



NATIONELLT BEDÖMNINGSREGLEMENTE
TRUPPGYMNASTIK
VERSION 2.1 JANUARI 2021

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Den Gyllene Regeln	1
Syfte och mål med bedömningsreglementet	1
Del 1 Tävlingsgrenar.....	2
Art 1 Fristående	2
1.1 Poängfördelning	2
1.2 Allmänt	2
1.3 Komposition (4,0 poäng)	2
1.4 Svårighet.....	7
1.5 Utförande (10,0 poäng)	9
Art 2 Tumbling	13
2.1 Poängfördelning	13
2.2 Allmänt	13
2.3 Komposition (2,0 poäng)	13
2.4 Svårighet.....	16
2.5 Utförande (10,0 poäng).....	17
Art 3 Trampett.....	21
3.1 Poängfördelning	21
3.2 Allmänt	21
3.3 Komposition (2,0 poäng)	21
3.4 Svårighet.....	23
3.5 Utförande (10,0 poäng).....	24
Del 2 ALLMÄNNA BESTÄMMELSER	28
Art 4 Klädsel	28
4.1 Gymnaster	28
4.2 Tränare	29
Art 5 Mottagning och säkerhetspassning	29
Art 6 Upprepning av program.....	29
Del 3 BEDÖMNINGSUNDERLAG	30
Art 7 Bedömningsunderlag.....	30
7.1 Allmänt	30
7.2 Bedömningsunderlag Fristående	30
7.3 Bedömningsunderlag Tumbling	30
7.4 Bedömningsunderlag Trampett	30
Del 4 DOMARNAS UPPGIFTER OCH POÄNGBERÄKNING	31
Art 8 Domare och bedömning	31
8.1 Allmänt	31
8.2 Domarnas uppgifter	31
8.3 Domarnas placering.....	32
Art 9 Uträkning av poäng	33
9.1 Allmänt	33
9.2 Uträkning av slutpoäng.....	33
DEL 5 BILAGOR.....	34
A1 - Svårighetstabell Fristående	
A2 - Svårighetstabell Tumbling	
A3 - Svårighetstabell Trampett	
A4 - Definitioner och krav	
A5 - Generella fel och avdrag	

Den Gyllene Regeln

Övningsvalet och kompositionen i ett program ska aldrig försvåras på bekostnad av det stilmässiga och tekniska utförandet

Syfte och mål med bedömningsreglementet

Att vara till hjälp för gymnaster och ledare
samt att garantera en så objektiv och
enhetlig bedömning som möjligt

Del 1 Tävlingsgrenar

Tävlingsgrenarna inom trupp gymnastik är fristående, tumbling samt trampett.

Art 1 Fristående

1.1 Poängfördelning

Komposition (C): 4,0

Svårighet (D): Enligt respektive tävlingsbestämmelser

Utförande (E): 10,0

1.2 Allmänt

- Friståendet ska innehålla koreograferade rörelser som involverar hela kroppen samt kompositionskrav och gymnastiska svårighetsmoment. Tidsgränsen är 1:45-2:45 min. Rörelserna ska utföras med god balans, teknik, amplitud, utsträckning samt ett aktivt fotarbete. Truppen ska jobba tillsammans som en enhet och visa god samtidighet och enhetlighet där så avses. Rörelserna ska harmonisera med musiken och kompositionen ska uppmuntra gymnasternas utveckling i rörelseteknik och utföras med god dynamik och ett naturligt flöde mellan de olika övningarna. Isolerade ben- och armrörelser ger avdrag. Formationerna ska vara tydliga och förflyttningarna, d.v.s. då gymnasterna rör sig från en formation till en annan, ska vara smidiga och ha gymnastisk kvalitet.
- Truppen skickas in på tävlingsytan av arrangören och ska då vänta utanför friståendeytan. När truppen blir presenterad ska de springa in till sin startposition på friständesytan.
- Tränare ska ej befinna sig på friständesytan.
- Antal gymnaster anges i tävlingsbestämmelserna för respektive tävling.
- Mixedlag ska ha samma antal damer och herrar.

1.3 Komposition (4,0 poäng)

1.3.1 Allmänt

Maximalt avdrag för komposition är 4,0. Domarna kan endast göra avdrag upp till den maximala avdragsgränsen (4,0).

1.3.2 Definition av kompositionsavdrag

1.3.2.1 Förbindelser

Förbindelser avser hur de enskilda övningarna/rörelserna binds samman till en harmonisk rörelsesekvens. Förbindelserna mellan övningarna ska vara smidiga och övningarna ska ha en logisk följd så att det inte finns några omotiverade stopp mellan övningarna eller pauser för att förbereda en övning.

Avdrag 0,1/gång/trupp för bristande förbindelser (maximalt 0,5).

1.3.2.2 Förflyttningar

Förflyttningar innebär de övningar/rörelser som ingår i förändringen från en formation till en annan eller vid förberedelse för gruppelementet. Förflyttningarna ska ha gymnastiska och rytmiska kvaliteter och utgöra en naturlig del av friståendet. Förflyttningar genom enkla steg, att marschera eller springa utan någon gymnastisk kvalitet ger avdrag. Förflyttningarna mellan formationer ska planeras så att gymnasterna enkelt kan nå sin formation utan onaturligt långa/korta eller extra steg.

Avdrag 0,1/gång/trupp för bristande förflyttningar (maximalt 0,5).

1.3.2.3 Övningsval

Friståendet ska genomgående visa en variation av olika övningar som engagerar hela kroppen. Övningarna och rörelserna ska främja ett dynamiskt utförande. Sekvenser av enkla isolerade arm- och benrörelser ger avdrag, liksom avsaknad av variation (om exakt samma övningar förekommer fler än tre (3) gånger).

Avdrag 0,1/gång/trupp för bristande övningsval (maximalt 0,5).

1.3.2.4 Överensstämmelse musik – rörelse

Rörelserna ska harmonisera med musiken. De ska ge en känsla av att "du ser vad du hör och hör vad du ser".

Avdrag 0,2 endast en gång om musik – rörelse inte stämmer överens.

1.3.2.5 Riktningar

Truppen ska utföra rörelser i två olika riktningar, bakåt och sidledes (den ledande sidan, höger eller vänster, kan variera inom truppen). Riktningarna styrs av den sida av kroppen som leder gymnasten i rörelsen. För att uppnå kravet för respektive riktning ska minst tre olika rörelser utföras i direkt följd i samma riktning. Alla gymnaster ska utföra respektive riktning samtidigt. Akrobatiska moment kan inte användas.

Riktningar ska markeras i bedömningsunderlaget med pilar ↑ (bakåt) och ↔ (sidledes) enligt 7.2.

Avdrag 0,2 för varje riktning som saknas.

1.3.2.6 Fronter

Truppen ska utföra minst tre olika övningar/rörelser i direkt följd, med bröstet riktat mot tre fronter; fram, bak, samt höger eller vänster (hela truppen måste stå antingen åt höger eller vänster). Alla gymnaster ska vara vända mot samma front samtidigt.

Fronter ska markeras i bedömningsunderlaget med v (fram) ^ (bak) och < eller > (vänster eller höger) enligt 7.2.

Avdrag 0,2 för varje front som saknas.

1.3.2.7 Formationer

Antal formationer

Friståendet ska innehålla minst 6 olika formationer. Samma form i olika storlekar eller på olika delar av friståendeytan räknas inte som två olika formationer.

Avdrag 0,2 för varje formation som saknas.

Olika former på formationer

Bland de olika formationerna ska det finnas minst:

- 1 stor formation
- 1 liten formation
- 1 svängd formation

Stor formation: En stor formation definieras som att det finns gymnaster placerade längst fram, längst bak samt vid båda sidor (max 1 m från kanten). En och samma gymnast kan ej uppfylla kravet fram/bak och sida samtidigt, dvs. en diagonal linje uppfyller ej kraven.

Liten formation: En liten formation (kompakt) ska vara max 4 x 4 m.

Svängd formation: Formationen kan utföras som en sammanhängande formation eller i delgrupper. Alla gymnaster ska ingå i den svängda formen. För att uppfylla kravet ska minst fyra gymnaster ingå i varje svängd form. Även svängd formation i rörelse räknas.

Avdrag 0,2 för varje formation som saknas.

1.3.2.8 Handstående

Friståendet ska innehålla ett handstående.

