



NATIONELLT BEDÖMNINGSRGLEMENTE
TRUPPGYMNASTIK
VERSION 3.0 JANUARI 2023

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 (2,0 poäng).....	2
1.4 Svårighet.....	5
1.5 Utförande (10,0 poäng).....	7
Art 2 Tumbling	11
2.1 Poängfördelning.....	11
2.2 Allmänt	11
2.3 Komposition (2,0 poäng).....	11
2.4 Svårighet.....	14
2.5 Utförande (10,0 poäng).....	15
Art 3 Trampett.....	19
3.1 Poängfördelning.....	19
3.2 Allmänt	19
3.3 Komposition (2,0 poäng).....	19
3.4 Svårighet.....	25
3.5 Utförande (10,0 poäng).....	25
Del 2 ALLMÄNNA BESTÄMMELSER.....	26
Art 4 Klädsel	26
4.1 Gymnaster	26
4.2 Tränare	27
Art 5 Mottagning och säkerhetspassning	27
Art 6 Upprepning av program	27
Del 3 BEDÖMNINGСУNDERLAG	28
Art 7 Bedömningsunderlag	28
7.1 Allmänt	28
7.2 Bedömningsunderlag Fristående	28
7.3 Bedömningsunderlag Tumbling.....	28
7.4 Bedömningsunderlag Trampett.....	28
Del 4 DOMARNAS UPPGIFTER OCH POÄNGBERÄKNING	29
Art 8 Domare och bedömning	29
8.1 Allmänt	29
8.2 Domarnas uppgifter.....	29
8.3 Domarnas placering.....	30
Art 9 Uträkning av poäng.....	30
9.1 Allmänt	30
9.2 Uträkning av slutpoäng	31
DEL 5 BILAGOR	32
A1 - Svårighetstabell – Fristående	
A2 - Summerade utförandefel – Fristående	
A3 - Svårighetstabell – Tumbling	
A4 - Svårighetstabell – Trampett	
A5 - Definitioner och krav – Tumbling och Trampett	
A6 - Fel och avdrag – Tumbling och Trampett	

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): 2,0

Svårighet (D): Enligt respektive tävlingsbestämmelser

Utförande (E): 10,0

1.2 Allmänt

- a) Friståndet 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.
- b) Truppen ska springa in till sin startposition på friståendeytan när de blir presenterade av arrangören.
- c) Tränare ska ej befinna sig på friståendeytan.
- d) Antal gymnaster anges i tävlingsbestämmelserna för respektive tävling.

1.3 Komposition (2,0 poäng)

1.3.1 Allmänt

- a) Maximalt avdrag för komposition är 2,0. Domarna kan endast göra avdrag upp till den maximala avdragsgränsen (2,0).
- b) I kompositionspanelen bedöms programmet från en koreografisk synvinkel, d.v.s. hur programmet är koreograferat och tänkt att utföras. Om någon gymnast är sen i utförandet och inte utför t.ex. en riktning samtidigt som resten av truppen, ges inget avdrag. Detsamma gäller om någon gymnast tappar bort sig och inte utför ett krav korrekt, t.ex. glömmer någon rörelse i den rytmiska sekvensen.

1.3.2 Definition av kompositionsavdrag

1.3.2.1 Riktningar

- a) Truppen ska utföra rörelser i två olika riktningar, bakåt och sidledes (den ledande sidan, höger eller vänster, kan variera inom truppen).
- b) 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.
- c) Rörelserna är olika om kroppen antar en annan form, t.ex. en annan position på armar. Identiska eller spegelvända rörelser räknas ej som olika. Alla gymnaster ska utföra respektive riktning samtidigt. Akrobatiska moment kan inte användas.
- d) Riktningar ska markeras i bedömningsunderlaget med pilar ↑ (bakåt) och ↔ (sidledes) enligt 7.2.
- e) Avdrag 0,2 för varje riktning som saknas.

1.3.2.2 Formationer

Antal formationer

- a) Friståendet ska innehålla minst 6 olika formationer. Samma form i olika storlekar eller på olika delar av friståendeytan räknas inte som två olika formationer.
- b) Formationer ska markeras i bedömningsunderlaget enligt 7.2.
- c) Avdrag 0,2 för varje formation som saknas.

Olika former på formationer

- a) Bland de olika formationerna ska det finnas minst:
 - i. 1 stor formation
 - ii. 1 liten formation
 - iii. 1 svängd formation i rörelse
- b) *Stor formation (SF)*: 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.
- c) *Liten formation (LF)*: En liten formation (kompakt) ska vara max 4 x 4 m.
- d) *Svängd formation i rörelse (SR)*: En svängd formation i rörelse där alla gymnaster deltar och följer varandra i en svängd rörelsebana. Sekvensen ska visas tydligt och innehålla minst tre rörelser. Storleken och formen kan ändras under sekvensen. Sekvensen kan utföras som en sammanhängande formation eller i två grupper. Varje grupp ska bestå av minst fyra gymnaster.
- e) Olika former på formationer ska markeras i bedömningsunderlaget med SF, LF och SR enligt 7.2.
- f) Avdrag 0,2 för varje formation som saknas.

