भक्तपुर नगरपालिकाद्वारा आयोजित अन्तर नगर जिम्नाष्टिक प्रतियोगिता २०८१

प्राविधिक नियमावली

Rule 1: प्रतियोगिताको कार्यक्रम सम्बन्धी

राष्ट्रिय प्रतियोगिता तथा राष्ट्रिय स्तरका नेपाल जिम्नाष्टिक एशोसिएसनले मान्यता प्रदान गरेका अन्य प्रतियोगिता जुन नेपाल जिम्नाष्टिक एशोसिएसनमा दर्ता रहेका छन्, तिनीहरूको लागि निम्न प्रकारका कार्यक्रमको विशेषता अनुसार समायोजन गरी लागू गरिने छ।

	पुरुष(men)	**महिला (women)**
Competition no:1	2 वटा ऐच्छिक व्यायाम (Vaulting मा 2 different vault)	2 वटा ऐच्छिक व्यायाम (Vaulting मा 2 different vault)
Competition no:2	2 वटा ऐच्छिक व्यायाम	2 वटा ऐच्छिक व्यायाम
Competition no:3	1(एक) ऐच्छिक व्यायाम हरेक apparatus मा	1(एक) ऐच्छिक व्यायाम हरेक apparatus मा

Rule 2: साधनको अनुक्रम अनुसार प्रदर्शन

Sequence of performance on apparatus

Senior Boys/Girls	**Boys**	**Girls**
1. Floor exercise	Floor exercise	vaulting table
2. Vaulting table	vaulting table	floor exercise

Rule 3: Optional exercise (ऐच्छिक व्यायाम)

ऐच्छिक व्यायाममा Gymnastics Elements को Combination छन्द मिलाइएको हुनका साथै व्यायाम बनावटको समूहलाई समायोजन गरी नेपाल जिम्नास्टिक सङ्घले प्रतिपादित Gymnastics competition judging rules for Nepal- 2063 लाई आधार मानि बनाएको प्रस्तुतिलाई मानिने छ । सोही Rules लाई आधार मानि Boys र Girls लाई compulsory exercises हुनेछ ।

Rules 4: National competition (राष्ट्रिय प्रतियोगिता)

"कार्यक्रम अनुसार प्रतियोगिता नं १ लाई Team competition तथा Individual Gymnasts को लागि प्रतियोगिता नं I र II को लागि Qualifying Round हुनेछ।

Rules 5: Tie breaking rules

Competition no.I,II र III मा Qualify हुँदा त्यहाँ कुनै स्थानको लागि Tie भएको खण्डमा Tie Breaking Rules प्रतियोगिता नं I,II र III मा नै व्याख्या गरिएअनुसार हुनेछ।

Rule 6 : Right of participation & size of delegations

नेपालभरीका पालिकाबाट अन्तर नगर जिम्नास्टिक प्रतियोगितामा टोली सहभागीता को लागि आउँदा टोलीमा ४ जना सम्म Gymnasts हुनु पर्नेछ। ४ जना भन्दा कम भएका अवस्थामा स्वत Gymnasts हरु समूहगत नभई व्यक्तिगत प्रतिस्पर्धा मानिनेछ ।

प्रतियोगिता नं १(Qualifying or team competition): यसमा, Team Coach एक जनालाई Competition क्षेत्रमा जान अनुमति प्रदान गरिने छ। त्यस्तै, महिलाको प्रतियोगितामा एक जना महिला प्रशिक्षक वा महिलाहरूको पुरुष प्रशिक्षकलाई पनि उक्त प्रतियोगिता क्षेत्रमा जान अनुमति प्रदान गरिने छ। तर, प्रतियोगिता क्षेत्रमा जानका लागि प्रशिक्षक आधिकारिक हुनु आवश्यक छ, अन्यथा अनुमति प्राप्त हुने छैन।

बढीमा दुई प्रशिक्षक वा खेलाडी सहयोगी प्रत्येक प्रतियोगिता नम्बर 2 (अखिल प्रतियोगिता) र प्रतियोगिता नम्बर 3 (व्यक्तिगत उपकरण अन्तिम) का लागि प्रतियोगिता क्षेत्रमा जान अनुमति प्रदान गरिनेछ। यसको तात्पर्य हो कि एउटा खेलाडीले Apparatus मा प्रदर्शन गर्दा एक प्रशिक्षक वा खेलाडी सहयोगीलाई क्षेत्रमा जान अनुमति दिइनेछ।