- Handstående ska utföras samtidigt av samtliga gymnaster. Kraven ska uppfyllas av fler än hälften av gymnasterna för att handstående ska vara godkänt.
- Upp- och nedgången är valfri men måste vara likadan för hela truppen.
- Handstående ska visas tydligt men behöver ej hållas i två sekunder.
- I slutpositionen ska ben och armar vara raka, benen samlade och vinkeln vara rak i axlar och höft.
- Det är inte tillåtet att ta steg med händerna innan slutpositionen visats. Handstående ska markeras i bedömningsunderlaget med H enligt 7.2.

Avdrag 0,5 om handstående inte utförs enligt kraven eller saknas.

1.3.2.9 Flexibilitetselement

Friståendet ska innehålla ett flexibilitetselement.

- Flexibilitetselementet ska utföras samtidigt av samtliga gymnaster. Kraven ska uppfyllas av fler än hälften av gymnasterna för att flexibilitetselementet ska vara godkänt.
- I flexibilitetselementet måste positionen visas tydligt men ej hållas stilla.

- Varje gymnast ska utföra ett flexibilitetselement, men gymnasterna i laget kan utföra olika varianter. Följande element kan utföras:
 - Spagat (höger eller vänster ben)
 - Splitt
 - Grenfäll (bendelning $\geq 90^\circ$, överkroppen fälld 45° eller mer mot golvet)
 - Pikfäll (bröstat mot raka ben)

Flexibilitetselementet ska markeras i bedömningsunderlaget med F enligt 7.2.

Avdrag 0,5 om flexibilitetselementet inte utförs enligt kraven eller saknas.

1.3.2.10 Gruppelement

Friståendet ska innehålla ett gruppelement.

- I gruppelementet ska samtliga gymnaster ha en aktiv roll i antingen ett kast eller ett lyft där gymnasten/gymnasterna lämnar golvet. Med en aktiv roll menas att varje gymnast antingen kastar, blir kastad, tar emot, lyfter eller blir lyft.
- Gymnaster som utför ett lyft måste arbeta aktivt för att utföra lyftet eller för att bibehålla sin egen position för att hålla en lyft person uppe, d.v.s. inte ligga platt på golvet. Exempel: Gymnaster som står på alla fyra och lyfter en annan gymnast utför ett godkänt aktivt stöd.
- Den lyfta gymnasten måste stanna i luften längre tid än den hade kunnat göra på egen hand.
- Gruppelementet måste utföras samtidigt i grupper om minst tre gymnaster eller av hela truppen tillsammans. Olika grupper kan utföra olika gruppelement.

Gruppelementet ska markeras i bedömningsunderlaget med G enligt 7.2.

Avdrag 0,5 om gruppelementet inte utförs enligt kraven eller saknas.

1.3.2.11 Rytmask sekvens

Friståendet ska innehålla en rytmask sekvens.

- Den rytmaska sekvensen är en kontinuerlig rörelsesekvens där gymnasterna ska röra sig samtidigt över golvet, från sida till sida, från bak- till framkant (eller omvänt) eller diagonalt.
- Start- och slutpositionen för respektive gymnast får inte vara längre bort än 4m från kanten av friståendeytan. För en diagonal rytmask sekvens är avståndet maximalt 6m från hörnet av friståendeytan (mäts som radien på en cirkel med mittpunkten i hörnet av friståendeytan).
- Hela truppen måste utföra samma sekvens, men det är tillåtet att spegelvända sekvensen, t.ex. göra chassé med höger respektive vänster ben.
- Det ska ske en förflyttning genom samtliga rörelser, d.v.s. inga pauser/stopp får förekomma under sekvensen. Det måste finnas en kontinuerlig rörelse av tyngdpunkten framåt genom hela sekvensen.

- Gymnasterna kan röra sig i en eller två grupper. En grupp ska bestå av minst tre gymnaster. Grupperna kan välja olika vägar samt börja och sluta på olika delar av friståendeytan.
- Det är tillåtet att byta formation i sekvensen.
- Sekvensen ska innehålla minst en tempoväxling.
- Antalet rörelser i sekvensen är valfritt.
- Det är inte tillåtet att utföra svårighetsmoment i sekvensen. Detta oavsett om svårighetsmomenten tillgodoräknas i svårighetspoängen eller ej.

Rytmiska sekvensen ska markeras i bedömningsunderlaget med RS enligt 7.2.

Avdrag 0,5 om rytmiska sekvensen inte utförs enligt kraven eller saknas.

1.3.3 Sammanfattning av kompositionsavdrag (C-panel)

Kompositionsavdrag	0,1	0,2	0,5
Förbindelser Icke smidiga och logiska följder av övningar/rörelser	X/gång/trupp (max 0,5)		
Förflyttningar Förflyttningar saknar smidighet eller gymnastiska och rytmiska kvaliteter	X/gång/trupp (max 0,5)		
Övningsval Avsaknad av variation, isolerade arm- och benrörelser	X/gång/trupp (max 0,5)		
Överensstämmelse musik – rörelse Övningar/rörelser överensstämmer inte med musiken		X	
Riktningar Avsaknad av rörelser i olika riktningar		X/riktning	
Fronter Avsaknad av rörelser mot olika fronter		X/front	
Formationer Avsaknad av någon av formationerna (minst 6 varav 1 stor, 1 liten och 1 svängd)		X/formation	
Handstående Avsaknad av handstående/ej enligt krav			X
Flexibilitetselement Avsaknad av flexibilitetselement/ej enligt krav			X
Gruppelament Avsaknad av gruppelement/ej enligt krav			X
Rytmisk sekvens Avsaknad av rytmisk sekvens/ej enligt krav			X

1.4 Svårighet

1.4.1 Allmänt

- Alla tillåtna svårigheter och kombinationer av dessa, har svårighetsvärden som finns i svårighetstabellen i bilaga A1.
- Svårigheterna ska utföras samtidigt av alla gymnaster.
- Alla gymnaster i truppen ska utföra samma svårighet. För de moment som har a- och b-varianter måste hela truppen utföra samma variant. Notera att a/b varianterna fortfarande har samma kodnummer.
- För att få värdet för svårigheten/kombinationen måste *fler* än hälften av gymnasterna uppfylla de specifika krav som finns för respektive svårighet/kombination i bilaga A1 och A4 (t.ex. om truppen utgörs av åtta gymnaster måste minst *fem* gymnaster uppfylla kraven för att erhålla värdet). I annat fall erhålls inte värdet för svårigheten, alternativt omvärderas svårigheten till värdet för den utförda svårigheten om truppen uppfyller kraven för denna.
- En svårighet kan endast tillgodoräknas en gång i friståendet. Om samma svårighetsmoment (samma kodnummer) utförs en andra gång räknas inte svårighetsvärdet den andra gången. Om värdet inte räknades första gången (t.ex. flera gymnaster utförde inte svårigheten korrekt) kan svårigheten räknas, om den godkänns senare i programmet.
- En eller båda svårigheterna som ingår i kombinationen får även räknas som enskilda svårighetsmoment.
- Det är tillåtet att spegelvända svårigheterna (t.ex. utföra dem på olika ben).
- Den eller de högst värderade svårighetsmomenten räknas in i truppens svårighetsvärde, t.ex. om truppen utför HA201 och HB404 blir det totala svårighetsvärdet för hopp 0,6.

1.4.2 Svårighetsmoment

Friståendet kan innehålla svårighetsmoment från följande kategorier:

- Piruetter
- Balanser (grupp A, B och C)
- Hopp (grupp A och B)
- Akrobatiska moment

Samt en kombination av två olika moment från kategorierna ovan.

Balans- och hoppmoment delas in i olika grupper. Antalet svårigheter från respektive kategori och grupp som får tillgodoräknas i svårighetspoängen anges i tävlingsbestämmelserna för respektive tävling.

Definitioner av svårighetsmomenten anges i bilaga A1 och A4.

1.4.2.1 Piruetter (P)

Piruetter är inte indelade i olika grupper, se bilaga A1.

1.4.2.2 Balanser (BA, BB, BC)

Balanser delas in i följande tre grupper, se även bilaga A1:

Grupp A (BA)	Ståbalanser	Balanser stående på ett ben
Grupp B (BB)	Stödbalanser	Balanser med stöd av händer/armbågar
Grupp C (BC)	Kraftmoment	Dynamisk balans med kontrollerad rörelse

1.4.2.3 Hopp (HA, HB)

Hopp delas in i följande två grupper, se även bilaga A1:

Grupp A (HA)	Jump	Avstamp från två fötter med landning på en fot eller två fötter
	Hop	Avstamp från en fot med landning på samma fot
Grupp B (HB)	Leap	Avstamp från en fot med landning på den andra foten eller båda fötterna

Eventuella undantag kring avstamp och landning anges i bilaga A1.

