latihan setiap pesenam.
 - v. Memenuhi tanggung jawabnya sesuai dengan pasal 6.
3. Wasit anggota juri B memiliki fungsi sebagai berikut:
 - a. Setiap wasit dari juri B akan menilai latihan dan menentukan jumlah kesalahan (pemotongan) dari pelaksanaan teknik dan posisi tubuh secara terpisah, tanpa berkonsultasi dengan yang lain.
 - b. Setiap wasit dari juri B harus menghitung dan menyerahkan atau mengumumkan pemotongannya dalam 10 detik setelah latihan selesai. Pengumuman skor ini harus terjadi bersamaan dengan seluruh wasit tanpa harus melihat terlebih dahulu nilai orang lain.
 - c. Juri B akan menilai seluruh aspek dari Pelaksanaan Latihan sesuai dengan aturan yang ditetapkan dalam pasal 6 hingga 12.
 - d. Memenuhi tanggung jawabnya sesuai dengan pasal 6.
 4. Hakim garis harus memberikan informasi kepada ketua juri alat tentang semua penyimpangan dan pemotongan dan tanda-tanda serta menyerahkan catatan tertulis yang layak tentang kejadian itu.
 5. Hakim waktu pada lantai harus memberikan tanda yang dapat terdengar oleh pesenam, juri A dan juri B pada detik ke enam puluh dan diulang pada detik ke tujuh puluh. Dalam hal terjadinya penyimpangan waktu di mana tidak tersedia komputer untuk memasukkan catatannya, ia diwajibkan mencatat lamanya waktu penyimpangan tersebut dari detik ke tujuh puluh. Dia harus menandatangani dan menyerahkan catatan tertulisnya secara memadai.

D. PERATURAN UMUM PENILAIAN

Bagian 1—UMUM

1.1 Latihan Rangkaian Bebas

Rangkaian bebas adalah penyajian latihan yang dipilih sendiri oleh pesenam, termasuk arah dan kombinasi atau gabungan gerakannya. Oleh karena itu, Nilai Awal pesenam yang dihitung oleh juri A bisa berbeda-beda antara pesenam satu dan pesenam lainnya. Walaupun dipilih sendiri oleh pesenam, tentunya pemilihan gerakan dan konstruksinya tersebut harus mengikuti pedoman umum seperti telah disusun oleh PB Persani, yang juga didasarkan pada peraturan senam yang dikembangkan oleh FIG. Pedoman-pedoman itulah yang harus juga dikuasai wasit, sehingga ada kesesuaian dan keseragaman dalam ketentuan-ketentuannya. Untuk

wasit peringkat 3, pedoman ini mengikuti ketentuan yang berlaku bagi para pesenam dari peringkat 6 sampai peringkat 10.

1.2 Struktur Penilaian Latihan

Rangkaian bebas, seperti juga rangkaian wajib, dinilai hingga nilai maksimal 10.00. Akan tetapi, nilai 10.00 itu berbeda asalnya, dan dalam rangkaian bebas berasal dari empat faktor, kecuali Kuda Lompat yang mempunyai cara penilaian sendiri, yaitu:

Juri A

Tingkat Kesulitan	nilai tergantung peringkatnya
Persyaratan Khusus	nilai tergantung peringkatnya
Nilai Bonus	<u>nilai tergantung peringkatnya</u>
Jumlah	nilai tergantung peringkatnya

Juri B

Pelaksanaan Latihan (teknik dan posisi)	nilai tergantung peringkatnya
---	-------------------------------

Nilai Awal

10.00

Seperti terlihat dari komposisi di atas, setiap faktor memiliki nilainya masing-masing. Di atas tidak dicantumkan, karena untuk setiap peringkat pesenam, alokasi nilainya berbeda-beda. Yang pasti, nilai maksimal untuk semua peringkat adalah 10.00. Lihat tabel di bawah ini, untuk melihat masing-masing nilai dari setiap faktor pada masing-masing peringkat:

Faktor Penilaian	Per 6	Per 7	Per 8	Per 9	Per 10
Tingkat Kesulitan	1.40	1.70	1.80	2.30	2.80
Persyaratan Khusus	0.80	0.80	0.80	1.00	1.00
Nilai Bonus	1.80	1.80	1.80	1.70	1.20
Pelaksanaan	6.00	5.70	5.60	5.00	5.00
Jumlah total	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00

Bagian 2—TINGKAT KESULITAN

2.1 Pengertian Tingkat Kesulitan

Yang dimaksud dengan Tingkat kesulitan adalah sejumlah gerakan yang dilakukan pesenam untuk menyusun sebuah rangkaian bebasnya, yang pemilihannya didasarkan pada kemampuan pesenam, apakah akan memilih gerakan sulita atau gerakan sederhana. Tingkat kesulitan dalam senam terdiri dari 6 kelompok tingkat kesulitan, yang dinamai atau dikelompokkan sesuai abjad dari A sampai E dan Super E. Pengelompokkan ini didasarkan pada kesulitan gerakan, dari mulai gerakan paling mudah hingga gerakan yang paling sulit, dan ditentukan pula nilai masing-masing kelompok itu sesuai kesulitannya pula. Tingkat kesulitan itu adalah sbb:

Elemen A: gerakan mudah, seperti handspring, atau flic-flac pada Lantai

Elemen B: gerakan yang kesulitannya sudah meningkat, seperti salto depan/belakang.

Elemen C: gerakan yang kesulitannya sudah cukup sulit, seperti salto belakang ganda.

Elemen D: gerakan yang sulit, seperti salto belakang ganda tubuh lurus.

Elemen E: gerakan yang sangat sulit, seperti salto belakang lurus ganda dengan 1 putaran twist.

Elemen Super E: gerakan yang sangat ekstrim sulit, misalnya salto belakang tiga kali.

(lihat FIG Code of Points Edisi 2001-2004).

2.2 Nilai Tingkat Kesulitan

Setiap keterampilan atau gerakan senam yang dikelompokkan, mempunyai nilai masing-masing sebagai berikut:

Elemen A : 0.10

Elemen B : 0.30

Elemen C : 0.50

Elemen D, E, dan Super-E tidak diberi nilai yang menyumbang pada faktor Tingkat Kesulitan, tetapi hanya berfungsi untuk mengumpulkan Nilai Bonus, yang keterangan rincinya dapat dilihat pada bagian yang bersangkutan (nilai bonus).

Dengan ketentuan tersebut, setiap gerakan dari kelompok gerakan tertentu akan menyumbang sebesar nilai di atas, sampai jumlahnya memenuhi batas maksimal. Demikian juga kebalikannya, jika syarat Tingkat Kesulitan seorang pesenam kurang dari yang dipersyaratkan, maka kekurangannya akan sesuai dengan nilai tingkat kesulitan yang kurang itu.

Faktor tingkat kesulitan untuk masing-masing peringkat, diatur dalam tabel berikut:

Faktor Penilaian	Per 6	Per 7	Per 8	Per 9	Per 10
Syarat Tingkat Kesulitan	1.40	1.70	1.80	2.30	2.80
Diperoleh dari	5A+3B	5A + 4B	4A+3B+1C	4A+3B+2C	4A+3B+3C
Keterangan	5A= 0.5 3B= 0.9	5A= 0.5 4B= 1.2	4A= 0.4 3B= 0.9 1C= 0.5	4A= 0.4 3B= 0.9 2C= 1.0	4A= 0.4 3B= 0.9 3C= 1.5

Keterangan tambahan untuk penghitungan Tingkat Kesulitan:

1. Nilai maksimum dari nilai Tingkat Kesulitan selalu harus sesuai dengan ketentuan di atas. Artinya, setiap kelebihan pelaksanaan elemen gerakan dari yang sudah ditetapkan, tidak akan membuat nilai maksimum itu berubah menjadi lebih tinggi.
2. Tingkat Kesulitan yang lebih tinggi selalu bisa menggantikan sepenuhnya kehilangan dari elemen yang lebih rendah, misalnya kelebihan elemen B akan

selalu bisa menggantikan elemen A yang kurang, demikian juga elemen C, D, atau E dapat menggantikan kekurangan dari elemen di bawahnya. Artinya, kekurangan 1 elemen A akan dapat digantikan oleh kelebihan 1 elemen B. Demikian seterusnya.

3. Sebaliknya, elemen yang lebih rendah tidak akan dapat menggantikan kekurangan dari elemen yang lebih tinggi.
4. Satu elemen tidak dapat menggantikan kekurangan 2 buah elemen yang lebih rendah. Ini juga berlaku untuk elemen yang dihasilkan dari gabungan 2 buah elemen. Misalnya elemen salto + salto yang bernilai C, tidak dapat menggantikan kekurangan dua buah elemen B, walaupun dua buah salto tadi masing-masing bernilai B.

Bagian 3—PERSYARATAN KHUSUS

3.1 Pengertian Persyaratan Khusus

Persyaratan Khusus pada dasarnya merupakan tuntunan sekaligus tuntutan agar setiap pesenam dapat menyusun rangkaian latihannya secara proporsional atas kelompok-kelompok gerakan yang bervariasi, bukan sebaliknya. Dengan demikian hal tersebut akan mencegah kecenderungan di mana seorang pesenam hanya mempelajari gerakan-gerakan yang disukainya saja, sehingga konstruksi latihannya nampak monoton.

Faktor Persyaratan Khusus diwakili oleh gerakan-gerakan dari kelompok yang berbeda, di mana tidak terpenuhinya syarat tadi akan menghasilkan pemotongan nilai pada nilai awalnya, yang akan dilakukan oleh juri A.

Pada setiap alat, dan juga untuk setiap kelompok atau peringkat pesenam, persyaratan khusus yang diperlukan berbeda-beda, ditandai dengan persyaratan yang lebih ringan untuk peringkat yang lebih rendah, dan bergerak naik tingkat kesulitannya sesuai dengan lebih tingginya peringkat pesenam.

Setiap persyaratan khusus mewakili nilai tertentu, yaitu sebesar 0.20. Oleh karena itu, jumlah persyaratan khusus yang ditetapkan pada setiap dan setiap peringkat menunjukkan pula nilai keseluruhan dari faktor persyaratan khusus. Misalnya, jika persyaratan khusus di satu peringkat ada 4 persyaratan khusus, maka nilai keseluruhannya adalah 0.80. Perhitungan ini akan memudahkan pula cara mengurangi nilai persyaratan khusus, jika diketahui ada kekurangan. Kurang satu persyaratan khusus, maka nilainya dikurangi sebesar 0.20, dan seterusnya.

3.2 Ketentuan Persyaratan Khusus

Di bawah ini adalah ketentuan persyaratan khusus yang harus dipenuhi pada setiap Peringkat, dan elemen apa saja yang menjadi persyaratan khusus pada setiap alat:

Faktor Penilaian	Per 6	Per 7	Per 8	Per 9	Per 10
Nilai Persyaratan Khusus	0.80	0.80	0.80	1.00	1.00
Diperoleh dari	4 PK	4 PK	4 PK	5 PK	5 PK

Adapun gerakan yang dijadikan persyaratan khusus adalah sbb:

Peringkat	Lantai	kuda Pelana	Gelang-Gelang	Kuda Lompat	Palang Sejajar	Palang Tunggal
6	-Tiga jalur rangkaian akrobatik dengan arah berbeda, salah satunya dengan 3 elemen - Press ke handstand bernilai A	- 1 travel dengan side atau cross - 1 circle dengan cross support - 2 gunting arah berbeda (nilai berdiri sendiri)	-Press handstand - Dislocate di atas gelang-gelang - Back uprise - Dismount salto	- Tinggi 105 cm - kuda memanjang - Jarak pendaratan minimal 180 cm	- Ayun ke handstand 2 detik - Stutzkehre minimal 45 derajat - Elemen melepas dan menangkap dua tangan (A) - Dismount salto	- Overgrip giant -Undergrip giant - Elemen inbar minimum A - Dismount salto
7	-Tiga jalur rangkaian akrobatik dengan arah berbeda, salah satunya dengan 3 elemen - Press ke handstand bernilai B	- 1 travel dengan side atau cross - 1 circle dengan cross support - 2 gunting arah berbeda. - 1 circle bernilai B	-Press handstand - Back uprise - Elemen kekuatan bertahan (statis) 2 detik minimum A - Dismount salto	- Tinggi 105 cm - kuda memanjang - Jarak pendaratan minimal 180 cm	- Ayun ke handstand 2 detik - Stutzkehre minimal 45 derajat - Elemen melepas dan menangkap dua tangan (A) - Dismount salto	- Overgrip giant -Undergrip giant - Elemen inbar minimum A - Dismount salto
8	-Tiga jalur rangkaian akrobatik dengan arah berbeda, salah satunya dengan elemen C - Press ke handstand bernilai B atau elemen bertahan B	- 1/3 travel dengan cross support - 1 circle pada satu pelana - 2 gunting arah berbeda. - 1 circle setengah putar bernilai B (DSB atau DSA)	- Ayun ke handstand - Back uprise ke L posisi dan press ke handstand - Elemen kekuatan bertahan (statis) 2 detik minimum B - Dismount salto	- Tinggi 125 cm - kuda memanjang - Jarak pendaratan minimal 200 cm	- Elemen Ayunan dari tumpu lengan atas (B) - Stutzkehre ke handstand - Elemen melepas dan menangkap dua tangan (B) - Dismount salto (B)	- Overgrip giant hop ke under grip - Putaran B dari giant - Elemen inbar minimum B - Dismount salto
9	- Elemen keseimbangan, kekuatan dana kelentukan. - Elemen lompatan,	- Ayunan kaki tunggal - Circle dan flair dengan atau tanpa spindle dan handstand	- Elemen Kip dan ayunan -Ayun ke handstand (2 detik) - Ayun ke	- Tinggi 135 cm - kuda memanjang - Jarak pendaratan minimal 250	- Elemen Ayunan melalui tumpuan kedua palang - Elemen	- Ayunan gantung panjang dengan atau tanpa putaran - Elemen

	putaran, dan circle tungkai - Elemen akrobatik ke depan - Elemen akrobatik ke belakang - Elemen akrobatik menyamping dan tolakang membelakang dengan 1/2 putaran	- travel dalam cross atau side support - ayunan kehre atau wende - Dismount	elemen bertahan (2 detik) - Elemen kekuatan bertahan (statis) 2 detik minimum B - Dismount	cm	ayunan dari tumpuan lengan atas - Elemen ayunan melalui gantungan pada dua palang - Handstand dan elemen menyamping pada satu palang - Dismount	layangan dan menangkap kembali - Elemen “in bar” - Elemen el-grip dan gantung belakang (dorsal hang) atau elemen rearway ke palang - Putaran B dari giant - Dismount salto
10	FIG	FIG	FIG	FIG	FIG	FIG

Bagian 4—NILAI BONUS

4.1 Pengertian Nilai Bonus

Nilai bonus adalah nilai yang dihadiahkan kepada pesenam karena melakukan gerakan atau keterampilan yang tingkat kesulitannya tinggi dengan teknik dan pelaksanaan yang baik. Nilai bonus ini bertindak untuk membedakan antara penampilan latihan yang bagus yang berisi elemen-elemen yang lebih tinggi dari yang dipersyaratkan serta gabungan-gabungannya.

