

## DM i Rope Skipping for hold - Begynderrækker

Lørdag d. 4. april 2020

Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, 7000 Fredericia

Der kan tilmeldes i følgende **rækker**:

Begynderrække Mini	Under 11	Sjippere må ikke være ældre end 11 år per 31. august 2020. (Født 31/8 2008 eller senere)
Begynderrække Junior	12-14	Sjippere må ikke være ældre end 14 år per 31. august 2020. Der må gerne være yngre sjippere på holdet. (Min. én sjipper på holdet skal være født mellem 1/9 2007 og 31/8 2005)
Begynderrække Senior	15+	Min. én sjipper på holdet skal være fyldt 15 år per 31. august 2020, resten af holdet må gerne være yngre. (Min. én sjipper på holdet skal være født 1/9 2005 eller før)

### Deltagelse i rækker

Hold i begynderrækkerne 12-14 og 15+, der har opnået mere end den for sæsonen angivne max-score, må ikke stille op i begynderrækken den efterfølgende sæson, men skal rykke op i de internationale rækker.

Hold der i 2019 opnåede flere point end angivet nedenfor, må således ikke deltage i begynderrækkerne i 2020:

Begynderrække 12-14: 1200 point

Begynderrække 15+: 1200 point

Hvis holdet har skiftet to eller flere deltagere på holdet fra det foregående år, skal ovenstående ikke overholdes og holdet må selv bestemme om det deltager i begynderrækken eller de internationale rækker.

Sjippere må ikke deltage i begynderrækken (all around eller enkeltdiscipliner) i samme sæson, som de deltager i de internationale rækker og omvendt.

Hvis en sjipper tidligere har deltaget på et hold i den internationale række, må sjipperen kun deltage i begynderrækken igen, hvis sjipperens hold ikke har opnået mere end 1750 point i den internationale række (12-14 og 15+).

Det er ikke tilladt for sjippere at deltage i 2-personerskonkurrencen i en sæson, hvor man også har deltaget i/deltager i holdkonkurrencen i de internationale rækker eller begynderrækkerne.

### Discipliner

	Discipliner der konkurreres i enkeltvis	Discipliner der indgår i all around
<b>Mini</b>	Single Rope Speed Relay 3 x 30 sek. Single Rope Pairs Freestyle (2 pers.) Double Dutch Obligatorisk (3 pers.) - max. 90 sek. Double Dutch Single Freestyle (3 pers.)	Single Rope Speed Relay 3 x 30 sek. Single Rope Pairs Freestyle (2 pers.) Double Dutch Obligatorisk (3 pers.) - max. 90 sek. Double Dutch Single Freestyle (3 pers.)
<b>Junior</b>	Single Rope Speed Relay 3 x 30 sek. Single Rope Pairs Freestyle (2 pers.)	Single Rope Speed Relay 3 x 30 sek. Single Rope Pairs Freestyle (2 pers.)
<b>Senior</b>	Double Dutch Speed Relay 3 x 30 sek. Double Dutch Single Freestyle (3 pers.)	Double Dutch Speed Relay 3 x 30 sek. Double Dutch Single Freestyle (3 pers.)

Det er i alle rækker tilladt at deltage i enkeltdiscipliner og der uddeles følgende medaljesæt:

Begynderrækker - DM	Medaljer i alle discipliner + all around. Medaljer i all around uddeles såfremt der er min. 2 hold tilmeldt i rækken. Disciplinmedaljer uddeles såfremt der er min. 3 hold tilmeldt i disciplinen i rækken.
------------------------	---

Konkurrencen afvikles efter regler for GymDanmark Rope Skipping 2020, som kan findes på [www.gymdanmark.dk](http://www.gymdanmark.dk)

### Program

Opvarmning fra kl. 10.00. Konkurrencen starter kl. 11.00.

Dommermøde kl. 10.00.

Præmieoverrækkelse umiddelbart efter konkurrencens afslutning.

### Tilmelding, licens og startgebyr:

Tilmelding via [www.gymdanmark.dk](http://www.gymdanmark.dk) senest den 16. marts 2020. Tilmelding efter denne dato er ikke mulig.

BEMÆRK - Alle deltagere skal have tegnet konkurrencelicens hos GymDanmark senest 3 uger før konkurrencen. Licens kan løses via [www.gymdanmark.dk](http://www.gymdanmark.dk), hvor du også kan læse mere om konkurrencelicens.

Startgebyr: Begynderrækker: 200 kr. pr. deltager.  
Startgebyr betales ifm. tilmelding.

### Dommere

Foreninger, der har deltaget før, skal tilmelde dommere efter antal tilmeldte deltagere. Overholdes dette ikke vil foreningen blive pålagt ekstra gebyr jf. reglement for 2020.

Foreningens dommere skal tilmeldes pr. mail til Mia Mønster ([miamynster@hotmail.com](mailto:miamynster@hotmail.com)) senest d. 9. marts 2020.

### Musik

Musik uploades online til RSU's Google Drev forud for konkurrencen.

Musik skal uploades **senest den 28. marts 2020**.

Musik skal være navngivet med holdets entry-nummer samt disciplin.

Link til RSU's Google Drev samt entry-numre og disciplinforkortelser udsendes sammen med program for konkurrencen medio april.

Eventuelle spørgsmål vedr. konkurrencen kan stilles til Mia Mønster ([miamynster@hotmail.com](mailto:miamynster@hotmail.com)).

Med venlig hilsen

RSU (Rope Skipping udvalget)