1.4.2.4 Akrobatiskt moment (A)

Akrobatiska moment är inte indelade i olika grupper, se bilaga A1.

1.4.2.5 Kombination (K)

Ett kombinationsvärde ges till två olika godkända moment som utförs direkt efter varandra. Följande moment kan kombineras (i valfri ordning):

- Hopp + Hopp (kan vara från samma grupp)
- Hopp + Piruett
- Hopp + Balans (endast från Grupp A)
- Hopp + Akrobatiskt moment

Svårigheterna i kombinationen ska ha olika kodnummer. Värdet för de två momenten i kombination summeras och bildar kombinationens värde. En eller båda svårigheterna som ingår i kombinationen får även räknas som enskilda svårighetsmoment. Definitioner av kombinationer anges i bilaga A4.

1.5 Utförande (10,0 poäng)

1.5.1 Beräkning av utförandepoäng

Vid beräkning av utförandepoängen gör respektive domare avdrag från 10,0 poäng.

Truppen ges avdrag per sekvens beroende på hur stor andel av truppen som utför fel: ett fåtal, flera eller majoriteten av gymnasterna. Definitionen av en sekvens specificeras i bilaga A4. Andelen av truppen definieras utifrån följande tabell beroende på det totala antalet gymnaster som utför friståendet.

Totala antalet gymnaster	Fåtal	Flera	Majoriteten
6-9 gymnaster	1 till 2	3 till hälften	Fler än hälften
10-14 gymnaster	2 till 3	4 till hälften	Fler än hälften
≥15 gymnaster	3 till 5	6 till hälften	Fler än hälften

Om färre än ett fåtal gymnaster utför ett fel ges inte något avdrag. T.ex. i ett lag med 12 gymnaster görs ej avdrag om endast en (1) gymnast utför ett fel i en sekvens.

Utförandefel delas in i olika rubriker enligt 1.5.2. Respektive gymnast kan utföra mindre eller större fel i en sekvens. Om en gymnast utför flera mindre fel från en eller flera rubriker i samma sekvens summeras det till ett större fel, t.ex. en gymnast som är osamtidig och har mindre obalans i en sekvens utför ett större fel.

Utförandeavdrag ges till truppen per sekvens beroende på hur stor andel av truppen som utför ett mindre respektive större fel enligt tabellen nedan. Fel från olika rubriker nedan sammanvägs till ett avdrag per sekvens enligt tabellen, vilket innebär att maxavdraget för truppen per sekvens är 0,5 poäng.

Mycket små 0,1	Ett fåtal gymnaster utför mindre fel
Små 0,2	Flera gymnaster utför mindre fel Ett fåtal gymnaster utför större fel
Medelstora 0,4	Majoriteten av gymnasterna utför mindre fel Flera gymnaster utför större fel Flera gymnaster utför mindre fel OCH Ett fåtal gymnaster utför större fel
Stora 0,5	Majoriteten av gymnasterna utför ett stort fel Majoriteten av gymnasterna utför mindre fel OCH Ett fåtal eller fler gymnaster utför större fel Flera gymnaster utför större fel OCH Ett fåtal eller fler gymnaster utför mindre fel

1.5.2 Utförandeavdrag

I bilaga A5 beskrivs generella större och mindre fel för respektive av nedanstående rubriker.

1.5.2.1 Felaktig placering i formation

Alla formationer måste vara exakta (t.ex. raka linjer när så avses). Felplacerad gymnast resulterar i avdrag.

Avdrag för mindre fel (se bilaga A5 för exempel).

1.5.2.2 Osamtidighet

Truppen ska utföra övningar samtidigt i enlighet med kompositionen. Gymnast som är "utanför samtidigheten" eller "vilse" innebär avdrag.

Avdrag för mindre och/eller större fel (se bilaga A5 för exempel).

1.5.2.3 Bristande enhetlighet

Truppen ska utföra övningar på exakt samma sätt, såvida inte koreografin tydligt uttrycker något annat.

Avdrag för mindre fel (se bilaga A5 för exempel).

1.5.2.4 Bristande amplitud

Övningar och rörelser ska utföras med amplitud, d.v.s. maximala ytterlägen i rörelserna. Utsträckning/omfång ska vara synligt i respektive övning/rörelse genom hela programmet. Även de små övningarna ska utföras så utsträckt (med så stort omfång) som möjligt. T.ex. kan aktivt fotarbete med sträckta vrister visa den avslutade utsträckningen i benarbetet.

Avdrag för mindre fel (se bilaga A5 för exempel).

1.5.2.5 Obalans och okontrollerat utförande

Friståendet ska utföras kontrollerat med balans. Avdrag görs t.ex. för extra steg eller hopp, extra arm- och benrörelser, extra handstöd/fotstöd eller fall.

Avdrag för mindre och/eller större fel (se bilaga A5 för exempel).

1.5.2.6 Bristande teknik i svårighetsmoment

Svårighetsmomenten ska utföras med god teknik i enlighet med definierade krav i bilaga A1 och A4.

Avdrag för mindre och/eller större fel (se bilaga A5 för exempel).

1.5.2.7 Bristande teknik i kompositionskrav

Kompositionskraven handstående och flexibilitetselement ska utföras i enlighet med definierade krav.

Avdrag för mindre och/eller större fel (se bilaga A5 för exempel).

1.5.3 Överdomarens avdrag (E1)

1.5.3.1 *Felaktig tid*

Friståendet får vara mellan 1:45 och 2:45 minuter långt. Tidtagningen startar när musiken startar och slutar när den sista rörelsen har slutförts. Övningar som utförs efter att tidsgränsen har passerat bedöms.

Avdraget för tidsfel är 0,3 och görs om programmet är för kort eller för långt.

Avdrag 2,0 görs för mycket kort program (kortare än 1:30).

1.5.3.2 *Felaktig musik*

Hela programmet utförs till valfri instrumental musik. I musiken kan mänsklig röst finnas om den används som ett instrument, t.ex. nynna eller vissla, men ska vara utan ord, även om vi inte vet vad orden betyder. Avdrag för avsaknad av musik görs ej när musiken tystnar p.g.a. eventuella defekter på musikanläggning eller vid konstpauser.

Avdrag 0,3 för avsaknad av musik eller musik med sång.

1.5.3.3 *Felaktigt antal gymnaster*

För få eller för många gymnaster i friståendet, eller felaktig fördelning mellan damer och herrar i mixedklass resulterar i avdrag. Truppen har inte tillåtelse att byta eller lägga till någon gymnast under friståendet. Om en gymnast avbryter eller tillkommer i programmet resulterar detta i avdrag. Om en gymnast skadar sig eller blöder och därför avbryter, ges inget avdrag.

Avdrag 1,0/saknad gymnast/extra gymnast.

1.5.3.4 *Otillåten övning*

Fria volter, rondat samt hopp till mage med handstöd är inte tillåtna. Utförande av otillåten övning resulterar i avdrag.

Avdrag 1,0/gång/trupp.

1.5.3.5 *Klädsel, smycken och bandage*

- Klädsel ej enligt bestämmelser (Art 4)
- Smycken ej enligt bestämmelser (Art 4)
- Bandage ej enligt bestämmelser (Art 4)

Avdraget är 0,3 och kan endast ges en gång per framträdande.

1.5.3.6 Övriga överdomaravdrag

Detta avdrag används om:

- truppen inte springer in till startposition
- gymnast/tränare inte lämnar golvet om blödande sår eller näsblod uppstår

Avdraget är 0,3 och kan endast ges en gång per framträdande.

