

Nationalt Reglement

DK2 + DK3

















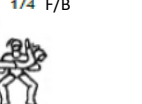


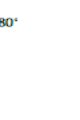
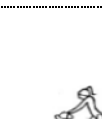
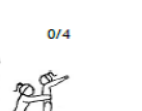


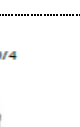

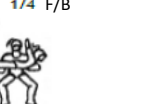


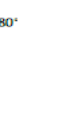
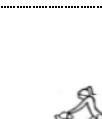
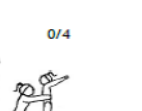


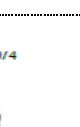

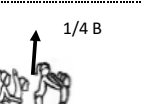


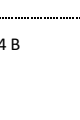
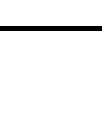
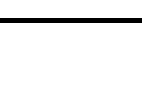
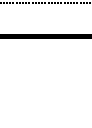

















2021-2022








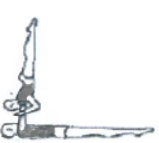




















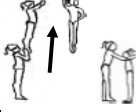


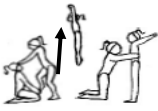
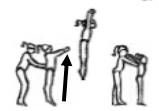
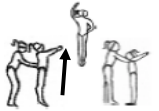

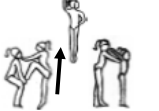


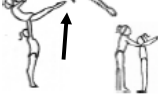



GymDanmark
Sports Acrobatik








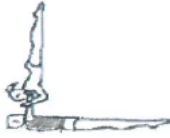


















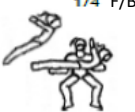

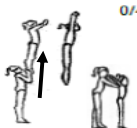
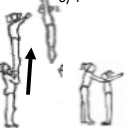
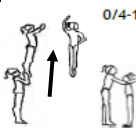
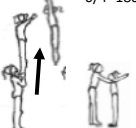



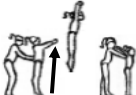
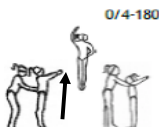

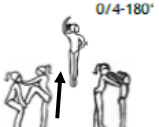


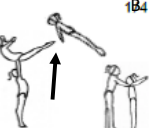


DANSK UDVIKLINGSPLAN - DK2 + DK3




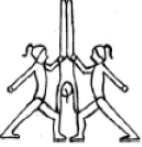
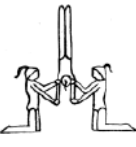

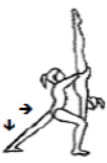

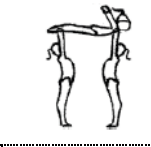

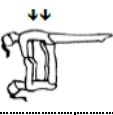
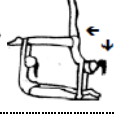
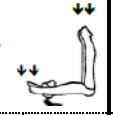



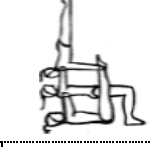

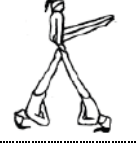


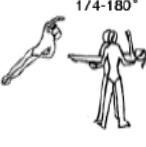
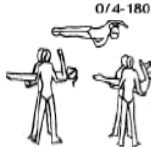


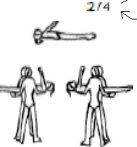


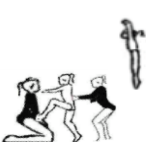










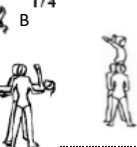


Regler for deltagelse: Acrobaten skal have en gyldig licens fra 1. august til 31. juli jf. GymDanmarks regler for Licens. Rutinen bliver bedømt jf. det Internationale Reglement. Der gives ikke CJP fradrag ved for stor højdeforskel i dette reglement. **Se i øvrigt Sports Acrobatic Konkurrencebestemmelser.**

