

	KLASS 1	KLASS 2	KLASS 3	KLASS 4	KLASS 5	KLASS 6
Ålder	Födda 2012 eller senare	Födda 2010 eller senare	Födda 2008 eller senare	Födda 2006 eller senare	Födda 2004 eller senare	Fri ålder
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	4-7 gymnaster/lag 4 gymnaster/varv	4-7 gymnaster/lag 4 gymnaster/varv	4-7 gymnaster/lag 4 gymnaster/varv	4-7 gymnaster/lag 4 gymnaster/varv	4-7 gymnaster/lag 4 gymnaster/varv	4-7 gymnaster/lag 4 gymnaster/varv

HÖJDHOPPET	Klass Yngre	Klass Mellan	Klass Äldre
Ålder	Födda 2009 och senare	Födda 2005-2008	Födda 2004 och tidigare
Anmälan 30kr/start	Öppnar lördag	Öppnar lördag	Öppnar fredag kväll

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.

TUMBLING	KLASS 1	KLASS 2	KLASS 3	KLASS 4	KLASS 5	KLASS 6
Allmänt	3 varv ska utföras. 2 varv ska innehålla minst två övningar (kan vara samma) och 1 varv ska innehålla minst 3 övningar.	3 varv ska utföras. 2 varv ska innehålla minst två olika moment och 1 varv ska innehålla 3 moment, varav 2 olika.	3 varv ska utföras. 2 varv ska innehålla minst två olika moment och 1 varv ska innehålla 3 moment, varav 2 olika.	3 varv ska utföras. 2 varv ska innehålla minst två olika moment och 1 varv ska innehålla 3 moment, varav 2 olika.	3 varv ska utföras. 2 varv ska innehålla minst två olika moment och 1 varv ska innehålla 3 moment, varav 2 olika.	3 varv ska utföras. 2 varv ska innehålla minst två olika moment och 1 varv ska innehålla 3 moment, varav 2 olika.
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	Enligt tävlingens egna svårighetstabell. Övningar hämtas från nationella BR Bilaga A2 – Svårighetstabell Tumbling inkl. Tilläggsövningar.	Enligt tävlingens egna svårighetstabell. Övningar hämtas från nationella BR Bilaga A2 – Svårighetstabell Tumbling inkl. Tilläggsövningar.	Enligt tävlingens egna svårighetstabell. Övningar hämtas från nationella BR Bilaga A2 – Svårighetstabell Tumbling inkl. Tilläggsövningar.	Enligt tävlingens egna svårighetstabell. Övningar hämtas från nationella BR Bilaga A2 – Svårighetstabell Tumbling inkl. Tilläggsövningar.	Enligt tävlingens egna svårighetstabell. Övningar hämtas från nationella BR Bilaga A2 – Svårighetstabell Tumbling inkl. Tilläggsövningar.	Enligt tävlingens egna svårighetstabell. Övningar hämtas från nationella BR Bilaga A2 – Svårighetstabell Tumbling inkl. Tilläggsövningar.
Felaktig ordning i varv 2 och 3 2.3.1.2	Man får stegra fritt i alla varv i ökande svårighetsvärde enligt bilaga A2	Man får stegra fritt i alla varv i ökande svårighetsvärde enligt bilaga A2	Man får stegra fritt i alla varv i ökande svårighetsvärde enligt bilaga A2	Man får stegra fritt i alla varv i ökande svårighetsvärde enligt bilaga A2	Man får stegra fritt i alla varv i ökande svårighetsvärde enligt bilaga A2	Man får stegra fritt i alla varv i ökande svårighetsvärde enligt bilaga A2

Övningskrav 2.3.1.4	Kravet utgår	Kravet utgår	Kravet utgår	Kravet utgår	Kravet utgår	Kravet utgår
Uteblivet framåt- och bakåtvarv 2.3.1.5	Kravet utgår	Kravet utgår	Kravet utgår	Kravet utgår	Kravet utgår	Kravet utgår
Klädsel, smycken och bandage 2.5.4.4	Avdrag görs ej för störande bandage. Enhetlig klädsel krävs. Tränare ska bära föreningskläder.	Avdrag görs ej för störande bandage. Enhetlig klädsel krävs. Tränare ska bära föreningskläder.	Avdrag görs ej för störande bandage. Enhetlig klädsel krävs. Tränare ska bära föreningskläder.	Avdrag görs ej för störande bandage. Enhetlig klädsel krävs. Tränare ska bära föreningskläder.	Avdrag görs ej för störande bandage. Enhetlig klädsel krävs. Tränare ska bära föreningskläder.	Avdrag görs ej för störande bandage. Enhetlig klädsel krävs. Tränare ska bära föreningskläder.
Felaktig musik 2.5.4.2	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.