Sammanfattning av överdomaravdrag	
Felaktig tid	0,3/2,0
Felaktig musik	0,3
Felaktigt antal gymnaster	1,0/gymnast
Otillåten övning	1,0/gång
Klädsel, smycken och bandage	0,3
Övriga överdomaravdrag	0,3

Art 2 Tumbling

2.1 Poängfördelning

Komposition (C): 2,0

Svårighet (D): Enligt respektive tävlingsbestämmelser

Utförande (E): 10,0

2.2 Allmänt

- Antalet gymnaster per varv anges i tävlingsbestämmelserna för respektive tävling.
- Truppen ska utföra tre olika varv.
- Truppen får tävla med olika gymnaster i respektive varv.
- Mixedlag ska ha samma antal damer och herrar som utför respektive varv.
- Varje serie ska bestå av ett bestämt antal övningar utan mellansteg eller pauser. Antal övningar per serie samt eventuella avvikelser anges i respektive tävlingsbestämmelser.
- Alla gymnaster ska sträva efter att landa sin sista övning i serien på landningsområdet.
- Truppen ska vänta i anslutning till tumblinggolvet, redo att kliva upp på tumblingansatsen när den blir presenterade av tävlingsarrangören.
- En tränare (och endast en) får befinna sig på eller bredvid landningsområdet/tumblinggolvet. Vid fria rotationer ska tränaren agera säkerhetspassare på landningsområdet eller tumblinggolvet. Eventuella övriga tränare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.
- Det är endast tillåtet att markera anloppet med den flyttbara markering (stripe) som arrangören tillhandahåller. Strifen får sättas antingen på anloppsbanan eller på tumblinggolvet. Ett fast måttband visar avståndet till landningsområdet (enligt Redskapsreglementet).

2.3 Komposition (2,0 poäng)

2.3.1 Kompositionsavdrag

Maximalt avdrag för komposition är 2,0. Domarna kan endast göra avdrag upp till den maximala avdragsgränsen (2,0).

Kompositionskraven appliceras på samtliga gymnaster i varvet (ej 2.3.1.2 Felaktig ordning i varv 2 och 3). Om det är färre gymnaster än vad tävlingsbestämmelserna kräver på ett varv görs inga kompositionsavdrag för den saknade gymnasten.

Endast övningar med godkänt svårighetsvärde tillgodoräknas i kompositionen. I lika-varvet tillgodoräknas övningarna i kompositionen (under rubrikerna 2.3.1.4 och 2.3.1.5) även om en gymnast utför en annan serie än majoriteten av gymnasterna. Vid landning utan fötter först (för definition se 2.5.2.4) samt när tränare handgripligen hjälper gymnasten att utföra övningen, tillgodoräknas inte antalet utförda volter och skruvar i kompositionshänseende.

Övningar som utförs efter ett fall, en paus, mellansteg eller en övning som ej finns i svårighetstabellen räknas inte in i kompositionshänseende.

2.3.1.1 Ej utfört lika-varv

I första varvet ska alla gymnaster utföra exakt samma serie. Det krävs alltså att gymnasterna får tillgodoräkna sig svårighetsvärdet för serien (för definition se 2.4). Avdrag görs för varje gymnast som inte utför samma serie som majoriteten av truppen.

Avdrag 0,2/gymnast som ej utför lika-varvet.

2.3.1.2 Felaktig ordning i varv 2 och 3

I det andra och tredje varvet är det tillåtet att öka svårighetsgraden för respektive gymnast. Serier utan fri volt ska utföras före serier med enkla volter och enkla volter ska utföras före dubbla volter. Vid serier med samma antal voltrotationer (utan voltrotation, enkla eller dubbla volter) ställs gymnasterna i ordning med ökande svårighetsvärde.

På tävlingar med fast svårighetsvärde ska gymnasterna ordnas enligt bestämmelserna ovan.

Avdrag för felaktig placering av gymnast/gymnaster appliceras endast på de 6 sista gymnasterna.

Avdrag 0,1/gymnast som står felaktigt placerad i varv 2 och 3, d.v.s. det minsta antalet gymnaster som behöver flyttas för att få en korrekt ordningsföljd bland de 6 sista gymnasterna.

2.3.1.3 Repetition av serier

Om exakt samma serie utförs i mer än ett varv görs ett avdrag i det varv där serien repeteras minst antal gånger. Enda undantag är när gymnast ej utför lika-varvet, i detta fall görs inget avdrag om exakt samma serie upprepas i varv 2 eller 3.

Avdrag 0,2/gymnast/gång.

2.3.1.4 Ej uppfyllt övningskrav

Övningskraven anges i tävlingsbestämmelserna för respektive tävling. Avdraget görs på det varv som närmast uppfyller kravet.

Avdrag 0,2/gymnast/krav.

2.3.1.5 Uteblivet framåt- och bakåtvarv

Truppen ska utföra minst ett bakåtvarv och minst ett framåtvarv. Avdraget görs på det varv som närmast uppfyller kravet.

- Framåtvarv: En gymnast utför ett framåtvarv om alla övningar i serien är framåt. Se bilaga A2.
- Bakåtvarv: En gymnast utför ett bakåtvarv om alla övningar i serien är bakåt. Se bilaga A2.
- Kombinerade varv: En gymnast utför ett kombinerat varv om det varken uppfyller kraven för framåt- eller bakåtvarv.

Avdrag 0,2/gymnast/gång.

2.3.2 Sammanfattning av kompositionsavdrag (C-panel)

Kompositionsavdrag	Avdrag
Ej utfört lika-varv	0,2/gymnast
Felaktig ordning i varv 2 och 3	0,1/gymnast
Repetition av serier	0,2/gymnast
Ej uppfyllt övningskrav	0,2/gymnast
Uteblivet framåt/bakåtvarv	0,2/gymnast

2.4 Svårighet

- Svårighetsvärdet för respektive serie beräknas genom bilaga A2. Bilagan innehåller samtliga tillåtna övningar.
- Seriernas svårighetsvärde beräknas på de två högst värderade olika övningarna.
- Svårighetsvärdet för varvets serier som utförs av de 6 sista gymnasterna summeras och utgör svårighetsvärdet för varvet.
- Truppens slutliga svårighetsvärde erhålls genom att svårighetsvärdena för de tre varven summeras och divideras med tre varefter avrundning sker nedåt till närmaste tiondel.
- Alla övningar räknas om i förhållande till vad som verkligen utförs – förutom i första varvet om enskild gymnast utför annan serie.
- Övningar efter en paus, ett fall, mellansteg eller en övning som ej finns i svårighetstabellen räknas inte in i svårighetsvärdet.

I följande fall värderas seriens svårighet till 0 poäng:

- Om någon gymnast inte utför samma lika-varv som majoriteten av truppen.
- Om gymnasten springer förbi.

I följande fall värderas övningens svårighet till 0 poäng:

- Om gymnasten utför en övning som ej finns i svårighetstabellen.
- Om gymnasten landar utan fötter först (för definition se 2.5.2.4).
- Övningar där tränaren handgripligen hjälper gymnasten att utföra övningen, se 2.5.2.5.

Vid tävlingar med fast svårighet gäller ovanstående punkter med följande tillägg:

- På varv 2 och 3 behålls värdet för serien om en (1) godkänd övning finns i serien, d.v.s. en övning som inte värderats till 0 poäng p.g.a. ovanstående punkter.

2.5 Utförande (10,0 poäng)

2.5.1 Beräkning av utförandepoäng

Avdragen görs per gymnast och varv. Avdragen för samtliga gymnaster summeras. Summan divideras med antalet gymnaster som utfört varvet och multipliceras därefter med 6. Detta ger det totala utförandeavdraget för varvet. Summan av avdragen dras från 10,0 poäng vilket ger utförandepoängen för det aktuella varvet. Summan av de tre varvens utförandepoäng divideras med tre och avrundas till närmaste tiondel.

Alla utförandedomare använder avdrag från följande grupper:

- Mycket små 0,1
- Små 0,2 – 0,3
- Medelstora 0,4 – 0,5
- Stora 0,6
- Särskilda avdrag 0,2 / 0,5 / 0,8 / 1,0 / 1,5 / 3,0

2.5.2 Utförandeavdrag

Bedömningen görs genom att varje moment ställs i förhållande till idealutförandet för respektive övning. Avdragen delas in i tre kategorier, bristande kroppsposition, bristande teknik, och avvikelse från mittlinje samt landningsposition. Därtill görs övriga avdrag enligt rubrikerna nedan.

I bilaga A5 beskrivs generella fel och avdrag för respektive rubrik nedan.

Övningar som utförs efter ett fall, en paus, mellansteg eller en övning som ej finns i svårighetstabellen bedöms inte vid uträkning av utförandepoängen.

2.5.2.1 Bristande kroppsposition

Övningarna ska utföras med tydliga kroppspositioner (grupperad, pikerad eller sträckt), armarna ska placeras så nära kroppen som möjligt i fria volter.