Par / Gruppe	Regler / Indhold i rutinen	
DK 2 + DK 3	1 Hver gymnast må kun deltage i én disciplin og kategori.	
	2 Man skal min. fylde 7 år i kalenderåret (januar-december) for at kunne deltage ved konkurrencer. Der er ingen øvre grænser.	
	3 Et par eller en gruppe, som har vundet i en kategori til et mesterskab, kan året efter ikke deltage i samme kategori i samme konstellation.	
	4 Rutinens længde må ikke overstige 2 min., der er ikke noget minimumskrav. Der er en 1 sek. Tolerance før det vil medføre et fradrag for overskridelse af tid. Slutningen af rutinen skal være i en statisk position og skal være sammenfaldende med slutningen af musikken.	
	5 Der gives et CJP fradrag på 1.0 for hvert manglende acrobatisk- og/eller individuelle moment.	
	6 Der må ikke byttes rundt på top og bund i dette reglement. Toppen må kun arbejde på hovedet af bund i <u>mænds par</u> .	
	7 I <u>Mix Par</u> er det tilladt at drengen er top, men top og bund må ikke bytte plads under rutinen.	
DK 2	<p>Par og grupper skal præsentere en kombineret rutine og skal opfylde følgende krav: Rutinen skal bestå af 6 acrobatiske momenter, hvor der vælges 1 moment fra hver af rækkerne A-B-C-D-E-F. Rutinen skal indeholde minimum 2 og maksimalt 3 forskellige individuelle momenter pr. gymnast, hvor der vælges 1 moment fra kolonne H (Spring), og 1 moment fra en af kolonnerne G (Balance/Flexibilitet/Agility). Det 3. moment er valgfrit fra kolonne H eller en af kolonnerne G, dog er det ikke tilladt at benytte samme reference som de 2 første momenter. (OBS artikel 27 fra det internationale reglement ang. individuelle momenter)</p>	
DK 3	<p>Par og grupper skal præsentere en kombineret rutine og skal opfylde følgende krav: For PAR skal rutinen indeholde: 2 Balance momenter (max 1 moment fra to forskellige af rækkerne I - II - III eller IV) fra tabellen med obligatoriske momenter "FIG World Age Group Competition 11 to 16 years" (Se bilag 1). 1 Balance moment fra "FIG Tables of Difficulty 2022-2024", dette moment må ikke være illustreret fra tabellen med obligatoriske momenter, og skal min have værdien 1 og max 9. Et fradrag på 1.0 gives, hvis momentet fra FIG ToD overstiger den maksimale tilladte værdi. For GRUPPER skal rutinen indeholde: 2 Separate pyramider, med 1 Balance moment (max 1 moment fra en af rækkerne I - II - III - IV) fra tabellen med obligatoriske momenter "FIG World Age Group Competition 11 to 16 years" (Se bilag 1), og 1 Balance moment fra "FIG Tables of Difficulty 2022-2024", dette moment må ikke være illustreret fra tabellen med obligatoriske momenter, og skal min have værdien 1 og max 16, men må gerne være fra samme kategori. Et fradrag på 1.0 gives, hvis momentet fra FIG ToD overstiger den maksimale tilladte værdi. For både par og grupper skal rutinen indeholde: 2 Tempo momenter (max 1 moment fra to forskellige af rækkerne I - II - III eller IV) fra tabellen med obligatoriske momenter "FIG World Age Group Competition 11 to 16 years" (Se bilag 1). 1 Tempo moment fra "FIG Tables of Difficulty 2022-2024", dette moment må ikke være illustreret fra tabellen med obligatoriske momenter, og skal min have værdien 1 og max 14. Et fradrag på 1.0 gives, hvis momentet fra FIG ToD overstiger den maksimale tilladte værdi. Rutinen skal indeholde minimum 2 og maksimalt 3 forskellige individuelle momenter fra "FIG tables of Difficulty 2022-2024" fra side 116-126, herunder min 1 moment fra cat. 1 og min. 1 moment fra cat. 2. Det 3. moment er valgfrit. (OBS artikel 27 fra det internationale reglement ang. individuelle momenter)</p>	
VARIATIONER	DK 2	10 Fra vugge er der fri start position (mave/ryg), og fra Tempo moment med kast fra hofte er der fri ansigtsretning.
	DK 2	11 Der er fri top-position i bird/backbird.
	DK 2	12 Ved håndstand: Fri retning - ansigt mod eller væk fra partner - og fri benposition.
	DK 2	13 Katete: Bøjede ben er IKKE tilladt - men frit om ben skal være samlede eller spredte.
DK2 DK 3	14 Alle top-positioner i DK2 Pige Gruppe og DK 3 Pige Gruppe er fri, hvor der er en markering med 2 pile i illustrationen. Men der SKAL være en illustration af positionen i rutineskemaet.	
RUTINESKEMA	DK 2 + DK 3	15 Illustrationerne kopieres ind i FIG Tariff Sheet i den rækkefølge momenterne udføres i rutinen (Se eksempel på færdigt skema på GymDanmarks hjemmeside).
	DK 2 + DK 3	16 Sværhedsgraden udregnes i denne udviklingsplan ved sammentælling af værdien af balance momenter + værdien af tempo momenter + gennemsnittet af værdien af de individuelle momenter. Denne sum deles herefter med 10, hvilket giver rutinens D-Score.

