

**BEDØMMELSESEKSEMPLER**  
**FOR**  
**GymDanmarks**  
**GRAND PRIX RYTME KONKURRENCER**

Version juni 2021-tilrettet jan. 22

## Indhold

Dommerkollegiet.....	3
Karakterafgivning.....	3
Antal gymnaster .....	4
Vindere .....	4
Beregningstabel "2/3 af holdet" – kun gældende mikro/mini.....	4
Fradrag.....	5
Dommerteam T (teknisk).....	5
Dommerteam K (kunstnerisk) .....	5
Dommerteam U (udførsel) – Serie 1 & Serie 2 (Krop).....	6
Dommerteam U (udførsel) – Serie 2 redskab.....	7
Dommerteam U (udførsel) – Serie 2 redskab.....	8
Dommerteam U (udførsel) – Serie 2 redskab.....	9
Dommerteam U (udførsel) – Serie 2 redskab.....	10
Dommerteam U (udførsel) – Serie 2 redskab.....	11
Teknisk dommerskema (mikro/mini/mini mono- serie 1) .....	12
Teknisk dommerskema (mini - serie 2 bold + krop) .....	13
Teknisk dommerskema (mini - serie 2 tov + krop) .....	14
Teknisk dommerskema (mini - serie 2 tøndebånd + krop).....	15
Teknisk dommerskema (mini - serie 2 vimpel + krop) .....	16
Teknisk dommerskema (pige/tweens - serie 1) .....	17
Teknisk dommerskema (pige - serie 2 bold + krop) .....	18
Teknisk dommerskema (pige - serie 2 tov + krop) .....	19
Teknisk dommerskema (pige - serie 2 tøndebånd + krop).....	20
Teknisk dommerskema (pige - serie 2 vimpel + krop).....	21
Teknisk dommerskema (junior/senior fri/senior/efterskole - serie 1).....	22
Teknisk dommerskema (junior/senior/efterskole - serie 2 bold + krop) .....	23
Teknisk dommerskema (junior/senior/efterskole - serie 2 tov + krop) .....	24
Teknisk dommerskema (junior/senior/efterskole - serie 2 tøndebånd + krop).....	25
Teknisk dommerskema (junior/senior - serie 2 vimpel + krop) .....	26
Teknisk dommerskema (efterskole - serie 2 køller + krop) .....	27
Kunstnerisk dommerskema - serie 1 .....	28
Kunstnerisk dommerskema - serie 2 .....	29

## Dommerkollegiet

Dommerkollegiet består af 3 dommerteams.

T (teknisk):	et dommerteam, der bedømmer den tekniske værdi
K (kunstnerisk):	et dommerteam, der bedømmer den kunstneriske værdi
U (udførelse):	et dommerteam, der bedømmer udførelsen

Hvert dommerteam består af 2-4 dommere.

## Karakterafgivning

Dommerteam T har 6,0 points – med tiendedels intervaller  
Dommerteam K har 4,0 points – med tiendedels intervaller  
Dommerteam U har 10,0 points – med tiendedels intervaller

Hver dommer afgiver én karakter. Den endelige karakter for en serie findes ved at sammenlægge gennemsnitskarakteren for henholdsvis det tekniske, det kunstneriske samt udførelsesdommerteamet.

Der er lukket votering, og de tre dommerteams karakterer samt den endelige karakter tilkendes mundtlig af speakeren. Endelig karakter efter godkendelse af dommer 1 i hvert team.

Der lægges niveau efter minimum hold nummer 2.

Afstand mellem et dommerteams karakterer:

Max afstand ved 2-3 dommere i dommerteams er max 0,4 point uanset karakterniveau og bedømmelsestype.

Ved 4 dommere falder den højeste og laveste karakter bort, og gennemsnit mellem de to midterste anvendes. Afstanden mellem de to midterste må ikke være større end 0,3 point.

Såfremt disse grænser overskrides sammenkaldes involveret dommerteam.

Afrunding af karakterer:

Den endelige karakter har 2 decimaler. En afrunding sker ved 3. decimal efter de almindelige matematiske afrundingsregler, så karakteren ender på 2 decimaler. Eksempel: 1,267 afrundes til 1,27.

Hvis uforudsete bedømmelsesproblemer opstår, behandles dette af de konkurrenceansvarlige eller det fulde dommerkollegie kan sammenkaldes.

Resultatfil (detaljeret) med afgivne points sendes til instruktører og dommere.

## Antal gymnaster

Stiller et hold op med for få gymnaster på konkurrencedagen jf. krav i de specifikke reglementer trækkes der i holdets totalkarakter : Mini/Pige: 0,5 point pr. manglende gymnast - Jun/sen: 0,75 point. for 1. gymnast og 0,5 point for efterfølgende gymnaster.

