TUL pistetaulukko sarjat yli 25 v,yli 35 v,yli 45 v **päivitetty 25.7.23**

Suomen Työväen Urheiluliitto ry 17.09.2022

Pisteet muodostuvat lähtöpisteistä 4,0 sekä joukkueen keräämistä pisteistä max 6,0 Yhteispisteet voivat olla 4,0-10,00

SOMMITTELU		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
JV-tekniikka : aaltoliike 0,1, vauhtiheitto 0,1, kierto 0,1, taivutus 0,1, kallistus 0,1	0-0,5										
JV-tekniikka : tasapaino 0,2 , hyppy 0,1	0-0,3										
JV-tekniikka : vartalosarja 0,1, tasapainosarja 0,1 , hyppysarja 0,1	0-0,3										
fyysiset ominaisuudet liikkuvuus 0,1, voima 0,1, lihashallinta 0,1, kunto-ominaisuudet 0,1	0-0,4										
kokonaisliikunta	0-0,2										
tempon vaihtelu	0-0,2										
dynamiikan vaihtelu	0-0,2										
6 kuviota	0-0,1										
kuvioiden muodostuminen	0-0,2										
omaperäisyys	0-0,2										
musiikki ja idea vastaavat toisiaan	0-0,1										
musiikki on vaihtelevaa	0-0,1										
yhteispisteet max.	2,8										
SUORITUS											
eri liikesukujen yhdistäminen 0,3/yhdistelmä; vartalo, tasapaino , hyppy	0-0,6										
vartalotekniikka 0,2, kehonkannataus 0,2 ja ryhti 0,2	0-0,6										
yhdenaikainen suorittaminen	0-0,4										
ilmaisullisuus suorituksessa	0-0,2										
esteettisyys suorituksessa	0-0,2										
koordinaatiokyky	0-0,2										
virtaavuus suorituksessa	0-0,2										
joukkueena tekeminen	0-0,2										
taitotasolle sopiva (huomioi terveydelliset seikat)	0-0,2										
yhteispisteet max.	2,8										
Elämyksellinen kokonaisuus	0-0,4										
Pisteet Yhteensä											
Lähtöpisteet	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
Kokonaispisteet yhteensä max	10,0										
Joukkueen saamat pisteet											