प्रतियोगिता क्षेत्रमा आयोजक समितिले मनोनीत गरेको चिकित्सक मात्र खेलाडीको अवस्था जाँच्न जान अनुमति प्राप्त गरेको हुनेछ।

Delegation	Senior boys	Senior girls	Boys	Girls	No.
Gymnasts	4	4	4	4	
Coach					1
Team manager					1

यी माथि दिइएको Delegation group मा, भक्तपुर जिल्ला जिम्नास्टिक संघले पालिकाको प्रदर्शनको आधारमा कोटा स्वीकृति दिएको आधारमा Delegation मा हेरफेर हुनेछ, र उक्त कोटा भन्दा बढी खेलाडी सहभागिता गराउनका लागि सम्बन्धित पालिकाले आयोजक समितिसँग पूर्व स्वीकृति लिनु पर्नेछ। साथै, स्वीकृति पत्र प्राप्त नगरी आएको खण्डमा सम्पूर्ण खर्च सम्बन्धित पालिकाले नै व्यहोर्नु पर्नेछ।

<u>Qualifying team &individual competition(1)</u>

Competition no: 1 को result को आधारमा टोलीहरूको Ranking गरिनेछ।

Ranking गर्दा तृतीय स्थानसम्मलाई पदक प्रदान गरिनेछ। त्यसैले प्रतियोगिता नम्बर 1 नै व्यक्तिगत Gymnast हरूका लागि प्रतियोगिता नम्बर 2 र नम्बर 3 को छनोट चरण हो भने टोली प्रतियोगितामा परेका टोलीका खेलाडीहरूका लागि पनि प्रतियोगिता नम्बर 2 र 3 को छनोट चरण हुनेछ।

यो प्रतियोगिता समूहहरूको Rotation को आधारमा टोलीमा ४ जना Gymnast हरूको समूहमा टोली वा Individual Gymnast नगरपालिकाबाट समूह बनाई सञ्चालन गरिनेछ। एउटा

टोलीमा ४ जना भन्दा बढी Gymnast समावेश गर्न पाइने छैन र ती ४ Gymnast हरूले प्रतियोगितामा तोकिएको जति Apparatus मा प्रत्येकले आफ्नो खेल प्रदर्शन गरेको हुनुपर्नेछ। ती ४ मध्ये ४ Gymnast को स्कोरको आधारमा टोलीको Ranking गरिनेछ। यदि ३ जना को समूह भएमा त्यसलाई स्वत व्यक्तिगतको मान्यता दिइनेछ ।

पुरुष सिनियरका लागि ऐच्छिक व्यायाममा २ वटा Apparatus(Floor exercise, vaulting table), केटाहरूका लागि २ वटा(Floor exercise, vaulting table) र केटीहरूका लागि २ वटा Apparatus (Floor exercise, vaulting table) समावेश गरिनेछ। यसमा समावेश गरिने Apparatus प्रतियोगिताको आधारमा प्रतियोगिता हेरि प्रतियोगिताको लागि Apparatus को निर्धारण आयोजक समितिको प्राविधिक समितिको राय अनुसार प्रतियोगिताको लागि Apparatus निर्धारण गरिने छ ।

प्रतियोगिता नम्बर 2 र 3 का लागि योग्य हुन, आयोजक समितिले तोकेको प्रतियोगिता नम्बर 1 का लागि सम्पूर्ण Apparatus मा व्यायाम प्रदर्शन गरेका जिम्नास्टहरू हुनुपर्नेछ।

<u>All around finals (competition no: 2)</u>

यस प्रतियोगिताबाट अलराउन्डर individual च्याम्पियन निर्धारण गरिन्छ:

यस प्रतियोगितामा पुरुषको सीनियरतर्फ दुई वटा ऐच्छिक व्यायाम प्रदर्शन गर्नुपर्नेछ। त्यसैगरी, पुरुष (ब्वाइज) र महिला (गर्ल्स) तर्फको व्यायाम प्रदर्शनको लागि प्राविधिक समितिले निर्धारण गरेको उपकरण **(apparatus)** मा ऐच्छिक व्यायाम प्रदर्शन गर्नुपर्दछ।