## Vindere

Vindere af en division er det hold, som har opnået højeste pointtal ved sammenlægning af slutkaraktererne fra serie 1 og serie 2 eller serie 1 alt efter hvilken række holdet stiller op i. Se det Generelle reglement.

**Hvis to eller flere hold ved konkurrencens afslutning har opnået samme pointtal**, så anvendes de afgivne delkarakterer til at differentiere. -

Delkarakterene anvendes i prioriteret rækkefølge:1) Udførsel 2) Teknisk 3) Kunstnerisk.

Den samlede delkarakter for to serier - ved redskab og fri serie lægges sammen og anvendes.

## Beregningstabel "2/3 af holdet" – kun gældende mikro/mini

2/3 af holdet skal udføre sværheden korrekt for at den er pointgivende i den tekniske disciplin. Ved de tal, hvor 2/3 ikke går lige op, forbliver antallet, som må fejle, som ved sidste hele tal, indtil det går lige op på ny. Nedenfor ses skema for, hvor mange gymnaster, der må fejle, og hvor mange gymnaster, der skal fejle, for at sværheden ikke tæller afhængig af antal gymnaster på gulvet.

Antal gymnaster på holdet	1-2	3-5	6-8	9-11	12-14
Antal gymnaster, der må fejle, hvor sværheden stadig tæller	0	1	2	3	4
Når x antal gymnaster eller flere fejler, bortfalder sværheden	0	2	3	4	5

Bemærk – denne beregningstabel gælder kun for mikro/mini/mini mono. For pige/tweens og junior/senior fri/senior er fradrag angivet i deres reglement under beskrivelse "Hvornår tæller en A- og B- sværhed ikke".

## Fradrag

### Dommerteam T (teknisk)

Hændelse	Fradrag
For kort serie	0,1 point pr manglende sekund *
For lang serie	Tid > 5 sekunder, fradrag 0,1 point pr sekund* Tid ≤ 5 sekunder, intet fradrag
* tidtagning starter ved gymnasternes første bevægelse og slutter ved sidste bevægelse.	
Overskridelse af gulvareal	0,1 point pr gang en gymnast er uden for stregen
Redskab ud af gulvareal	0,1 point pr gang et redskab rører gulvet uden for stregen
Løft (mikro, mini, mini mono, pige, tweens)	0,5 point pr løft

### Dommerteam K (kunstnerisk)

Hændelse	Fradrag
Koreografi og musik skal slutte samtidig	0,1 point
Musik opfattes som baggrundsmusik	0-0,3 point
Musik er ringe/dårlig i sin sammenhæng	0,2 point
Hjælp fra instruktør/hjælpeinstruktør/reservegymnast	0,3 point
Fejl i koreografien	0,1 point pr. gang
Uæstetisk dragt eller for langt skørt/dragt	0,3 point
Passivt redskab	0,1 point pr. gang
Make up og neglelak (mikro, mini, mini mono)	0,3 point
Ansigts make up (pigerække)	0,3 point
Engangshårfarve/skumhårfarve (Alle rækker)	0,3 point

### Dommerteam U (udførsel) – Serie 1 & Serie 2 (Krop)

	<b>Fradrag</b>
<b>Generelle fradrag</b>	
Sekvens med usikkerhed	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Manglende synkronitet	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Manglende flow i forflytninger	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Manglende flow i koreografien	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Arme ikke en del af kropsarbejdet/eller uens	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Fødder er ikke spændstige/ eller strakte	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Upræcise planer og retninger	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
<b>Specifikke fradrag</b>	
<b><i>Kropsbevægelser (inkl. akrobatik, smidighed &amp; løft)</i></b>	
Utilstrækkelig bevægelsesudslag	0,1 point/ <b>gymnast</b> max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
Uklar form	0,1 point/ <b>gymnast</b> max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b><i>Balancer</i></b>	
Unødig bevægelse (usikkerhed/vaklen)	0,1 point/ <b>gymnast</b> max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
Unødigt hop eller skridt	0,1 point/ <b>gymnast</b> max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
Uklar figur/form	0,1 point/ <b>gymnast</b> max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
Tab af balance med støt ved hånd, fod eller anden del af kroppen	0,2 point/ <b>gymnast</b>
Total tab af balance ved fald	0,4 point/ <b>gymnast</b>
<b><i>Hop, spring og forflytninger</i></b>	
Utilstrækkeligt løft af kroppens tyngdepunkt (manglende højde)	0,1 point/ <b>gymnast</b> max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
Uklar figur/form (manglende udstrækning)	0,1 point/ <b>gymnast</b> max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
Tung landing ( <b>manglende lethed</b> )	0,1 point/ <b>gymnast</b> max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b>Andre fradrag</b>	
<b>Sammenstød mellem gymnaster</b>	0,1 point/ <b>øvelse</b>
<b>Fald eller snublen m/el. uden sammenstød</b>	0,4 point/ <b>øvelse</b>
For få gymnaster på gulvet i forhold til reglementskrav - mini/pige	0,5 point/gymnast
	Junior/senior
	0,75 point/ 1. gymnast
	0,5 point/efterfølgende gymn.