1.3.2.3 Rytmask sekvens

- a) Friståendet ska innehålla en rytmask sekvens.
- b) 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.
- c) 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).
- d) Hela truppen måste utföra samma sekvens, men det är tillåtet att spegelvända sekvensen, t.ex. göra chassé med höger respektive vänster ben.
- e) 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.
- f) 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.
- g) Det är tillåtet att byta formation i sekvensen.
- h) Sekvensen ska innehålla minst en tempoväxling.
- i) Antalet rörelser i sekvensen är valfritt.
- j) Det är inte tillåtet att utföra svårighetsmoment i sekvensen. Detta oavsett om svårighetsmomenten tillgodoräknas i svårighetspoängen eller ej.
- k) Rytmaska sekvensen ska markeras i bedömningsunderlaget med RS enligt 7.2.
- l) Avdrag 0,2 om rytmaska sekvensen inte utförs enligt kraven eller saknas.

1.3.3 Sammanfattning av kompositionsavdrag (C-panel)

Kompositionsavdrag	0,2
Riktningar Avsaknad av rörelser i olika riktningar	X/riktning
Formationer Avsaknad av någon av formationerna (minst 6 varav 1 stor, 1 liten och 1 svängd i rörelse)	X/formation
Rytmask sekvens Avsaknad av rytmask sekvens/ej enligt krav	X

1.4 Svårighet

1.4.1 Allmänt

- a) Alla tillåtna svårigheter har svårighetsvärden som finns i svårighetstabellen i bilaga A1.
- b) Svårigheterna ska utföras samtidigt av alla gymnaster.
- c) 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.
- d) För att få värdet för svårigheten måste fler än hälften av gymnasterna uppfylla de specifika krav som finns för respektive svårighet i bilaga A1 (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.
- e) 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.
- f) Det är tillåtet att spegelvända svårigheterna, t.ex. utföra dem på olika ben eller rotera åt olika håll.
- g) Den eller de högst värderade svårighetsmomenten i respektive kategori 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

- a) Definitioner av svårighetsgrupper och moment anges i bilaga A1.
- b) Svårighetsvärdet baseras på åtta (8) svårighetsmoment från följande kategorier:
 - Balanser 3
 - Hopp 2
 - Akrobatiska moment 1
 - Gruppelement 1
 - Flexibilitetsmoment 1
- c) Balans- och hoppmoment delas in i olika grupper.

1.4.2.1 Balanser (BA, BB, BC, BD)

- a) Tre (3) balanser kan tillgodoräknas i svårighetsvärdet varav:
- i. En balans från rad BDX01 (BD301 eller BD501).
 - ii. En balans från grupp C, Ståbalanser
 - iii. En balans från valfri grupp
- b) Balanser delas in i följande fyra grupper, se även bilaga A1:

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

1.4.2.2 Hopp (HA, HB)

- a) Två (2) hopp kan tillgodoräknas i svårighetsvärdet varav:
- i. Ett hopp från grupp A, Jump
 - ii. Ett hopp från grupp B, Leap
- b) 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
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.

1.4.2.3 Akrobatiskt moment (A)

- a) Ett (1) akrobatiskt moment kan tillgodoräknas i svårighetsvärdet.
- b) Akrobatiska moment är inte indelade i olika grupper, se bilaga A1.

1.4.2.4 Gruppement (G)

- a) Ett (1) gruppement kan tillgodoräknas i svårighetsvärdet.
- b) Gruppement är inte indelade i olika grupper, se bilaga A1.

1.4.2.5 Flexibilitetselement (F)

- a) Ett (1) flexibilitetselement kan tillgodoräknas i svårighetsvärdet.
- b) Flexibilitetselement är inte indelade i olika grupper, se bilaga A1.

1.5 Utförande (10,0 poäng)

1.5.1 Beräkning av utförandepoäng

- Vid beräkning av utförandepoängen gör respektive domare avdrag från 10,0 poäng.
- Avdragen är indelade i summerade och särskilda utförandeavdrag.

1.5.2 Summerade utförandeavdrag

- Utförandefel delas in i olika rubriker enligt 1.5.2.1 till 1.5.2.6. Respektive gymnast kan utföra mindre eller större fel. Truppen ges avdrag per sekvens beroende på hur stor andel av truppen som utför mindre respektive större fel: ett fåtal, flera eller majoriteten av gymnasterna. Avdraget för en sekvens kan ej överstiga 0,5 poäng. Med en sekvens menas till exempel, men inte enbart:

- Rytmask sekvens
- Sekvens med riktning
- Förflyttning
- Svårighetsmoment

- Det summerade avdraget per sekvens beräknas i tre steg:

- Bedöm om respektive gymnast gör ett mindre eller ett större fel (se bilaga A2). 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.

- Beräkna hur stor andel av truppen som utför mindre respektive större fel och avdragets storlek enligt tabellen nedan. Om färre än ett fåtal gymnaster (i ett lag om minst 8 gymnaster) utför ett fel ges inte något avdrag, t.ex. i ett lag med 8 gymnaster görs ej avdrag om endast en gymnast utför ett fel i en sekvens.

3 av 8 gymnaster (fåtal) utför mindre fel → Avdrag 0,1.

