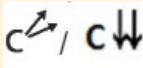
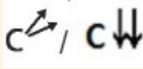
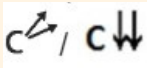
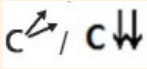


Iluvõimlemise Eestis kehtivad reeglid 2026

RÜHMKAVAD 2026	VAHENDID	MUUSIKA	KAVA RASKUSE NÕUDED
MEISTRIKLASS (2011 ja vanemad)	FIG REEGLID 5P ja 3R+2 paari K	KAVA PIKKUS 2:15-2:30	4 DB + 4DE + 1 DB või DE (hüpe min 1, tasakaal min 1, pöörlemised min 1), DE 8 m või kõrgus 2 võimleja kasvu S min 2 R maks 1 DC min 9 maks 14 DC: min 3 CC, min 3 CR, min 3: 
JUUNIORKLASS (2011*, 2012, 2013)	FIG REEGLID 5P ja 5L	KAVA PIKKUS 2:15-2:30	3 DB + 3DE (hüpe min 1, tasakaal min 1, pöörlemised min 1), DE 6 m või kõrgus 2 võimleja kasvu S min 2 R maks 1 DC min 6 maks 10 DC: min 2 CC, min 2 CR, min 2: 
NOORTEKLASS 2013, 2014, 2015	5H	KAVA PIKKUS 2:15-2:30	3 DB + 3DE (hüpe min 1, tasakaal min 1, pöörlemised min 1), DE 6 m või kõrgus 2 võimleja kasvu S min 2 R maks 1 DC min 6 maks 10 DC: min 2 CC, min 2 CR,

			min 2: 
LASTEKLASS 2015, 2016, 2017	5R	KAVA PIKKUS 2:15-2:30	3 DB + 2DE (hüpe min 1, tasakaal min 1, pöörlemised min 1), DE 6 m või kõrgus 2 võimleja kasvu Fouette pööre maks 6 ringi (lubatud ainult ühekordsed). S min 2 R maks 1 DC min 6 maks 8 DC: min 2 CC, min 2 CR, min 2: 
MINIKLASS 2017, 2018, 2019	Vabakava	KAVA PIKKUS 1:45-2:00	DB: min 3 maks 6 5. võimlejaga sooritatud üheaegselt (mahaarvamine 0,3 D1/2 kohtuniku poolt) Hüpe – min 2, üks nendest laihüpe (mahaarvamine 0,3 D1/2 kohtuniku poolt) tasakaal min 2, üks nendest jalg ees v kõrval (mahaarvamine 0,3 D1/2 kohtuniku poolt) pöörlemised – min 2, üks nendest püstiasendis ehk ühe jala peal Fouette pööre maks 4 ringi (lubatud ainult ühekordsed). S min 2 maks 1 R (min 2 ja maks 3 erinevat pöörlemiselementi, suuna/tasandi muutus +0,1; seeria, kus on 3 sama preakrobaatilist pöörlemiselementi +0,2; kokku maks 0,5; (preakrobaatiline element „illuusio“ ei ole lubatud) DC min 6 maks 8: CC min 2 (0,2) DCH min 2 (horisontaalne tasapind)

			DCH (riskib 1 võimleja = 0,2; riskivad 2 võimlejat = 0,3; riskivad 3 võimlejat = 0,4); DCV min 2 (vertikaalne tasapind) DCV (riskib 1 võimleja = 0,2; riskivad 2 võimlejat = 0,3; riskivad 3 võimlejat = 0,4); +0,2 seeria, kus on 2 sama preakrobaatilist pöörlemiselementi (sõltumata võimlejate arvust) DC maks 2 kavas; +0,1 läbimine kinnisest kehaosade konstruktsioonist; DCs preakrobaatiline element „illuusio“ ei ole lubatud
--	--	--	---

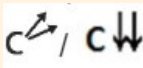
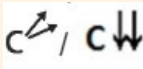
LISAD (KÕIK VANUSEGRUPID):

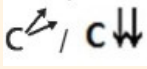
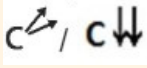
Tähelepanu! Eesti Võimlemisliit ning Eesti Võimlemisliidu iluvõimlemise toimekond palub veenduda, et mini-, laste- ning noorteklassi võimlejate esteetiline välimus võistlustel oleks eakohane ning väärikas. Soovitame võimlejatel kasutada eakohaselt valitud dekoratiivkosmeetika vahendeid ja värvitoone ehk kasutatud värvitoonid (sh huulepulk) peaksid olema tagasihoidlikud ja korrektsed.