यस्तै, महिलातर्फ २ वटा उपकरण **(apparatus)** मा ऐच्छिक व्यायाम प्रदर्शन गर्नुपर्नेछ। महिलाको लागि प्राविधिक समितिको सिफारिशमा निर्धारण गरेको Apparatus हरूमा ऐच्छिक व्यायाम प्रदर्शन गर्नुपर्दछ।

यस प्रतियोगिताका लागि प्रतियोगिता नम्बर १ बाट १४ जना जिम्नास्ट चयन गरिन्छन्, जसमा अधिकतम २ जना मात्र एउटा नगरपालिकाबाट प्रतिनिधित्व गर्न सक्ने व्यवस्था गरिएको छ।

यसरी सम्पन्न प्रतियोगितामा फर्स्ट, सेकन्ड र थर्ड पोजिसनमा कुनै पनि प्रकारको टाई भएमा, तोकिएको उपकरण (apparatus) को प्रदर्शनअनुसार सबैभन्दा कम स्कोर आएको Apparatus लाई हटाएर बाँकी Apparatus हरूको स्कोरको समायोजन गर्दा आएको फरकको आधारमा पोजिसन निर्धारण गरिन्छ।

यदि यसमा पनि स्कोर बराबर भएको खण्डमा, दुबै प्रतियोगीले सोही स्थान (position) साझा गरेको रूपमा निर्धारण गरिन्छ। यसरी सम्पन्न प्रतियोगिता नम्बर २ को नतिजाको आधारमै *अल राउन्डर च्याम्पियन* निर्धारण गरिन्छ।

Apparatus finals(competition no.3)

यस प्रतियोगितामा प्रत्येक उपकरण (**apparatus**) को विजेता छुट्टै रूपमा निर्धारण गरिनेछ

हरेक Apparatus मा यस प्रतियोगिताका लागि ८ जना Gymnasts लाई छनोट गरिनेछ, जसमा प्रत्येक नगरपालिकाबाट बढीमा २ जना Gymnasts मात्र छनोट गर्न पाइनेछ। जुन Gymnast ले प्रतियोगिता नं. १ मा जुन Apparatus मा बढी स्कोर प्राप्त गरेका छन्, त्यसमध्येबाट ८ जना मात्र सो Apparatus का लागि छनोट गरिनेछ। यस प्रक्रियामा एउटै नगरपालिकाबाट २ जनाभन्दा बढीलाई छनोट गर्न पाइने छैन ।

यसमा कुनै स्थानमा स्कोरको आधारमा Tie भएको अवस्थामा, निम्न कुराहरूलाई अपनाई Tie हुनेलाई स्थानको लागि निर्धारण गरिनेछ।

1) कुनै स्थानमा दुई वा दुईभन्दा बढी Gymnasts मा Tie भएको अवस्थामा, ४ जना निर्णायकहरूको औसत स्कोरलाई आधार मानी Tie हुने स्थान छुट्याइनेछ।

2) यस्तै, ४ मध्ये जसको सबैभन्दा कम स्कोर छ, त्यसलाई हटाई बाँकी ३ जनाको स्कोरको औसत स्कोरको आधारमा निर्णय गरिनेछ ।

3) यसरी Tie भएका बाट छुट्याउँदा पनि नछुट्टिएको अवस्थामा सो स्थान साझा गरिएको मानिनेछ ।

Gymnast जो प्रतियोगिता नं. २ र ३ का लागि योग्य भएका छन्, उनीहरूलाई प्रतियोगिता खेल्नका लागि बाध्य हुने छैन।

उनीहरू सो प्रतियोगिता नखेल्ने भएमा प्रतियोगिता निर्देशकलाई तुरुन्त सूचना दिनु पर्दछ। त्यसपछि त्यससँग सम्बन्धित रिजर्भ Gymnast लाई त्यस प्रतियोगिताका लागि योग्य गराउन सकिनेछ।

योग्य Gymnast को ठाउँमा प्रतियोगिता २ र ३ का लागि नगरपालिकाबाट छनोट भएका Gymnast को सुझबुझ र विवेकलाई प्रयोग गरी राम्रो नतिजाका लागि वैकल्पिकलाई परिवर्तन गर्न सकिनेछ। यसका लागि नगरपालिकाले खेलाडीको नाम अन्तिम चरणको प्रतियोगिताका लागि छनोट गरी पठाउँदा दिइएको समयभित्र नगरपालिकाबाट छनोट गरी आयोजना समितिलाई उपलब्ध गराउनु पर्नेछ। यदि समयमा छनोट नभएको अवस्थामा प्रतियोगिता समितिले तोकेका खेलाडी नै अन्तिम चरणका लागि छनोट भएका मानिनेछ।