4 av 9 gymnaster (flera) utför större fel → Avdrag 0,4

- Om både mindre och större fel utförs i samma sekvens, lägg ihop avdragen för större och mindre fel och avrunda nedåt till närmaste möjliga avdrag.

0,1 + 0,1 eller 0,1 + 0,2 → avdrag 0,2

0,2 + 0,2 → avdrag 0,4

Övriga kombinationer, avdrag 0,5

Andel	Andel baserat på truppens storlek			Storlek på fel och avdrag	
	6–7 gymn.	8–9 gymn.	≥10 gymn.	Mindre	Större
Fåtal	1 – 2	2 – 3	3 – 4	0,1	0,2
Flera	3 – hälften	4 – hälften	5 – hälften	0,2	0,4
Majoriteten	Fler än hälften			0,4	0,5

1.5.2.1 Osamtidighet

- a) Truppen ska utföra övningar samtidigt i enlighet med kompositionen. Gymnast som är "utanför samtidigheten" eller "vilse" innebär avdrag.
- b) Avdrag för mindre och/eller större fel (se bilaga A2 för avdrag).

1.5.2.2 Bristande enhetlighet

- a) Truppen ska utföra övningar på exakt samma sätt, såvida inte koreografin tydligt uttrycker något annat.
- b) Avdrag för mindre fel (se bilaga A2 för avdrag).

1.5.2.3 Bristande amplitud

- a) 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 bearbetet.
- b) Avdrag för mindre fel (se bilaga A2 för avdrag).

1.5.2.4 Obalans och okontrollerat utförande

- a) Friständet ska utföras kontrollerat med balans. Avdrag görs t.ex. för extra steg eller hopp, extra arm- och benrörelser, extra handstöd/fotstöd eller fall.
- b) Avdrag för mindre och/eller större fel (se bilaga A2 för exempel).

1.5.2.5 Felaktig placering i formation

- a) Alla formationer måste vara exakta (t.ex. raka linjer när så avses). Felplacerad gymnast resulterar i avdrag.
- b) Avdrag för mindre fel (se bilaga A2 för avdrag).

1.5.2.6 Bristande teknik i svårighetsmoment

- a) Svårighetsmomenten ska utföras med god teknik i enlighet med definierade krav i bilaga A1.
- b) Avdrag för mindre och/eller större fel (se bilaga A2 för avdrag).

1.5.3 Särskilda utförandeavdrag

Särskilda avdrag ges till truppen per gång (upp till ett maximalt avdrag) eller per program.

1.5.3.1 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).

1.5.3.2 Bristande dynamik

- Friståendet ska utföras med ett dynamiskt utförande med olika övningar som engagerar hela kroppen. De enskilda övningarna/rörelserna ska bindas 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.
- Dynamiskt utförande inkluderar t.ex. god rytm och känsla för tyngdkraft med avslappning och utsträckning i rörelserna. Rörelsesekvenserna ska visa kontinuitet med ett logiskt och naturligt flöde. Impulsen från föregående rörelse ska användas istället för att skapa "ny" kraft till varje rörelse.
- Sekvenser av enkla isolerade arm- och benrörelser, sekvenser med övningar som inte bind samman eller omotiverade stopp resulterar alltid i avdrag.
- Avdrag 0,2/gång/trupp för bristande dynamik (maximalt 1,0).

1.5.3.3 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.

1.5.4 Överdomarens avdrag (E1)

E1-avdrag görs från den totala slutpoängen i grenen.

1.5.4.1 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).

1.5.4.2 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 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.

1.5.4.3 Felaktigt antal gymnaster

- Avdrag vid för få eller för många gymnaster i friståendet. 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.

1.5.4.4 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.

1.5.4.5 Klädsel, smycken och bandage

Detta avdrag används om:

- 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.

1.5.4.6 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/framträdande
Felaktig musik	0,3/framträdande
Felaktigt antal gymnaster	1,0/gymnast
Otillåten övning	1,0/gång
Klädsel, smycken och bandage	0,3/framträdande
Övriga överdomaravdrag	0,3/framträdande

Art 2 **Tumbling**

2.1 **Poängfördelning**

Komposition (C): 2,0

Svårighet (D): Enligt respektive tävlingsbestämmelser

Utförande (E): 10,0

2.2 **Allmänt**

- a) Antalet gymnaster per varv anges i tävlingsbestämmelserna för respektive tävling. Truppen får tävla med olika gymnaster i respektive varv.
- b) Truppen ska utföra tre olika varv.
- c) Truppen ska vänta i anslutning till tumblinggolvet, redo att kliva upp på tumblingansatsen när den blir presenterade av tävlingsarrangören.
- d) 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.
- e) Det är endast tillåtet att markera anloppet med den flyttbara markering (stripe) som arrangören tillhandahåller. Stripen får sättas antingen på anloppsbanan eller på tumblinggolvet. Ett fast måttband visar avståndet till landningsområdet (enligt Redskapsreglementet).
- f) Varje serie ska bestå av ett bestämt antal övningar utan mellansteg eller pauser. Övningar som utförs efter ett fall, en paus, mellansteg eller en övning som inte finns i svårighetstabellen bedöms ej i svårighet, komposition eller utförande.
- g) Alla gymnaster ska sträva efter att landa sin sista övning i serien på landningsområdet.