Nilai bonus dapat diberikan hanya untuk elemen dan gabungannya yang ditampilkan dengan pelaksanaan teknik dan posisi tubuh yang baik. Nilai bonus diberikan hanya untuk elemen individual atau gabungan, yang diakui sesuai ketentuan pada setiap peringkatnya dan ditampilkan tanpa mengandung kesalahan besar.

4.2 Ketentuan Nilai Bonus

Di bawah ini adalah ketentuan Nilai Bonus maksimum yang dapat diberikan pada setiap peringkat:

Faktor Penilaian	Per 6	Per 7	Per 8	Per 9	Per 10
Nilai Bonus Maksimum	1.80	1.80	1.80	1.70	1.20

Adapun ketentuan yang berlaku bagi setiap peringkat adalah:

Peringkat	Ketentuan Bonus
6	Tambahan B= 0.20, C=0.40, D= 0.60 Gabungan: B+C, C+B=0.20, C+C=0.40, C+D=0.60
7	Tambahan B= 0.20, C=0.30, D=0. 40 Gabungan: B+C, C+B=0.20, C+C=0.30, C+D=0.40
8	Tambahan C = 0.20, D = 0,30, E = 0.40, SE = 0.50 Gabungan: B+C, C+B= 0.20 B+D, D+B, C+C= 0.30 B+E, C+D, D+C = 0.40 C+E, D+D= 0.50 D+E, E+E= 0.60
9	Tambahan C = 0.10, D = 0,20, E = 0.30, SE = 0.40 Gabungan: B+C, B+D, B+E, C+C (sebaliknya) = 0.10 C+D, C+E, D+D (atau sebaliknya) = 0.20 D+E, E+E (atau sebaliknya)= 0.30
10	Elemen D= 0.10, E= 0.20, SE= 0.30 Gabungan: D+D = 0.10, D+E, E+D, E+E=0.20

Keterangan dalam pemberian nilai bonus berlaku sebagai berikut:

Untuk Peringkat 6, 7, 8, dan 9, sebuah elemen tidak dapat berfungsi ganda untuk memenuhi dua persyaratan. Artinya, jika elemen B, C, D, E, atau Super-E dilakukan untuk memenuhi syarat Tingkat Kesulitan, elemen-elemen itu tidak lagi berhak mendapatkan nilai bonus. Misalnya, jika seorang pesenam dari Peringkat 6 melakukan elemen 4A dan 4B (seharusnya 5A + 3B), maka tambahan 1 B tadi tidak berhak diberi nilai bonus karena harus mengganti kekurangan 1 A. Demikian juga jika pada peringkat 8 seorang pesenam melakukan elemen 4A+3B+1D (seharusnya 4A+3B+1C), maka elemen D tersebut tidak berhak menerima nilai bonus, karena harus menggantikan kekurangan elemen C yang diwajibkan.

Sedangkan untuk peringkat 10, ketentuan ini tidak berlaku. Artinya, sebuah elemen yang berhak untuk mendapat nilai bonus, juga berfungsi ganda untuk dapat dipakai memenuhi syarat Tingkat Kesulitan.

Bagian 5—PERSYARATAN DISMOUNT

5.1 Pengertian Dismount

Dismount adalah gerakan akhir dari suatu rangkaian latihan, yang dalam senam kontemporer harus memenuhi syarat estetis dan kespektakuleran karena menjadi penutup terhadap timbulnya kesan latihan secara keseluruhan. Idealnya, latihan harus bersifat menarik dan ditutup dengan dismount yang spektakuler. Namun karena tidak mungkin mempersyaratkan semua melakukan hal yang sama, maka ditentukan sedikit persyaratan dikaitkan dengan dismount ini sebagai berikut, untuk sedikitnya sepadan dengan isi latihan:

Faktor Penilaian	Per 6	Per 7	Per 8	Per 9	Per 10
Syarat Bonus	min. A	min. B	min. B	min. C	min. C
Pemotongan	< A=	A= 0.10	A= 0.10	A= 0.10	A= 0.10

	0.10	Non= 0.20	Non= 0.20	B= 0.20 non= 0.30	B= 0.20 non= 0.30
--	------	--------------	-----------	----------------------	----------------------

Bagian 6— RINGKASAN PENILAIAN JURI A

6.1 Ketentuan yang Berhubungan dengan Pengakuan Tingkat Kesulitan

1. Juri A bertanggung jawab untuk menilai isi latihan dan menentukan Nilai Awal yang benar pada setiap alat seperti ditetapkan pada Bab 7 hingga 12. Kecuali dalam keadaan seperti ditetapkan dalam pasal 15.5, juri A diwajibkan mengakui dan memberikan kredit pada setiap elemen yang ditampilkan dengan benar.
2. Pesenam diharapkan memasukkan dalam latihannya hanya elemen yang dapat dia lakukan dengan keselamatan penuh dan dengan derajat estetika dan penguasaan teknik yang tinggi. Elemen yang ditampilkan dengan buruk tidak akan diakui oleh juri A dan akan dipotong oleh juri B.
3. Setiap elemen dibatasi dengan posisi akhir yang sempurna atau sebagai ditampilkan dengan kesempurnaan.
4. Suatu elemen yang tidak diakui oleh juri A tidak akan menerima nilai elemen itu dan tidak berhak untuk mendapat nilai bonus. Dismount yang sah yang tidak memiliki tingkat kesulitan yang diakui untuk alasan penampilan tidak akan menerima kredit untuk memenuhi persyaratan bonus.
5. Suatu elemen tidak diakui oleh juri A jika gerakannya menyimpang secara berlebihan dari pelaksanaan yang ditetapkan. Suatu elemen tidak akan diakui atau diberi nilai untuk alasan-alasan di bawah ini, tetapi tidak semata-mata perlu dibatasi oleh:
 - a) Jika elemen diselesaikan dengan kesalahan besar atau jatuh.
 - b) Jika, pada Lantai, elemen ditampilkan seluruhnya di luar batas wilayah lantai (lihat Bab 7)
 - c) Jika, pada Kuda Lompat, pesenam menampilkan Lompatan yang tidak sah seperti ditetapkan pada Bab 10.
 - d) Jika pada Palang Tunggal, suatu elemen ditampilkan dengan atau dari kedua kaki pada palang (lihat Bab 12).
 - e) Jika elemen statis bertahan dengan kaki buka (straddle) pada setiap alat ditampilkan tetapi tidak terdaftar pada Tabel Tingkat Kesulitan.
 - f) Jika suatu elemen berubah banyak dalam pelaksanaannya sehingga tidak dapat dikenali sebagai salah satu elemen yang memiliki kode nomor identifikasi atau nilai (lihat juga Bab 13.3), misalnya:
 - i. Elemen kekuatan yang ditampilkan dengan hampir seluruhnya ayunan.
 - ii. Suatu elemen ayunan ditampilkan dengan hampir seluruhnya kekuatan.
 - iii. Elemen posisi lurus ditampilkan dengan posisi tekuk atau menyudut atau sebaliknya. Dalam hal demikian, suatu elemen normalnya diberi nilai sesuai dengan elemen yang ditampilkan.
 - iv. Elemen kekuatan yang biasanya ditampilkan dengan kaki rapat ditampilkan dengan kaki terbuka (straddle).

- v. Elemen kekuatan bertahan yang ditampilkan dengan lengan benar-benar bengkok.
- vi. Suatu elemen dalam atau ke handstand pada gelang-gelang yang dikontrol dengan kedua tungkai atau kaki menyentuh atau mengait kabel.
- g) Jika elemen telah diselesaikan dengan bantuan dari penolong atau pelatih.
- h) Jika pesenam jatuh pada atau dari atas alat pada saat melakukan suatu elemen, atau merubahnya, atau menghentikan gerakannya dalam beberapa cara yang berbeda.
- i) Jika pesenam jatuh pada atau dari atas alat pada saat sebuah elemen tanpa pernah mencapai posisi akhir yang memungkinkan diteruskannya gerakan itu hingga sedikitnya sebuah ayunan atau yang sebaliknya gagal memperlihatkan kontrol sesaat pada elemen itu selama pendaratan atau menangkap kembali.
- j) Jika suatu elemen kekuatan bertahan atau elemen bertahan sederhana ditahan kurang dari satu detik.
- k) Jika suatu press atau naik dari kekuatan (pull out) tiba dari elemen kekuatan bertahan yang belum diakui atau diberi nilai karena berbagai alasan.
- l) Jika suatu elemen berputar (twist) pada umumnya alat ditampilkan dengan kelebihan atau kekurangan putaran dari 90° atau lebih atau jika elemen ayunan ditampilkan dengan penyimpangan dari posisi akhir yang sempurna dari 45° atau lebih besar (lihat Bab 13.1). Dalam beberapa keadaan, terutama pada Kuda Lompat, kekurangan atau kelebihan putaran dari 90° dapat menghasilkan pengakuan sebagai elemen yang berbeda oleh juri A.
- m) Jika, pada Kuda Pelana, elemen dalam cross support atau side support menyimpang dari orientasi tumpuan yang benar mendekati 45 ° atau lebih besar pada sebagian besar elemen itu.
- n) Jika posisi bertahan kekuatan atau posisi bertahan sederhana pada setiap alat menyimpang dari posisi yang horisontal dari tubuh, lengan atau tungkai mendekati 45° atau lebih besar. Ini berarti, misalnya:
 - i. Inverted cross dengan kepala pesenam seluruhnya di atas lingkaran gelang-gelang. (Ini biasanya >45°).
 - ii. Cross dengan pangkal lengan sepenuhnya di atas lingkaran gelang-gelang. (Ini biasanya >45°).
 - iii. (lihat juga Pasal 23.8)
- 6. Dalam seluruh kasus, juri A harus membuat keputusan didasarkan pada “rasa senam” atau *gymnastics sense* dan harus membuat keputusannya dalam wilayah olahraga senam. Dalam hal keraguan, keuntungan dari keraguan itu harus diberikan kepada pesenam.
- 7. Elemen yang ditampilkan sedemikian jeleknya sehingga tidak dapat dikenali oleh juri A, biasanya akan dipotong besar oleh juri B.

6.2 Peraturan Pengulangan

1. Suatu latihan tidak boleh diulang kecuali jika pesenam harus menghentikan latihannya karena alasan di luar dirinya.

2. Jika pesenam jatuh pada atau dari alat, ia boleh memilih untuk melanjutkan latihannya dari saat jatuh atau mengulang elemen yang hilang untuk kredit dan melanjutkan dari gerakan yang diulang tadi (lihat pasal 22.5).
3. Tidak ada elemen (Kode Nomor Identifikasi yang sama) yang boleh diulang untuk nilai tingkat kesulitan atau untuk nilai bonus. Ini berlaku juga untuk elemen yang diulang dalam gabungan (kekecualian: elemen dan putaran tertentu pada Kuda Pelana yang meningkat nilainya jika ditampilkan dua kali dalam kombinasi khusus).
4. Tidak ada pengulangan elemen (Kode Nomor Identifikasi yang sama) yang diperbolehkan untuk menyumbang pada Nilai Awal. Pada Gelang-Gelang, peraturan ini diperluas sehingga posisi akhir dari kekuatan bertahan yang sama hanya boleh terlihat paling banyak dua kali tanpa memperhatikan bagaimana posisi itu dicapai. Jadi, misalnya posisi inverted cross, posisi swallow, dsb. hanya boleh digunakan dua kali untuk nilai Tingkat Kesulitan dan Nilai Bonus. (Lihat juga Bab 9).
5. Tidak ada elemen (Kode Nomor Identifikasi yang sama) yang dapat ditampilkan tiga kali berturut-turut. Juri A akan memotong 0.20 poin untuk setiap penampakan dari elemen yang diulang tiga kali berturut-turut tersebut.
6. Jika Tingkat Kesulitan dari suatu elemen tidak diakui untuk alasan apapun, kemudian elemen itu tidak dapat juga memenuhi Persyaratan Khusus.

6.3 Pemotongan yang dilakukan Juri A

Kesalahan	Aksi Juri-A
Hilangnya persyaratan khusus	pemotongan 0.20 setiap kali
Dismount yang tidak sesuai (kasus khusus)	Tidak ada dismount atau tidak diakui= 0.30 Dismount ger. A = 0.20 Dismount ger. B = 0.10 (untuk peringkat 9-10)
Kesalahan yang mengarah pada tidak diakuiinya elemen (lihat Pasal 15.5 & 23)	Tidak diakuiinya Tingkat Kesulitan
Bantuan oleh penolong dalam menyelesaikan sebuah elemen	Tidak diakuiinya Tingkat Kesulitan
Posisi bertahan kurang dari 1 detik	Tidak diakuiinya Tingkat Kesulitan
Elemen yang diulang	Diperbolehkan tetapi tidak diberi nilai
Pengulangan (3 kali berturut-turut)	Pemotongan 0.20 dari Nilai Awal
Menolak dengan kaki untuk dismount atau dismount yang tidak sah	Tidak diakuiinya dismount
Kekuatan bertahan kaki terbuka atau elemen terlarang lainnya	Pemotongan 0.20 dari Nilai Awal dan tidak diakuiinya elemen itu.
Mengulang kelompok lompatan pertama dalam final Kuda Lompat	Nilai Awal = 0 untuk lompatan kedua
Lompatan tidak sah	Nilai Awal = 0 untuk lompatan itu

Bagian 7—PENYAJIAN LATIHAN

7.1 Pengertian Penyajian Latihan

Penyajian latihan adalah aspek penilaian yang berhubungan dengan pertanyaan: *bagaimana* elemen serta rangkaian itu dilaksanakan? Apakah sempurna, ataukah banyak mengandung kesalahan?