<p>Felaktigt antal tränare 2.5.4.5</p>	<p>1 ledare ska stå på eller i anslutning till tumblinggolvet.</p> <p>Vid fria rotationer ska ledaren stå på landningsområdet eller tumblinggolvet.</p> <p>Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.</p>	<p>1 ledare ska stå på eller i anslutning till tumblinggolvet.</p> <p>Vid fria rotationer ska ledaren stå på landningsområdet eller tumblinggolvet.</p> <p>Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.</p>	<p>1 ledare ska stå på eller i anslutning till tumblinggolvet.</p> <p>Vid fria rotationer ska ledaren stå på landningsområdet eller tumblinggolvet.</p> <p>Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.</p>	<p>1 ledare ska stå på eller i anslutning till tumblinggolvet.</p> <p>Vid fria rotationer ska ledaren stå på landningsområdet eller tumblinggolvet.</p> <p>Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.</p>	<p>1 ledare ska stå på eller i anslutning till tumblinggolvet.</p> <p>Vid fria rotationer ska ledaren stå på landningsområdet eller tumblinggolvet.</p> <p>Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.</p>	<p>1 ledare ska stå på eller i anslutning till tumblinggolvet.</p> <p>Vid fria rotationer ska ledaren stå på landningsområdet eller tumblinggolvet.</p> <p>Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.</p>
---	---	---	---	---	---	---

TRAMPETT	KLASS 1	KLASS 2	KLASS 3	KLASS 4	KLASS 5	KLASS 6
Allmänt	3 varv ska utföras. Minst 1 varv ska utföras utan hoppredskap.	3 varv ska utföras. Minst 1 varv ska utföras utan hoppredskap.	3 varv ska utföras. Minst 1 varv ska utföras utan hoppredskap.	3 varv ska utföras. Minst 1 varv ska utföras utan hoppredskap.	3 varv ska utföras. Minst 1 varv ska utföras utan hoppredskap.	3 varv ska utföras. Minst 1 varv ska utföras utan hoppredskap.
Svårighetsvärde	Enligt tävlingens egna svårighetstabell. Övningar hämtas från nationella BR Bilaga A3 – Svårighetstabell Trampett inkl. Tilläggsövningar.	Enligt tävlingens egna svårighetstabell. Övningar hämtas från nationella BR Bilaga A3 – Svårighetstabell Trampett inkl. Tilläggsövningar.	Enligt tävlingens egna svårighetstabell. Övningar hämtas från nationella BR Bilaga A3 – Svårighetstabell Trampett inkl. Tilläggsövningar.	Enligt tävlingens egna svårighetstabell. Övningar hämtas från nationella BR Bilaga A3 – Svårighetstabell Trampett inkl. Tilläggsövningar.	Enligt tävlingens egna svårighetstabell. Övningar hämtas från nationella BR Bilaga A3 – Svårighetstabell Trampett inkl. Tilläggsövningar.	Enligt tävlingens egna svårighetstabell. Övningar hämtas från nationella BR Bilaga A3 – Svårighetstabell Trampett inkl. Tilläggsövningar.
Felaktig ordning i varv 2 och 3 3.3.1.2	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
Övningskrav 3.3.1.4	Kravet utgår	Kravet utgår	Kravet utgår	Kravet utgår	Kravet utgår	Kravet utgår

Inget varv med eller utan hoppredskap 3.3.1.5	Krav utgår gällande varv med hoppredskap	Krav utgår gällande varv med hoppredskap	Krav utgår gällande varv med hoppredskap	Krav utgår gällande varv med hoppredskap	Krav utgår gällande varv med hoppredskap	Krav utgår gällande varv med hoppredskap
Klädsel, smycken och bandage 3.5.4.4	Avdrag görs ej för störande bandage. Enhetlig klädsel krävs. Tränare ska bära föreningskläder.	Avdrag görs ej för störande bandage. Enhetlig klädsel krävs. Tränare ska bära föreningskläder.	Avdrag görs ej för störande bandage. Enhetlig klädsel krävs. Tränare ska bära föreningskläder.	Avdrag görs ej för störande bandage. Enhetlig klädsel krävs. Tränare ska bära föreningskläder.	Avdrag görs ej för störande bandage. Enhetlig klädsel krävs. Tränare ska bära föreningskläder.	Avdrag görs ej för störande bandage. Enhetlig klädsel krävs. Tränare ska bära föreningskläder.
Felaktig musik 3.5.4.2	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.
Felaktigt antal tränare 3.5.4.3	Minst 1 ledare ska stå på landningsområdet och agera säkerhetspassare. Vid fria rotationer eller varv med hoppredskap ska 2 ledare stå på	Minst 1 ledare ska stå på landningsområdet och agera säkerhetspassare. Vid fria rotationer eller varv med	Minst 1 ledare ska stå på landningsområdet och agera säkerhetspassare. Vid fria rotationer eller varv med hoppredskap ska 2 ledare stå på	Minst 1 ledare ska stå på landningsområdet och agera säkerhetspassare. Vid fria rotationer eller varv med hoppredskap ska 2	Minst 1 ledare ska stå på landningsområdet och agera säkerhetspassare. Vid fria rotationer eller varv med hoppredskap ska 2	Minst 1 ledare ska stå på landningsområdet och agera säkerhetspassare. Vid fria rotationer eller varv med

	landningsområdet. Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.	hoppredskap ska 2 ledare stå på landningsområdet. Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.	landningsområdet. Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.	ledare stå på landningsområdet. Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.	ledare stå på landningsområdet. Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.	hoppredskap ska 2 ledare stå på landningsområdet. Övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.
--	---	---	---	---	---	---

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	Hjulning, rondat samt tilläggsövningar enligt nat. BR bilaga A2		0,9/gymnast	Tilläggsövningar enligt nat. BR bilaga A3	Tilläggsövningar enligt nat. BR bilaga A3

Den högst värderade övningen i varvet definierar svårighetsvärdet

Tilläggsövningar är tillåtet att använda