2.3 **Komposition (2,0 poäng)**

2.3.1 **Kompositionsavdrag**

- a) Maximalt avdrag för komposition är 2,0. Domarna kan endast göra avdrag upp till den maximala avdragsgränsen (2,0).
- b) 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.
- c) Endast övningar med godkänt svårighetsvärde tillgodoräknas i kompositionen (undantag gäller för 2.3.1.6 Felaktigt antal övningar). Vid ej godkänd landning (för definition se 2.4) samt när tränare handgripligen hjälper gymnasten att utföra övningen, tillgodoräknas inte antalet utförda volter och skruvar i kompositionshänseende. I lika-varvet tillgodoräknas övningarna i kompositionen även om en gymnast utför en annan serie än majoriteten av gymnasterna.

2.3.1.1 Ej utfört lika-varv

- a) I första varvet ska alla gymnaster utföra exakt samma serie. Det krävs alltså att gymnasterna får tillgodoräkna sig svårighetsvärdet för serien (se 2.4).
- b) Avdrag görs för varje gymnast som inte utför samma serie som majoriteten av truppen.
- c) Avdrag 0,2/gymnast som ej utför lika-varvet.

2.3.1.2 Felaktig ordning i varv 2 och 3

- a) I det andra och tredje varvet är det tillåtet att öka svårighetsgraden för respektive gymnast.
- b) 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.
- c) Avdrag för felaktig placering av gymnast/gymnaster appliceras endast på de 6 sista gymnasterna.
- d) 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

- a) Om exakt samma serie utförs i mer än ett varv görs ett avdrag i det varv där serien repeteras minst antal gånger.
- b) 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.
- c) Avdrag 0,2/gymnast/gång.

2.3.1.4 Ej uppfyllt övningskrav

- a) Övningskraven anges i tävlingsbestämmelserna för respektive tävling. Avdraget görs på det varv som närmast uppfyller kravet.
- b) Avdrag 0,2/gymnast/krav.

2.3.1.5 Uteblivet framåt- och bakåtvarv

- a) 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 A3.
 - Bakåtvarv: En gymnast utför ett bakåtvarv om alla övningar i serien är bakåt. Se bilaga A3.
- b) Avdrag 0,2/gymnast/gång.

2.3.1.6 Felaktigt antal övningar

- a) Antal övningar per serie anges i respektive tävlingsbestämmelser.
- b) Avdrag ges ej:
- i. För övningar utan godkänd landning, eller där tränaren handgripligen hjälper gymnasten att utföra övningen. Dessa övningar tillgodoräknas med avseende på antal övningar i serien.
 - ii. Om gymnasten ej utför likavarv, se 2.3.1.1.
 - iii. Om gymnasten springer förbi.
- c) Avdrag 0,3/gymnast/avsaknad övning.

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
Felaktigt antal övningar	0,3/gymnast/avsaknad övning

2.4 Svårighet

- a) Svårighetsvärdet för respektive serie beräknas genom bilaga A3. Bilagan innehåller samtliga tillåtna övningar.
- b) Seriernas svårighetsvärde beräknas på de två högst värderade olika övningarna.
- c) Svårighetsvärdet för varvets serier som utförs av de 6 sista gymnasterna summeras och utgör svårighetsvärdet för varvet.
- d) Truppens slutliga svårighetsvärde erhålls genom att svårighetsvärdena för de tre varven summeras och divideras med tre varefter avrundning sker nedåt till närmaste tiondel.
- e) Alla övningar räknas om i förhållande till vad som verkligen utförs – förutom i första varvet om en gymnast utför annan serie än majoriteten av gymnasterna.
- f) I följande fall värderas seriens svårighet till 0 poäng:
 - i. Om någon gymnast inte utför samma lika-varv som majoriteten av truppen.
 - ii. Om gymnasten springer förbi.
- g) I följande fall värderas övningens svårighet till 0 poäng:
 - i. Om gymnasten utför en övning som ej finns i svårighetstabellen.
 - ii. Om gymnasten inte utför en godkänd landning.

Gymnasten måste landa med någon del av fotsulan på båda fötterna först. Landning med någon annan del av kroppen först, eller samtidigt som fötterna, är inte en godkänd landning. Med fotsulan menas undersidan av foten, inklusive undersidan av tårna.

Gymnasten måste vara preparerad för att ta landningen. En landning med fötter först, men där gymnasten faller i samma rörelse, med vikt på annan kroppsdel än fötter, är inte en godkänd landning. Samma rörelse avser när benen inte visar motstånd som tydligt dämpar tyngdpunktens rörelse mot marken eller ändrar dess riktning efter kontakt med landningen.

- iii. Övningar där tränaren handgripligen hjälper gymnasten att utföra övningen.

2.5 Utförande (10,0 poäng)

2.5.1 Beräkning av utförandepoäng

- a) Avdragen görs per gymnast och varv.
- b) 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.
- c) Summan av de tre varvens utförandepoäng divideras med tre och avrundas till närmaste tiondel.
- d) Alla utförandedomare använder avdrag från följande grupper:
 - Mycket små 0,1
 - Små 0,2
 - Stora 0,4
 - Särskilda avdrag 0,2 / 0,5 / 1,0 / 1,5 / 3,0

2.5.2 Utförandeavdrag

- a) Bedömningen görs genom att varje moment ställs i förhållande till idealutförandet för respektive övning.
- b) Avdragen delas in i två rubriker; luftfas och landningsfas. Därtill görs övriga avdrag enligt rubrikerna nedan.
- c) I bilaga A6 beskrivs fel och avdrag för respektive rubrik nedan.

