



Dansk reglement for dobbelt minitrampolin

Opdateret 09-02-2021

Til danske DMT-konkurrencer konkurreres der efter FIG's Code of Points 2017-2020 med tilrettelser til danske forhold. Ændringer og tilføjelser i forhold til CoP er beskrevet i dette dokument. Alle tvivls- og tolkningsspørgsmål afgøres af DMT-arbejdsgruppen. Find Code of Points her: www.tiny.cc/codeofpoints (fra side 28)

Dette dokument er opdelt i to dele, del 1 beskriver den danske konkurrencestruktur og ændringer ift. Code of Points. Del 2 er en kortfattet introduktion til DMT-disciplinen, til hjælp for trænere, der kan få et hurtigt indblik i, hvad sporten går ud på.

DEL 1

Rækker

- Der konkurreres i 4 rækker: Micro, Mini, Junior og Senior. Micro-rækkerne bliver kun oprettet, såfremt der er minimum 5 tilmeldte, og deltager ellers i Mini-rækken
- Det er gymnastens alder pr. 31/12, det år konkurrencen afholdes, der er tællende. Man skal stille op i den række, der passer til ens alder.
 - Micro: Max 12 år
 - Mini: Max 14 år
 - Junior: Max 18 år
 - Senior: Mindst 17 år
- Drengene og piger konkurrerer hver for sig.

Sværhedsloft

Der er sværhedsloft jævnt over den internationale World Age Group Competition.

- Micro
 - Ingen dobbelttroterende spring er tilladt
- Mini
 - Et enkelt element kan højst få sværheden 4,4 point
- Junior
 - Et enkelt element kan højst få sværheden 4,6 point
- Senior
 - Der er ingen begrænsning af sværheden
- Hvis der i Mini- eller Junior-rækken udføres elementer med sværhed, der er højere end loftet, vil sværheden af elementet blive nedskrevet.



Kvalifikationsøvelser

I kvalifikationen udfører hver gymnast 4 øvelser. 2 begrænsede øvelser, og 2 valgfrie øvelser. Øvelserne skal udføres i den angivne rækkefølge. For senior er der 1 obligatorisk element i begge de begrænsede øvelser. I de øvrige rækker er ingen elementer obligatoriske, men har derimod en begrænsning på sværheden.

- Micro og Mini:
 - 1) Begrænset øvelse; maksimal sværhed på 1,0 point
 - 2) Begrænset øvelse; maksimal sværhed på 1,0 point
 - 3) Valgfri øvelse
 - 4) Valgfri øvelse

- Junior:
 - 1) Begrænset øvelse; maksimal sværhed på 1,5 point
 - 2) Begrænset øvelse; maksimal sværhed på 1,5 point
 - 3) Valgfri øvelse
 - 4) Valgfri øvelse

- Senior damer/herrer
 - 1) Strakt salto m. 0,5 skrue (mount) - Valgfrit element (dismount)
4 1 /
 - 2) Valgfrit element (mount) - Hoftebøjet baglænder (dismount)
4 – <
 - 3) Valgfri øvelse
 - 4) Valgfri øvelse

Finaleøvelser

I finalen udfører hver gymnast 2 valgfrie øvelser.

Sværhed og gentagelse af elementer

I seniorrækkernes begrænsede øvelser gives der kun sværhed for korrekt udførte elementer.

For de øvrige rækker gælder, at såfremt den maksimale sværhed overstiges, nedskrives sværheden til det maksimale for rækken.

Det samme spring anses som 3 forskellige elementer, hvis det udføres som henholdsvis mount, spotter og dismount. Således tæller det ikke som en gentagelse.

Alle elementer i de 2 begrænsede omgange skal være forskellige.

Alle elementer i de 4 valgfrie omgange skal være forskellige.



Hvert element udført i de 2 begrænsede øvelser må dog gentages én gang i de 4 øvrige øvelser.