Avdrag 0,1 – 0,6/gymnast/varv (se bilaga A5 för exempel).

2.5.2.2 Bristande teknik

Varje moment ställs i förhållande till idealutförandet för respektive övning.

Avdragen baseras på övningens höjd, längd, skruvteknik och rörelsemängd.

Avdrag 0,1 – 0,6/gymnast/varv (se bilaga A5 för exempel).

2.5.2.3 *Avvikelse från mittlinje samt landningsposition*

- Landningsposition: Landningspositionen för seriens sista övning ska vara upprätt med en liten böjning i knäleden och en liten böjning i höften. Avdrag ges ej vid landning utan fötterna först.
- Avvikelse från mittlinje: Övningarna ska utföras längs med mittlinjen på tumblinggolvet och landningsområdet.

Avdrag 0,1 – 0,6/gymnast/gång (se bilaga A5 för exempel).

2.5.2.4 *Bristande kontroll i landning/Fall*

Landningen ska vara kontrollerad men gymnasten kan fortsätta röra sig framåt eller bakåt med kontroll. I serier som avslutas med flick-flack eller handvolt tillåts ett kontrollerat stäm.

Avdrag 0,2 bristande kontroll i landningen.

Avdrag 0,5 en hand/ett knä eller två händer/två knän i mattan.

Avdrag 0,8 sittande/rullande.

Avdrag 1,5 landning utan fötter först.

Landning med någon del av fotsulan på båda fötterna först är definierat som minimikravet för att "landa med fötterna först". Landning med någon annan del av kroppen först, eller samtidigt som fötterna, är definierat som "landning utan fötter först". Med fotsulan menas undersidan av foten, inklusive undersidan av tårna.

Avdragen görs per gymnast och varv.

2.5.2.5 *Tränarens agerande*

När tränare agerar säkerhetspassare ska vederbörande vara beredd att ingripa i händelse av fara. Tränarens uppgift är således inte att förhindra gymnaster från att falla, utan att förhindra allvarliga skador.

Avdrag 0,8 för pass.

Avdrag 1,0 om tränaren handgripligen hjälper gymnasten att utföra aktuell övning.

Avdrag 1,5 om ingen åtgärd vidtas i en farlig situation (risk för skada på nacke, huvud eller rygg).

Avdragen görs per gymnast och varv.

2.5.2.6 *Ström*

Strömmen ska vara jämn mellan alla gymnaster. Minst två gymnaster ska röra sig samtidigt. Det är inte tillåtet för flera gymnaster att starta samtidigt. Vid varv med serier som innehåller fria rotationer får respektive gymnast inte påbörja sin första övning förrän gymnasten framför har slutfört sin sista övning.

Avdrag 0,1/gymnast/gång vid för gles ström, för tät ström vid fria rotationer eller vid ojämn ström.

2.5.2.7 Springer ej tillbaka tillsammans mellan varven

Gymnasterna ska springa tillbaka, i samlad trupp, till startpositionen mellan varven.

Avdrag 0,4/varv om gymnasterna inte springer tillbaka och/eller inte återvänder i samlad trupp.

2.5.2.8 Särskilda avdrag

Felaktigt antal övningar (enligt tävlingsbestämmelserna) Avdrag 1,0/gymnast/avsaknad övning*

Gymnast springer förbi/utför en övning som inte finns i svårighetstabellen Avdrag 3,0/gymnast/varv

Felaktigt antal gymnaster Avdrag 3,0/gymnast/varv

Ej samma antal damer och herrar i mixedklassen Avdrag 1,5/gymnast/varv**

* Övningar med fall utan fötterna först, eller där tränaren handgripligen hjälper gymnasten att utföra övningen tillgodoräknas

**Avdraget ges inte om avdraget "Felaktigt antal gymnaster" tillämpas på samma varv

2.5.3 Sammanfattning av utförandeavdrag (E-panel)

Utförandeavdrag (10,0)	Mycket små 0,1	Små 0,2 – 0,3	Medelstora 0,4 – 0,5	Stora 0,6
Bristande kroppsposition	X	X	X	X
Bristande teknik	X	X	X	X
Avvikelse från mittlinje samt landningsposition	X	X	X	X
	Övriga			
Bristande kontroll i landning/Fall	0,2 / 0,5 / 0,8 / 1,5/gymnast			
Tränarens agerande	0,8 / 1,0 / 1,5/gymnast			
Ström	0,1/gymnast			
Springer ej tillbaka tillsammans mellan varven	0,4/varv			
Felaktigt antal övningar	1,0/gymnast/avsaknad övning			
Gymnast springer förbi	3,0/gymnast/varv			
Felaktigt antal gymnaster	3,0/gymnast/varv			
Ej samma antal damer och herrar i mixedklass	1,5/gymnast/varv			

2.5.4 Överdomarens avdrag (E1)

2.5.4.1 Felaktig tid

Tidtagning startar när musiken startar och slutar när den sista övningen har slutförts. Tidsgränsen anges i tävlingsbestämmelserna för respektive tävling. Serier som utförs efter att tidsgränsen har passerat bedöms.

Avdrag 0,3 om programmet är för långt.

2.5.4.2 Felaktig musik

Hela programmet utförs till valfri instrumental musik. I musiken kan mänsklig röst finnas om den används som ett instrument, t.ex. nynna eller vissla, men ska vara utan ord, även om vi inte vet vad orden betyder.

Avdrag 0,3 för avsaknad av musik eller musik med sång.

2.5.4.3 Felaktigt antal tränare

Fler än en tränare eller avsaknad av tränare på landningsområde eller tumblinggolv vid fria rotationer. Om det är tränare som lämnar landningsområdet p.g.a. ingripande eller skada görs inget avdrag. Övriga tränare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.

Avdraget är 0,3 och kan endast ges en gång per framträdande.

2.5.4.4 Klädsel, smycken och bandage

- Klädsel ej enligt bestämmelser (Art 4)
- Smycken ej enligt bestämmelser (Art 4)
- Bandage ej enligt bestämmelser (Art 4)

Avdraget är 0,3 och kan endast ges en gång per framträdande.

2.5.4.5 Övriga överdomaravdrag

Detta avdrag används om:

- gymnast/tränare inte lämnar golvet om blödande sår eller näsblod uppstår
- markering av anloppsbanan på annat sätt än med den stripe som tillhandahålls av arrangören.

Avdraget är 0,3 och kan endast ges en gång per framträdande.

Sammanfattning av överdomaravdrag	
Felaktig tid	0,3
Felaktig musik	0,3
Felaktigt antal tränare	0,3
Klädsel, smycken och bandage	0,3
Övriga överdomaravdrag	0,3

Art 3 Trampett

3.1 Poängfördelning

Komposition (C): 2,0

Svårighet (D): Enligt respektive tävlingsbestämmelser

Utförande (E): 10,0

3.2 Allmänt

- Antalet gymnaster per varv anges i tävlingsbestämmelserna för respektive tävling.
- Truppen ska utföra tre olika varv.
- Truppen får tävla med olika gymnaster i respektive varv.
- Mixedlag ska ha samma antal damer och herrar som utför respektive varv.
- Truppen ska vänta i anslutning till trampettansatsen, redo att kliva upp på ansatsvåden när den blir presenterade av tävlingsarrangören.
- Vid voltrotation samt vid varv med hoppredskap (gäller ej plint) ska två tränare (och endast två) agera säkerhetspassare på landningsområdet. Vid enkla hopp utan rotation och hopp med plint ska minst en tränare agera säkerhetspassare på landningsområdet. Eventuella övriga tränare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.
- Det är endast tillåtet att markera anloppet med den flyttbara markering (stripe) som arrangören tillhandahåller. Strifen får sättas på anloppsmattan. Ett fast måttband visar avståndet till landningsområdet (enligt Redskapsreglementet).

3.3 Komposition (2,0 poäng)

3.3.1 Kompositionsavdrag

Maximalt avdrag för komposition är 2,0. Domarna kan endast göra avdrag upp till den maximala avdragsgränsen (2,0).

Kompositionskraven appliceras på samtliga gymnaster i varvet (ej 3.3.1.2 Felaktig ordning i varv 2 och 3). Om det är färre gymnaster än vad tävlingsbestämmelserna kräver på ett varv görs inga kompositionsavdrag för den saknade gymnasten.