**Dommerteam U (udførelse) – Serie 2 redskab**

*Foruden de skitserede fradrag fra serie 1, er der følgende fradrag for arbejde med håndredskab.*

**Bold**

	<b>Fradrag</b>
<b>Generelle fradrag</b>	
Redskabet rører utilsigtet krop/gulv	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Redskabets bevægelsesbaner bliver brudt	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Redskabets svævefase er uens for holdet	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Kast/grib er ikke <b>korrekt udført</b> for hele holdet <b>eller Kast/grib er ikke ens for holdet med mindre det er tilsigtet</b>	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Manglende koordination mellem krop/redskab	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
<b>Specifikke fradrag</b>	
<b>Rytmiske studs</b>	
Hånden er ikke tilpasset boldens form	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
Bolden ændrer retning i studset	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b>Tril med bold</b>	
Bolden ændrer retning	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
Bolden hopper	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b>Føring/balance med bold</b>	
Bolden hviler ikke frit	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
Hånden er ikke tilpasset boldens form	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b>Andre fradrag</b>	
En gymnast er ude af billedet/koreografien	0,4 point/gymnast pr gang
En gymnast taber redskabet i slutningen af serien og undlader at hente dette og derved slutter uden. <b>Der mangler redskab kontra antal af gymnaster på gulvet</b>	0,4 point/gymnast pr gang
Ikke alle gymnaster slutter med redskab i koreografien <b>eller</b> ikke er i berøring med anden gymnast	0,4 for hele holdet
Hjælp udefra samt nyt redskab	0,2 pr. gymnast/gang
Tab af redskab	0,1 pr. gymnast/gang

## Dommerteam U (udførelse) – Serie 2 redskab

*Foruden de skitserede fradrag fra serie 1, er der følgende fradrag for arbejde med håndredskab.*

### Tov

	Fradrag
<b>Generelle fradrag</b>	
Redskabet rører utilsigtet krop/gulv	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Redskabets bevægelsesbaner bliver brudt	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Redskabets svævefase er uens for holdet	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Kast/grib er ikke <b>korrekt udført</b> for hele holdet <b>eller Kast/grib er ikke ens for holdet med mindre det er tilsigtet</b>	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Manglende koordination mellem krop/redskab	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
<b>Specifikke fradrag</b>	
<b>Sjip med dobbeltsving</b>	
Hoften er ikke udstrakt ved dobbeltsving med strakte ben	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b>Sving / kredsninger</b>	
Kroppen følger ikke tovets bevægelsesbaner	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
Svingene udføres ikke med samme bevægelsesteknik	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b>Udstrakt tov</b>	
Tov har ikke en aktiv funktion i udstrakt tilstand	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b>Kast/grib</b>	
Der opstår knude eller krøller på tovet	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
Tab af tov-ende	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b>Andre fradrag</b>	
En gymnast er ude af billedet/koreografien	0,4 point/gymnast pr gang
En gymnast taber redskabet i slutningen af serien og undlader at hente dette og derved slutter uden. <b>Der mangler redskab kontra antal af gymnaster på gulvet</b>	0,4 point/gymnast pr gang
Ikke alle gymnaster slutter med redskab i koreografien <b>eller</b> ikke er i berøring med anden gymnast	0,4 for hele holdet
Hjælp udefra samt nyt redskab	0,2 pr. gymnast/gang
Tab af redskab	0,1 pr. gymnast/gang



## Dommerteam U (udførelse) – Serie 2 redskab

Foruden de skitserede fradrag fra serie 1, er der følgende fradrag for arbejde med håndredskab.