7.2 Ketentuan Penyajian Latihan

1. Penyajian Latihan terdiri dari faktor-faktor yang merupakan esensi dari penampilan senam kontemporer dan ketidakhadiran faktor-faktor itu akan menyebabkan pemotongan oleh juri B. Faktor-faktor tersebut adalah:
 - a) Pelaksanaan teknik dan estetika.
 - b) Harapan umum untuk konstruksi latihan.
 - c) Penyesuaian kurang lebih 0.05 yang tersedia pada penyelesaian suatu latihan untuk membedakan di antara penampilan.
2. Penyajian Latihan mempunyai nilai maksimum yang berbeda-beda antara satu peringkat dengan peringkat lainnya, yaitu sebagai berikut:

Faktor Penilaian	Per 6	Per 7	Per 8	Per 9	Per 10
Nilai Penyajian Latihan	6.00	5.70	5.60	5.00	5.00

Nilai di atas mengindikasikan bahwa maksimum pemotongan oleh juri B pada setiap peringkat pesenam adalah sebesar nilai-nilai di atas.

3. Lihat Bab 10 untuk peraturan khusus yang mengatur Kuda Lompat.

7.3 Penghitungan Pemotongan Juri B

1. Keenam wasit dari juri B akan menilai latihan dan menentukan pemotongan secara terpisah dari wasit lain dan melakukan hal itu dalam 10 detik setelah selesainya latihan (lihat juga Pasal 9.2)
2. Setiap penampilan dievaluasi dengan merujuk pada harapan penampilan yang sempurna. Seluruh penyimpangan dari harapan ini akan dipotong.
 - a) Pemotongan untuk kesalahan pelaksanaan dan konstruksi latihan dijumlahkan hingga maksimum 5.00 untuk penyajian latihan.
 - b) Seluruh pemotongan diserahkan oleh wasit juri B dalam sepersepuluh poin (misalnya 0.70, 1.00; dsb.) atau seperlima-ratusan poin (misalnya 0.35; 0.75; dsb.) jika penyesuaian 0.05 berlaku (lihat Pasal 24).
 - c) Pemotongan tambahan untuk pelanggaran garis dan waktu pada Lantai dipotong dari Nilai Akhir oleh Ketua Juri Alat.

7.4 Penjelasan untuk Pesenam

1. Pesenam harus memasukkan dalam latihannya hanya elemen yang dapat dia tampilkan dengan keselamatan penuh dan dengan derajat penguasaan estetika dan

teknik yang tinggi. Tanggung jawab dalam hal keselamatannya terletak seluruhnya pada pesenam. Juri B diharuskan memotong sangat besar untuk setiap kesalahan estetis dan teknis.

2. Pesenam jangan sampai pernah berupaya meningkatkan Tingkat Kesulitannya atau Nilai Awalnya dengan mengorbankan pelaksanaan estetis dan teknis.
3. Seluruh fase naik ke alat (*mount*) harus berawal dari posisi berdiri dasar, dari lari pendek (pada palang sejajar dan palang tunggal), atau dari suatu gantungan diam. Pra-elemen atau elemen tambahan tidak boleh mendahului peristiwa *mount*. Peraturan ini tidak berlaku pada Kuda Lompat di mana aturan khusus yang ditetapkan berlaku khusus pada alat itu.
4. Dismount dari seluruh alat, termasuk pada rangkaian akhir pada Lantai dan Kuda Lompat, harus berakhir dalam posisi berdiri dengan kedua kaki rapat. Dengan kekecualian pada Lantai, menolak dari alat dengan kaki untuk melakukan dismount tidak diperbolehkan.
5. Dalam penilaian konstruksi latihan, setiap pelanggaran dari harapan yang ada dianggap suatu kesalahan dan akan dihukum secara sesuai oleh juri B.

7.5 Penilaian dari Juri B

1. Juri B bertanggung jawab untuk menilai seluruh aspek penampilan estetis dan teknik dari suatu latihan di samping kesesuaiannya dengan harapan konstruksi latihan untuk alat tersebut. Dalam setiap kasus, juri B harus menuntut agar elemen itu ditampilkan dengan kesempurnaan dan tiba pada posisi akhir yang sempurna (lihat juga Bab 13.2)
2. Pesenam diharapkan memasukkan dalam latihannya hanya elemen yang dapat dia tampilkan dengan keselamatan penuh dan dengan derajat penguasaan estetis dan teknik yang tinggi. Semua pelanggaran dari harapan tersebut akan dipotong sangat besar oleh Juri B.
3. Juri B tidak diharuskan mempertimbangkan sama sekali terhadap Tingkat Kesulitan atau Persyaratan Khusus suatu latihan. Adalah kewajiban juri B untuk memotong sama besar untuk setiap kesalahan yang tingkat kesalahannya sama, tanpa memperhatikan tingkat kesulitan dari elemen atau gabungannya itu.
4. Wasit dari juri B (dan juri A) harus tetap memperbaharui pengetahuannya agar tetap up-to-date, ia harus mengetahui setiap waktu tentang apa seharusnya harapan penampilan yang paling kontemporer dari suatu elemen, dan harus mengetahui bagaimana standard suatu elemen selalu berubah seiring dengan perkembangan olahraga. Dalam konteks ini, para wasit harus juga mengetahui tentang apa yang mungkin, apa yang logis untuk diharapkan, apa yang merupakan kekecualian, dan apa yang menjadi pengaruh khususnya (lihat juga Bab 13.3).
5. Juri B harus mengerti untuk menahan diri untuk tidak memotong ketika beberapa elemen, yang sebaliknya tidak mempunyai kesalahan, ditampilkan untuk pengaruh khusus atau tujuan khusus. Misalnya:
 - a) Pada Palang Sejajar, sebuah felge atau giant swing secara sengaja dilakukan dengan layangan dan berpindah tempat, dan dengan penangkapan kembali yang diperlambat, mempunyai efek dan tujuan khusus dan tidak harus

- dipotong karena tidak berakhir pada posisi handstand. Akan tetapi, tanggung jawab ada pada pesenam untuk memperlihatkan efek atau tujuan dalam sifat yang tidak mengandung kesalahan dan mencolok mata.
- b) Pada Palang Sejajar, elemen giant swing lebih sering diubah dalam persiapan untuk elemen layangan dan dismount. Hal ini tidak harus dipotong karena tidak berakhir pada handstand kecuali jika gerakan itu dianggap tidak perlu dan demikian ekstrim sehingga melanggar harapan estetis dan teknis.
6. Jika untuk suatu alasan seorang wasit juri B tidak dapat mengambil keputusan, ia harus memberikan keuntungan atas keraguannya itu pada pesenam.
7. Juri B diwajibkan untuk memotong dua kali untuk dua kesalahan yang sangat berbeda pada satu elemen, misalnya jika elemen itu mengandung kesalahan baik pada segi estetis maupun pada segi teknis. Sebagai contoh, gerakan Stutzkehre pada Palang Sejajar dapat menerima pemotongan untuk kurangnya amplitudo dan untuk bengkoknya lutut.

7.6 Penentuan Kesalahan Pelaksanaan Teknis dan Posisi Tubuh

1. Setiap elemen selalu dibatasi oleh sikap akhir yang sempurna atau sebagai telah dilakukan dengan kesempurnaan (lihat juga Bab 13).
2. Semua penyimpangan dari penampilan yang benar dianggap kesalahan dalam pelaksanaan dan harus dinilai secara sesuai oleh para wasit. Jumlah pemotongan yang diterapkan, apakah kesalahan kecil, menengah, atau besar, ditentukan oleh derajat penyimpangan dari penampilan yang benar. Pemotongan yang sama diterapkan setiap kali besarnya pembengkokan yang sama terjadi, apakah pada lengan, tungkai, atau badan.
3. Pemotongan di bawah ini akan berlaku untuk setiap penyimpangan estetis dan teknik yang nyata dari penampilan sempurna yang diharapkan. Pemotongan ini harus diterapkan tanpa memperhatikan tingkat kesulitan dari gerakan yang dilakukan.

Kesalahan kecil	0.10
Kesalahan medium	0.20
Kesalahan besar	0.30
Jatuh	0.50

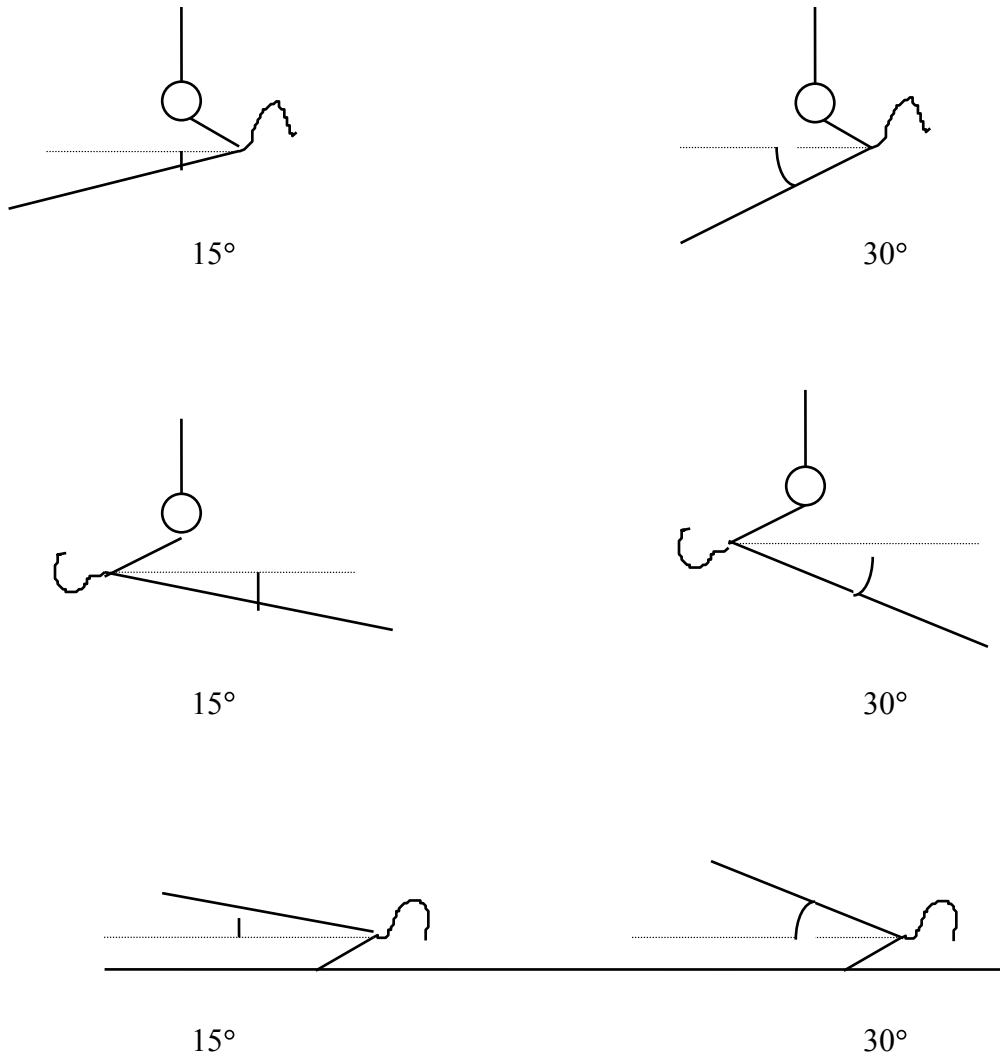
4. a) Kesalahan-kesalahan kecil ditetapkan sebagai berikut:
 - i. setiap penyimpangan kecil atau sedikit sekali dari posisi akhir yang sempurna dan dari pelaksanaan yang sempurna;
 - ii. setiap penyesuaian kecil pada posisi tangan, kaki, atau tubuh;
 - iii. setiap pelanggaran kecil lainnya terhadap harapan penampilan yang estetis dan teknis.
- b) Kesalahan medium ditetapkan sebagai berikut:
 - i. setiap penyimpangan yang nyata atau berarti dari posisi akhir yang sempurna dan dari pelaksanaan sempurna;

- ii. setiap penyesuaian yang nyata atau berarti pada posisi tangan, kaki, atau tubuh;
 - iii. setiap pelanggaran nyata atau berarti terhadap harapan penampilan yang estetis dan teknis.
- c) Kesalahan besar ditetapkan sebagai berikut:
- i. setiap penyimpangan yang besar atau berat dari posisi akhir yang sempurna dan dari pelaksanaan sempurna;
 - ii. setiap penyesuaian yang besar atau berat pada posisi tangan, kaki, atau tubuh;
 - iii. setiap ayunan tambahan penuh;
 - iv. setiap pelanggaran besar atau berat terhadap harapan penampilan yang estetis dan teknis.
- d) Jatuh dan bantuan dari pelatih (dipotong 0.50) ditetapkan sebagai berikut:
- i. setiap jatuh pada atau dari alat selama melakukan sebuah elemen tanpa pernah mencapai posisi akhir yang memungkinkan kelanjutan gerak dengan minimal sebuah ayunan (misalnya: fase gantungan yang jelas pada palang tunggal atau tumpuan yang jelas pada kuda pelana setelah elemen yang diragukan tersebut) atau yang gagal menunjukkan pengontrolan sesaat dari elemen tersebut selama pendaratan atau penangkapan kembali.
 - ii. setiap bantuan oleh pelatih atau penolong yang menyumbang pada penyelesaian suatu elemen.
5. Setelah suatu jatuhnya pada atau dari alat, latihan dapat dilanjutkan lagi dalam 30 detik dan pesenam boleh menggunakan beberapa elemen atau gerakan yang perlu untuk kembali ke posisi awalnya tetapi semua elemen tersebut harus dilakukan dengan pelaksanaan yang sempurna. Dia diijinkan mengulang elemen yang hilang untuk mendapat kredit, kecuali jika jatuhnya terjadi selama dismount atau suatu lompatan pada Kuda Lompat.
6. Kesalahan pelaksanaan seperti bengkok lutut, bengkok lengan, postur atau posisi tubuh yang buruk, irama yang buruk, amplitudo yang kurang, dsb. didaftarkan dalam Pasal 22.7 hingga 22.14 dan Pasal 24 serta selalu dipotong sesuai dengan derajat kesalahan atau penyimpangan dari apa yang dianggap penampilan sempurna.
7. Kesalahan pelaksanaan seperti bengkok lengan, tungkai atau tubuh dikategorikan sebagai berikut:
- Kesalahan kecil: bengkok sedikit
 - Kesalahan medium: bengkok yang besar
 - Kesalahan besar: bengkok yang ekstrim
8. Untuk kekuatan bertahan atau posisi bertahan sederhana pada setiap alat, penyimpangan angular dari posisi bertahan yang sempurna membatasi besarnya kesalahan teknis dan pemotongan teknis yang sesuai:

Kesalahan kecil	Kesalahan medium	Kesalahan besar	Tidak diakui oleh Juri A
-----------------	------------------	-----------------	--------------------------

sampai 15°	16° - 30°	>30°	>45°
------------	-----------	------	------

Contoh:



a) Penyimpangan dalam posisi bertahan sekitar 30° atau lebih akan menerima pemotongan besar dari juri B. Di samping itu, penyimpangan sekitar 45° atau lebih tidak akan diakui oleh juri A.