Formation of groups and working order समूहको बनावट र थालनीको पंक्ति

Team तथा individual gymnasts को आधारमा प्रतियोगिताका लागि प्राविधिक समितिको समूहगत रूपमा सुझाव तथा सल्लाह लिएर प्राविधिक समितिले प्रतिस्पर्धाको उपकरण (Apparatus) निर्धारण गर्ने छ। सोही आधारमा Gymnast हरूको संख्या अनुसार समूहलाई विभाजन गरी प्रतिस्पर्धा सञ्चालन गरिने छ।

Team तथा individual gymnasts पुरुष तथा महिलाका विभिन्न समूहहरूको प्रतिस्पर्धाका लागि प्राविधिक समितिको सुझाव अनुसार प्रतिस्पर्धाका लागि समूहगत रूपमा Apparatus निर्धारण गर्नेछ र सोही अनुरूप Gymnast हरूको संख्या अनुसार समूह-समूह विभाजन गरी प्रतिस्पर्धामा समावेश गरिनेछ ।

Qualifying individual & team competition (competition no I)

टिमको प्रतिस्पर्धा र व्यक्तिगत Gymnast का लागि क्वालिफाइङ प्रतिस्पर्धा Gymnast हरू टिममा रहेका र व्यक्तिगत Gymnast को मिश्रण प्रत्येक समूहले प्रदर्शन गर्दा पुरुषका लागि २ वटा उपकरण (apparatus) र महिलाका लागि २ वटा Apparatus मा प्रदर्शन गर्नुपर्नेछ । ती Apparatus हरूमा अनिवार्य रूपमा आफ्नो विशेष योग्यता (unique skill) प्रदर्शन गर्नुपर्नेछ । यो प्रदर्शन नेपाल जिम्नास्टिक संघले प्रस्तुत गरेको "Gymnastics Competition Judging Rules " का मापदण्डहरूलाई समायोजन गरी गरिनुपर्नेछ ।

यसरी मिश्रण गरी समूह बनाइएका व्यक्तिगत Gymnast हरूलाई राख्दा, उपकरण (Apparatus) र समूह दुवैको छनोटका लागि गोलाप्रथा लागू गरिन्छ । अन्य सबै Gymnast हरूले आफ्ना पूर्वनिर्धारित समूहमै रहेर खेलको प्रदर्शन अनिवार्य रूपमा गर्नुपर्छ । Apparatus को छनोटसमेत गोलाप्रथाको आधारमा समूह निर्धारण गरिनेछ ।

यदि प्रतिस्पर्धाको लागि टिम बनेको नाम समावेश गरिएको पालिका छ, तर प्रतिस्पर्धामा केवल व्यक्तिगत Gymnast हरू उपस्थित आएका छन् भने, उनीहरूको मूल्यांकन र व्यवहार व्यक्तिगत रूपमा नै गरिनेछ ।

टिमका लागि प्रतिस्पर्धामा नियम र प्रक्रियाहरूको व्याख्या:

Qualifying & team competition को result को आधारमा 3 वटा पहिलो, दोस्रो र तेस्रो निर्धारण गरिनेछ ।

प्रत्येक टिमलाई सम्बन्धित Apparatus मा खेल्न अघि १ मिनेट ३० सेकेन्डको warm-up समय दिइने छ ।

प्रतिस्पर्धामा बढी टिम भएका अवस्थामा एक Apparatus मा दुई टिमलाई प्रदर्शन गर्नका लागि अनुमति दिइनेछ ।

यसरी टिम प्रतिस्पर्धामा सबै टिमका खेलाडीहरूलाई प्रतिस्पर्धा स्थलमा उपस्थित हुनुपर्नेछ ।

व्यक्तिगत Gymnast का लागि प्रतिस्पर्धा प्रक्रिया:

व्यक्तिगत Gymnast का लागि खेलाडी सङ्ख्या बढी वा कम भएका अवस्थामा प्राविधिक समितिबाट सङ्ख्यामा फेरबदल गर्न आयोजक समितिमा अनुरोध गरेको खण्डमा आयोजक समितिले सिफारिश प्रदान गर्न सक्ने छ । यदि कुनै Gymnast को असमर्थता वा अन्य कारणले

अनुपस्थित हुनुपरेको खण्डमा कुनै पनि Apparatus को Rotation मा दिइने वार्म-अप समय भन्दा पहिले सम्बन्धित प्रशिक्षकले apparatus jury लाई जानकारी दिनु अनिवार्य हुनेछ।

Allrounder finals(competition no. II)

यस समुहमा १४ सदस्यले आफ्नो ऐच्छिक खेल प्रदर्शन गर्नेछ। यसरी ordering गर्दा खेलाडीको Qualifying competition result apparatus को आधारमा राखिने छ। यसमा जसले पहिले प्रदर्शन गरेको छ, त्यो अर्को apparatusमा अन्तिममा प्रदर्शन गर्नेछ।

यस्तो हरेक apparatus मा खेलको प्रदर्शन हुनु अगाडि warm up गर्न समय दिनेछ ।

Individual apparatus finals (competition no III)

Individual apparatus final को लागि प्रत्येक apparatus मा चुनिएका ८ खेलाडीहरूको खेल प्रदर्शन गर्नु अगाडि खेलको सुरुवात गर्नको लागि गोलाप्रथा माध्यमबाट खेलाडी निर्धारण गरि प्रतियोगिता सञ्चालन गरिनेछ।

यसको प्रतियोगिता क्षेत्रमा warm-up नगराई training हलमा मात्र गर्न पाइने छ। यस प्रतियोगिताको लागि छनौट भएका खेलाडीहरूले warm-up हलमा मात्र गर्न पाइने छ भने प्रतियोगिता क्षेत्रमा गर्न दिने छैन। ।

यदि warm-up को लागि hall को सुविधा नभएको खण्डमा प्रतियोगिताको प्राविधिक समितिले warm–up को लागि खेलाडीहरूलाई प्रतियोगिता क्षेत्रमा नै warm-up को व्यवस्था गर्न सक्ने छ।

महिला जिम्नास्टका लागि प्रतिस्पर्धा प्रक्रिया

Musical accompaniment

महिलाहरूको artistic gymnastics को प्रतियोगितामा floor exercise को प्रदर्शन गरिदा यसमा संगीतको समायोजन गरिएको हुनु पर्ने छ।

प्रतियोगितामा खेलाडीहरूको समूह एक Apparatus बाट अर्को apparatus मा rotation हुदा सहायक धुन वा गीत बजाइन्छ।, पक्तिबद्ध भएर एक apparatus बाट अर्को apparatus को order अनुसार जानु पर्नेछ।

यसरी पक्तिबद्ध भएर apparatus मा पुगी सबै खेलाडीले एकै पटक bow गर्नुपर्दछ। यसरी bow खेलाडीबाट भइसके पछि warm-up को लागि समय प्राविधिक समितिले निर्धारण गरेको समयको लागि अर्को धुन बजाइन्छ र warm-up सुरु गर्नुपर्छ। यो धुन सिध्दिने बित्तिकै खेलाडीले warm-up रोकि प्रतियोगिताको लागि खेलाडीहरू तयार भइ रहनु पर्दछ।

<u>**Competition Events**</u>

1. **Senior boys events** 1.floor exercise 2.vaulting table

Prizes: 1.Team 2.All-rounder 3. Floor exercise 4.Vaulting table

2. **Senior girls events** 1.floor exercise 2.vaulting table

Prizes: 1.Team 2.All-rounder 3. Floor exercise 4.Vaulting table

3. **Boys events** 1.floor exercise 2.vaulting table

Prizes: 1.Team 2.All-rounder 3.Vaulting table 4. Floor exercise

4. **Girls events** 1.floor exercise 2.vaulting table

Prizes: 1.Team 2.All-rounder 3.Vaulting table 4. Floor exercise

<u>**Eligibility to participate**</u>

1 . Boys समुहमा खेल्ने खेलाडीको उमेर १४ वर्ष मुनिका खेलाडी हुनु पर्ने छ ।

2. Senior समुहमा खेल्ने खेलाडीको उमेरको हकमा १४ वर्ष देखी ३० वर्षसम्मकाले भाग लिन सक्ने छन् ।

3. Junior महिला समुहमा खेल्ने खेलाडीको उमेरको हकमा १२ वर्ष उमेरसम्मकाले भाग लिन सक्ने छन् ।

4. Senior महिला समुहमा खेल्ने खेलाडीको उमेरको हकमा १२ वर्ष देखी ३० वर्षसम्मकाले भाग लिन सक्ने छन् ।

5.प्रतियोगितामा सहभागी हुने खेलाडी कुनै पनि अनुशासन कारवाहीमा नपरेका खेलाडी हुनुपर्नेछ।