### Tøndebånd

	Fradrag
<b>Generelle fradrag</b>	
Redskabet rører utilsigtet krop/gulv	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Redskabets bevægelsesbaner bliver brudt	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Redskabets svævefase er uens for holdet	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Kast/grib er ikke <b>korrekt udført</b> for hele holdet <b>eller Kast/grib er ikke ens for holdet med mindre det er tilsigtet</b>	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Manglende koordination mellem krop/redskab	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
<b>Specifikke fradrag</b>	
<b>Sving, kredsninger og vendinger</b>	
Overgange og retningsændringer forløber ikke harmonisk og dynamisk	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b>Rotationer</b>	
Rotationer bliver brudt ved håndskifte	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b>Tril</b>	
Tøndebånd ændre plan, retning eller hopper	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b>Andre fradrag</b>	
En gymnast er ude af billedet/koreografien	0,4 point/gymnast pr gang
En gymnast taber redskabet i slutningen af serien og undlader at hente dette og derved slutter uden. <b>Der mangler redskab kontra antal af gymnaster på gulvet</b>	0,4 point/gymnast pr gang
Ikke alle gymnaster slutter med redskab i koreografien <b>eller</b> ikke er i berøring med anden gymnast	0,4 for hele holdet
Hjælp udefra samt nyt redskab	0,2 pr. gymnast/gang
Tab af redskab	0,1 pr. gymnast/gang

## Dommerteam U (udførelse) – Serie 2 redskab

*Foruden de skitserede fradrag fra serie 1, er der følgende fradrag for arbejde med håndredskab.*

### Vimpel

	Fradrag
<b>Generelle fradrag</b>	
Redskabet rører utilsigtet krop/gulv	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Redskabets bevægelsesbaner bliver brudt	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Redskabets svævefase er uens for holdet	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Kast/grib er ikke <b>korrekt udført</b> for hele holdet <b>eller Kast/grib er ikke ens for holdet med mindre det er tilsigtet</b>	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Manglende koordination mellem krop/redskab	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
<b>Specifikke fradrag</b>	
<b><i>Sving, kredsnings og ottetalsbevægelser</i></b>	
Svingende udføres ikke med samme bevægelsesenergi	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
Ottetalsbevægelser er ikke tydelige, bøjning/strækning af arme	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
Vimpelbåndet smælder utilsigtet	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b><i>Spiraler</i></b>	
Spiralerne udføres ikke med cirkelbevægelser i håndledet	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
Spiralerne er uens og ikke fordelt over hele vimpelbåndet	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b><i>Serpentiner</i></b>	
Serpentiner udføres ikke med vip i håndledet	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
Serpentiner er uens og ikke fordelt over hele vimpelbåndet	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b><i>Udstrakt og/eller delvist udstrakt vimpel</i></b>	
Vimpel har ikke aktiv funktion i udstrakt stand	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b><i>Kast/grib</i></b>	
Vimpelbåndet er ikke udstrakt i svævefasen	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b>Andre fradrag</b>	
En gymnast er ude af billedet/koreografien	0,4 point/gymnast pr gang
En gymnast taber redskabet i slutningen af serien og undlader at hente dette og derved slutter uden. <b>Der mangler redskab kontra antal af gymnaster på gulvet</b>	0,4 point/gymnast pr gang
Ikke alle gymnaster slutter med redskab i koreografien <b>eller</b> ikke er i berøring med anden gymnast	0,4 for hele holdet
Hjælp udefra samt nyt redskab	0,2 pr. gymnast/gang
<b>Knude på <b>eller</b> gymnast får ikke fat på enden af vimpelbåndet (snøvs)</b>	0,1 pr. gymnast/gang
Tab af redskab	0,1 pr. gymnast/gang

**Dommerteam U (udførelse) – Serie 2 redskab**

**Foruden de skitserede fradrag fra serie 1, er der følgende fradrag for arbejde med håndredskab.**

**Køller – ANVENDES KUN TIL EFTERSKOLE DM**

	<b>Fradrag</b>
<b>Generelle fradrag</b>	
Redskabet rører utilsigtet krop/gulv	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Redskabets bevægelsesbaner bliver brudt	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Redskabets svævefase er uens for holdet	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Kast/grib er ikke <b>korrekt udført</b> for hele holdet <b>eller Kast/grib er ikke ens for holdet med mindre det er tilsigtet</b>	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
Manglende koordination mellem krop/redskab	0,1 point/gang max 0,4 point for hele serien
<b>Specifikke fradrag</b>	
<b>Sving, kredsnings og ottetalsbevægelser</b>	
Svingene udføres ikke med samme bevægelsesenergi	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
Sving og kredsnings udføres ikke med en næsten strakt arm	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
Ottetalsbevægelser er ikke tydelig med skiftevis bøjning/strækning af arme	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b>Møller</b>	
Møller udføres ikke med strakte arme	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
Møller udføres ikke med samlede hænder	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b>Rotationer</b>	
Rotationer udføres ikke med strakte arme	0,1 point/gymnast max 0,3 point/ <b>øvelse</b>
<b>Andre fradrag</b>	
En gymnast er ude af billedet/koreografien	0,4 point/gymnast pr gang
En gymnast taber redskabet i slutningen af serien og undlader at hente dette og derved slutter uden. <b>Der mangler redskab kontra antal af gymnaster på gulvet</b>	0,4 point/gymnast pr gang
Ikke alle gymnaster slutter med redskab i koreografien <b>eller</b> ikke er i berøring med anden gymnast	0,4 for hele holdet
Hjælp udefra samt nyt redskab	0,2 pr. gymnast/gang
Tab af redskab – skelner ikke mellem 1 kølle eller begge køller	0,1 pr. gymnast/gang