- **Eksempel 1:** Hvis en seniorgymnast laver en strakt barani som mount i både første og anden øvelse, er det en gentagelse, og der gives ingen sværhed for elementet i anden øvelse.
- **Eksempel 2:** Hvis en minigymnast laver sammenbøjet benspring (spotter) – sammenbøjet forlæns salto (dismount) i første øvelse, må ingen af elementerne benyttes igen i anden øvelse. Elementerne må hver benyttes én gang i en af de øvrige øvelser.

I Micro-rækkerne er gentagelse af benspring tilladt og medfører intet fradrag. I alle andre rækker gives en straf på 0,9 point af sværhedsdommerne, ved gentagelse af benspring.

Sammenbøjet benspring, hoftebøjet benspring og splitspring er forskellige spring.

Benspring udført som henholdsvis mount, spotter og dismount anses som forskellige elementer, og tæller således ikke som gentagelse.

Vinderen

Finalisterne medtager halvdelen af pointene fra kvalifikationen til finalen.

Vinderen er den, som efter finalen har opnået flest point, når point fra finalen er lagt sammen med halvdelen af pointene fra kvalifikationen.

Springlister

- Springlister afleveres ved sekretariatet senest 30 minutter før konkurrencestart.
- Ved for sen aflevering af springlister gives 0,3 i straf på første spring.

Tøj

- Dreng/herrer:
 - Trikot – kortærmet eller ærmeløs.
 - Korte shorts.
 - Hvide trampolinsko og/eller hvid fodtildækning.
- Piger/damer:
 - Trikot – med eller uden ærmer.
 - Korte shorts eller skindtætte tights **må** benyttes.
 - Hvide trampolinsko og/eller hvid fodtildækning.

Gymnasten må derudover ikke bære smykker. Ringe uden sten må bæres, hvis de er tapede, såfremt tapen ikke står i stor kontrast til huden. Bandager og lignende må ligeledes ikke stå i stor kontrast til huden.

Oversigt over straffe og fradrag

Straffe uddelt af kampdommeren

- Overtrædelse af dresscode 0,2 pr. øvelse med overtrædelse



- For sent afleveret springliste 0,3 på første øvelse i kvalifikation
- Misbrug af two-touch 0,3 på første øvelse
- Start efter 20 sekunder 0,3
- Tegn fra træner 0,9 (kun én gang pr. øvelse)
- Berøring af andet end dugen 0,3
- Landing i zone B (normalt gul) 0,9
- Landing i zone C (normalt blå) 1,5
- Træde ud af zone 0,3

Straffe uddelt af sværhedsdommerne

- Forkert udført obligatorisk element (senior) Ingen sværhed for elementet
- Gentagelse af element Ingen sværhed for elementet
- Gentagelse af benspring (gælder ikke for U12) 0,9 point

Særlige fradrag uddelt af udførelsesdommerne

- Fradrag for dårlig udførsel af element 0,0 - 0,5 pr. element
- Fradrag for landing (kun det største):
 - Skridt/ubalance m.m. 0,0 - 0,3
 - Berøring af måtte/DMT med hænder efter landing 0,5
 - Fald på måtte/DMT efter landing (inkl. håndstand) 1,0
 - Træde ud på gulv efter landing 1,0
 - Hjælp fra modtager efter landing 1,0



DEL 2 - KONKURRENCEFORMEN

I dette afsnit er der en kort forklaring på de mest gængse spørgsmål i sporten.

Øvelser

DMT består af to på hinanden følgende gymnastiske elementer uden mellemhop. En godkendt øvelse kan udføres på følgende to måder:

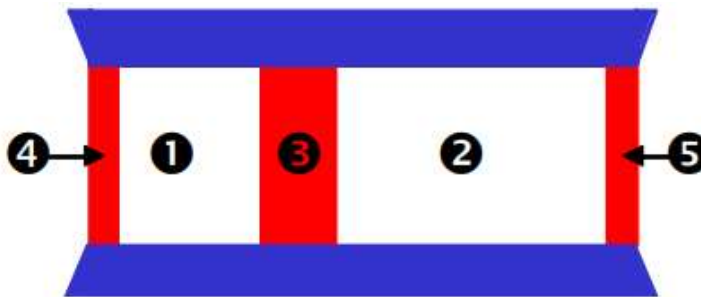
1. Mount – Dismount – Landing
2. Ophop – Spotter – Dismount – Landing

Mount: Element der udføres med afsæt i mount-zonen (4+1+3) og landing i spotter/dismount-zonen (3+2+5).

