|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Klass 1** | **Klass 2** | **Klass 3** | **Klass 4** | **Klass 5** | **Klass 6** |
| **Ålder** | Födda 2010 och senare | Födda 2008-2009 | Födda 2006-2007 | Födda 2004-2005 | Födda 2002-2003 | Födda 2001 och tidigare |
| **Dispenser** | Det är tillåtet för gymnaster som är yngre än klassens ålder att ställa upp mot äldre gymnaster. | Det är tillåtet för gymnaster som är yngre än klassens ålder att ställa upp mot äldre gymnaster. | Det är tillåtet för gymnaster som är yngre än klassens ålder att ställa upp mot äldre gymnaster. | Det är tillåtet för gymnaster som är yngre än klassens ålder att ställa upp mot äldre gymnaster. | Det är tillåtet för gymnaster som är yngre än klassens ålder att ställa upp mot äldre gymnaster. | Det är tillåtet för gymnaster som är yngre än klassens ålder att ställa upp mot äldre gymnaster. |
| **Bedömning** | Bedömning sker enligt nationella bedömningsreglementet med bilagor.  Domare tillsätts av deltagande förening. | Bedömning sker enligt nationella bedömningsreglementet med bilagor.  Domare tillsätts av deltagande förening. | Bedömning sker enligt nationella bedömningsreglementet med bilagor.  Domare tillsätts av deltagande förening. | Bedömning sker enligt nationella bedömningsreglementet med bilagor.  Domare tillsätts av deltagande förening. | Bedömning sker enligt nationella bedömningsreglementet med bilagor.  Domare tillsätts av deltagande förening. | Bedömning sker enligt nationella bedömningsreglementet med bilagor.  Domare tillsätts av deltagande förening. |
| **Antal gymnaster** | 4-6 gymnaster/lag 4 gymnaster/varv | 4-6 gymnaster/lag 4 gymnaster/varv | 4-6 gymnaster/lag 4 gymnaster/varv | 4-6 gymnaster/lag 4 gymnaster/varv | 4-6 gymnaster/lag 4 gymnaster/varv | 4-6 gymnaster/lag 4 gymnaster/varv |
| **TUMBLING** |  |  |  |  |  |  |
| **Allmänt** | 3 varv ska utföras. 2 varv ska innehålla minst två moment och 1 varv ska innehålla 3 moment, varav 2 olika. | 3 varv ska utföras. 2 varv ska innehålla minst två moment och 1 varv ska innehålla 3 moment, varav 2 olika. | 3 varv ska utföras. 2 varv ska innehålla minst två moment och 1 varv ska innehålla 3 moment, varav 2 olika. | 3 varv ska utföras. 2 varv ska innehålla minst två moment och 1 varv ska innehålla 3 moment, varav 2 olika. | 3 varv ska utföras. 2 varv ska innehålla minst två moment och 1 varv ska innehålla 3 moment, varav 2 olika. | 3 varv ska utföras. 2 varv ska innehålla minst två moment och 1 varv ska innehålla 3 moment, varav 2 olika. |
| **Alla-lika-varv** *2.3.1.4* | **Kravet utgår** | **Kravet utgår** | **Kravet utgår** | **Kravet utgår** | **Kravet utgår** | **Kravet utgår** |