<u>**Competition patterns**</u>

1. Competition no 1. Team championship & qualifying round for competition ni 2 & 3
2. Competition no 2. All rounder champions
3. Competition no 3. Apparatus final

भक्तपुर अन्तर नगर जिम्नास्टिक प्रतियोगितामा सहभागी हुन भक्तपुर नगरपालिकाले उपलब्ध गराएको फारममा सो प्रतियोगितामा सहभागी हुने सम्पूर्ण नगरपालिकाका खेलाडीले बायो डाटा फारम अनुसार भरी भक्तपुर नगरपालिकामा उपलब्ध गराउनु पर्ने छ।

Preliminary entries मा गरेको खेलाडी, आधिकारिक, प्रशिक्षक र निर्णायक बीचको नाम परिवर्तन गर्न चाहेको अवस्थामा, मिति २०८१ चैत्र १५ गते भित्र भरी final entry form पठाइ सक्नु पर्ने छ।"

Preliminary entries मा कुनै हेरफेर तथा final entry नआएको खण्डमा सोही preliminary entry लाई नै final entry मानिने छ

मिति २०८१ चैत्र १५ गते भन्दा पछि आएको final entry लाई मान्यता दिने छैन।

Others miscellaneous :

यदी निर्णयक समितिले दिएको निर्णय चित नबुझेको अवस्थामा, प्राविधिक समितिलाई तोकिएको शुल्क बुझाई विरोध स्वरूप निवेदन दिन सकिनेछ। छानबिनपछि आउने निर्णय नै प्राविधिक समितिको अन्तिम निर्णय हुनेछ। यस प्रक्रिया गर्नको लागि रू.५,००० (पाँच हजार) शुल्क तोकिएको छ।

Senior boy र girls को लागि free exercise हुनेछ भने junior boys र girls को लागि compulsory exercise हुनेछ ।

Floor exercise for junior boys

1.hand stand rolling to cartwheel straddle position to side split
---------0.5---------- -----------0.5--------- ------0.5----
2.dive rolling to tuck jump to Y balance
------1----- -----0.5---- ------0.5----
3.one leg handspring to handspring
-------1.0------ --------1.5--------
4.roundoff to backhandspring
----------------1.5--------------

difficulty = 7.5
special requirement = 2.5
total marks = 10

Floor exercise for junior girls

1. wave +one leg back kick to roundoff jumpsplit
-----------0.5---------- --------1.0----------
2.3steps run for leap jump to handspring
-------------0.5------------ ------1.5------
3.360 turn to back rolling handstand to backwalkover
---0.5--- ---------1.0--------- -------1.0-------
4.arial cartwheel to finishing position
-------------------1.5-------------------

difficulty = 7.5
special requirement = 2.5
total marks = 10

vault exercise for junior boys

1. stoop = 6.5
2.split = 7.0

vault exercise for junior girls

1. 2.split = 7.0
stoop = 6.5

Senior boys group element

1. non acrobatic
2. acrobatic forward
3. acrobatic backward

4. acrobatic sideward
5. dismount

<u>Senior girls group element</u>

1.leaps,jumps and hoops
2.gymnastics turn
3.handsupports elememts
4.salto forward & sideward
5.salto backward

व्यायाम प्रस्तुतीकरणका लागि जिम्न्यास्टले अधिकतम E-स्कोर १०.०० अंक प्राप्त गर्न सक्छ। D-ज्युरी ले अधुरो र नपुग व्यायामको लागि अन्तिम स्कोरबाट आवश्यक अंक कटौती (ND) गर्नेछ।

Number of elements(exercise)	neutral deduction
8	0
7	0
6	0
5	3.0
4	4.0
3	5.0
2	6.0
1	7.0
0	10.0