

KRITÉRIA HODNOCENÍ – STEP

Panel rozhodčích má 5 členů

R1 – technický rozhodčí

Držení těla 0 – 10 bodů	Celkový postoj – hlava, ramena, bedra, břicho, kolena, špičky Zdravotní hledisko
Technika cvičení 0 – 10 bodů	Technika provedení jednotlivých cviků – náslapy, postavení kolen a špiček, držení těla při pohybu
Paže 0 – 10 bodů	Náročnost a originalita – využití všech směrů, malá, velká páka, práce zápěstí, prstů

R2 – technický rozhodčí

Pohybové stereotypy 0 – 10 bodů	Úroveň pohybů všech členů týmu, práce paží, koordinace pohybu.
Přiměřenost pohybů 0 – 10 bodů	Přiměřenost pohybů k věku a vyspělosti všech cvičenců
Dolní končetiny 0 – 10 bodů	Provedení, přesnost, synchron, rozsah pohybu
Srážky Za každý cvik – 1 bod	Zakázané cviky <ul style="list-style-type: none">➤ stoj na rukou, zvedačky a pyramidy v průběhu skladby, skoky a pády do kliků a rozštěpů, pressy a kliky na jedné ruce,➤ Poskoky, výskoky a skoky ze stepu na zem➤ Poskoky, výskoky a skoky ze stepu na jiný step➤ Cvičenec nesmí sestupovat ze stepu vpřed a vracet se zpět na step zády opakovaně a ihned za sebou

Zvedačkou se rozumí, že dolní končetiny zvedaného cvičence se dostanou nad úroveň ramen zvedajícího – to je zakázané v průběhu skladby, může to být na začátku, popř. konci.

Kotoul přes rameno, převal je povolen.

R3 – aerobní rozhodčí

Dynamika a intenzita skladby 0 – 10 bodů	Vytrvalost, intenzita, nasazení, plynulost skladby High impact aerobik
Aerobní vazby 0 – 10 bodů	Složitost, originalita, dynamika, využití paží
Stepping a využití celé plochy stepu 0 – 10 bodů	Frekvence výstupů na step Využití celé plochy stepu při nástupu na step, tzn. nejenom na střed stepu
Srážky 0 – 2 body	Stop time (delší než 2 doby), výdrže

R4 – choreograf

Plocha 0 – 10 bodů	Využití celé plochy, pohyb po ploše – originalita, pestrost a rychlost přechodů mezi útvary
Útvary 0 – 10 bodů	Přesnost, čitelnost (min 8 jasně čitelných útvarů), četnost (min. 8), originalita, střídání cvičenců v čele útvarů (neměli by být vpředu stále stejní cvičenci)
3 D a přechody 0 – 10 bodů	Přechody na zem a ze země do stoje, výskoku – pestrost, originalita, rychlost Variabilita přechodů
Srážky -1 bod	Nižší počet cvičenců, než je stanovený minimální počet Vyšší počet cvičenců, než je stanovený maximální počet

Za přešlapy mimo plochu se srážka neuděluje (cvičenci získají nižší počet bodů za využití plochy)

R5 –estetický rozhodčí

Interakce 0 – 10 bodů	Týmovost, kontakt mezi členy týmu, spolupráce mezi cvičenci, synchron mezi cvičenci
Kostým 0 – 10 bodů	Sportovní, ne scénární, tzn. přiléhavý, bez volných částí, ne sukýnky z penízků, třásní, bez scénárních účesů (čelenky, labutí péra, ...) – na první pohled by měl být vidět rozdíl od aerobic show
Hudba 0 – 10 bodů	Přiměřenost věku, tempo, originalita, synchron s hudbou
Výraz, vzhled 0 – 10 bodů	Přirozený, optimistický výraz, odpovídající tématu skladby, oční kontakt mezi cvičenci a diváky, projevení sebevědomí a emocí
Srážky – hudba 0 – 2 body	Hudba je mimo vymezený časový limit
Srážky – kostým 0 – 2 body	Upadnutí části kostýmu během skladby, nezakrytí intimních částí těla, příliš scénární kostým