Endast övningar med godkänt svårighetsvärde tillgodoräknas i kompositionen. I lika-varvet tillgodoräknas övningen i kompositionen (under rubrik 3.3.1.4) även om en gymnast utför en annan övning än majoriteten av gymnasterna. Vid landning utan fötter först (för definition se 3.5.2.4) samt när tränare handgripligen hjälper gymnasten att utföra övningen, tillgodoräknas inte antalet utförda volter och skruvar i kompositionshänseende.

3.3.1.1 Ej utfört lika-varv

I första varvet ska alla gymnaster utföra exakt samma övning. Det krävs alltså att gymnasterna får tillgodoräkna sig svårighetsvärdet för övningen (för definition se 3.4). Avdrag görs för varje gymnast som inte utför samma övning som majoriteten av truppen.

Avdrag 0,2/gymnast som ej utför lika-varv.

3.3.1.2 Felaktig ordning i varv 2 och 3

I det andra och tredje varvet är det tillåtet att öka svårighetsgraden för respektive gymnast. Enkla volter ska utföras före dubbla volter och dubbla volter före trippla volter. Vid övningar med samma antal voltrotationer (enkla, dubbla eller trippla volter) ställs gymnasterna i ordning med ökande svårighetsvärde.

På tävlingar med fast svårighetsvärde ska gymnasterna ordnas enligt bestämmelserna ovan.

Avdrag för felaktig placering av gymnast/gymnaster appliceras endast på de 6 sista gymnasterna.

Avdrag 0,1/gymnast som står felaktigt ordning i varv 2 och 3, d.v.s. det minsta antalet gymnaster som behöver flyttas för att få en korrekt ordningsföljd bland de 6 sista gymnasterna.

3.3.1.3 Repetition av övning

Om exakt samma övning utförs i mer än ett varv görs ett avdrag i det varv där övningen repeteras minst antal gånger. Enda undantag är när gymnast ej utför lika-varvet, i detta fall görs inget avdrag om exakt samma övning upprepas i varv 2 eller 3.

Avdrag 0,2/gymnast/gång.

3.3.1.4 Ej uppfyllt övningskrav

Övningskraven anges i tävlingsbestämmelserna för respektive tävling. Avdraget görs på det varv som närmast uppfyller kravet.

Skrubar ska utföras efter handisättning om hoppredskap används (d.v.s. tsukahara uppfyller ej övningskrav för skruv).

Avdrag 0,2/gymnast/krav.

3.3.1.5 Inget varv med eller utan hoppredskap

Truppen ska utföra minst ett varv på hoppredskap och minst ett varv utan hoppredskap. Om en gymnast springer förbi redskapet genererar detta inte avdrag för avsaknad av varv med/utan hoppredskap.

Avdrag 2,0 om varv med eller utan hoppredskap saknas.

3.3.2 Sammanfattning av kompositionsavdrag (C-panel)

Kompositionsavdrag	Avdrag
Ej utfört lika-varv	0,2/gymnast
Felaktig ordning i varv 2 och 3	0,1/gymnast
Repetition av övning	0,2/gymnast
Ej uppfyllt övningskrav	0,2/gymnast
Inget varv med eller utan hoppredskap	2,0

3.4 Svårighet

- Svårighetsvärdet för respektive övning anges i bilaga A3. Bilagan innehåller samtliga tillåtna övningar.
- Svårighetsvärdet för de övningar som utförs av de 6 sista gymnasterna summeras och utgör svårighetsvärdet för varvet.
- Truppens slutliga svårighetsvärde erhålls genom att svårighetsvärdena för de tre varven summeras och divideras med tre varefter avrundning sker nedåt till närmaste tiondel.
- Alla övningar räknas om i förhållande till vad som verkligen utförs – förutom i första varvet om enskild gymnast utför annan serie.

I följande fall värderas övningens svårighet till 0 poäng:

- Om någon gymnast inte utför samma lika-varv som majoriteten av truppen.
- Om gymnasten springer förbi.
- Om gymnasten utför en övning som ej finns i svårighetstabellen, t.ex. om gymnasten inte vidrör hoppredskapet med båda händerna.
- Om gymnasten landar utan fötter först (för definition se 3.5.2.4).
- Övningar där tränare handgripligen hjälper gymnasten att utföra övningen, se 3.5.2.5.

3.5 Utförande (10,0 poäng)

3.5.1 Beräkning av utförandepoäng

Avdragen görs per gymnast och varv. Avdragen för samtliga gymnaster summeras. Summan divideras med antalet gymnaster som utfört varvet och multipliceras därefter med 6. Detta ger det totala utförandeavdraget för varvet. Summan av avdragen dras från 10,0 poäng vilket ger utförandepoängen för det aktuella varvet. Summan av de tre varvens utförandepoäng divideras med tre och avrundas till närmaste tiondel.

Alla utförandedomare använder avdrag från följande grupper:

- Mycket små 0,1
- Små 0,2 – 0,3
- Medelstora 0,4 – 0,5
- Stora 0,6
- Särskilda avdrag 0,2 / 0,5 / 0,8 / 1,0 / 1,5 / 3,0

3.5.2 Utförandeavdrag

Bedömningen görs genom att varje moment ställs i förhållande till idealutförandet för respektive övning. Avdragen delas in i tre kategorier, bristande kroppsposition, bristande teknik, och avvikelse från mittlinje samt landningsposition. Därtill görs övriga avdrag enligt rubrikerna nedan.

I bilaga A5 beskrivs generella fel och avdrag för respektive rubrik nedan.

3.5.2.1 *Bristande kroppsposition*

Övningarna ska utföras med tydliga kroppspositioner (grupperad, pikerad eller sträckt), armarna ska placeras så nära kroppen som möjligt.

Avdrag 0,1 – 0,6/gymnast/varv (se bilaga A5 för exempel).

3.5.2.2 *Bristande teknik*

Varje moment ställs i förhållande till idealutförandet för respektive övning. Avdragen baseras på övningens höjd, längd, skruvteknik samt lyft vid användning av hoppredskap.

Avdrag 0,1 – 0,6/gymnast/varv (se bilaga A5 för exempel).

3.5.2.3 *Avvikelse från mittlinje samt landningsposition*

- Landningsposition: Landningspositionen ska vara upprätt med en liten böjning i knäleden och en liten böjning i höften. Avdrag ges ej vid landning utan fötterna först.
- Avvikelse från mittlinje: Övningarna ska landas längs med mittlinjen på landningsområdet.

Avdrag 0,1 – 0,6/gymnast/gång (se bilaga A5 för exempel).

3.5.2.4 Bristande kontroll i landning/Fall

Landningen ska vara kontrollerad men gymnasten kan fortsätta röra sig framåt eller bakåt med kontroll.

Avdrag 0,2 bristande kontroll i landningen.

Avdrag 0,5 en hand/ett knä eller två händer/två knän i mattan.

Avdrag 0,8 sittande/rullande.

Avdrag 1,5 landning utan fötter först.

Landning med någon del av fotsulan på båda fötterna först är definierat som minimikravet för att "landa med fötterna först". Landning med någon annan del av kroppen först, eller samtidigt som fötterna, är definierat som "landning utan fötter först". Med fotsulan menas undersidan av foten, inklusive undersidan av tårna.

Avdragen görs per gymnast och varv.

3.5.2.5 Tränarens agerande

När tränare agerar säkerhetspassare ska vederbörande vara beredd att ingripa i händelse av fara. Tränarens uppgift är således inte att förhindra gymnaster från att falla, utan att förhindra allvarliga skador.

Avdrag 0,8 för pass.

Avdrag 1,0 om tränare handgripligen hjälper gymnasten att utföra övningen.

Avdrag 1,5 om ingen åtgärd vidtas i en farlig situation (risk för skada på nacke, huvud eller rygg).

Avdragen görs per gymnast och varv.

3.5.2.6 Ström

Strömmen ska vara jämn mellan alla gymnaster. Minst två gymnaster ska röra sig samtidigt.

Avdrag 0,1/gymnast/gång vid för gles ström eller vid ojämn ström.

3.5.2.7 Springer ej tillbaka tillsammans mellan varven

Gymnasterna ska springa tillbaka, i samlad trupp, till startpositionen mellan varven.

Avdrag 0,4/varv om gymnasterna inte springer tillbaka och/eller inte återvänder i samlad trupp.