2.5.2.1 *Luftfas*

- a) Under luftfasen görs eventuella avdrag för:
 - Bristande kroppsposition
 - Bristande höjd
 - Tidig skruvinitiering
 - Förlust av rörelsemängd
- b) Avdrag 0,1 – 1,0/gymnast/varv (se bilaga A6 för avdrag).

2.5.2.2 *Landningsfas*

- a) Under landningsfasen görs eventuella avdrag för:
 - Sen utsträckning inför landning
 - Under-/överroterad skruv
 - Avvikelse från landningszon
 - Djup landningsposition
- b) Avdrag 0,1 – 1,0/gymnast/varv (se bilaga A6 för avdrag).

2.5.2.3 Bristande kontroll i landning/Fall

- a) Landningen ska vara kontrollerad med båda fötterna samtidigt, men gymnasten kan fortsätta röra sig i rörelseriktningen med kontroll. Det är tillåtet att ta ett litet steg ($\leq 60^\circ$ bendelning) eller att göra ett litet studs/stäm.
- b) Avdrag ges ej för steg efter att kontroll uppvisats.
- c) Avdrag 0,2 bristande kontroll i landningen, ett stort steg $>60^\circ$, ett stort hopp, flera steg för att få kontroll eller ej landning med båda fötter samtidigt.
- d) Avdrag 0,5 vidrör landningen med händer/knän utan stödjande vikt.
- e) Avdrag 1,0 fall.
- f) Avdragen görs per gymnast och varv.

2.5.2.4 Tränarens agerande

- a) 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.
- b) Avdrag 1,0 pass.
- c) Avdrag 1,5 om ingen åtgärd vidtas i en farlig situation (risk för skada på nacke, huvud eller rygg).
- d) Avdragen görs per gymnast och varv.

2.5.2.5 Ström

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

2.5.2.6 Springer ej tillbaka tillsammans mellan varven

- a) Gymnasterna ska springa tillbaka, i samlad trupp, till startpositionen mellan varven.
- b) Avdrag 0,4/varv om gymnasterna inte springer tillbaka och/eller inte återvänder i samlad trupp.

2.5.2.7 Särskilda avdrag

- a) Detta avdrag används om:
 - Gymnast springer förbi/utför en övning som inte finns i svårighetstabellen
 - Felaktigt avtal gymnaster
- b) Avdrag 3,0/gymnast/varv.

2.5.3 Sammanfattning av utförandeavdrag (E-panel)

Utförandeavdrag (10,0)	Mycket små 0,1	Små 0,2	Stora 0,4
Lufffas (max 1,0)			
Bristande kroppsposition*	X	X	X
Bristande höjd		X	X
Tidig skruvinitiering		X	
Förlust av rörelsemängd		X	X
Landningsfas (max 1,0)			
Sen utsträckning inför landning		X	
Under-/överroterad skruv	X	X	X
Avvikelse från landningszon		X	X
Djup landningsposition	X	X	X
	Övriga		
Bristande kontroll i landning/Fall	0,2 / 0,5 / 1,0/gymnast		
Tränarens agerande	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		

* Kan summeras till maximalt 0,5 poäng avdrag.

2.5.4 Överdomarens avdrag (E1)

E1-avdrag görs från den totala slutpoängen i grenen.

2.5.4.1 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.

2.5.4.2 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.

2.5.4.3 Klädsel, smycken och bandage

- Detta avdrag används om:
 - 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.

2.5.4.4 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 musik	0,3/framträdande
Felaktigt antal tränare	0,3/framträdande
Klädsel, smycken och bandage	0,3/framträdande
Övriga överdomaravdrag	0,3/framträdande

Art 3 Trampett

3.1 Poängfördelning

Komposition (C): 2,0

Svårighet (D): Enligt respektive tävlingsbestämmelser

Utförande (E): 10,0

3.2 Allmänt

- a) Antalet gymnaster per varv anges i tävlingsbestämmelserna för respektive tävling. Truppen får tävla med olika gymnaster i respektive varv.
- b) Truppen ska utföra tre olika varv.
- c) Truppen ska vänta i anslutning till trampettansatsen, redo att kliva upp på ansatsvåden när den blir presenterade av tävlingsarrangören.
- d) Vid voltrotation samt vid varv med hoppredskap ska två tränare (och endast två) agera säkerhetspassare på landningsområdet. Eventuella övriga tränare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.
- e) Det är endast tillåtet att markera anloppet med den flyttbara markering (stripe) som arrangören tillhandahåller. Stripen får sättas på anloppsmattan. Ett fast måttband visar avståndet till landningsområdet (enligt Redskapsreglementet).