9. Press dari elemen kekuatan statis yang tidak diakui tingkat kesulitannya karena alasan apapun juga tidak akan diakui tingkat kesulitannya.
10. Jika elemen bertahan kekuatan yang mendahuluinya telah menerima pemotongan untuk teknik atau posisi yang salah, pemotongan yang sama harus berlaku juga pada press dari elemen kekuatan itu hingga sebesar 0.30, jika dianggap bahwa press itu telah dipermudah karenanya. Interpretasi ini dimaksudkan hanya untuk keadaan di mana posisi yang tinggi atau suatu elemen bertahan yang secara teknik buruk membuat gerakan press berikutnya lebih

dipermudah (tetapi tidak untuk press dari L-duduk yang salah atau dari posisi bertahan yang lebih dari 2 detik).

11. Pemotongan teknis untuk penyimpangan angular dari posisi akhir yang sempurna dapat juga berlaku untuk keterampilan ayunan. Dalam banyak kasus, posisi akhir yang sempurna dibatasi sebagai suatu handstand yang sempurna, atau selama circle pada kuda pelana sebagai cross support yang sempurna atau posisi side support yang sempurna. Untuk elemen ayunan, hal berikut ini berlaku:

a) Pada Lantai, Kuda Pelana, Gelang-Gelang, Palang Sejajar, dan Palang Tunggal, elemen ayunan sering diharapkan untuk melewati posisi handstand daripada ke posisi handstand yang diam. Kalau tidak, irama dari suatu latihan dapat terganggu. Untuk alasan itu, penyimpangan angular yang kecil hingga 15° dari posisi handstand yang diam lurus diperbolehkan hingga berakhirnya elemen itu. Pemotongan yang kecil diambil jika penyimpangan dari handstand itu antara 16° hingga 30° .

b) Pada Kuda Pelana, circle dan umumnya elemen harus ditampilkan dalam, dari, atau ke dalam 15° dari posisi cross atau side support yang sempurna. Pemotongan penyimpangan angular yang sesuai diambil setiap kali kesalahan terjadi selama latihan. Ini berarti bahwa juri B akan memotong untuk setiap circle yang serong (skewed), sedangkan juri A tidak akan mengakui elemen itu jika menyimpang dari arah tumpuan yang benar sekitar 45° atau lebih besar untuk sebagian besar elemen tersebut.

12. Selama elemen ayunan yang melewati atau berakhir dalam handstand atau yang berakhir dalam posisi bertahan kekuatan, penyimpangan dari posisi yang benar akan dihukum sebagai berikut:

Tidak dipotong	: menyimpang hingga 15°
Kesalahan kecil	: menyimpang antara 16° hingga 30°
Kesalahan medium	: menyimpang antara 31° hingga 45°
Kesalahan besar	: menyimpang lebih dari 45° dan tidak diakui (juri

A)

NB: Penyimpangan dalam posisi akhir untuk elemen ayunan sekitar 45° atau lebih (atau untuk elemen memuntir (twist) sekitar 90° atau lebih) akan menerima pemotongan besar dari juri B dan tidak akan diakui oleh juri A.

13. Semua elemen bertahan harus ditahan minimum 2 detik, diukur dari saat posisi berhenti penuh telah dicapai. Elemen yang ditahan kurang dari 1 detik akan menerima pemotongan besar dan tidak akan diakui oleh juri A. Ketentuannya sebagai berikut:

>2 detik	tidak ada pemotongan
1 - 2 detik	kesalahan kecil
1 detik	kesalahan medium
<1 detik	kesalahan besar dan tidak diakui

14. Pemotongan teknik tambahan diuraikan dalam Pasal 24 dan secara khusus diuraikan lagi pada setiap alat dalam Bab yang bersangkutan.
15. Pemotongan untuk pendaratan yang buruk diuraikan dalam Pasal 24. Pendaratan yang benar adalah pendaratan yang direncanakan, bukan yang terjadi karena faktor kebetulan hingga berakhir pada posisi berdiri. Suatu elemen harus ditampilkan dengan teknik yang sangat baik sehingga pesenam telah benar-benar menyelesaikannya dan mempunyai waktu untuk mengurangi putaran dan/atau meluruskan tubuh sebelum mendarat.

7.7 Harapan terhadap Konstruksi Latihan

1. Harapan terhadap konstruksi latihan merupakan aspek latihan yang menentukan esensi harapan dan pengertian kita tentang penampilan senam pada setiap alat. Hal itu meliputi: penggunaan seluruh wilayah lantai; berayun tanpa berhenti; tidak ada pengulangan; dsb. Kesemua itu ditetapkan secara khusus untuk setiap alat dalam Bab yang bersangkutan.
2. Kesalahan dalam konstruksi latihan dipotong sesuai dengan standard yang sama seperti kesalahan pelaksanaan: Kesalahan kecil = 0.10; Kesalahan medium = 0.20; Kesalahan besar = 0.30. Ketetapan umum yang sama berlaku (lihat Pasal 22.4).
3. Faktor konstruksi latihan meliputi, tetapi tidak dibatasi pada, hal berikut:
 - a) Membuka kaki yang tidak seharusnya atau serampangan (kesalahan medium = 0.20):
 - i. Pesenam tidak boleh menampilkan elemen dengan membuka kaki yang tidak mempunyai tujuan yang berguna atau yang merusak unsur estetika dari penampilan. Misalnya, pada Palang Sejajar, gerakan Stutzkehre atau pirouette tidak boleh dilakukan dengan kaki terpisah; pada Palang Tunggal dan Gelang-Gelang, elemennya tidak boleh dilakukan dengan pemisahan kaki ke depan-belakang; pada Gelang-Gelang, cross, swallow, dan handstand tidak boleh dilakukan dengan kaki terbuka; dsb. Kebanyakan elemen yang diperbolehkan atau diharuskan untuk dilakukan dengan kaki terbuka dicantumkan secara jelas dalam tabel Tingkat Kesulitan.
 - b) Pengulangan elemen:
 - i. Semua elemen termasuk elemen gabungan sederhana (circle, giants, dislocate, handsprings, dsb.) hanya boleh dilakukan dua kali berturut-turut dalam sambungan langsung di satu tempat dalam latihan. Tetapi, gerakan itu boleh dilakukan dalam kelompok (dengan gerakan lain) hingga dua kali dalam lebih dari satu tempat. (Kesalahan medium = 0.20 oleh juri A).
 - ii. Elemen yang diulang lainnya diperbolehkan dilakukan tetapi gerakan itu tidak mendapat nilai untuk tingkat kesulitan dan nilai bonus. Akan tetapi, gerakan itu dinilai secara normal oleh juri B.
 - c) Layaway, ayunan kosong dan ayunan tambahan (intermediate) (Kesalahan medium atau Kesalahan besar = 0.20 atau 0.30):

- i. Ayunan kosong adalah sebuah ayunan yang pada ujungnya tidak mengandung elemen apapun atau tidak ada posisi bertumpu atau gantungan atau pegangan yang baru yang dicapai. (Kesalahan medium = 0.20)
 - ii. Elemen ayunan tambahan (intermediate) adalah ayunan kosong yang dilakukan dua kali berturut-turut. (Kesalahan besar).
 - iii. Layaway adalah ayunan ke belakang dalam tumpuan atau dalam tumpuan lengan atas yang benar-benar hanya kebalikan arah dan ayunan balik dalam atau ke gantungan bawah atau ke posisi tumpu (juga jika diikuti oleh perubahan pegangan). (Kesalahan besar).
4. Ketentuan dan pemotongan Konstruksi Latihan yang berlaku secara khusus pada setiap alat dicantumkan dalam Bab yang bersangkutan.

7.8 Pemotongan yang Menjadi Tugas Juri B

Pemotongan-pemotongan ini harus diterapkan pada semua alat dan Lantai oleh juri B ketika kesalahan yang sesuai terjadi. Lihat Bab 7 hingga 12 untuk kesalahan dan pemotongan tambahan yang khusus untuk setiap alat.

Kesalahan	Kecil 0.10	Medium 0.20	Besar 0.30
Kesalahan Pelaksanaan Teknis			
Penyimpangan dalam ayunan ke atau melalui handstand atau ke bertahan kekuatan atau dalam elemen circle	15° - 30°	31° - 45°	>45° dan tidak diakui
Penyimpangan angular dari posisi bertahan yang sempurna	hingga 15°	16° - 30°	31° - 45° >45° tidak diakui
Press dari posisi bertahan yang buruk	pemotongan sesuai dengan posisi bertahan yang mengawalinya		
Memuntir (twist) yang tidak selesai	hingga 30°	31° - 60°	61° - 90° >90 tidak diakui
Kurang tingginya atau amplitudo salto dan elemen layangan	+	+	
Tumpuan tangan tambahan atau intermediate	+		
Kekuatan dengan ayunan dan sebaliknya	+	+	+
Lamanya elemen bertahan (2 detik)	1 - 2 detik	1 detik	<1 detik dan tidak diakui
Kesalahan teknis lainnya	+	+	+
Kesalahan Pelaksanaan Estetis			
Posisi tubuh tidak jelas (tekuk, menyudut, lurus)	+	+	+
Menyesuaikan atau membetulkan posisi tangan atau pegangan	+		
Lengan bengkok, tungkai bengkok,	+	+	+

tungkai terbuka			
Postur atau posisi tubuh yang jelek atau pembetulan postural dalam posisi akhir	+	+	+
Salto dengan lutut atau kaki terbuka	<kelebaran bahu	> kelebaran bahu	
Bukaan kaki yang tidak seharusnya		+	
Kesalahan estetis lainnya	+	+	+
Kesalahan-Kesalahan Bertipe Gangguan			
Berjalan pada handstand atau melompat (setiap langkah atau lompatan)	+		
Gangguan pada gerakan ke atas	+	+	+
Dua atau lebih usaha pada elemen bertahan kekuatan		+	+
Ketidakstabilan dalam atau jatuh dari handstand		ayunan atau goyangan besar	Jatuh dari handstand
Menyentuh alat atau lantai	+	+	
Memukul alat atau lantai		+	+
Gangguan dalam latihan tanpa jatuh			+
Ayunan tambahan atau layaway		setengah atau layaway	seluruhnya
Jatuh dari atau ke atas alat			0.50
Bantuan oleh pelatih dalam menyelesaikan sebuah gerakan			0.50 dan tidak diakui
Kesalahan pada Pendaratan			
Kurangnya pelurusan dalam persiapan pendaratan	+	+	
Kaki terbuka pada pendaratan	<kelebaran bahu	> kelebaran bahu	
Ketidakstabilan, penyesuaian minor dari kaki, atau ayunan lengan berlebihan pada pendaratan	+		
Kehilangan keseimbangan pada pendaratan	sedikit tidak stabil, langkah kecil atau hop, 0.1 setiap langkah	menyentuh matras dengan 1 atau 2 tangan	menumpu atau menekan matras dengan 1 atau 2 tangan
Jatuh pada saat pendaratan			0.5 dan tidak diakui jika tidak ada pengontrolan sesaat.

Pemotongan Umum (Setelah latihan berakhir)			
Kekurangan harmoni (keselarasan), irama, dan kelentukan dalam seluruh penampilan	+	+	

Bagian 8—RINGKASAN KETENTUAN SELURUH FAKTOR

PERINGKAT	TINGKAT KESULITAN	PERSYARATAN KHUSUS	NILAI BONUS	NILAI PENYAJIAN	DISMOUNT
6	$5A + 3B = 1.40$	0.80	1.80	6.00	Min. A
7	$5A + 4B = 1.70$	0.80	1.80	5.70	Min. B
8	$4A + 3B + 1C = 1.80$	0.80	1.80	5.60	Min. B
9	$4A + 3B + 2C = 2.30$	1.0	1.7	5.00	Min. C
10	$4A + 3B + 3C = 2.80$	1.0	1.2	5.00	Min. C

E. PERATURAN KHUSUS PADA SETIAP ALAT

Bagian 1—LANTAI

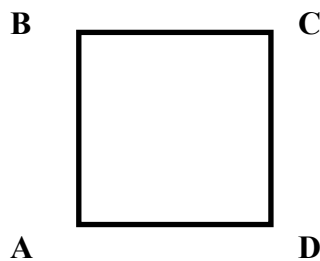
1.1 Penjelasan dari Latihan Lantai

Latihan di alat Lantai dibangun terutama oleh elemen akrobatik yang dikombinasikan dengan elemen senam lain seperti faktor kekuatan dan keseimbangan, elemen kelentukan, handstand, dan kombinasi koreografi yang seluruhnya membentuk latihan ritmis yang selaras (harmonis) yang sepanjang maksimum 70 detik lamanya, dilakukan dengan memanfaatkan seluruh wilayah lantai (12m x 12m).

1.2 Informasi tentang Penyajian Latihan

1. Pesenam harus memulai latihannya pada Lantai dari posisi berdiri diam dan kaki rapat. Latihan dan penilaian dimulai dengan gerak pertama dari kaki pesenam.
2. Pesenam harus memasukkan hanya elemen yang dapat dia tampilkan dengan keselamatan penuh dan dengan derajat penguasaan estetis dan teknis yang tinggi.
3. Harapan dari pelaksanaan dan konstruksi latihan tambahan adalah:
 - a) Latihan harus terjadi seluruhnya dalam wilayah lantai. Elemen yang diawali dan ditampilkan sepenuhnya di luar wilayah lantai akan dinilai secara normal oleh juri B tetapi tidak akan diakui oleh juri A.
 - i. Ruang yang tersedia untuk latihan Lantai dibatasi oleh garis batas. Garis-garis tersebut dianggap bagian dari wilayah lantai. Pesenam boleh menginjak garis, tetapi tidak melewati garis itu.