3.5.2.8 Särskilda avdrag

Gymnast springer förbi/utför en övning som inte finns i svårighetstabellen

Avdrag 3,0/gymnast/varv

Felaktigt antal gymnaster

Avdrag 3,0/gymnast/varv

Ej samma antal damer och herrar i mixedklassen

Avdrag 1,5/gymnast/varv*

*Avdraget ges inte om avdraget "Felaktigt antal gymnaster" tillämpas på samma varv

3.5.3 Sammanfattning av utförandeavdrag (E-panel)

Utförandeavdrag (10,0)	Mycket små 0,1	Små 0,2 – 0,3	Medelstora 0,4 – 0,5	Stora 0,6
Bristande kroppsposition	X	X	X	X
Bristande teknik	X	X	X	X
Avvikelse från mittlinje samt landningsposition	X	X	X	X
	Övriga			
Bristande kontroll i landning/Fall	0,2 / 0,5 / 0,8 / 1,5/gymnast			
Tränarens agerande	0,8 / 1,0 / 1,5/gymnast			
Ström	0,1/gymnast			
Springer ej tillbaka tillsammans mellan varven	0,4/varv			
Gymnast springer förbi	3,0/gymnast/varv			
Felaktigt antal gymnaster	3,0/gymnast/varv			
Ej samma antal damer och herrar i mixedklass	1,5/gymnast/varv			

3.5.4 Överdomarens avdrag (E1)**3.5.4.1 Felaktig tid**

Tidtagning startar när musiken startar och slutar när den sista övningen har slutförts. Tidsgränsen anges i tävlingsbestämmelserna för respektive tävling. Övningar som utförs efter att tidsgränsen har passerat bedöms.

Avdrag 0,3 om programmet är för långt.

3.5.4.2 Felaktig musik

Hela programmet utförs till valfri instrumental musik. I musiken kan mänsklig röst finnas om den används som ett instrument, t.ex. nynna eller vissla, men ska vara utan ord, även om vi inte vet vad orden betyder.

Avdrag 0,3 för avsaknad av musik eller musik med sång.

3.5.4.3 Felaktigt antal tränare

Avsaknad av en tränare på landningsområdet alt. avsaknad av två tränare eller fler än två tränare på landningsområdet vid voltrotation eller vid varv med hoppredskap (gäller ej plint). Om det är tränare som lämnar landningsområdet p.g.a. ingripande eller skada görs inget avdrag. Övriga tränare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.

Avdraget är 0,3 och kan endast ges en gång per framträdande.

3.5.4.4 Klädsel, smycken och bandage

- Klädsel ej enligt bestämmelser (Art 4)
- Smycken ej enligt bestämmelser (Art 4)
- Bandage ej enligt bestämmelser (Art 4)

Avdraget är 0,3 och kan endast ges en gång per framträdande.

3.5.4.5 Övriga överdomaravdrag

Detta avdrag används om:

- gymnast/tränare inte lämnar golvet om blödande sår eller näsblod uppstår
- markering av anloppsbanan på annat sätt än med den stripe som tillhandahålls av arrangören.

Avdraget är 0,3 och kan endast ges en gång per framträdande.

Sammanfattning av överdomaravdrag	
Felaktig tid	0,3
Felaktig musik	0,3
Felaktigt antal tränare	0,3
Klädsel, smycken och bandage	0,3
Övriga överdomaravdrag	0,3

Del 2 ALLMÄNNA BESTÄMMELSER

Art 4 Klädsel

4.1 Gymnaster

- Gymnasternas klädsel ska vara idrottslig, väl åtsittande, och identisk för gymnaster i samma lag. Underkläder, skor, logotyper och nyanser/slitage på klädsel behöver ej vara identiska.
- Övriga krav på kläder:
 - tyg ska vara täckande, d.v.s. ej transparent
 - urringning ska inte vara djupare än halva bröstbenet fram och inte under skulderbladens nedre linje bak
 - axelband ska vara minst 2 cm breda
 - benskärningen får ej gå högre än höftbenet
 - shorts ska sluta ovanför knät
 - för mixtrupper/lag i öppen klass gäller att alla damer respektive alla herrar ska ha enhetlig klädsel, men damer och herrar behöver inte ha likadana kläder
 - blod på klädseln får ej förekomma
 - sportanpassad slöja (utan nålar) får bäras av enskilda gymnaster i laget och ger inte avdrag för olika klädsel.
- Användning av fotbeklädnad eller gymnastikskor är valfritt. Om flera gymnaster väljer att använda fotbeklädnad eller gymnastikskor i fristående ska de ha likartat utseende.
- Bandage/stödskydd i icke störande färg som är ordentligt fastsatta är tillåtna. De ska helst vara placerade under dräkt/byxor. Skydd som täcker hud ska vara i brun eller beige ton. Färgade fot- eller handskydd är tillåtna om de harmonierar med tävlingsklädseln och placeras i förlängning till långa byxor/trikåer respektive ärmar. Synliga bandage ska alltid ha samma färg som området de täcker, alternativt placeras i förlängning till klädsel som skyddet harmonierar med.
- Av säkerhetsskäl får inga smycken bäras (detta inkluderar örhängen och piercing). Undantag är nytagna hål/piercing som får tejpas över med tejp i brun eller beige ton.
- Kroppsmålning är inte tillåtet (avdrag görs ej för tatueringar eller nagellack).
- Lösa föremål såsom bälten, hängslen/spännen och snören är inte tillåtet av säkerhetsskäl (avdrag görs ej för glasögon).
- Hårdekorationer, klämmor m.m. ska sitta väl fast.

4.2 Tränare

- Tränare ska bära föreningsrepresentativa sportkläder.
- Tränare får inte bära föremål som kan vara farliga när de agerar mottagare eller säkerhetspassare. Detta inkluderar:
 - smycken, klockor och ringar (Undantag är nytagna hål/piercing som får tejpas över med tejp i brun eller beige ton)
 - lösa föremål såsom skärp, hängslen, ackrediteringsband eller liknande
 - hårdekorationer, klämmor m.m. ska sitta väl fast.

Art 5 Mottagning och säkerhetspassning

- Krav på säkerhetspassare enligt utbildningskrav samt respektive grens bestämmelser.
- Överdomaren (E1) ger endast klarsignal för truppen att starta programmet i trampett när säkerhetspassare är på plats på landningsbädden.
- Uteblivet ingripande vid fara resulterar i avdrag.

Art 6 Upprepning av program

- Generellt gäller att inget program får påbörjas en andra gång. Undantag kan förekomma, t.ex:
 - defekter på redskap som truppen inte är orsak till
 - defekter på musikanläggning
 - allvarlig skada
 - om en tränare får en skada och börjar blöda.
- Vid ovanstående och liknande fall har tränaren rätt att stoppa programmet.
- Överdomaren (E1) avgör om ett program får startas om. I detta fall ska truppens hela program starta om från början vid det tillfälle som passar bäst under tävlingen.

Del 3 BEDÖMNINGSUNDERLAG

Art 7 Bedömningsunderlag

7.1 Allmänt

- De valda övningarna i fristående, tumbling och trampett ska skrivas ned med sina svårighetsvärden på bedömningsunderlaget, såvida inte PM2 innehåller annan information om detta.
- Bedömningsunderlagen måste överlämnas till arrangören vid ackrediteringen, såvida inte PM2 innehåller annan information om detta.
- Uppdateringar kan göras upp till 1,5 timme före tävlingsstart i respektive klass, detta gäller även för lag som kvalificerar sig för final.
- Om truppen kvalificerar sig till final, ska nya bedömningsunderlag lämnas in till arrangören senast 1,5 timme innan tävlingsstart, såvida inte PM2 innehåller annan information om detta.

7.2 Bedömningsunderlag Fristående

- Formationer visas med kryss som motsvarar de enskilda gymnasternas position, så att formationerna och positionen för respektive gymnast är tydligt markerad.
- Kodnummer och symboler för samtliga svårighetsmoment som ska utföras ska anges oavsett om de räknas in i svårighetsvärdet eller ej.
- Kombination anges med plustecken mellan svårighetsmomenten.
- D-poängens värden räknas ut.
- Följande kompositionskomponenter ska anges vid den formation där de utförs:
 - Riktningar (↑, ↔)
 - Fronter (v, ^, <, >)
 - Handstående (H)
 - Flexibilitetselement (F)
 - Gruppelement (G)
 - Rytmask sekvens (RS)

7.3 Bedömningsunderlag Tumbling

- Symboler för respektive övning i varje serie och varv ska anges.
- D-poängens värden räknas ut.