## Teknisk dommerskema (mikro/mini/mini mono- serie 1)

<b>Mikro, mini række</b>	<b>Serie 1</b>	Stævne: _____	Række: _____
<b>Teknisk dommer</b>			

<b>HOLD &amp; FORENING:</b>			
<b>Tekniske sværheder</b>	<b>à points</b>	<b>Point</b>	<b>Kommentar</b>
1 Kropsbølge	0,2		
1 Kropsrotation/vridning	0,2		
1 kropssving	0,2		
1 Lean	0,2		
1 Lean	0,2		
1 Kropsbøjning	0,2		
1 Kropsserie K + K	0,3		
1 Kropsserie K + K	0,3		
<b>Krop i alt</b>	<b>1,8</b>		
1 Balance (statisk/dynamisk)	0,1- 0,2		
1 Balance (statisk/dynamisk)	0,1 - 0,2		
1 Balanceserie	0,3		
1 Spring	0,2		
1 Spring	0,2		
1 Spring	0,2		
4 Armbevægelse à 0,1	0,4		
1 Trin / hoppesekvens	0,3		
1 Trin / hoppesekvens m/skift i rytme	0,3		
1 Trin / hoppesekvens m. krop / arme	0,3		
3 Smidighed à 0,2	0,6		
2 Akrobatiske à 0,1	0,2		
1 Kombinationsserie	0,4		
1 Kombinationsserie	0,4		

**Total / max point** **6,0**

## Teknisk dommerskema (mini - serie 2 bold + krop)

Mini - Bold Stævne: \_\_\_\_\_ Række: \_\_\_\_\_  
Teknisk dommer

<b>HOLD &amp; FORENING:</b>			
<b>Redskabstekniske sværheder</b>	<b>Max. points</b>	<b>Point</b>	<b>Kommentar</b>
<b>Gr 1:</b> 2 x føringer/balancer à 0,1	0,2		
<b>Gr 2:</b> 2 x variationer af tril à 0,1	0,2		
<b>Gr 3 :</b> 1 x studseseerie m. temposkift	0,2		
1 x studseseerie m. forflytninger	0,2		
<b>Gr 4:</b> 2 x andre udvekslinger á 0,1	0,2		
1 x kast á 0,4	0,4		
<b>Gr 5 :</b> 1 x samarbejdselement à 0,3	0,3		
<b>Gr 6:</b> 3 x forsk. ventrehånd à 0,1	0,3		
<b>Gr 7:</b> 5 x forsk. kombiøvelser à 0,4	2,0		
<b>I alt redskabsteknisk</b>	<b>4,0</b>		

### **Kropssværheder:**

5 x forsk. kropsbevægelser á 0,2	1,0		
1 x Balance (Statisk/Dynamisk)	0,1-0,2		
1 x Balance (Statisk/Dynamisk)	0,1-0,2		
1 x Balance (Statisk/Dynamisk)	0,1-0,2		
1 x Spring	0,2		
1 x Spring	0,2		
<b>I alt Kropssværheder</b>	<b>2,0</b>		
<b>I alt</b>	<b>6,0</b>		

## Teknisk dommerskema (mini - serie 2 tov + krop)

Mini - Tov

Stævne: \_\_\_\_\_ Række: \_\_\_\_\_

Teknisk dommer

<b>HOLD &amp; FORENING:</b>			
<b>Redskabstekniske sværheder</b>	<b>Max. points</b>	<b>Point</b>	<b>Kommentar</b>
<b>Gr 1:</b> 1 x Sving/kredsning á 0,1	0,1		
<b>Gr 2:</b> 2 x rotationer á 0,1	0,2		
<b>Gr 3:</b> 3 x forsk. Sjippeserier á 0,2	0,6		
<b>Gr 4:</b> 1 x udstrakt tov á 0,2	0,2		
<b>Gr 5:</b> 1 x Udveksling á 0,3	0,3		
<b>Gr 6:</b> 1 x samarbejdselement á 0,3	0,3		
<b>Gr 7:</b> 3 x forsk. Venstrehånd á 0,1	0,3		
<b>Gr 8:</b> 5 x forsk. Kombiøvelser á 0,4	2,0		
<b>I alt redskabsteknisk</b>	<b>4,0</b>		