Spotter: Element der udføres med afsæt i spotter/dismount-zonen og lander i spotter/dismount-zonen.

Dismount: Element der udføres med afsæt i spotter/dismount-zonen, og landing i landings-zonen.

Alle elementer skal udføres til landing på fødderne.



Redegørelse

- Afsæt i de røde zoner er tilladt.
- Hvis et mount-/spotter-element lander med fødderne i zonerne 4 og 1, afbrydes øvelsen.
- Hvis et dismount-element lander på DMT'en, eller man under landingen berører DMT'en, afbrydes øvelsen.
 - Ved berøring af DMT'en **efter** landing tæller øvelsen som fuldført med et fradrag jf. 'Oversigt over straffe og fradrag'.

Afbrydes øvelsen i første element medfører det en karakter på 0,0.

Afbrydes øvelsen i andet element, bedømmes kun det første element, og udgangskarakteren for udførelsen nedskrives fra 30,0 til 21,0 point.

Bedømmelsen for en øvelse består af tre udførelseskarakterer, en vanskelighedskarakter og evt et fradrag fra kamplederen. Se mere om bedømmelsen længere nede.



Landing

I landingen bedømmes gymnasten af udførelsesdommerne, på om gymnasten er i balance. Efter landing skal gymnasten afslutte i balance med fødderne i springretningen.

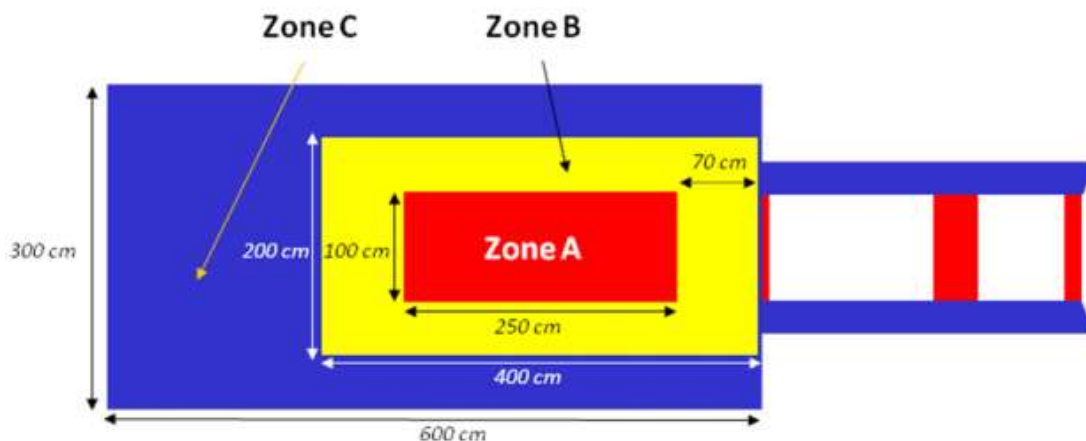
- Skridt efter landing medfører et fradrag på 0,1 point pr. skridt.
- Hvis gymnasten kompenserer for ubalance ved armsving eller lignende, medfører det et fradrag på 0,1.
- Hvis gymnasten har taget ét eller flere skridt, skal gymnasten samle til **med den sidste fod** der har taget et skridt. Overholdes dette ikke tælles det som et ekstra skridt og medfører et fradrag på 0,1.
 - Drejer gymnasten mens der samles sammen, så fødderne ikke peger i springretningen, medfører det et fradrag på 0,1.

Ovenstående landingsfradrag bedømmes af udførelsesdommerne, og kan tilsammen ikke overstige 0,3 pr. udførelsesdommer. Berøring med andet end fødder straffes jf. 'Oversigt over straffe og fradrag'.

- Hvis en gymnast skal tildeles et fradrag for berøring med hænder eller anden kropsdel, tildeles kun det højeste fradrag. Gymnasten straffes derfor ikke yderligere for at have være i ubalance inden.