7.4 Bedömningsunderlag Trampett

- Symboler för respektive övning i varje varv ska anges.
- D-poängens värden räknas ut.

Del 4 DOMARNAS UPPGIFTER OCH POÄNGBERÄKNING

Art 8 Domare och bedömning

8.1 Allmänt

- Alla domare måste vara närvarande vid domarmötet.
- Domare ska vara på plats i sin domarpool i tävlingshallen senast 10 minuter före tävlingsstart.
- Domarna ska uppträda på ett representativt sätt d.v.s. korrekt, med objektivitet etc.

8.2 Domarnas uppgifter

8.2.1 Allmänt

- Att utvärdera truppersnas program med stor sakkunskap utifrån gällande reglemente.
- Att avge sina siffror oberoende av varandra.
- Alla domare i respektive panel ska avge sin siffra innan de ser övriga domares siffror.
- Att lämna sitt poängblad för kontroll och beräkning av slutpoängen.
- Att vara beredd att redogöra för sina avdrag för domarpoolen och justera sin siffra om så krävs.
- Att vara förberedd vad gäller den aktuella tävlingens tävlingsbestämmelser och nivå.
- Att signera och bekräfta sina siffror på generalprotokollet innan de lämnar domarbordet.

8.2.2 C-panelens uppgifter

- Att under tävlingen göra avdrag från 4,0 i fristående och 2,0 i tumbling och trampett för komposition.
- Att fylla i poängbladet och lämna till C1.

8.2.3 D-panelens uppgifter

- Att innan tävlingen kontrollera svårighetsvärdena för den aktuella tävlingsgrenen.
- Att under tävlingen värdera och räkna ut svårighetsvärdet för övningarna som truppen utför i respektive gren.
- Att fylla i poängbladet och lämna det till D1.

8.2.4 E-panelens uppgifter

- Att under tävlingen observera, värdera fel och göra avdrag från 10,0.
- Att göra avdrag för utförande med referens till bedömningsreglementet inklusive bilagor.
- Att fylla i poängbladet och lämna det till E1.

8.2.5 Huvuddomarnas uppgifter

8.2.5.1 Kompositionshuvuddomarens specifika uppgifter (C1 och DC1)

- Kontrollera differensen mellan siffrorna.
- Räkna ut domarpanelens slutpoäng.
- Sammankalla domarna vid för stor differens.
- Räkna ut baspoäng om siffrorna fortfarande har för stor differens.
- Fylla i och överlämna poängbladen till E1.
- Fylla i kompositionsformulären (endast fristående).

8.2.5.2 Svårighetshuvuddomarens specifika uppgifter (D1 och DC1)

- Granska domarnas svårighetsvärden för att kontrollera differenserna.
- Sammankalla domarna vid för stor differens.
- Räkna ut domarpanelens slutpoäng.
- Fylla i och överlämna poängbladen till E1.
- Fylla i svårighetsformulären.

8.2.5.3 Överdomarens specifika uppgifter (E1)

- Ta ansvar som ledande överdomare och leda domarsammanträdet före tävlingen i respektive gren.
- Ge grön flagg till tävlingsarrangören som sedan presenterar laget.
- Säkerställa att tidtagningen av programmet görs av E2.
- Avgöra om ett avbrott i programmet förorsakats av truppen eller berott på tekniskt missöde.
- Ingå i tävlingsjuryn i respektive tävlingsgren.
- Göra överdomaravdrag på utförande-slutpoängen.
- Informera domarpoolen om det är några överdomaravdrag som har gjorts efter att domarna har lämnat sina siffror.
- Notera överdomaravdragen på poängbladet för överdomare.
- Räkna ut slutpoängen för respektive trupp.
- Sammankalla domarna vid för stor differens.
- Räkna ut baspoäng om siffrorna fortfarande har för stor differens.
- Överlämna poängbladen till sekreterare, alternativt mata in siffrorna i poängsystemet.
- Vid oenighet i D-panelen, leda diskussionen med D-domarna och avgöra hur situationen ska bedömas.

8.3 Domarnas placering

Domarna ska placeras så att ett korrekt och ostört betraktande av trupparnas framträdanden kan garanteras, inom rimligt avstånd från varandra. D-domare och DC-domare har tillåtelse att diskutera svårighetsvärden och ska därför sitta bredvid varandra.

Art 9 Uträkning av poäng

9.1 Allmänt

Domarna ska bedöma komposition, utförande och svårighet. Avdrag görs enligt bestämmelser i respektive redskap.

Efter truppens framträdande lämnar domarna sina siffror på ett poängblad. Genom hela tävlingen jämförs respektive E-poäng och C-poäng med poängen för första truppen som sätter standarden för tävlingen.

Respektive domare avger sin siffra med en exakthet på en tiondel.

9.2 Uträkning av slutpoäng

Svårighetsvärdet läggs till poängen för utförandet och kompositionen, från de tre domarpanelerna, för att få fram slutpoängen. Slutpoängen anges med maximalt tre (3) decimaler.

9.2.1 Differensen mellan C-panelens domarsiffror

Differensen mellan de två siffrorna får inte vara större än 0,2 i något fall. Om differensen mellan siffrorna är för stor, ska domarna diskutera poängen och följande åtgärder kan vidtas:

- Domarna justerar sina siffror så att de är inom den tillåtna differensen
- **ELLER**
- Baspoäng används som C-panelens slutpoäng om domarna inte kan enas.

Baspoäng =
$$\frac{\text{Medelvärde av de 2 siffrorna} + \text{huvuddomarens poäng}}{2}$$

Exempel:

Huvuddomare (C1)	3,3
Domare (C2)	2,8

C-slutpoäng skulle vara 3,05, men differensen mellan de två siffrorna är för stor. Baspoäng $(3,05+3,3)/2 = 3,175$

9.2.2 Differenser mellan D-panelens domarsiffror:

Differensen mellan den lägsta och den högsta av domarnas svårighetsvärden får inte vara större än 0,4 poäng i fristående respektive 0,2 poäng i tumbling och trampett i något fall.

Om det är differens mellan domarsiffrorna måste domarna diskutera och komma överens om svårighetsvärdet om så är möjligt. Om de inte kan komma överens, men är inom den tillåtna differensen beräknar huvuddomaren ut genomsnittet av svårighetsvärdena.

Om differensen är otillåten måste domarna diskutera och justera sina svårighetsvärden tills de antingen kommer överens eller är inom den tillåtna differensen. Om de inte kan komma överens så att de kommer inom den tillåtna differensen, ska överdomaren (E1) tillkallas och leda diskussionen och avgöra hur situationen ska bedömas.

9.2.3 Differensen mellan E-panelens domarsiffror

Slutpoäng mellan	Tillåten differens mellersta siffror	Tillåten differens yttre siffror
9,00 – 10,00	0,2	0,6
8,00 – 8,95	0,3	0,6
7,00 – 7,95	0,4	1,0
6,00 – 6,95	0,5	1,0
Poäng under 6,0	0,6	1,0

Om poängen ligger inom tillåtna differenser tas högsta och lägsta poängen bort och medelvärdet beräknas för att få fram E-panelens slutpoäng.

Om differensen mellan alla domarsiffror/de yttersta siffrorna eller mellan de två mellersta siffrorna är för stor, sammankallar överdomaren till ett möte för att diskutera siffran. Vid mötet ska följande åtgärdas.

- Domarna justerar sina siffror så att de är inom den tillåtna differensen
ELLER
- Baspoäng används som E-panelens slutpoäng om domarna inte kan enas.

Baspoäng = $\frac{\text{Medelvärdet av de 2 mellersta siffrorna} + \text{överdomarens poäng}}{2}$

Exempel:

Överdomare (E1)	8,3*	
Domare E2	8,9	
Domare E3	8,3	
Domare E4	8,8*	*mellersta siffrorna

E-slutpoäng skulle vara 8,55 men differensen mellan de två mellersta siffrorna är för stor.

Baspoäng = $(8,55 + 8,3)/2 = 8,425$

DEL 5 BILAGOR

- A1 Svårighetstabell Fristående
- A2 Svårighetstabell Tumbling
- A3 Svårighetstabell Trampett
- A4 Definitioner och Krav
- A5 Generella fel och avdrag