

## DM i Rope Skipping for hold - Internationale rækker

Søndag d. 17. maj 2020

Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, 7000 Fredericia

Der kan tilmeldes i følgende **rækker**:

International Junior	12-14	Min. én sjipper på holdet skal være fyldt 12 år per. 31. august 2020, resten af holdet må gerne være yngre. Ingen må være ældre end 14 år per 31. august 2020. (Min. én sjipper på holdet skal være født mellem 1/9 2007 og 31/8 2005)
International 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)

Sjippere må ikke deltage i begynderrækken i samme sæson, som de deltager i de internationale rækker og omvendt.

### Discipliner

	Discipliner der konkurreres i enkeltvis	Discipliner der indgår i overall	Discipliner der indgår i all around
<b>Junior</b>	Single Rope Speed Relay 4 x 30 sek. Single Rope Pairs Double Unders 2 x 30 sek. Single Rope Pairs Freestyle (2 pers.) Single Rope Team Freestyle (4 pers.) Double Dutch Speed Relay 4 x 30 sek. Double Dutch Speed Sprint 1 x 60 sek. Double Dutch Single Freestyle (3 pers.) Double Dutch Pairs Freestyle (4 pers.) Wheel Pair Freestyle (2 pers.)	<b>Single rope overall</b> SR Speed Relay 4 x 30 sek. SR Pairs Double Unders 2 x 30 sek. SR Pairs Freestyle (2 pers.) SR Team Freestyle (4 pers.)  <b>Double dutch overall</b> DD Speed Relay 4 x 30 sek. DD Speed Sprint 1 x 60 sek. DD Single Freestyle (3 pers.) DD Pairs Freestyle (4 pers.)	SR Speed Relay 4 x 30 sek. SR Pairs Double Unders 2 x 30 sek. SR Pairs Freestyle (2 pers.) SR Team Freestyle (4 pers.) DD Speed Relay 4 x 30 sek. DD Speed Sprint 1 x 60 sek. DD Single Freestyle (3 pers.) DD Pairs Freestyle (4 pers.)
<b>Senior</b>	Single Rope Speed Relay 4 x 30 sek. Single Rope Pairs Double Unders 2 x 30 sek. Single Rope Pairs Freestyle (2 pers.) Single Rope Team Freestyle (4 pers.) Double Dutch Speed Relay 4 x 30 sek. Double Dutch Speed Sprint 1 x 60 sek. Double Dutch Single Freestyle (3 pers.) Double Dutch Pairs Freestyle (4 pers.) Wheel Pair Freestyle (2 pers.) Double Dutch Triad Freestyle (5 pers.) (max. 90 sek.)		

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

Internationale rækker - DM	Medaljer i alle discipliner + SR overall + DD overall + all around. Medaljer i all around og overall 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 udfyldt excel-fil senest den **28. april 2020**. En excel-fil pr. klub indeholdende alle klubbens deltagere sendes pr. mail til Mia Mønster ([miamynster@hotmail.com](mailto:miamynster@hotmail.com)).

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: Internationale rækker: 275 kr. pr. deltager.  
Startgebyr vil blive opkrævet af GymDanmark efter tilmelding (kontaktperson angives i excel-filen).

### 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 angives i excel-filen med tilmeldinger senest 28. april 2020.

### Musik

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

Musik skal uploades **senest den 10. maj 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.

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

Med venlig hilsen  
RSU (Rope Skipping udvalget)