Landingsområde

En gennemført øvelse skal lande i landingsområdet (Zone A, B, eller C jf. nedenstående skitse).



Jf. 'Oversigt over straffe og fradrag', tildeles gymnasten følgende fradrag for landing af kampdommeren:

- Landing i zone A (rød) medfører ingen straf
- Landing i zone B (gul) medfører en straf på 0,9
- Landing i zone C (blå) medfører en straf på 1,5



Landing i en zone efterfulgt af berøring af en zone længere ude medfører en straf:

- Landing i zone A og efterfølgende berøring af zone B og/eller C medfører en straf på 0,3
- Landing i zone B og efterfølgende berøring af zone C medfører en straf på 0,3

Eksempel: En gymnast lander i zone B og tager ét skridt der berører zone C, men samler fødderne sammen til foden i zone B med fødderne i springretningen.

- Hver udførelsesdommer giver et fradrag på 0,1 for at tage et skridt.
- Kampdommeren giver en straf på 0,9 for landing i zone B og 0,3 for at træde ud i zone C. Gymnasten får en samlet straf på 1,2.

Bedømmelse

Øvelserne bliver bedømt ud fra FIG Code of Point for Double Mini Trampoline.

Kampdommerens funktion

Kampdommeren giver tegn til gymnasten, når dommerboder er klar. Derudover sørger kamplederen for, at konkurrencen afholdes i overensstemmelse med reglementer; herunder tildeler kampdommeren administrative fradrag.

Sværhedsdommerens funktion

Sværhedsdommerne (1-2) noterer elementerne gymnasten har udført, og hvilke positioner de er. Sværheden lægges til udgangskaracteren 30,0.

Position:

- I en strakt position skal hoften være over 135°
- I en hoftebøjet position skal hoften være under 135° og knæled skal være over 135°
- I en sammenbøjet position skal hoften være under 135° og knæled skal være under 135°

Udførelsesdommerens funktion

Hver af de 5 udførelsesdommer tildeler fradrag mellem 0,0 og 0,5 på hvert gennemført element i en øvelse og 0,0-0,3 ved en godkendt landing på benene. Der højeste og laveste fradrag fra hvert element og landing fjernes, og summen af de tre resterende fradrag pr. element giver således det samlede udførelsesfradrag, der trækkes fra udgangskaracteren 30,0.

Elementerne bedømmes på samme måde som i trampolin. Udførelsesdommeren kan som udgangspunkt give følgende fradrag:

- Position 0,0 – 0,2

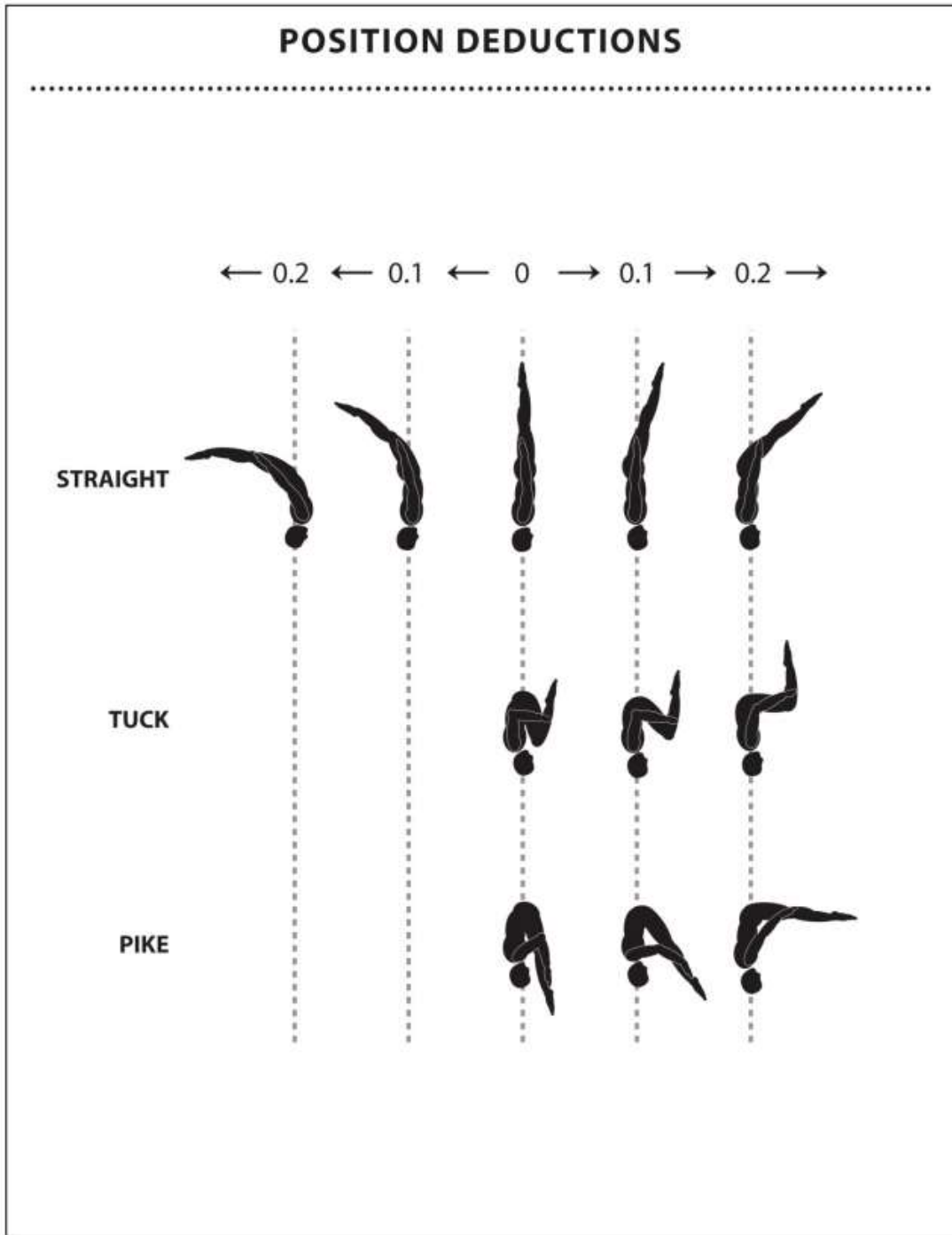


- Ben 0,0 – 0,2
- Arme 0,0 – 0,1
- Manglende udretning 0,0 – 0,3
- For sent færdiggørelse af skrue 0,0 – 0,1

For benene kan der trækkes op til 0,2 på bøjede knæ i hoftebøjet og strakt position samt ikke samlede knæ og fødder i alle positioner. Derudover kan der trækkes 0,1 for bøjede forled. Det maksimale fradrag for ben er dog stadig 0,2.

For armene kan der trækkes for at én eller begge arme er bøjede, samt hvis armene løftes for højt i eller efter udretning (jf. skitse).

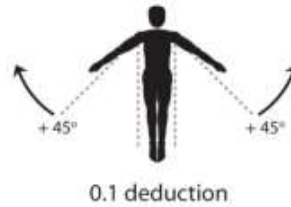
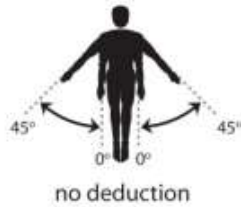
Se nedenstående skitser for redegørelse af de resterende fradrag.



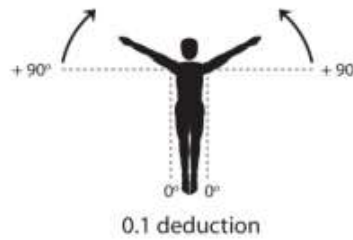


ARMS TO STOP TWISTING ROTATION

BARANI, FULL, MULTIPLE SOMERSAULTS WITH 1/2 OUT



SINGLE SOMERSAULT WITH MORE THAN FULL TWIST AND ALL OTHER MULTIPLE TWISTING SOMERSAULTS



END OF TWIST