- ii. Melangkah ke luar wilayah lantai yang dibatasi garis akan ditentukan oleh 2 orang hakim garis yang duduk berhadapan secara diagonal di dekat wilayah lantai. Setiap hakim garis mengamati 2 garis batas yang terdekat. Ketika pelanggaran garis terjadi, hakim garis memberitahunya kepada ketua juri alat secara tertulis. Ketua juri alat akan melakukan pemotongan yang sesuai dengan ketentuan dari nilai akhir pesenam.
 - iii. Jika pesenam telah melangkah keluar dari wilayah lantai, langkah yang diperlukan untuk masuk kembali ke wilayah yang sah tidak dipotong.
- b) Lamanya latihan pada Lantai maksimum 70 detik, yang akan dibuktikan oleh timer. Tidak ada waktu minimum. Hakim waktu (timer) akan memberikan tanda yang terdengar pada detik ke 60 dan berikutnya pada detik ke 70, untuk mengingatkan bahwa waktu sudah habis. Waktu diukur dari gerakan pertama dari kaki pesenam sampai dengan pendaratan dengan kedua kaki dari gerakan terakhir. Jika latihan tidak sesuai dengan ketentuan waktu, timer akan memberitahukan kepada ketua juri alat, yang akan melakukan pemotongan yang sesuai dari nilai akhir pesenam.
- c) Seluruh wilayah lantai harus digunakan. Khususnya, persyaratan untuk memanfaatkan seluruh wilayah lantai berarti bahwa pesenam harus menggunakan dua garis diagonal (A-C; B-D) dan sisi-sisinya sedemikian rupa sehingga pesenam nampak sedikitnya satu kali berada di sudut-sudut A, B, C, dan D.



- d) Berhenti dua detik atau lebih sebelum melakukan elemen atau seri akrobatik merupakan pelanggaran.
 - e) Setiap elemen atau seri akrobatik harus berakhir dalam pendaratan terkontrol yang nyata sebelum melanjutkan pada elemen non akrobatik. Pendaratan yang tidak terkontrol sesaat selama transisi tersebut tidak diperbolehkan.
 - f) Latihan pada Lantai harus diakhiri oleh elemen akrobatik yang mendarat dengan kedua kaki bersamaan. (Roll atau gerakan yang berakhir dengan roll tidak dapat digunakan untuk mengakhiri gerakan (dismount)).
4. Untuk daftar kesalahan dan pemotongan selengkapnya yang mengatur penyajian latihan, lihat Bab 6 dan ringkasan pemotongannya dalam Pasal 24.

1.3 Informasi Tentang Nilai Awal

- 1. Elemen dalam lantai dikelompokkan menjadi:
 - I. Elemen keseimbangan, kekuatan dan kelentukan.

- II. Elemen Lompatan satu kaki, lompatan dua kaki, putaran, dan putaran kaki.
 - III. Elemen akrobatik ke depan
 - IV. Elemen akrobatik ke belakang
 - V. Elemen akrobatik menyamping dan menolak ke belakang dengan 1/2 putaran.
2. Suatu latihan harus memasukkan sedikitnya satu elemen bernilai B dari setiap kelompok elemen di atas, kecuali dismount yang minimum harus bernilai C.
3. Informasi tentang Tingkat Kesulitan
- a) Elemen Super-E yang dihasilkan dari gabungan salto akrobatik bernilai bonus 0.30, tetapi gerakan super E independen bernilai bonus 0.40.
 - b) Gabungan langsung dari dua elemen akrobatik menciptakan satu elemen bernilai tunggal, sebagai berikut:
 - $B + B = C$
 - $B + C$ atau $C + B = D$
 - $C + C, D + B, B + D, C + D$ atau $D + C = E$
 - $B + E, E + B, C + E$ atau $E + C = \text{Super-E}$
 Elemen yang secara independen Super E+B atau B+Super E = bonus 0.50
 - c) Gabungan langsung dari $D + D, E + D, D + E, E + E$, atau elemen akrobatik serupa lainnya dipertahankan sebagai dua elemen independen yang digabung untuk kepentingan keuntungan pesenam.
 - d) Gabungan langsung dari lebih dari dua elemen akrobatik menghasilkan peningkatan nilai dari elemen ketiga dan berikutnya jika nilai independennya minimal C.
 - e) Hanya dua buah seri akrobatik demikian yang dapat digunakan. Seri ketiga diperbolehkan, tetapi pesenam hanya akan menerima nilai untuk elemen independen dari elemen yang belum diulang. Dua buah gabungan salto tambahan diijinkan sebagai satu elemen tunggal bernilai lebih tinggi asalkan salah satu dari dua salto itu mempunyai nilai independen D.
 - f) Nilai bonus gabungan tersedia hanya untuk elemen akrobatik.
4. Informasi dan aturan tambahan:
- a) Elemen, termasuk dismount, yang diawali dan dilakukan sepenuhnya di luar wilayah lantai tidak akan diakui atau dihitung untuk kepentingan nilai awal, tetapi tetap akan dinilai oleh juri B.
 - b) 3/2 elemen salto dengan diterima tangan dan menolak kembali dari tangan tidak diperbolehkan.
 - c) Kecuali jika tertulis demikian dalam tabel Tingkat Kesulitan, elemen circle atau flair mempunyai nilai dan nomor pengenalan yang sama. Ayunan wende dengan kaki terbuka tidak diperbolehkan.
 - d) Kekuatan bertahan dengan kaki terbuka tidak diperbolehkan. Kekecualian adalah pada L-sit dengan tangan di antara kaki dan straddled Japanese handstand.

- e) Untuk uraian aturan selebihnya yang mengatur elemen yang tidak diakui dan aspek lain dari Nilai Awal, lihat Bab 5 atau ringkasan pemotongan dalam Pasal 15.

1.4 Tabel Kesalahan dan Pemotongan Khusus untuk Lantai

Kesalahan	Kecil 0.10	Medium 0.20	Besar 0.30
Ketinggian yang tidak mencukupi dalam elemen akrobatik	+	+	
Kurangnya kelentukan selama elemen senam dan statis	+	+	
Tidak menggunakan seluruh wilayah lantai		+	
Berhenti ≥ 2 detik sebelum elemen akrobatik	+		
Pendaratan yang tidak terkontrol sesaat dalam transisi	+	+	jatuh = 0.50
Elemen kekuatan bertahan kaki terbuka yang tidak terdaftar dan yang dilarang lainnya		0.2 oleh juri A	
Melangkah ke luar wilayah lantai (setiap kali)	+	dipotong dari Nilai Akhir	
Latihan lebih lama dari 70 detik (dipotong dari nilai akhir oleh ketua juri)	≤ 2 detik	$> 2 - 5$ detik	> 5 detik
Dismount dengan elemen non akrobatik atau tidak sah	Elemen tidak diakui oleh juri A (Pemotongan 0.30 untuk tidak dismount)		
Elemen yang diawali dan dilakukan di luar wilayah lantai	Elemen tidak diakui oleh juri A		

Bagian 2—KUDA PELANA

2.1 Penjelasan Mengenai Latihan pada Kuda Pelana

Latihan pada Kuda Pelana kontemporer ditandai dengan ayunan-ayunan pendulum dengan jenis ayunan melingkar yang berbeda dengan kaki terbuka dan kaki rapat dalam posisi tumpu yang bervariasi pada seluruh bagian kuda. Ayunan melalui posisi handstand, dengan atau tanpa putaran, diperbolehkan. Seluruh elemen latihan harus dilakukan dengan ayunan dan tanpa gangguan sedikitpun. Elemen kekuatan dan bertahan tidak diperbolehkan.

2.2 Informasi tentang Penyajian Latihan

1. Pesenam harus mulai latihannya dengan kaki rapat. Sebuah langkah atau hop awalan diperbolehkan. Penilaian dimulai saat pesenam menempatkan satu atau kedua tangannya pada kuda.
2. Pesenam harus memasukkan hanya elemen yang dia mampu lakukan dengan keselamatan penuh dan dengan derajat penguasaan estetis dan teknis yang tinggi.
3. Harapan pelaksanaan dan konstruksi latihan tambahan adalah:
 - a) Latihan harus berisi terutama ayunan tanpa adanya saat berhenti yang nyata atau penggunaan kekuatan yang jelas-jelas terlihat.
 - b) Posisi miring selama melakukan circle atau flair tidak diperbolehkan. Circle atau flair hanya boleh dilakukan dalam posisi cross support atau side support. Lebih jauh lagi, seluruh elemen berputar harus mulai dan berakhir dalam posisi cross atau side support.
 - c) Circle dan flair harus dilakukan dengan ekstensi (pelurusan) penuh. Kurangnya amplitudo dipotong sebagai pemotongan umum pada akhir latihan.
 - d) Ayunan wende harus dilakukan dengan kedua kaki rapat. Ayunan wende dengan kaki buka dianggap sebagai yang tidak seharusnya (atypical) dan dipotong sesuai ketentuan.
 - e) Selama guntingan dan ayunan kaki tunggal, pesenam harus menunjukkan penaikkan yang nyata dari panggungnya disertai bukaan kaki yang besar.
 - f) Elemen handstand harus dicapai dengan lengan se penuh lurus dan tanpa gangguan terhadap ayunan atau penggunaan kekuatan yang nyata.
 - g) Dismount normalnya harus melintas atau menyilang tubuh kuda dan mendarat dalam posisi berdiri menghadap ke arah kepanjangan badan kuda (menyamping) dan harus mendarat dekat lengan yang terakhir bertumpu.
 - h) Dismoun yang dilakukan melalui handstand harus melewati badan kuda atau memasukkan sebuah putaran 270° jika diawali dalam side support, atau 360° jika diawali dari cross support.
4. Untuk uraian kesalahan dan pemotongan sepenuhnya yang mengatur penyajian latihan. lihat Bab 6 atau ringkasan dari pemotongan dalam Pasal 24.

2.3 Informasi Tentang Nilai Awal

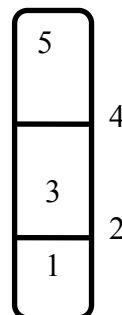
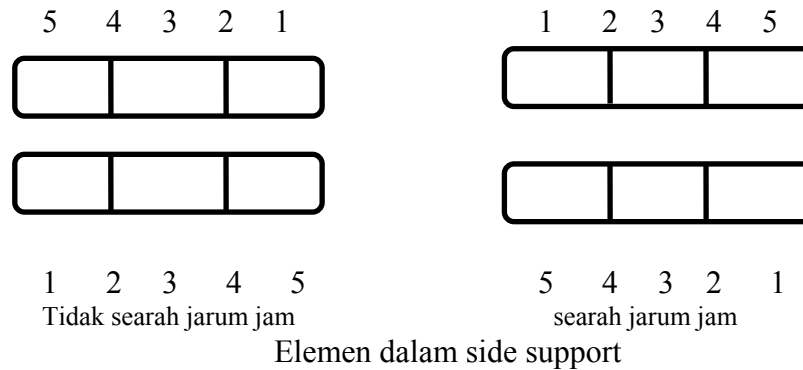
1. Elemen-elemen dalam Kuda Pelana dikelompokkan sebagai berikut:
 - I. Ayunan kaki tunggal
 - II. Circle dan Flair dengan atau tanpa spindles dan handstand.
 - III. Travel dalam side dan cross support.
 - IV. Ayunan Kehr dan ayunan wende (K9, V9).
 - V. Dismount
2. Suatu latihan harus memasukkan paling sedikit satu elemen bernilai B dari setiap kelompok elemen, kecuali dismount yang harus minimal C.
3. Informasi dan aturan tambahan:
 - a) Kecuali dinyatakan dengan tegas dalam tabel Tingkat Kesulitan, nilai dan nomor pengenal dari elemen yang dilakukan dalam circle dan flair dianggap sama. Elemen tersebut digambarkan secara acak dalam posisi circle atau flair pada tabel Tingkat Kesulitan. (Kekecualian adalah: 1/1 spindle dalam side support).

- b) Kecuali dinyatakan sebaliknya, elemen pada badan kuda (leather) mempunyai nilai sama seperti yang ditampilkan pada pelana.
- c) Seluruh travel cross support 3/3 mempunyai nilai D, kecuali travel yang melangkah dari satu pelana melewati pelana yang lain (1-1 ke 2-2 ke 4-4 ke 5-5 atau variasi 1-2-4-5 lainnya). Maksimum dua travel cross support untuk bonus (3/3) diperbolehkan (ke depan dan/atau ke belakang).
- d) Kecuali dinyatakan sebaliknya, semua travel side support mempunyai nilai yang sama (Kekecualian: travel dengan hop, travel dengan spindle).
- e) Kecuali dinyatakan sebaliknya, seluruh putaran 1/2 (Czehkehre, Stockli ke depan dan belakang, double swiss, dan spindle dalam side support) mempunyai nilai sama. (Kekecualian: kehre, dismount dan spindle dalam cross support).
- f) Kecuali dinyatakan sebaliknya, handstand (dalam latihan atau untuk dismount) mempunyai nilai yang sama jika dicapai dengan circle atau flair. Tingkat Kesulitannya meningkat satu poin jika handstand itu diawali oleh stockli depan atau belakang. Tingkat Kesulitannya meningkat satu poin jika handstand itu ditambah dengan satu putaran penuh (360°). Tingkat Kesulitannya meningkat satu poin jika pesenam melanjutkan gerakan dari handstand ke circle atau flair lagi.
- g) Adalah memungkinkan untuk mengkombinasikan elemen tertentu pada satu pelana untuk mendapatkan nilai bonus. Dua jenis elemen yang dikombinasikan demikian ada dan dianggap menjadi bagian dari kelompok elemen IV.
 - i. Flops adalah kombinasi circle yang berbonus dalam side atau cross support dan stockli A atau B pada satu pelana dan boleh dilakukan maksimum dua dari elemen yang sama dalam gabungan langsung. Elemen gabungan tersebut (flop) hanya dapat diberi nilai D atau E (misalnya 3 atau 4 elemen). D flop yang dilakukan dengan flair menjadi E; E flop yang dilakukan dengan flair menjadi Super-E. Hanya satu rangkaian flop demikian yang boleh digunakan dalam latihan untuk nilai Tingkat Kesulitan atau untuk bonus.
 - ii. Gabungan circle dan atau Stockli B dengan ayunan Russian wende dapat menjadi D, E, atau super-E. Hanya satu dari rangkaian gabungan ini yang boleh dilakukan untuk nilai dan untuk bonus.