Suured juveelikaunistused või kehakaunistused/augustused, mis võivad olla võimleja jaoks ohtlikud, ei ole lubatud. FIG Code of Points p.10.3 ja 10.4.

Võistluse ajal on kohtunikel tehnilises lauas keelatud kasutada mis tahes elektroonilisi seadmeid (mobiiltelefonid, miniarvutid, arvutid, nutikellad jne). Samuti on keelatud kasutada mis tahes kaameraid või videoseadmeid (FIG Code of Points p.3.2.3.).

Juunioride ja meistriklasi Duo/Trio punktiarvestus järgib **RGF FIG reegleid**, välja arvatud allpool toodud erandid.

DUO (2 võimlejat) TRIO (3 võimlejat) 2026	VAHENDID	MUUSIKA	KAVA RASKUSE NÕUDED
MEISTRIKLASS (2011 ja vanemad)	Duo: vabalt valitud vahend või erinevad vahendid Trio: vabalt valitud vahend või erinevad vahendid	Kava pikkus: Duo 1:30-1:45 Trio 1:45-2:00	3 DB + 3DE (hüpe min 1, tasakaal min 1, pöörlemised min 1), DE 8 m või kõrgus 2 võimleja kasvu S min 2 R maks 1 DC min 9 maks 10 DC: min 3 CC, min 3 CR, min 3: 
JUUNIORKLASS (2011, 2012, 2013)	Duo: vabalt valitud vahendid Trio: vabalt valitud vahendid	Kava pikkus: Duo 1:30-1:45 Trio 1:45-2:00	3 DB + 3DE (hüpe min 1, tasakaal min 1, pöörlemised min 1), DE 6 m või kõrgus 2 võimleja kasvu S min 2 R maks 1 DC min 6 maks 8 DC: min 2 CC, min 2 CR, min 2: 
			3 DB + 3DE (hüpe min 1, tasakaal min 1, pöörlemised min 1), DE 6 m või kõrgus 2 võimleja kasvu S min 2

NOORTEKLASS 2013, 2014, 2015	Duo: vabalt valitud vahendid Trio: vabalt valitud vahendid	Kava pikkus: Duo 1:30- 1:45 Trio 1:45- 2:00	R maks 1 DC min 6 maks 8 DC: min 2 CC, min 2 CR, min 2: 
LASTEKLASS 2015, 2016, 2017	Duo: vabalt valitud vahendid Trio: vabalt valitud vahendid	Kava pikkus: Duo 1:30- 1:45 Trio 1:45- 2:00	3 DB + 2DE (hüpe min 1, tasakaal min 1, pöörlemised min 1), DE 6 m või kõrgus 2 võimleja kasvu Fouette pööre maks 6 ringi (lubatud ainult ühekordsed). S min 2 R maks 1 DC min 6 maks 6 DC: min 2 CC, min 2 CR, min 2: 

DC spetsiifika:

CC duos - kaks järjestikust tegevust. CC meistriklassis - võib teha erinevate vahenditega.

Mitme vahendi vise või püüe:

Mitme vahendi viskel võib püüda ka oma vahendi.

Mitme vahendi püüdel võib püüda ka oma vahendi.

Artistlikkus:

Kollektiivtöö: vähemalt 1 järgmisest kolmest tüübist:

Sünkroonimine; kiire järgnevus; koor/kontrast

LISAD (KÕIK VANUSEGRUPID):

Tähelepanu! Eesti Võimlemisliit ning Eesti Võimlemisliidu iluvõimlemise toimkond palub veenduda, et mini-, laste- ning noorteklassi võimlejate esteetiline välimus võistlustel oleks eakohane ning väärikas. Soovitame võimlejal kasutada eakohaselt valitud dekoratiivkosmeetika vahendeid ja värvitoone ehk kasutatud värvitoonid (sh huulepulk) peaksid olema tagasihoidlikud ja korrektsed.

Suured juveelikaunistused või kehakaunistused/augustused, mis võivad olla võimleja jaoks ohtlikud, ei ole lubatud. FIG Code of Points p. 10.3 ja 10.4.

Võistluse ajal on kohtunikel tehnilises lauas keelatud kasutada mis tahes elektroonilisi seadmeid (mobiiltelefonid, miniarvutid, arvutid, nutikellad jne). Samuti on keelatud kasutada mis tahes kaameraid või videoseadmeid (FIG Code of Points p.3.2.3.).