**GYMPA NATT & DAG  
 23-25 augusti 2019**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mellansteg** | Det är tillåtet med ETT mellansteg mellan övningarna. | | Det är tillåtet med ETT mellansteg mellan övningarna. | | Det är tillåtet med ETT mellansteg mellan övningarna. | Det är tillåtet med ETT mellansteg mellan övningarna. | Det är tillåtet med ETT mellansteg mellan övningarna. | Det är tillåtet med ETT mellansteg mellan övningarna. |
| **Svårighetsvärde** *2.4* | | Enligt tävlingens egna svårighetstabell.  Övningar hämtas från Bilaga A2 – Svårighetstabell Tumbling inkl. Tilläggsövningar. | | Enligt tävlingens egna svårighetstabell.  Övningar hämtas från Bilaga A2 – Svårighetstabell Tumbling inkl. Tilläggsövningar. | Enligt tävlingens egna svårighetstabell.  Övningar hämtas från Bilaga A2 – Svårighetstabell Tumbling inkl. Tilläggsövningar. | Enligt tävlingens egna svårighetstabell.  Övningar hämtas från Bilaga A2 – Svårighetstabell Tumbling inkl. Tilläggsövningar. | Enligt tävlingens egna svårighetstabell.  Övningar hämtas från Bilaga A2 – Svårighetstabell Tumbling inkl. Tilläggsövningar. | Enligt tävlingens egna svårighetstabell.  Övningar hämtas från Bilaga A2 – Svårighetstabell Tumbling inkl. Tilläggsövningar. |
| **Felaktig placering** *2.3.1.5* | | Man får stegra fritt i alla varv i ökande svårighetsvärde enligt bilaga A2 – svårighetstabell tumbling | | Man får stegra fritt i alla varv i ökande svårighetsvärde enligt bilaga A2 – svårighetstabell tumbling | Man får stegra fritt i alla varv i ökande svårighetsvärde enligt bilaga A2 – svårighetstabell tumbling | Man får stegra fritt i alla varv i ökande svårighetsvärde enligt bilaga A2 – svårighetstabell tumbling | Man får stegra fritt i alla varv i ökande svårighetsvärde enligt bilaga A2 – svårighetstabell tumbling | Man får stegra fritt i alla varv i ökande svårighetsvärde enligt bilaga A2 – svårighetstabell tumbling |
| **Uteblivet framåt-och bakåtvarv** *2.3.1.7* | | **Kravet utgår** | | **Kravet utgår** | **Kravet utgår** | **Kravet utgår** | **Kravet utgår** | **Kravet utgår** |
| **Felaktigt antal tränare vid/på tumblinggolvet** *2.5.5.2* | | 1 ledare ska stå på eller i anslutning till tumblinggolvet.  Vid fria rotationer ska ledaren stå på landningsområdet eller tumblinggolvet.Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen. | | 1 ledare ska stå på eller i anslutning till tumblinggolvet.  Vid fria rotationer ska ledaren stå på landningsområdet eller tumblinggolvet.Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen. | 1 ledare ska stå på eller i anslutning till tumblinggolvet.  Vid fria rotationer ska ledaren stå på landningsområdet eller tumblinggolvet.Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen. | 1 ledare ska stå på eller i anslutning till tumblinggolvet.  Vid fria rotationer ska ledaren stå på landningsområdet eller tumblinggolvet.Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen. | 1 ledare ska stå på eller i anslutning till tumblinggolvet.  Vid fria rotationer ska ledaren stå på landningsområdet eller tumblinggolvet.Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen. | 1 ledare ska stå på eller i anslutning till tumblinggolvet.  Vid fria rotationer ska ledaren stå på landningsområdet eller tumblinggolvet.Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen. |
| **TRAMPETT** | |  | |  |  |  |  |  |
| **Allmänt** | | 3 varv ska utföras. Minst 1 varv ska utföras utan hoppbord. | | 3 varv ska utföras. Minst 1 varv ska utföras utan hoppbord. | 3 varv ska utföras.  Minst 1 varv ska utföras utan hoppbord. | 3 varv ska utföras.  Minst 1 varv ska utföras utan hoppbord. | 3 varv ska utföras.  Minst 1 varv ska utföras utan hoppbord. | 3 varv ska utföras.  Minst 1 varv ska utföras utan hoppbord. |
| **Alla-lika-varv**  *3.3.1.4* | | **Kravet utgår** | | **Kravet utgår** | **Kravet utgår** | **Kravet utgår** | **Kravet utgår** | **Kravet utgår** |
| **Svårighetsvärde**  *3.4* | | Enligt tävlingens egna svårighetstabell.  Övningar hämtas från Bilaga A3 – Svårighetstabell Trampett inkl. Tilläggsövningar. | | Enligt tävlingens egna svårighetstabell.  Övningar hämtas från Bilaga A3 – Svårighetstabell Trampett inkl. Tilläggsövningar. | Enligt tävlingens egna svårighetstabell.  Övningar hämtas från Bilaga A3 – Svårighetstabell Trampett inkl. Tilläggsövningar. | Enligt tävlingens egna svårighetstabell.  Övningar hämtas från Bilaga A3 – Svårighetstabell Trampett inkl. Tilläggsövningar. | Enligt tävlingens egna svårighetstabell.  Övningar hämtas från Bilaga A3 – Svårighetstabell Trampett inkl. Tilläggsövningar. | Enligt tävlingens egna svårighetstabell.  Övningar hämtas från Bilaga A3 – Svårighetstabell Trampett inkl. Tilläggsövningar. |
| **Felaktig placering**  *3.3.1.5* | | Man får stegra fritt i alla varv i ökande svårighetsvärde enligt bilaga A3 – svårighetstabell trampett | | Man får stegra fritt i alla varv i ökande svårighetsvärde enligt bilaga A3 – svårighetstabell trampett | Man får stegra fritt i alla varv i ökande svårighetsvärde enligt bilaga A3 – svårighetstabell trampett | Man får stegra fritt i alla varv i ökande svårighetsvärde enligt bilaga A3 – svårighetstabell trampett | Man får stegra fritt i alla varv i ökande svårighetsvärde enligt bilaga A3 – svårighetstabell trampett | Man får stegra fritt i alla varv i ökande svårighetsvärde enligt bilaga A3 – svårighetstabell trampett |
| **Inget varv med eller utan hoppredskap**  *3.3.1.7* | | **Kravet utgår** | | **Kravet utgår** | **Kravet utgår** | **Kravet utgår** | **Kravet utgår** | **Kravet utgår** |
| **Felaktigt antal tränare på landningsområdet**  *3.5.5.2* | | Minst 1 ledare ska stå  på landningsområdet och agera säkerhetspassare.  Vid fria rotationer eller varv med hoppredskap ska 2 ledare stå på landningsområdet. Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen. | | Minst 1 ledare ska stå på landningsområdet och agera säkerhetspassare.  Vid fria rotationer eller varv med hoppredskap ska 2 ledare stå på landningsområdet. Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen. | Minst 1 ledare ska stå på landningsområdet och agera säkerhetspassare.  Vid fria rotationer eller varv med hoppredskap ska 2 ledare stå på landningsområdet. Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen. | Minst 1 ledare ska stå på landningsområdet och agera säkerhetspassare.  Vid fria rotationer eller varv med hoppredskap ska 2 ledare stå på landningsområdet. Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen. | Minst 1 ledare ska stå på landningsområdet och agera säkerhetspassare.  Vid fria rotationer eller varv med hoppredskap ska 2 ledare stå på landningsområdet. Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen. | Minst 1 ledare ska stå på landningsområdet och agera säkerhetspassare.  Vid fria rotationer eller varv med hoppredskap ska 2 ledare stå på landningsområdet. Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen. |
| **ÖVRIGA AVDRAG** | |  | |  |  |  |  |  |
| **Allmänna bestämmelser - *Bandage*** *4.1* | | **Inget avdrag ges.** | | **Inget avdrag ges.** | **Inget avdrag ges.** | **Inget avdrag ges.** | **Inget avdrag ges.** | **Inget avdrag ges.** |
| **Felaktig musik**  *2.3.1.2 & 3.3.1.2* | | Arrangören kommer att tillhandahålla musik åt alla lag.  Om egen musik önskas ska ledaren komma med en telefon till musikskötarna när det är lagets tur att starta. | | Arrangören kommer att tillhandahålla musik åt alla lag.  Om egen musik önskas ska ledaren komma med en telefon till musikskötarna när det är lagets tur att starta. | Arrangören kommer att tillhandahålla musik åt alla lag.  Om egen musik önskas ska ledaren komma med en telefon till musikskötarna när det är lagets tur att starta. | Arrangören kommer att tillhandahålla musik åt alla lag.  Om egen musik önskas ska ledaren komma med en telefon till musikskötarna när det är lagets tur att starta. | Arrangören kommer att tillhandahålla musik åt alla lag.  Om egen musik önskas ska ledaren komma med en telefon till musikskötarna när det är lagets tur att starta. | Arrangören kommer att tillhandahålla musik åt alla lag.  Om egen musik önskas ska ledaren komma med en telefon till musikskötarna när det är lagets tur att starta. |
| **Klädsel** | | Enhetlig klädsel krävs.  Tränare ska bära föreningskläder. | | Enhetlig klädsel krävs.  Tränare ska bära föreningskläder. | Enhetlig klädsel krävs.  Tränare ska bära föreningskläder. | Enhetlig klädsel krävs.  Tränare ska bära föreningskläder. | Enhetlig klädsel krävs.  Tränare ska bära föreningskläder. | Enhetlig klädsel krävs.  Tränare ska bära föreningskläder. |