		D	E	s-E
1 circle atau 1 DSB	+	R36/R54 (C)	R72/R90 (D)	R108 (E)
1 circle + 1 DSB atau 2 DSB	+	R18/R27 (B)	R36/R54 (C)	R72/R90 (D)

- h) Tidak ada elemen ganda lain yang akan dinilai untuk nilai yang lebih tinggi. Misalnya: 2 circle atau DSB dalam setiap posisi menerima kredit untuk circle atau DSB pertama dan tidak ada nilai atau pengakuan untuk yang kedua.

- i) Kecuali jika dinyatakan sebaliknya, setiap elemen ditetapkan sebagai sedang terjadi dalam satu struktur dan berakhir ketika satu struktur baru dimulai, seperti berikut (kekecualian: ketentuan seri gabungan yang ditetapkan di atas):
- i. Elemen hop berakhir pada penyelesaian hop atau seri dari hop.
 - ii. Satu elemen circle atau flair berakhir ketika berubah ke yang lain.
 - iii. Elemen spindle berakhir ketika aksi spindle berhenti.
 - iv. Elemen tumpu depan (wende swing) berakhir ketika aksi wende berhenti.
 - v. Elemen travel dalam cross support berakhir ketika aksi travel atau posisi cross support terganggu oleh sebuah circle atau oleh beberapa elemen lain atau diakhiri dalam beberapa cara lain.
4. Kecuali dinyatakan sebaliknya dalam tabel Tingkat Kesulitan, elemen yang kompleks atau jamak yang mengarah pada handstand dismount tidak dapat meningkatkan nilai dismount itu. Dalam kasus tersebut, hanya elemen terakhir menjadi bagian dismount. Misalnya, 2 DSB ke handstand dinilai sebagai dua elemen, yaitu: DSB + DSB ke handstand.
5. Untuk membantu dalam menentukan circle atau travel dalam side support atau cross support, bagian kuda-kuda ditentukan berdasarkan diagram berikut:



Elemen dalam cross support

- Jadi, semua kombinasi dari circle dan travel yang memungkinkan dari, dan ke 15 kemungkinan dari side support dan 5 posisi cross support secara mudah dapat dijelaskan. Travel side support yang normal dari tumpu dua pelana ke ujung kuda, digambarkan sesuai dengan lokasi tangan 2-4 ke 4-5. Travel cross support digambarkan sejalan dengan lokasi awal dan akhirnya dari kedua tangan tetapi dapat pula memasukkan lokasi tangan sebelumnya.
6. Untuk travel sepanjang kuda-kuda, gambarannya biasanya disebut 1/3, 2/3, dan 3/3 masih sering digunakan dalam tabel Tingkat Kesulitan.
 - a) Dalam side support, travel 2/3 sama dengan posisi dari 1-1, 1-2. atau 1-3 ke posisi 4-4 atau 4-5. Travel 3/3 sama dengan dari 1-1 atau 1-2 ke 4-5 atau 5-5. Travel yang lebih sedikit dari ketentuan di atas dianggap sebagai travel 1/3.
 - b) Dalam cross support, travel 2/3 sama dengan dari 1 ke 4 atau dari 2 ke 5. Travel 3/3 sama dengan dari 1 ke 5. Travel yang lebih pendek dari ketentuan di atas dianggap sebagai travel 1/3.
 7. Untuk uraian peraturan lebih lanjut yang mengatur elemen yang tidak diakui dan aspek lain dari Nilai Awal, lihat Bab 5 atau ringkasan pemotongan dalam Pasal 17.

2.4 Tabel Kesalahan dan Pemotongan Khusus untuk Kuda Pelana

Kesalahan	Kecil 0.10	Medium 0.20	Besar 0.30
Memulai latihan dengan kaki terbuka	+	+	
Pendistribusian elemen di atas kuda yang tidak merata	+		
Kurangnya amplitudo dalam guntungan dan ayunan kaki tunggal	+	+	
Penyimpangan angular pada circle dan travel cross support	16°-30°	30°-45°	>45° = tidak diakui
Handstand dengan kekuatan yang jelas atau dengan lengan bengkok	+	+	+
Berhenti atau tersendat dalam handstand	+	+	+
Mendarat miring atau tidak menghadap kepanjangan kuda	+	+	
Kurangnya amplitudo dalam circle atau flair dalam seluruh latihan	+	+	+
	miring	90° salah	

Bagian 3—GELANG-GELANG

3.1 Penjelasan Latihan pada Gelang-Gelang

Latihan pada gelang-gelang disusun dari elemen ayunan, kekuatan dan bertahan dalam kira-kira porsi yang sama besarnya. Elemen-elemen dan kombinasinya ini

dilakukan dalam posisi menggantung, ke dan melalui posisi bertumpu, atau ke atau melalui posisi handstand, dan pelaksanaan elemen dengan lengan lurus harus sangat dominan. Latihan senam konemporer ditandai oleh transisi antara elemen ayunan dan kekuatan atau sebaliknya. Ayunan kabel dan menyilangnya kabel tidak diperbolehkan.

3.2 Informasi tentang Penyajian Latihan

1. Dari berdiri tegak, pesenam harus melompat atau dibantu ke menggantung diam pada gelang-gelang dengan kaki rapat dan dengan bentuk yang baik. Penilaian dimulai dengan gerakan pertama dari saat pesenam meninggalkan lantai.
2. Pesenam harus memasukkan hanya elemen yang dapat dilakukannya dengan keselamatan penuh dan derajat penguasaan estetis dan teknis yang baik.
3. Latihan harus berisi elemen-elemen ayunan, bertahan dan kekuatan dengan distribusi yang kira-kira sama.
4. Ayunan belakang dalam tumpuan yang tidak mengarah pada elemen yang bernilai tetapi hanya berupa arah sebaliknya dan ayunan belakang ke bawah dalam atau ke posisi gantungan bawah tidak diperbolehkan. Contoh khusus dari layaway pada gelang-gelang adalah: dari suatu kip ke tumpuan, ayun belakang ke layaway ke front uprise.
5. Harapan pelaksanaan dan konstruksi latihan tambahan adalah sebagai berikut:
 - a) Posisi bertahan harus dicapai secara langsung, dengan lengan lurus, dan tanpa perlu membetulkan (mengoreksi) posisi atau postur tubuh.
 - b) Semua posisi bertahan harus ditahan untuk minimum 2 detik.
 - c) Ayunan ke atas harus mengarah pada atau melewati handstand, atau langsung pada elemen kekuatan bertahan kapanpun sifat dari ayunan itu memungkinkan.
 - d) Pegangan salah (over grip) untuk kekuatan bertahan tidak diperbolehkan.
 - e) Lengan lurus harus digunakan kapanpun sifat dari elemen itu memungkinkannya.
 - f) Tidak ada elemen yang dapat menyebabkan atau meningkatkan ayunan kabel yang tidak perlu.
6. Untuk uraian kesalahan dan pemotongan yang lengkap yang mengatur Penyajian Latihan, lihat Bab 6 atau ringkasan pemotongan dalam Pasal 24.

3.3 Informasi tentang Nilai Awal

1. Elemen-elemen pada Gelang-Gelang dapat dikelompokkan sebagai berikut:
 - I. Elemen kip dan ayunan (termasuk ke L-sit)
 - II. Ayunan ke handstand (2 detik)
 - III. Elemen ayunan ke kekuatan bertahan (bukan L-sit) (2 detik).
 - IV. Elemen kekuatan dan elemen bertahan (2 detik)
 - V. Dismount
2. Suatu latihan harus meliputi sedikitnya elemen bernilai B dari setiap kelompok elemen kecuali dismount, yang harus bernilai C.
3. Tidak ada pengulangan elemen (yang sama Kode Nomor Pengenal) diperbolehkan untuk menyumbang pada Nilai Awal. Pada Gelang-Gelang, peraturan ini dikembangkan sehingga posisi akhir kekuatan bertahan yang sama dapat dilakukan paling banyak dua kali tanpa memperhitungkan bagaimana posisi itu

- dicapai. Jadi, sebagai misal, posisi cross terbalik (inverted cross), posisi swallow, dsb. hanya dapat digunakan dua kali untuk nilai Tingkat Kesulitan atau nilai bonus.
4. Bonus gabungan tersedia hanya untuk elemen kekuatan yang langsung digabung yang telah diakui dan memiliki tingkat kesulitan yang cukup; misalnya dari kekuatan bertahan (2 detik) ke kekuatan bertahan yang lain (2 detik), masing-masing minimum D.
 5. Informasi dan Peraturan tambahan:
 - a) Semua elemen bertahan harus ditahan minimum untuk 2 detik dan tidak akan diakui untuk Tingkat Kesulitan dan persyaratan kelompok elemen jika ditahan kurang dari 1 detik.
 - b) Press kekuatan dan angkatan selalu mengikuti elemen bertahan sebelumnya dan berakhir dalam posisi bertahan 2 detik. Elemen-elemen itu diakui hanya jika elemen bertahan yang mendahuluinya sudah diakui dan jika posisi akhirnya ditahan paling sedikit 1 detik.
 - c) Elemen dengan kabel menyilang tiak diperbolehkan.
 6. Untuk uraian peraturan lebih lanjut yang mengatur elemen yang tidak diakui dan aspek lain dari Nilai Awal, lihat Bab 5 atau ringkasan pemotongan dalam Pasal 17.

3.4 Tabel Kesalahan dan Pemotongan Khusus untuk Gelang-Gelang

Kesalahan	Kecil 0.10	Medium 0.20	Besar 0.30
Kaki terbuka atau pelaksanaan buruk lainnya selama diangkat ke gelang-gelang		+	
Ayunan awal sebelum memulai latihan		+	
Pegangan salah (overgrip) selama elemen bertahan	+		
Lengan bengkok selama ayunan ke bagian kekuatan bertahan atau mencapai posisi bertahan	+	+	+
Menyentuh kabel dengan lengan, kaki atau bagian tubuh lainnya	+	+	
Bertumpu atau menyeimbangkan diri dengan kaki atau tungkai pada kabel			+ tidak diakui
Layaway pada ayunan belakang		+	
Jatuh dari handstand			+ tidak diakui
Mengayunkan kabel secara berlebihan	selama 1 elemen	selama beberapa latihan	hampir keseluruhan latihan
Elemen dengan kabel menyilang atau elemen terlarang lainnya		0.2 oleh juri A	

4.1 Penjelasan tentang Latihan Kuda Lompat

Pesenam harus menampilkan satu lompatan kecuali dalam final alat, di mana pesenam harus menampilkan dua lompatan dari kelompok lompatan yang berbeda. Setiap lompatan dimulai dengan suatu awalan lari dan suatu tolakan dengan dua kaki (dengan atau tanpa round off) pada papan tolak dengan kaki bersamaan dan dilakukan dengan fase tumpuan yang singkat pada kuda-kuda dengan kedua tangan. Lompatan boleh berisi putaran sederhana atau berganda di sekitar dua poros tubuh. Setelah lompatan pertama, pesenam kembali tanpa melambatkan diri ke posisi awal dan, pada tanda dari ketua juri alat, menampilkan lompatan kedua.

4.2 Informasi tentang Penyajian Latihan

1. Pesenam harus memulai setiap lompatan dari berdiri diam dengan kedua kaki rapat pada jarak maksimum 25 meter dari sisi terdekat kuda. Lompatan dimulai dengan langkah atau hop pertama dari pesenam, tetapi penilaian dimulai ketika kaki kontak dengan papan tolak. Kepanjangannya awalan harus ditandai melintang di ujung garis awalan. Satu balok harus diletakkan melintang ujung garis awalan. Awalan tersebut boleh dihentikan kemudian dilanjutkan, tetapi tidak boleh diulangi.
2. Lompatan berakhir dengan suatu pendaratan di belakang kuda dalam posisi berdiri dengan kaki rapat menghadap ke arah atau membelakangi kuda (ke depan atau ke belakang)
3. Pesenam harus menunjukkan hanya lompatan yang dapat dia lakukan dengan keselamatan penuh dan dengan derajat penguasaan estetis dan teknis yang tinggi. Dia diharuskan menunjukkan Nomor Lompatan dari lompatan yang akan dilakukannya sebelum melompat.
4. Pesenam boleh menolak hanya ke depan atau ke belakang dan dengan kaki bersamaan. Elemen yang boleh dilakukannya sebelum menolak pada papan tolak hanyalah round off. Untuk lompatan demikian, penggunaan mantel keselamatan untuk papan tolak diwajibkan dan harus disediakan oleh panitia pelaksana.
5. Lompatan dengan salto selama layangan pertama (pre-flight) dan lompatan dengan kaki terbuka bukan saja tidak tercantum dalam tabel tetapi juga dilarang.
6. Pesenam harus menunjukkan posisi tubuh yang dimaksudkannya (tekuk, menyudut, atau lurus) dalam sifat yang mencolok dan tidak salah. Posisi tubuh yang kurang jelas dipotong oleh juri B dan bisa menghasilkan diakuinya gerakan itu sebagai lompatan bernilai lebih rendah oleh juri A.
7. Dasar untuk penilaian oleh juri B:
 - a) Layangan pertama, hingga ke tumpuan dengan kedua tangan
 - b) Fase layang kedua, termasuk dorongan dari kuda sampai ke pendaratan dalam posisi berdiri. Pesenam harus mendemonstrasikan fase naik yang jelas dari ketinggian tubuhnya setelah menolak pada kuda.
 - c) Posisi tubuh selama lompatan.
 - d) Pelaksanaan teknis selama lompatan.
 - e) Pemotongan dengan memperhatikan penyimpangan dari sumbu memanjang dari kuda-kuda.
 - f) Pendaratan.

