



Ó-àñóíèè, ìíçáààøèé íà èãðó, ìíéó-ààò ìðááóíðáæááíèá. Ìðè ìíáóíðíí ìíçáàíèè íà èãðó ó-àñóíèè ìíæáò áúòù íàèàçàí ìðàæáíèàí á ìàðòèè.

ÃÑË ìíæáò áííñèòù íáíííááííúá èçíáíáíèý á ñèñòáíó ìðíáááíèý ñíðááííáíèé.

Ó-àñóíèèè, íá ìíááàøèá áíáðáíý çáýáèè, è ñíðááííáíèýì áííóñèàòùñý íá áóáóò.

5. Ìðèíèè èòíáíáíáí ðáííðáááéáíèý ìáñò.

Øááéóáðñèàý ñèñòáíà:

1. èíèè-áñòáí í-èíá;
2. óñá-áííúé èíýòèèèáíò Ñíèèíòá;
3. ìàò- áí ìáðáíé ìíáááù ñ èííòðíèáí áðáíáíé 5 ìèíóòù + 3 ñáéóíáú (á ñèó-àá ááèáæà ìáðáíáí ìáñòà).

Ëðóáíááý ñèñòáíà:

1. èíèè-áñòáí í-èíá;
2. èíèè-áñòáí ìíááá;
3. ðáçóèüòàò èè-ííé áñòðá-è;
4. éó-øèè ðáçóèüòàò ñ ó-àñóíèèíí, çáíýáøèì áíèáá áúñíèíá ìáñòí.
5. ìàò- áí ìáðáíé ìíáááù ñ èííòðíèáí áðáíáíé 5 ìèíóòù + 3 ñáéóíáú (á ñèó-àá ááèáæà ìáðáíáí ìáñòà).

6. Ãííèíèòáèüíáý èíóíðíàòèý

Ã èãðíáíé çííá ìíáóò ìáðíáèòùñý òíèüèí ó-àñóíèèè è ñóáüè, çà èñèèþ-áíèáí ñèó-àáá, èíááà èííí èèòí ìíéó-áíí ðáçðáøáíèá ìò áèááíáí ñóáüè. Ãí áðáíý ìàðòèè ó-àñóíèèè ìíæáò ðáçáíáàðèááòù òíèüèí ñ ñóáüýè èèè ñííáðíèèíí, ìáñèíèüèí ýòí ðáçðáøáòòñý ìðááèèèè.

Ó-àñóíèèè ñíðááííáíèé áí áðáíý ìàðòèè çáíðááíí ìíèüçíáàòùñý ìíáèèííèè òáèáòííáíè è ýéáèòðíííèè óñòðíèèèè. Ãí áðáíý óóðíá ìíáèèííúá òáèáòííú ó-àñóíèèíá áíèæíú áúòù ìðèþ-áíú.

Ó-àñóíèèè, ìáðòèèèèè ááííúé çáíðáò, ìàèàçúááðòñý ñóáüáé ìðàæáíèàí á ìàðòèè.

ÃÑË ìíæáò ìáíýòù óñèíáèý ìðíáááíèý óóðíèðíá á ñáýçè ñ íáíííááíííèè ìáñòíýòáèüñòáíèè.

Ãèááíáý ñóááèñèàý èíèèááèý