### **Kropssværheder:**

5 x forsk. kropsbevægelser á 0,2	1,0		
1 x Balance (Statisk/Dynamisk)	0,1-0,2		
1 x Balance (Statisk/Dynamisk)	0,1-0,2		
1 x Balance (Statisk/Dynamisk)	0,1-0,2		
1x Spring	0,2		
1x Spring	0,2		
<b>I alt Kropssværheder</b>	<b>2,0</b>		
<b>I alt</b>	<b>6,0</b>		

## Teknisk dommerskema (mini - serie 2 tøndebånd + krop)

Mini - Tøndebånd  
Teknisk dommer

Stævne: \_\_\_\_\_ Række: \_\_\_\_\_

<b>HOLD &amp; FORENING:</b>			
<b>Redskabstekniske sværheder</b>	<b>Max. points</b>	<b>Point</b>	<b>Kommentar</b>
<b>Gr 1:</b> 2 x Sving/kredsning á 0,1	0,2		
<b>Gr 2:</b> 2 x rotationer á 0,1	0,2		
<b>Gr 3 :</b> 2 x vendinger á 0,1	0,2		
<b>Gr 4:</b> 2 x tril á 0,1	0,2		
<b>Gr 5 :</b> 1 x Udveksling á 0,2	0,2		
1 x kast á 0,4	0,4		
<b>Gr 6 :</b> 1 x samarbejdselement á 0,3	0,3		
<b>Gr 7:</b> 3 x forsk. Venstrehånd á 0,1	0,3		
<b>Gr 8 :</b> 5 x forsk. Kombiøvelser á 0,4	2,0		
<b>I alt redskabsteknisk</b>	<b>4,0</b>		

### Kropssværheder:

5 x forsk. kropsbevægelser á 0,2	1,0		
1 x Balance (Statisk/Dynamisk)	0,1-0,2		
1 x Balance (Statisk/Dynamisk)	0,1-0,2		
1 x Balance (Statisk/Dynamisk)	0,1-0,2		
1 x Spring	0,2		
1 x Spring	0,2		
<b>I alt Kropssværheder</b>	<b>2,0</b>		
<b>I alt</b>	<b>6,0</b>		

## Teknisk dommerskema (mini - serie 2 vimpel + krop)

Mini - Vimpel Stævne: \_\_\_\_\_ Række: \_\_\_\_\_  
Teknisk dommer

<b>HOLD &amp; FORENING:</b>			
<b>Redskabstekniske sværheder</b>	<b>Max. points</b>	<b>Point</b>	<b>Kommentar</b>
<i>Gr 1:</i> 3 x Sving/kredsning á 0,1	0,3		
<i>Gr 2:</i> 3 x serpenter á 0,1	0,3		
<i>Gr 3:</i> 3 x spiraler á 0,1	0,3		
<i>Gr 4:</i> 1 x udstrakt vimpel á 0,2	0,2		
<i>Gr 5:</i> 1 x udveksling m/u kast á 0,3	0,3		
<i>Gr 6:</i> 1 x samarbejdselement á 0,3	0,3		
<i>Gr 7:</i> 3 x forsk. Venstrehånd á 0,1	0,3		
<i>Gr 8:</i> 5 x forsk. Kombiøvelser á 0,4	2,0		
<b>I alt redskabsteknisk</b>	<b>4,0</b>		

### **Kropssværheder:**

5 x forsk. kropsbevægelser á 0,2	1,0		
1 x Balance (Statisk/Dynamisk)	0,1-0,2		
1 x Balance (Statisk/Dynamisk)	0,1-0,2		
1 x Balance (Statisk/Dynamisk)	0,1-0,2		
1 x Spring	0,2		
1 x Spring	0,2		
<b>I alt Kropssværheder</b>	<b>2,0</b>		
<b>I alt</b>	<b>6,0</b>		



## Teknisk dommerskema (pige/tweens - serie 1)

<b>PIGE TWEENS</b>	<b>serie 1</b>	Stævne: _____	Række: _____
<b>Teknisk dommer</b>			

<b>HOLD &amp; FORENING:</b>			
<b>Tekniske sværheder</b>	<b>à points</b>	<b>Point</b>	<b>Kommentar</b>
1 Kropsbølge	0,2		
1 Kropsrotation /vridning	0,2		
1 kropssving	0,2		
1 kropsbøjning	0,2		
1 Lean	0,2		
1 Contraction	0,2		
1 Release	0,2		
1 Kropsserie K + K	0,3		
1 Kropsserie K + K	0,3		
1 Kropsserie K+K+K	0,4		
1 Kropsserie K+K+K	0,4		
<b>Krop i alt</b>	<b>2,8</b>		
1 Balance (statisk/dynamisk)	0,2		
1 Balance (statisk/dynamisk)	0,2		
1 Balanceserie	0,3		
1 Spring	0,2		
1 Spring	0,2		
1 springserie	0,3		
1 Trin/hop i kombination med arme/krop	0,3		
1 Akrobatik	0,1		
<b>1 Akrobatik</b>	<b>0,1</b>		
<b>1 Akrobatik</b>	<b>0,1</b>		
1 smidighed	0,1		
1 smidighed	0,1		
1 smidighed	0,1		
1 Kombinationsserie	0,3		
1 Kombinationsserie	0,3		
1 Kombinationsserie	0,3		