3.3 Komposition (2,0 poäng)

3.3.1 Kompositionsavdrag

- a) Maximalt avdrag för komposition är 2,0. Domarna kan endast göra avdrag upp till den maximala avdragsgränsen (2,0).
- b) 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.
- c) Endast övningar med godkänt svårighetsvärde tillgodoräknas i kompositionen. Vid ej godkänd landning (se 3.4) samt när tränare handgripligen hjälper gymnasten att utföra övningen, tillgodoräknas inte antalet utförda volter och skruvar i kompositionshänseende. I lika-varvet tillgodoräknas övningarna i kompositionen även om en gymnast utför en annan serie än majoriteten av gymnasterna.

3.3.1.1 Ej utfört lika-varv

- a) 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).
- b) Avdrag görs för varje gymnast som inte utför samma övning som majoriteten av truppen.
- c) Avdrag 0,2/gymnast som ej utför lika-varv.

3.3.1.2 Felaktig ordning i varv 2 och 3

- a) I det andra och tredje varvet är det tillåtet att öka svårighetsgraden för respektive gymnast.
- b) 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.
- c) Avdrag för felaktig placering av gymnast/gymnaster appliceras endast på de 6 sista gymnasterna.
- d) 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

- a) Om exakt samma övning utförs i mer än ett varv görs ett avdrag i det varv där övningen repeteras minst antal gånger.
- b) 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.
- c) Avdrag 0,2/gymnast/gång.

3.3.1.4 Ej uppfyllt övningskrav

- a) Övningskraven anges i tävlingsbestämmelserna för respektive tävling. Avdraget görs på det varv som närmast uppfyller kravet.
- b) Skruvar ska utföras efter handisättning om hoppredskap används (d.v.s. tsukahara uppfyller ej övningskrav för skruv).
- c) Avdrag 0,2/gymnast/krav.

3.3.1.5 Inget varv med eller utan hoppredskap

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

- a) Svårighetsvärdet för respektive övning anges i bilaga A3. Bilagan innehåller samtliga tillåtna övningar.
- b) Svårighetsvärdet för de övningar som utförs av de 6 sista gymnasterna summeras och utgör svårighetsvärdet för varvet.
- c) Truppens slutliga svårighetsvärde erhålls genom att svårighetsvärdena för de tre varven summeras och divideras med tre varefter avrundning sker nedåt till närmaste tiondel.
- d) Alla övningar räknas om i förhållande till vad som verkligen utförs – förutom i första varvet om enskild gymnast utför annan serie.
- e) I följande fall värderas övningens svårighet till 0 poäng:
 - i. Om någon gymnast inte utför samma lika-varv som majoriteten av truppen.
 - ii. Om gymnasten springer förbi.
 - iii. Om gymnasten utför en övning som ej finns i svårighetstabellen
 - iv. Om gymnasten inte nuddar hoppredskapet. Övningen är godkänd om gymnasten nuddar hoppredskapet med minst en hand.
 - v. Om gymnasten inte utför en godkänd landning.

Gymnasten måste landa med någon del av fotsulan på båda fötterna först. Landning med någon annan del av kroppen först, eller samtidigt som fötterna, är inte en godkänd landning. Med fotsulan menas undersidan av foten, inklusive undersidan av tårna.

Gymnasten måste vara preparerad för att ta landningen. En landning med fötter först, men där gymnasten faller i samma rörelse, med vikt på annan kroppsdel än fötter, är inte en godkänd landning. Samma rörelse avser när benen inte visar motstånd som tydligt dämpar tyngdpunktens rörelse mot marken eller ändrar dess riktning efter kontakt med landningen.

- vi. Övningar där tränare handgripligen hjälper gymnasten att utföra övningen.

3.5 Utförande (10,0 poäng)

3.5.1 Beräkning av utförandepoäng

- a) Avdragen görs per gymnast och varv.
- b) 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.
- c) Summan av de tre varvens utförandepoäng divideras med tre och avrundas till närmaste tiondel.
- d) Alla utförandedomare använder avdrag från följande grupper:
 - Mycket små 0,1
 - Små 0,2
 - Stora 0,4
 - Särskilda avdrag 0,2 / 0,5 / 1,0 / 1,5 / 3,0

3.5.2 Utförandeavdrag

- a) Bedömningen görs genom att varje moment ställs i förhållande till idealutförandet för respektive övning.
- b) Avdragen delas in i två rubriker; luftfas och landningsfas. Därtill görs övriga avdrag enligt rubrikerna nedan.
- c) I bilaga A6 beskrivs fel och avdrag för respektive rubrik nedan.

3.5.2.1 *Luftfas*

- a) Under luftfasen görs eventuella avdrag för:
 - Bristande kroppsposition
 - Bristande höjd
 - Tidig skruvinitiering
 - Bristande lyft från hoppredskapet
- b) Avdrag 0,1 – 1,0/gymnast/varv (se bilaga A6 för avdrag).

3.5.2.2 *Landningsfas*

- a) Under landningsfasen görs eventuella avdrag för:
 - Sen utsträckning inför landning
 - Under-/överroterad skruv
 - Avvikelse från landningszon
 - Djup landningsposition
- b) Avdrag 0,1 – 1,0/gymnast/varv (se bilaga A6 för avdrag).