8. Peraturan Pendaratan
 - a) Pesenam harus mendarat dengan kedua kaki di dalam daerah seluas 50 cm ke kiri atau ke kanan dari kepanjangan garis tengah kuda-kuda. Garis ini harus secara jelas ditandai pada matras pendaratan. Melangkah pada garis, tetapi tidak melewatinya, masih diperbolehkan. Pemenuhan persyaratan kelurusan ini ditentukan hingga saat pesenam mencapai posisi berdiri yang stabil.
 - Matras yang bertanda daerah pendaratan untuk pelurusan harus terpasang secara kuat sehingga tidak bergeser selama kejuaraan.
 - b) Memuntir selama lompatan harus diselesaikan sebelum pendaratan. Twist yang tidak selesai akan menghasilkan pemotongan yang sesuai, dan jika kekurangannya mencapai 90° atau lebih, akan menyebabkan tidak diakuinya elemen itu oleh juri A dan dianggap sebagai lompatan dengan nilai yang lebih rendah.
9. Dalam layangan kedua, pesenam harus menunjukkan kenaikan yang sangat mencolok dari titik berat tubuhnya di atas ketinggian pada saat tangan kontak dengan kuda.
10. Lompatan salto harus menunjukkan fase pembukaan yang jelas dalam persiapan sebelum mendarat. Pendaratan yang tidak dipersiapkan adalah tanda dari kesalahan teknik dan biasanya akan menghasilkan pemotongan untuk pelaksanaan teknik juga pemotongan pendaratan.
11. Untuk uraian kesalahan dan pemotongan yang lengkap yang mengatur Penyajian Latihan, lihat Bab 6 atau ringkasan pemotongan dalam Pasal 24.

4.3 Informasi tentang Nilai Awal

1. Pesenam harus menunjukkan satu lompatan dalam penyisihan, final beregu, dan final serba bisa. Dalam final peralat ia harus melakukan dua lompatan, yang harus dari kelompok lompatan yang berbeda.

Kelompok I	Lompatan langsung
Kelompok II	Lompatan dengan putaran penuh dalam layangan pertama
Kelompok III	Lompatan Handspring depan dan gaya Yamashita
Kelompok IV	Lompatan dengan 1/4 putaran pada layangan pertama (Tsukahara & Kasamatsu)
Kelompok V	Lompatan dengan awal masuk round off.
2. Setiap lompatan diurutkan, diberi nomor, dan diberi nilai dalam tabel Tingkat Kesulitan dalam kelompoknya masing-masing. Prinsip-prinsip umum berikut ini berlaku:
 - a) Lompatan Cuervo mempunyai nilai sama dengan lompatan handspring salto dengan twist.
 - b) Lompatan Kasamatsu mempunyai nilai sama dengan lompatan Tsukahara.
 - c) Lompatan Yurchenko mempunyai nilai sama dengan seperti analogi Tsukahara atau Kasamatsu.
 - d) Nilai dan nomor pengenalan untuk lompatan yang ditampilkan dengan tumpuan satu lengan identik dengan lompatan yang sama yang dilakukan dengan tumpuan dua lengan.

3. Setiap lompatan diberi nilai Kesulitan yang unik dengan maksimum nilai 10.00 tergantung kompleksitasnya.
4. Sebelum pelaksanaan dari setiap lompatan, nomor lompatan yang sesuai, seperti telah ditentukan dalam Code of Points harus diperlihatkan pada juri A. Fungsi ini dilakukan pesenam, atau pelatih, dengan bantuan papan pemampang dan tidak dikenai hukuman jikapun ada kesalahan.
Misalnya: #319—# 3 untuk kelompok lompatan, #19 untuk nomor lompatan dalam kelompok itu.
5. Pesenam harus memperlihatkan posisi tubuh yang dimaksudkannya (tekuk, menyudut, atau lurus) dalam posisi yang jelas dan tidak salah. Posisi tubuh yang tidak jelas dapat menghasilkan tidak diakuinya oleh juri A dan hanya diakui sebagai lompatan yang bernilai lebih rendah. (Lihat definisi posisi tubuh pada Bab 13.1) Pesenam harus menunjukkan nomor lompatan yang dapat dia lakukan, bukan lompatan yang dia harapkan dapat dilakukan. Peringatan ini berlaku khususnya untuk pengakuan posisi lurus dan menyudut.
6. Lompatan dianggap tidak sah (nilai 0.00 dari juri A dan juri B), ketika:
 - a) Awalan dilakukan dan pesenam menginjak papan tolak dan/atau menyentuh kuda-kuda tetapi tidak menolak.
 - b) Awalan terganggu dan pesenam kembali ke titik awal untuk mengulanginya.
 - c) Lompatan dilakukan dengan begitu buruknya sehingga lompatan yang dimaksud tidak dapat diakui, atau pesenam mendorong dari kuda dengan kakinya.
 - d) Pesenam melakukan sentuhan dua kali pada kuda-kuda; misalnya tumpuan dengan satu atau dua tangan terjadi dua kali.
 - e) Lompatan dilakukan tanpa fase tumpuan, misalnya tangan tidak menyentuh kuda-kuda.
 - f) Pesenam tidak mendarat dengan kedua kakinya terlebih dahulu. Ini berarti bahwa kedua kaki harus kontak dengan matras pendaratan sebelum bagian tubuhnya yang lain.
 - g) Pesenam mendarat secara sengaja dalam berdiri menyamping.
 - h) Pesenam menampilkan lompatan yang dilarang (kaki buka, salto pada layangan pertama, menumpu hanya dengan satu tangan, pra-elemen yang dilarang sebelum papan tolak, dsb).
 - i) Kelompok lompatan pertama diulang untuk kedua kalinya dalam final alat.
 - j) Pesenam tidak menggunakan mantel penyelamat lompatan untuk awalan masuk dengan round off (kelompok lompatan V).
7. Untuk uraian peraturan lebih lanjut yang mengatur elemen yang tidak diakui dan aspek lain dari Nilai Awal, lihat Bab 5 atau ringkasan pemotongan dalam Pasal 17.

4.4 Tabel Kesalahan dan Pemotongan Khusus Untuk Kuda Lompat

Kesalahan	Kecil 0.10	Medium 0.20	Besar 0.30
Kesalahan Pelaksanaan dan/atau kes.	+	+	+

teknik dalam Pre-flight (layangan pertama)			
Kesalahan Pelaksanaan dan/atau kes. teknik dalam Second-Flight (layangan kedua)	+	+	+
Kaki terbuka selama melakukan salto	+	+	+
Kurangnya Ketinggian: tidak jelasnya kenaikan tubuh	+	+	+
Kurangnya pelurusan dalam persiapan mendarat	+	+	+
Penyimpangan dari poros pendaratan	1 kaki melewati garis	2 kaki melewati garis	
Mengulang Kelompok Lompatan pertama pada final alat.	Skor 0.00 untuk lompatan itu, baik dari juri A maupun dari juri B		
Lompatan yang tidak sah atau cacat	Skor 0.00 untuk lompatan itu, baik dari juri A maupun dari juri B		
Awalan melebihi jarak 25 meter	0.30 dari Nilai Akhir (untuk setiap lompatan yang bersangkutan)		
Gagal menggunakan mantel keselamatan untuk lompatan yang berawal round off	Skor 0.00 untuk lompatan itu, baik dari juri A maupun dari juri B		

Bagian 5—PALANG SEJAJAR

5.1 Penjelasan tentang Latihan pada Palang Sejajar

Latihan pada Palang Sejajar yang kontemporer terutama terdiri elemen ayunan dan layangan yang dipilih dari seluruh Kelompok Elemen yang tersedia dan dilakukan dengan transisi yang berkesinambungan melalui berbagai posisi menggantung dan bertumpu sedemikian rupa sehingga menggambarkan sepenuhnya potensi dari alat ybs.

5.2 Informasi tentang Penyajian Latihan.

1. Pesenam harus memulai naik ke palang atau awalan pendeknya dari posisi berdiri diam dengan kedua kaki rapat. Latihan dimulai saat satu atau dua tangan kontak dengan palang tetapi penilaian dimulai ketika kedua kaki meninggalkan matras. Ayunan dengan satu kaki atau gerak melangkah untuk naik ke palang tidak diperbolehkan (kedua kaki harus meninggalkan matras secara bersamaan).
2. Sebuah papan tolak yang ditempatkan pada ketinggian matras pendaratan diperbolehkan untuk digunakan untuk naik ke palang.
3. Pra-elemen tidak diperbolehkan. Ini berarti bahwa semua elemen yang berputar lebih dari 180° pada semua sumbu tubuh tidak boleh dilakukan sebelum menangkap palang dengan kedua tangan.
4. Pesenam harus memasukkan hanya elemen yang dapat dilakukannya dengan keselamatan penuh dan derajat penguasaan estetik dan teknik yang tinggi.

5. Harapan pelaksanaan dan konstruksi latihan tambahan adalah sebagai berikut:
 - a) Latihan boleh berisi paling banyak tiga kali saat berhenti. Penambahan penghentian yang <1 detik tidak diperbolehkan.
 - b) Penghentian yang direncanakan harus ditahan minimum selama 2 detik.
 - c) Ayunan kembali pada posisi tumpuan atau gantungan lengan atas tidak diperbolehkan. Misalnya:
 - Ayunan kembali pada gantungan lengan atas, layaway ke glide kip.
 - Ayunan kembali pada tumpuan. layaway ke front uprise.
 - Ayunan kembali pada tumpuan, layaway ke giant swing.

6. Untuk uraian kesalahan dan pemotongan yang lengkap yang mengatur Penyajian Latihan, lihat Bab 6 atau ringkasan pemotongan dalam Pasal 24.

5.3 Informasi tentang Nilai Awal

1. Kelompok Elemen adalah sebagai berikut:
 - I. Elemen ayunan melalui tumpuan pada kedua palang.
 - II. Elemen ayunan melalui tumpuan lengan atas.
 - III. Elemen ayunan melalui gantungan pada kedua palang.
 - IV. Elemen kekuatan, bertahan, dan ayunan kaki serta elemen menyamping pada satu palang.
 - V. Dismount.
2. Suatu latihan harus memasukkan minimal satu elemen bernilai B dari setiap Kelompok Elemen, kecuali untuk dismount, harus bernilai C.
3. Informasi dan peraturan tambahan:
 - a) Banyak elemen ayunan yang mengarah pada atau ditetapkan pada posisi handstand pada satu atau dua palang. Handstand dari ayunan tidak harus ditahan, tetapi elemen itu harus dilakukan sedemikian rupa sehingga meyakinkan bahwa handstand itu dapat ditahan jika memang diinginkan.
 - b) Elemen atau kelompok elemen berikut tidak diperbolehkan:
 - Elemen kekuatan dan bertahan yang tidak tercantum dalam tabel Tingkat Kesulitan.
 - Salto dan dismount yang dilakukan dari gantungan samping pada satu palang.
4. Elemen yang secara sengaja menangkap kembali dalam tumpuan dengan lengan bengkok dianggap mempunyai Nomor Identifikasi dan nilai yang sama dengan elemen yang menangkap kembali dalam tumpuan lengan atas. Akan tetapi, elemen yang diawali dari tumpuan lengan bengkok dianggap memiliki nomor pengenalan dan nilai yang sama dengan elemen dari atau melalui tumpuan.
5. Kecuali dinyatakan sebaliknya dalam tabel Tingkat Kesulitan, elemen yang ditampilkan dari atau ke posisi pegangan yang tidak biasa atau berputar (supinated atau pronated) mempunyai nomor pengenalan dan nilai yang sama dengan analogi elemen yang dilakukan dari atau ke posisi pegangan yang biasa.
6. Untuk uraian peraturan lebih lanjut yang mengatur elemen yang tidak diakui dan aspek lain dari Nilai Awal, lihat Bab 5 atau ringkasan pemotongan dalam Pasal 17.

5.4 Tabel Kesalahan dan Pemotongan Khusus pada Palang Sejajar

Kesalahan	Kecil 0.10	Medium 0.20	Besar 0.30
Langkah atau ayun satu kaki pada saat naik		+	
Layaway pada ayunan kembali		+	
Posisi handstand yang tidak terkontrol sesaat pada 1 atau 2 palang	+		
Lebih dari 3 kai stop \geq 1 detik		+ setiap kali	
Elemen terlarang		+ Juri A	
Pra-elemen			+ Juri A
Penempatan papan tolak yang tidak sah	0.30 dari nilai akhir		

Bagian 6—PALANG TUNGGAL

6.1 Penjelasan tentang Latihan pada Palang Tunggal

Latihan pada Palang Tunggal kontemporer harus merupakan penyajian yang dinamis yang terdiri seluruhnya dari gabungan elemen ayunan, putaran, dan layangan yang mengalir, bergantian antara elemen yang dekat dan jauh ke palang dalam pegangan tangan yang bervariasi sehingga mampu mendemonstrasikan potensi penuh dari alat ybs.

6.2 Informasi tentang Penyajian Latihan

1. Pesenam harus melompat atau dibantu ke posisi menggantung diam atau mengayun pada Palang Tunggal dari berdiri diam dengan kedua kaki rapat atau awalan lari pendek, tetapi selalu dengan bentuk yang baik. Penilaian dimulai ketika pesenam meninggalkan lantai.
2. Pesenam harus memasukkan hanya elemen-elemen yang dapat dilakukannya dengan keselamatan penuh dan derajat penguasaan estetik dan teknik yang tinggi.
3. Harapan pelaksanaan dan konstruksi latihan tambahan adalah sebagai berikut:
 - a) Latihan harus terdiri seluruhnya dari ayunan tanpa berhenti atau istirahat.
 - b) Umumnya elemen dari Kelompok Elemen I, III, dan IV, dan khususnya gerakan-gerakan yang mengandung hop dan/atau pirouettes pada puncak palang, harus diselesaikan dalam posisi handstand nominal (dalam 15° dari posisi handstand). Elemen yang menangkap kembali dalam pegangan el-grip ganda atau elemen hop yang melayang (Quast) tidak termasuk dalam peraturan ini.
 - c) Elemen layangan harus mendemonstrasikan naiknya tubuh yang nyata (jelas) di atas palang.
 - d) Ayunan kembali (back swing) dalam tumpuan (ayunan cast) yang tidak mengarah pada sedikitnya sebuah elemen bernilai, tetapi hanya arah kebalikan

dan mengayun kembali ke bawah dalam atau ke posisi gantungan bawah tidak diperbolehkan. Contoh khusus dari layaway semacam itu adalah:

- Setelah sebuah gerakan kip— cast dan layaway ke giant swing.
- Setelah sebuah gerakan kip— cast dalam overgrip—straddle ke stalder.
- Setelah sebuah gerakan kip— cast dalam overgrip ke free hip circle.
- Setelah gerakan Xiao Ruizhi—hop ke overgrip— mengayun depan.