**Total / max point** **6,0**

## Teknisk dommerskema (pige - serie 2 bold + krop)

Pige - Bold Stævne: \_\_\_\_\_ Række: \_\_\_\_\_  
Teknisk dommer

<b>HOLD &amp; FORENING:</b>			
<b>Redskabstekniske sværheder</b>	<b>Max. points</b>	<b>Point</b>	<b>Kommentar</b>
<b>Gr 1:</b> 1 x <b>Føring/Balance</b> à 0,1	0,1		
<b>Gr 2:</b> 1 x <b>Tril</b> à 0,1	0,1		
<b>Gr 3:</b> 2 x <b>Studsenserier</b> à 0,1	0,2		
<b>Gr 4:</b> 3 x <b>Udvekslinger</b> à 0,1	0,3		
1 x <b>kast over 4 m</b> à 0,3 point	0,3		
<b>Gr 5:</b> 1 x <b>Samarbejdselement</b>	0,3		
<b>Gr 6:</b> 3 x forsk. <b>Venstrehånd</b> á 0,1	0,3		
<b>Gr 7:</b> 8 x forskellig <b>Kombiøvelser</b> à 0,2	1,6		
<b>Gr 8:</b> Arbejde med <b>2 bolde</b> à 0,2	0,3		
<b>I alt redskabsteknisk</b>	<b>3,5</b>		

### Bonus:

<b>max. 5 elementer a' 0,1 point</b>	<b>0,5</b>		
Kast uden brug af hænder			
Grib ved kast uden brug af hænder			
Kast uden for synsfelt			
Grib ved kast uden for synsfelt			
Udveksling m. kast - kast el. grib i sværhed (balance, pivot, spring)			
To successive udvekslinger			
Håndtering af redskab med andre dele af kroppen end hænderne			
<b>Bold:</b> Kast/grib til sig selv i sværhed fra serie 1 (balance,pivot,spring)			
<b>Bold:</b> Grib med én hånd efter udveksling med kast over 4 meter			
<b>Bold:</b> Tril over arm-nakke-arm/ arm-brystkasse-arm i en balance			
<b>Bold:</b> Serier af tre små tril på kroppen i forskellige retninger			
<b>I alt</b>	<b>4,0</b>		

### Kropssværheder:

1 x <b>Kropsbølge</b>	0,1		
1 x <b>Kropsving</b>	0,1		
6 x <b>anden kropsbevægelse</b> á 0,1	0,6		
3 x <b>Balance</b> (statisk/dynamisk)	0,6		
3 x <b>Spring</b>	0,6		
<b>I alt kropssværheder:</b>	<b>2,0</b>		
<b>Total Redskabskarakter</b>	<b>6,0</b>		

## Teknisk dommerskema (pige - serie 2 tov + krop)

<b>Pige - Tov</b>	Stævne: _____	Række: _____
<b>Teknisk dommer</b>		

<b>HOLD &amp; FORENING:</b>			
<b>Redskabstekniske sværheder</b>	<b>max points</b>	<b>Point</b>	<b>Kommentar</b>
<i>Gr 1:</i> 1 x <b>Sving/kredsning</b> á 0,1	0,1		
<i>Gr 2:</i> 2 x <b>Rotationer</b> á 0,1	0,2		
<i>Gr 3:</i> 2 x <b>Sjippeserier m. Variation</b> á 0,1	0,2		
<i>Gr 4:</i> 1 <b>Dobbelthop</b> á 0,1/0,2	0,2		
<i>Gr. 5</i> 1 <b>Udskrakt tov</b> á 0,1	0,1		
<i>Gr. 6</i> 1 x alm. <b>Udveksling</b> á 0,1	0,1		
1 x <b>Kast over 4 m</b> á 0,3	0,3		
<i>Gr 7:</i> 1 x <b>Samarbejdselement</b> á 0,2	0,2		
<i>Gr 8:</i> 3 x forsk. <b>Venstrehånd</b> á 0,1	0,3		
<i>Gr. 9:</i> 8 x forsk. <b>Kombiøvelser</b> á 0,2	1,6		
<i>Gr. 10:</i> Arbejde med <b>2 Tove</b> á 0,2	0,2		
<b>I alt redskabsteknik</b>	<b>3,5</b>		