**SVÅRIGHETSVÄRDEN**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TUMBLING** |  |  | **TRAMPETT** | **Fria volter** | **Bordhopp** |
| **1,5/gymnast** | Varv innehållande  fri rotation ut |  | **1,5/gymnast** | Volt med skruv, dubbelvolt | Tzukahara, överslag volt, petrik |
| **1,2/gymnast** | Startvolt, handvolt, flick-flack |  | **1,2/gymnast** | Volt utan skruv | Överslag, rondat |
| **0,9/gymnast** | Hanstående nedrullning, kullerbytta,  hjulning, rondat |  | **0,9/gymnast** | Fothopp |  |

**Den högst värderade övningen i varvet definierar svårighetsvärdet**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **HÖJDHOPPET** | **Klass Yngre** | **Klass Mellan** | **Klass Äldre** |
| **Ålder** | Födda 2008 och senare | Födda 2004-2007 | Födda 2003 och tidigare |
| **Anmälan** *30kr/start* | Öppnar lördag | Öppnar lördag | Öppnar fredag kväll |

*Tilläggsövningar är tillåtet att använda!*

Höjdhoppet är en tävling som hålls på lördagskvällen. Tävlingen går ut på att hoppa så högt man kan över ett tunt snöre av garn, utan att riva.  
Endast ackrediterade gymnaster kan ställa upp i tävlingen.