3.5.2.3 Bristande kontroll i landning/Fall

- a) Landningen ska vara kontrollerad med båda fötterna samtidigt, men gymnasten kan fortsätta röra sig i rörelseriktningen med kontroll. Det är tillåtet att ta ett litet steg ($\leq 60^\circ$ bendelning) eller att göra ett litet studs/stäm.
- b) Avdrag ges ej för steg efter att kontroll uppvisats.
- c) Avdrag 0,2 bristande kontroll i landningen, ett stort steg $>60^\circ$, ett stort hopp, flera steg för att få kontroll eller ej landning med båda fötter samtidigt.
- d) Avdrag 0,5 vidrör landningen med händer/knän utan stödjande vikt.
- e) Avdrag 1,0 fall.
- f) Avdragen görs per gymnast och varv.

3.5.2.4 Tränarens agerande

- a) 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.
- b) Avdrag 1,0 pass.
- c) Avdrag 1,5 om ingen åtgärd vidtas i en farlig situation (risk för skada på nacke, huvud eller rygg).
- d) Avdragen görs per gymnast och varv.

3.5.2.5 Ström

- a) Strömmen ska vara jämn mellan alla gymnaster. Minst två gymnaster ska röra sig samtidigt.
- b) Avdrag 0,1/gymnast/gång vid för gles ström, för tät ström vid fria rotationer eller vid ojämn ström.

3.5.2.6 Springer ej tillbaka tillsammans mellan varven

- a) Gymnasterna ska springa tillbaka, i samlad trupp, till startpositionen mellan varven.
- b) Avdrag 0,4/varv om gymnasterna inte springer tillbaka och/eller inte återvänder i samlad trupp.

3.5.2.7 Särskilda avdrag

- a) Detta avdrag används om:
 - Gymnast springer förbi/utför en övning som inte finns i svårighetstabellen
 - Felaktigt avtal gymnaster
- b) Avdrag 3,0/gymnast/varv.

3.5.3 Sammanfattning av utförandeavdrag (E-panel)

Utförandeavdrag (10,0)	Mycket små 0,1	Små 0,2	Stora 0,4
Luftfas (max 1,0)			
Bristande kroppsposition*	X	X	X
Bristande höjd		X	X
Tidig skruvinitiering		X	
Bristande lyft från hoppredskapet		X	X
Landningsfas (max 1,0)			
Sen utsträckning inför landning		X	
Under-/överroterad skruv	X	X	X
Avvikelse från landningszon		X	X
Djup landningsposition	X	X	X
	Övriga		
Bristande kontroll i landning/Fall	0,2 / 0,5 / 1,0 /gymnast		
Tränarens agerande	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		

* Kan summeras till maximalt 0,5 poäng avdrag.

3.5.4 Överdomarens avdrag (E1)

3.5.4.1 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.

3.5.4.2 Felaktigt antal tränare

- Avsaknad av två tränare eller fler än två tränare på landningsområdet. 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.

3.5.4.3 Klädsel, smycken och bandage

- a) Detta avdrag används om:
- Klädsel ej enligt bestämmelser (Art 4)
 - Smycken ej enligt bestämmelser (Art 4)
 - Bandage ej enligt bestämmelser (Art 4)
- b) Avdraget är 0,3 och kan endast ges en gång per framträdande.

3.5.4.4 Övriga överdomaravdrag

- a) 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.
- b) Avdraget är 0,3 och kan endast ges en gång per framträdande.

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

Del 2 ALLMÄNNA BESTÄMMELSER

Art 4 Klädsel

4.1 Gymnaster

- a) 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.
- b) Övriga krav på kläder:
 - i. tyg ska vara täckande, d.v.s. ej transparent
 - ii. urringning ska inte vara djupare än halva bröstbenet fram och inte under skulderbladens nedre linje bak
 - iii. axelband ska vara minst 2 cm breda
 - iv. benskärningen får ej gå högre än höftbenet
 - v. shorts ska sluta ovanför knät
 - vi. för lag i öppen klass gäller att alla damer respektive alla herrar ska ha enhetlig klädsel, men damer och herrar behöver inte ha likadana kläder
 - vii. blod på klädseln får ej förekomma
 - viii. sportanpassad slöja (utan nålar) får bäras av enskilda gymnaster i laget och ger inte avdrag för olika klädsel.
- c) Användning av fotbeklädnad eller gymnastikskor är valfritt. Om flera gymnaster väljer att använda fotbeklädnad eller gymnastikskor i fristående ska de ha likartat utseende.
- d) 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 armar. Synliga bandage ska alltid ha samma färg som området de täcker, alternativt placeras i förlängning till klädsel som skyddet harmonierar med.
- e) 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.
- f) Kroppsmålning är inte tillåtet (avdrag görs ej för tatueringar eller nagellack).
- g) Lösa föremål såsom bälten, hängslen/spännen och snören är inte tillåtet av säkerhetsskäl (avdrag görs ej för glasögon).
- h) Hårdekorationer, klämmor m.m. ska sitta väl fast.