PIGE PAR	1	2	3	4	5					
Balancemønter	 A1	 A2	 A3	 A4	 A5					
	 A6	 A7	 A8	 A9	 A10	 B1	 B2	 B3	 B4	 B5
	 B6	 B7	 B8	 B9	 B10	 C1	 C2	 C3	 C4	 C5
Tempomønter	 D1	 D2	 D3	 D4	 D5	 D6	 D7	 D8	 D9	 D10
	 E1	 E2	 E3	 E4	 E5	 E6	 E7	 E8	 E9	 E10
	 E11	 E12	 E13	 E14	 E15	 E16	 E17	 E18	 E19	 E20
	 E21	 E22	 E23	 E24	 E25	 E26	 E27	 E28	 E29	 E30
	 E31	 E32	 E33	 E34	 E35	 E36	 E37	 E38	 E39	 E40
	 E41	 E42	 E43	 E44	 E45	 E46	 E47	 E48	 E49	 E50

Dreng PAR	1	2	3	4	5
Balancemønter	 	  	 		
		 	 		
	 		 	 	
Tempomønter	 <p>1/4 B/F</p>	 <p>B/F 1/4-180°</p>	  <p>0/4</p>	  <p>0/4-180°</p>	 <p>4/4 B lukket</p>
	 <p>0/4</p>	 <p>0/4</p>	 <p>0/4-180°</p>	 <p>0/4</p>	 <p>0/4-180°</p>
	 <p>1/4 B</p>	 <p>3/4 B</p>	 <p>1B4</p>	  <p>1/4-180°</p>	 <p>0/4 - 180°</p>

MIX PAR	1	2	3	4	5
Balancemønter	 A1	 A2	 A3	 A4	 A5
	 A6	 A7	 A8	 A9	 B1
	 B2	 B3	 B4	 B5	 B6
Tempomønter	 B7	 B8	 B9	 C1	
	 C2	 C3	 C4	 C5	 C6
	 C7	 C8	 D1	 D2	 D3
 D4	 D5	 D6	 D7	 D8	
 E1	 E2	 E3	 E4	 E5	
 E6	 E7	 E8	 E9	 E10	

GRUPPE	1	2	3	4	5			
Balancemønter	 A1	 A2	 A3	 A4	 A5	 A6	 A7	
	 B1	 B2	 B3	 B4	 B5	 B6	 B7	 B8
	 C1	 C2	 C3	 C4	 C5	 C6		
Tempomønter	 1/4-180°	 0/4-180°	 0/4-360°	 2/4 F	 2/4	 3/4	 2/4	
	 0/4	 0/4	 0/4	 0/4	 1/4 B	 F 1/4	 1/4	
	 TOP HOPPER - INTET KAST	 0/4	 0/4	 0/4	 1/4 B	 4/4 B	 1/4 F	

Værdi		G1-Balance	G2-Flexibilitet	G3-Agility	H-Spring		Værdi
1	A					A	1
2	B					B	2
3	C					C	3
4	D					D	4