Kampionati i Kosovës

Gjimnastika Artistike për Femra dhe Meshkuj

FEDERATA E GJIMNASTIKËS E KOSOVËS
KOSOVA GYMNASTIC FEDERATION

FGJK - KGF

6 dhjetor 2025

Hyrje

Federata e Gjimnastikës e Kosovës me datë 06 dhjetor 2025 organizon Kampionatin e Kosovës në gjimnastikën artistike për femra dhe meshkuj.
Gara do të zhvillohet në Fakultetin e Edukimit Fizik dhe Sportit.
Afati i fundit për dorëzimin e emrave dhe muzikave të gjimnastëve është 05 nëntor 2025.
Për të na ndihmuar të organizojmë gjithçka me kohë dhe saktësi, ju lutemi **respektoni patjetër afatin**
Emrat dhe muzikat duhet të dërgohen në email adresën *fgjkgarat@gmail.com*
Regjistrimi pranohet vetëm nëse emrat dërgohen bashkë me formularin e regjistrimit.

Kampionati i Kosovës do të mbahet në tre disiplina në gjimnastikën artistike të femrave (parter, tra dhe kapërcime) dhe në dy disiplina në gjimnastikën artistike të meshkujve (parter dhe kapërcime).

Viti i lindjes	Grupmosha / kategoria
2019	Para-fatos/ para-yllka 2019
2018	Para-fatos/ para-yllka 2018
2017	Fatos/ yllka 2017
2016	Fatos/ yllka 2016
2015 - 2014	Para-pionier/ para-pioniere
2013 - 2012	Pionier/ pioniere
2011 - 2010	Junior/ juniore
2009 +	Senior/ seniore

Vështirësia e elementeve për para-fatos, para-yllka, fatos dhe yllka:

A – 0.1 pikë, B – 0.3 pikë, C – 0.5 pikë, D – 0.7 pikë

Vështërsia e elementeve dhe kërkesat e kompozimeve për grupmoshat e tjera është sipas **FIG Code of Points**.

PARTER, gjimnastika artistike e femrave



Kërkesat e kompozimit për para yllka dhe yllka			
Pas vallëzimi	Salto para	Salto prapa	Salto 180

Kërkesat e kompozimit për para-pionieret deri te senioret			
Pas vallëzimi	Salto para dhe prapa	Salto 360	Salto double

Numri i elementeve:
Minimumi 6 elemente për grupmoshën para-yllka dhe yllka, në mënyrë që të mos penalizohen për mungesë të elementeve.
Minimumi 7 elemente kërkohen për të gjitha grupmoshat e tjera.
Kompozimi në parter duhet të përmbaj 3 elemente dance, 3 akro, tjerat opsionale.

TRA

Kërkesat e kompozimit për para-yllka dhe yllka			
Lidhje vallëzimi	Kthim (Gr.3)	Element akrobatik në tra	Dalje me salto

Kërkesat e kompozimit për para-pionieret deri te senioret			
Lidhje vallëzimi	Kthim (Gr.3)	Lidhje akrobatike	Elemente akrobatike në drejtime të ndryshme

Numri i elementeve:
Minimumi 6 elemente për grupmoshën para-yllka dhe yllka, në mënyrë që të mos penalizohen për mungesë të elementeve.
Minimumi 7 elemente kërkohen për të gjitha grupmoshat tjera.
Kompozimi në tra duhet të përmbaj 3 elemente dance, 3 akro, tjerat opsionale.

KAPËRCIME, gjimnastika artistike e femrave dhe meshkujve

Para-yllka / para-fatos	Yllka / fatos	Para-pioniere / pioniere	Grupmoshat tjera
Dyshek 60 cm lartësi. Ekzekutohet vetëm 1 element.	Dyshek 1 m lartësi. Ekzekutohet vetëm 1 element.	Kaluq 1.25 m lartësi. (mund të përdoren 2 pedane). Ekzekutohet vetëm 1 element.	Kaluq 1.25 m lartësi. Ekzekutohen 2 elemente, të ndryshme; llogaritet mesatarja për vegël, për all around dhe për ekipore.

PARTER, gjimnastika artistike e meshkujve

Kërkesat e kompozimit për të gjitha grupmoshat			
Element jo akrobatik	Salto para	Salto prapa	Salto 360

Numri i elementeve:

Minimumi 6 elemente në mënyrë që të mos penalizohen për mungesë të elementeve.

GARA EKIPORE

Rezultatet në garen ekipore llogariten duke numëruar katër rezultatet më të mira, pavarsisht nga numri i gjimnasteve në ekip. Rezultati i ekipit përbëhet nga shuma e 12 notave më të larta (katër për secilen vegël).

Gara ekipore ndahet në dy kategori.
Grupmoshat Parayllka dhe Yllka garojnë së bashku, dhe grupmoshat parapioniere deri te seniore garojnë së bashku.

Kodi i poentimit WAG 2025 – 2028:

https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en_1.1%20-%20WAG%20COP%202025-2028.pdf

Kodi i poentimit MAG 2025 – 2028:

https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en_1.1%20-%20MAG%20Code%20of%20Points%202025-2028.pdf