4.2 Tränare

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

Art 5 Mottagning och säkerhetspassning

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

Art 6 Upprepning av program

- a) Generellt gäller att inget program får påbörjas en andra gång. Undantag kan förekomma, t.ex:
 - i. defekter på redskap som truppen inte är orsak till
 - ii. defekter på musikanläggning
 - iii. allvarlig skada
 - iv. om en tränare får en skada och börjar blöda.
- b) Vid ovanstående och liknande fall har tränaren rätt att stoppa programmet.
- c) 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

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

- a) Formationer visas med kryss som motsvarar de enskilda gymnasternas position, så att formationerna och positionen för respektive gymnast är tydligt markerad.
- b) Kodnummer och symboler för samtliga svårighetsmoment som ska utföras ska anges oavsett om de räknas in i svårighetsvärdet eller ej.
- c) D-poängens värden räknas ut.
- d) Följande kompositionskomponenter ska anges vid den formation där de utförs:
 - i. Riktningar (\leftrightarrow , \uparrow)
 - ii. Liten formation (LF)
 - iii. Stor formation (SF)
 - iv. Svängd formation i rörelse (SR)
 - v. Rytmask sekvens (RS).

7.3 Bedömningsunderlag Tumbling

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

7.4 Bedömningsunderlag Trampett

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

Del 4 DOMARNAS UPPGIFTER OCH POÄNGBERÄKNING

Art 8 Domare och bedömning

8.1 Allmänt

- a) En full domarpool i respektive redskap innehåller:
 - i. 2 st CD-domare
 - ii. 4 st E-domare.
- b) Alla domare måste vara närvarande vid domarmötet.
- c) Domare ska vara på plats i sin domarpool i tävlingshallen senast 10 minuter före tävlingsstart.
- d) Domarna ska uppträda på ett representativt sätt d.v.s. korrekt, objektivt etc.

8.2 Domarnas uppgifter

8.2.1 Allmänt

- a) Att utvärdera truppernas program med stor sakkunskap utifrån gällande reglemente.
- b) Att avge sina siffror oberoende av varandra, innan de ser övriga domares siffror.
- c) Att lämna sitt poängblad för beräkning av slutpoängen.
- d) Att vara beredd att redogöra för sina avdrag för domarpoolen och justera sin siffra om så krävs.
- e) Att vara förberedd gällande den aktuella tävlingens tävlingsbestämmelser.
- f) Att signera och bekräfta sina siffror på generalprotokollet innan de lämnar domarbordet.

8.2.2 CD-panelens uppgifter

- a) Gällande C-poängen:
 - i. Att under tävlingen göra avdrag från 2,0 i komposition.
- b) Gällande D-poängen
 - i. Att innan tävlingen kontrollera svårighetsvärdena för den aktuella tävlingsgrenen.
 - ii. Att under tävlingen värdera och räkna ut svårighetsvärdet för övningarna som truppen utför i respektive gren.
- c) Att fylla i poängbladet och lämna till CD1.

8.2.3 CD1 uppgifter

- a) Kontrollera differensen mellan siffrorna.
- b) Räkna ut domarpanelens slutpoäng.
- c) Sammanvända domarna vid för stor differens.
- d) Räkna ut baspoäng om siffrorna fortfarande har för stor differens.
- e) Fylla i och överlämna poängbladen till E1.
- f) Fylla i svårighetsformulären (samtliga redskap) och kompositionsformulären (endast fristående).

8.2.4 E-panelens uppgifter

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

8.2.5 E1 uppgifter

- a) Ta ansvar som ledande överdomare och leda domarsammanträdet före tävlingen i respektive gren.
- b) Ge grön flagg till tävlingsarrangören som sedan presenterar laget.
- c) Säkerställa att tidtagningen av programmet görs av E2.
- d) Avgöra om ett avbrott i programmet förorsakats av truppen eller berott på tekniskt missöde.
- e) Ingå i tävlingsjuryn i respektive tävlingsgren.
- f) Göra överdomaravdrag på utförande-slutpoängen.
- g) Informera domarpoolen om det är några överdomaravdrag som har gjorts efter att domarna har lämnat sina siffror.
- h) Notera överdomaravdragen på svårighetsformulären.
- i) Räkna ut slutpoängen för respektive trupp.
- j) Sammankalla domarna vid för stor differens.
- k) Räkna ut baspoäng om siffrorna fortfarande har för stor differens.
- l) Överlämna poängbladen till sekreterare, alternativt mata in siffrorna i poängsystemet.

8.3 Domarnas placering

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

Art 9 Uträkning av poäng

9.1 Allmänt

- a) Domarna ska bedöma komposition, utförande och svårighet. Avdrag görs enligt bestämmelser i respektive redskap.
- b) Efter truppens framträdande lämnar domarna sina siffror på ett poängblad. Genom hela tävlingen jämförs respektive poäng med poängen för första truppen som sätter standarden för tävlingen.
- c) 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 och D-panelens domarsiffror

Differensen mellan de två domarnas poänger får inte vara större än 0,2 i tumbling och trampett C och D samt fristående C och 0,4 i fristående D. 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/D-panelens slutpoäng om domarna inte kan enas.

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

Exempel:

Huvuddomare (C/D1)	3,3
Domare (C/D2)	2,8

C/D-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 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 = Medelvärdet av de 2 mellersta siffrorna + 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 Summerade utförandefel - Fristående
- A3 Svårighetstabell - Tumbling
- A4 Svårighetstabell - Trampett
- A5 Definitioner och krav - Tumbling och Trampett
- A6 Fel och avdrag - Tumbling och Trampett