4. Untuk uraian kesalahan dan pemotongan yang lengkap yang mengatur Penyajian Latihan, lihat Bab 6 atau ringkasan pemotongan dalam Pasal 24.

6.3 Informasi tentang Nilai Awal

1. Kelompok Elemen adalah:

I. Ayunan gantung panjang dengan atau tanpa putaran.

II. Elemen Layangan.

III. Elemen dekat palang ('in bar' elemen)

IV. Elgrip dan elemen gantung belakang (dorsal hang) dan elemen yang dilakukan membelakangi palang.

V. Dismounts.

2. Suatu latihan harus memasukkan sedikitnya satu elemen bernilai B dari setiap Kelompok Elemen, kecuali untuk dismount harus bernilai C.

3. Informasi tentang Tingkat Kesulitan:

a) Gabungan langsung dari dua elemen layangan menjadikan elemen bernilai tunggal, sebagai berikut:

$$C+C= D$$

$$C+D \text{ atau } D+C= E$$

$$C+E \text{ atau } E+C= \text{Super-E}$$

b) Gabungan langsung dari D+D, E+D, D+E, E+E atau elemen layangan yang serupa tetap dipertahankan nilai independennya untuk keuntungan pesenam.

c) Gabungan langsung lebih dari 2 elemen layangan menghasilkan peningkatan nilai dari elemen layangan ketiga dan yang berikutnya jika elemen tersebut memiliki nilai independen minimum C.

4. Informasi dan Peraturan Tambahan:

a) Kecuali jika dinyatakan sebaliknya, nilai dan nomor pengenal elemen yang terdaftar dalam tabel Tingkat Kesulitan adalah sama jika dilakukan dari handstand, dari ayunan belakang, atau dari beberapa posisi lainnya.

b) Kecuali dinyatakan sebaliknya, semua elemen mempunyai nilai dan nomor pengenal ketika ditampilkan dengan 'pegangan alah' atau posisi pegangan yang tidak seharusnya.

c) Kecuali dinyatakan sebaliknya, elemen yang ditampilkan dari, dengan, atau ke satu lengan mempunyai nilai dan nomor pengenal yang sama dengan gerakan yang dilakukan dengan kedua lengan.

d) Kecuali terdaftar dalam Tabel Tingkat Kesulitan, elemen dengan atau dari kaki pada palang tidak diperbolehkan (Kekecualian: elemen Piatti).

- e) Menangkap kembali dari elemen layangan dengan satu tangan (atau ‘pegangan salah’) mempunyai nilai dan nomor pengenal yang sama dengan menangkap kembali dengan dua tangan.
 - f) Elemen dengan putaran harus menunjukkan putaran itu sebagai bagian integral dari elemen yang ditampilkan dan putaran itu harus dimulai pada saat naik. Selain itu, putaran dengan perubahan tangan yang jamak harus berputar bersinambung dalam satu gerakan yang mengalir. Putaran yang terganggu atau terhambat akan mengarah pada tidak diakuinya elemen tersebut. Semua putaran demikian harus diselesaikan dalam radius 15° dari posisi handstand.
 - g) Elemen dengan hop ke handstand, yang mengandung putaran, harus berputar selama peristiwa hop dan harus menangkap kembali dengan tangan kedua hanya setelah putaran itu diselesaikan. Suatu tangkapan kembali dapat terjadi awalnya dengan satu tangan dan kemudian dengan tangan lainnya ketika putaran itu diselesaikan. Suatu elemen hop dianggap berakhir ketika kedua tangan menangkap kembali palang. Kecuali jika dinyatakan sebaliknya, elemen hop mempunyai nilai sama dengan analogi elemen yang ditampilkan tanpa hop, tetapi diberi nilai pengenal yang berbeda.
 - h) Elemen el-grip hanya memenuhi syarat untuk persyaratan khusus dari kelompok elemen itu di mana ia terdaftar.
 - i. Elemen layangan dari el-grip dianggap termasuk ke dalam kelompok elemen II.
 - ii. Dismount dari el-grip dianggap termasuk ke dalam kelompok elemen V.
 - iii. Ayunan Endo dalam el-grip dianggap termasuk ke dalam kelompok elemen IV.
5. Untuk sebagian besar elemen dari kelompok I dan kelompok IV, prinsip-prinsip berikut digunakan untuk penentuan Tingkat Kesulitan:
- a) Semua kemungkinan dari putaran dengan pegangan biasa dan pegangan ‘salah’ dengan atau tanpa hop terdaftar pada tabel.
 - b) Nilai dari elemen dasar dengan atau tanpa $1/2$ turn telah diberi nilai tertentu.
 - Suatu putaran $1/1$ atau lebih besar meningkatkan Tingkat Kesulitannya sebesar satu poin.
 - Satu hop tidak meningkatkan Tingkat Kesulitan.
 - Menangkap kembali dalam pegangan el-grip meningkatkan Tingkat Kesulitan satu poin.
 - Posisi menyudut (pike) meningkatkan Tingkat kesulitan satu poin.
 - c) Sebuah elemen mempunyai nilai dan nomor pengenal yang sama apakah elemen itu melintasi palang ataupun tidak, sepanjang ketentuan amplitudonya telah terpenuhi.
6. Elemen layangan dari el-grip dan dismount dari el-grip atau gantung belakang mempunyai nilai yang sama seperti elemen yang dilakukan dari grip biasa, tetapi, kecuali untuk dismount, diberi nomor pengenal yang berbeda.
7. Maksimum dua ayunan yang melewati garis vertikal bawah dengan satu lengan yang diperbolehkan. Elemen ketiga yang demikian tidak akan diakui oleh juri A.

8. Untuk uraian peraturan lebih lanjut yang mengatur elemen yang tidak diakui dan aspek lain dari Nilai Awal, lihat Bab 5 atau ringkasan pemotongan dalam Pasal 17.

6.4 Tabel Kesalahan dan Pemotongan pada Palang Tunggal

Kesalahan	Kecil 0.10	Medium 0.20	Besar 0.30
Kaki terbuka atau pelaksanaan yang buruk selama diangkat atau melompat ke palang		+	
Berhenti dalam posisi handstand atau di mana pun	+	+	
Amplitudo yang rendah pada elemen layangan	+	+	
Penyimpangan dari bidang gerak	<15°	> 15°	
Layaway pada ayunan belakang		+	
Elemen tidak sah dengan atau dari kaki pada palang		+	
Melewati garis vertikal bawah lebih dari 2 kali dengan pegangan satu lengan	Tidak diakui oleh juri A		

Bagian 7—PENJELASAN DAN INTERPRETASI TAMBAHAN

1. (Lihat Pasal 15.5) Peraturan ini diinterpretasikan, sebagian, sebagai berikut:
 - a) Elemen berputar (twist) pada seluruh (enam) alat tidak akan diakui jika elemen itu ditampilkan dengan kurang dari 1/4 twist (90°) atau lebih dari ketentuan dari elemen dimaksud.
 - b) Elemen ayunan pada semua alat yang bersangkutan tidak akan diakui jika elemen itu diselesaikan sebesar 45° atau lebih dari posisi akhir yang sempurna atau yang dimaksud. Pada Palang Tunggal, ini berarti, misalnya, bahwa free hip circle dapat dilakukan sampai 45° melewati handstand dan masih dapat diakui oleh juri A. Pada Palang Sejajar, misalnya, Stutzkehre harus dilakukan sampai minimal 45° di atas garis horisontal untuk dapat diakui oleh juri A. Posisi lurus (stretched) dianggap menyudut jika pada suatu saat selama gerakan itu, suatu posisi menyudut lebih besar dari 45° pernah terlihat.
2. (Lihat Pasal 21.1) Ditampilkan dengan sempurna mengungkapkan juga bahwa elemen ditampilkan dengan posisi tubuh yang khusus. Pembatasan berikut akan berlaku.
 - a) Posisi tubuh lurus yang sempurna adalah yang berada dalam satu garis lurus dari bahu, panggul, sampai pergelangan kaki selama elemen statis atau sedikit bengkok ke depan atau ke belakang selama elemen dinamis. Jika panggul membuat posisi bengkok lebih besar dari 45° pada suatu saat selama pelaksanaannya, elemen itu akan dianggap menyudut.
 - b) Posisi menyudut yang sempurna adalah posisi yang ditunjukkan dengan tungkai lurus dan panggul ditekuk ke depan minimal sebesar 90°. Kesalahan meliputi

menyudut yang kurang dari 90° dari posisi lurus dan/atau tambahan bengkokan pada lutut. Jika lutut membuat bengkokan yang lebih besar dari 45° pada suatu saat selama pelaksanaannya, maka elemen itu akan dianggap menekuk (jongkok).

- c) Posisi tekuk yang sempurna adalah posisi yang ditunjukkan dengan panggul yang dibengkokkan secara tegas dan lutut bengkok ditarik ke dada—minimum bengkok 90° pada setiap sudutnya. Kesalahan meliputi panggul bengkok kurang dari 90° dari posisi lurus dan/atau lutut bengkok kurang dari 90°.
- d) Posisi lurus dengan lutut bengkok ke belakang hingga 90° tetap dianggap sebagai posisi lurus dengan kesalahan besar. Jika ini terjadi selama elemen itu dilakukan, gerakan itu tidak akan diakui oleh juri A.
- e) Posisi straddle harus diperlihatkan dengan pembukaan kaki yang maksimum yang masih dimungkinkan oleh sifat estetik dan teknik dari elemen itu.
- f) Setiap posisi salto—tekuk, menyudut, atau lurus—diharapkan didemonstrasikan secara jelas dan mencolok agar tidak menyebabkan keraguan dari yang dimaksudkan.
- g) Handstand yang umum pada setiap alat adalah handstand dengan tubuh yang diluruskan secara sempurna dan tanpa membengkok. Handstand dengan lengan terbuka lebar pada alat Lantai memerlukan agar kepala ada di dalam kelebaran satu tangan dari lantai.
- h) Kekuatan bertahan pada semua alat yang terpengaruh mengharuskan, tergantung pada elemen itu, lengan benar-benar horisontal, dan/atau kaki benar-benar horisontal.
- i) Elemen dinamis tertentu ketika dilakukan dengan buruk dapat dipertukarkan dengan elemen lain. Beberapa contoh khusus meliputi:
 - i. Pada Lantai, salto belakang ganda dengan 1/2 putaran dalam setiap saltonya (Kelompok Elemen IV) versus salto yang menolak belakang dengan 1/2 putaran dan kemudian salto depan ganda dengan 1/2 putaran (Kelompok Elemen V)
 - ii. Elemen berpilin (twist) pada semua alat yang kelebihan atau kekurangan lebih dari 90°.
 - iii. Pada Kuda Pelana; travel cross support yang miring lebih dari 45° versus travel dalam side support.
 - iv. Pada Kuda Lompat; handspring ke depan dengan salto (Kelompok III) versus 1/4 putaran pada layang pertama dan 1/4 putaran setelah menolak dengan salto depan (Kelompok IV).Dalam semua kasus demikian, pesenam diwajibkan mendemonstrasikan elemen yang ingin dilakukannya dalam cara yang jelas dan tidak mengandung kesalahan. Kegagalan dalam melakukannya akan selalu menghasilkan pemotongan yang besar dari juri B dan tidak diakui oleh juri A (atau pada Kuda Lompat, diakui sebagai elemen dan kelompok dengan nilai yang lebih rendah, dan, dalam contoh pertama tadi, diakui sebagai Kelompok Elemen IV).
- j) Kekecualian dapat dibuat jika pelaksanaan teknik yang benar dari suatu elemen memerlukan modifikasi dari pembatasan di atas.

3. (Lihat Pasal 21.4) Pasal ini, bersama dengan Pasal 5.2.b adalah petunjuk yang paling penting untuk seluruh wasit khususnya dengan harapan yang dinyatakan bahwa seluruh elemen dilakukan ke posisi akhir yang sempurna. Wasit diharuskan pada seluruh waktu menggunakan pengetahuan senam dan rasa senamnya. Contoh berikut dapat menjadi keharusan.
- a) Adalah mungkin untuk menampilkan elemen seperti Tkachev ke handstand pada Palang Tunggal tetapi hal itu belumlah menjadi harapan yang masuk akal atau diharapkan. Lebih masuk akal jika mengharapkan dalam seluruh kasus bahwa elemen itu ditampilkan dengan teknik yang demikian tinggi sehingga pesenam memiliki waktu untuk bersiap untuk menangkap kembali, yang harus terjadi dengan lengan lurus, dan yang memungkinkan keberlangsungan gerakan dengan ayunan penuh yang halus.
 - b) Adalah mungkin menampilkan dislocate ke handstand dari gantungan terbalik pada Gelang-Gelang, tetapi hal akan merupakan sebuah kekecualian. Pemotongan untuk tidak menyelesaikan elemen ini dalam handstand tidak akan berlaku.
 - c) Beberapa elemen mempunyai tujuan khusus atau pengaruh dan jika tujuan tersebut terlihat jelas dan estetik, hal itu akan menjadi contoh dari persyaratan amplitudo yang biasa.
 - d) Adalah mungkin untuk menampilkan Stutzkehre terbalik pada Palang Sejajar melalui handstand tetapi itu akan menjadi elemen yang berbeda (Didaftarkan sedemikian rupa dalam Tabel Tingkat Kesulitan) dan jangan sampai menjadi harapan umum untuk Stutzkehre terbalik.
 - e) Pada Palang Sejajar, elemen ayunan seperti salto dan Stutzkehre yang menangkap kembali sesaat dalam tumpuan cross pada satu palang harus menunjukkan posisi handstand yang terkontrol sesaat dengan pusat titik berat di atas palang sebelum menggeser satu tangan ke palang lain. Kegagalan melakukan hal itu menghasilkan pemotongan dari juri B dan kemungkinan tidak diakui oleh juri A.
 - f) Terdapat sedikit elemen (press lengan bengkok versus lengan lurus pada beberapa alat; amplitudo pada sikap scale pada Lantai; V-sit vs. V-sit yang tinggi (Manna) pada beberapa alat; Planche vs. Swallow pada Gelang-Gelang) di mana posisi tambahan membuat pengakuan dan penilaian menjadi sulit baik untuk juri A maupun juri B. Pesenam diharapkan mendemonstrasikan posisi yang dimaksudkannya secara jelas dan mencolok agar tidak menimbulkan keraguan pada wasit. Posisi tambahan atau tidak jelas selalu dipotong oleh juri B dan dapat mengarah pada tidak diakuinya oleh juri A.