### **Bonus:**

<b>max. 5 elementer a' 0,1 point</b>	<b>0,5</b>		
Kast uden brug af hænder			
Grib ved kast uden brug af hænder			
Kast uden for synsfelt			
Grib ved kast uden for synsfelt			
Udveksling m. kast - kast el. grib i sværhed (balance, pivot, spring)			
To successive udvekslinger			
Håndtering af redskab med andre dele af kroppen end hænderne			
<b>Tov:</b> Kast/grib til sig selv i sværhed fra serie 1 (balance,pivot,spring)			
<b>Tov:</b> Spring igennem tov			
<b>Tov:</b> Baglæns hop med dobbeltsving			
<b>Tov:</b> Sejl/ lasso			
<b>Tov:</b> Kast af udstrakt tov			
<b>I alt</b>	<b>4,0</b>		

### **Kropssværheder:**

1 x <b>Kropsbølge</b>	0,1		
1 x <b>Kropsving</b>	0,1		
6 x <b>anden kropsbevægelse</b> á 0,1	0,6		
3 x <b>Balance</b> (statisk/dynamisk)	0,6		
3 x <b>Spring</b>	0,6		
<b>I alt kropssværheder:</b>	<b>2,0</b>		
<b>Total Redskabskarakter</b>	<b>6,0</b>		

## Teknisk dommerskema (pige - serie 2 tøndebånd + krop)

<b>Pige - Tøndebånd</b>	Stævne: _____	Række: _____
<b>Teknisk dommer</b>		

<b>HOLD &amp; FORENING:</b>			
Redskabstekniske sværheder	max points	Point	Kommentar
<b>Gr 1:</b> 2 x <b>Sving/kredsning</b> á 0,1	0,2		
<b>Gr 2:</b> 2 x <b>Rotationer</b> á 0,1	0,2		
<b>Gr 3:</b> 2 x <b>Vendinger</b> á 0,1	0,2		
<b>Gr 4:</b> 1 x <b>Tril</b> á 0,1	0,1		
<b>Gr. 5:</b> 2 x alm. <b>Udvekslinger</b> á 0,1	0,2		
1 x <b>Kast over 4 m</b> á 0,3	0,3		
<b>Gr 6:</b> 1 x <b>Samarbejdselement</b> á 0,2	0,2		
<b>Gr 7:</b> 3 x forsk. <b>Venstrehånd</b> á 0,1	0,3		
<b>Gr. 8:</b> 8 x forsk. <b>Kombiøvelser</b> á 0,2	1,6		
<b>Gr. 9:</b> Arbejde med <b>2 Tøndebånd</b> á 0,2	0,2		
<b>I alt redskabsteknisk</b>	<b>3,5</b>		

### Bonus:

<b>max. 5 elementer a' 0,1 point</b>	<b>0,5</b>		
Kast uden brug af hænder			
Grib ved kast uden brug af hænder			
Kast uden for synsfelt			
Grib ved kast uden for synsfelt			
Udveksling m. kast - kast el. grib i sværhed (balance, pivot, spring)			
To successive udvekslinger			
Håndtering af redskab med andre dele af kroppen end hænderne			
<b>Tøndebånd:</b> Ego Kast/grib i sværhed fra serie 1 (balance,pivot,spring)			
<b>Tøndebånd:</b> Passage igennem TB i spring			
<b>Tøndebånd:</b> Kast m. rotation om TB egen akse			
<b>Tøndebånd:</b> Langt tril over arm-nakke-arm/ arm-brystkasse-arm i en balance			
<b>Tøndebånd:</b> Langt tril over min. 2 kropsdele			
<b>Tøndebånd:</b> Spring med byt af TB under benet/benene			
<b>I alt</b>	<b>4,0</b>		

### Kropssværheder:

1 x <b>Kropsbølge</b>	0,1		
1 x <b>Kropsving</b>	0,1		
6 x <b>anden kropsbevægelse</b> á 0,1	0,6		
3 x <b>Balance</b> (statisk/dynamisk)	0,6		
3 x <b>Spring</b>	0,6		
<b>I alt kropssværheder:</b>	<b>2,0</b>		
<b>Total Redskabskarakter</b>	<b>6,0</b>		

## Teknisk dommerskema (pige - serie 2 vimpel + krop)

Pige - Vimpel Stævne: \_\_\_\_\_ Række: \_\_\_\_\_  
Teknisk dommer

<b>HOLD &amp; FORENING:</b>			
Redskabstekniske sværheder	Max. points	Point	Kommentar
<i>Gr 1:</i> 2 x Sving/kredsning á 0,1	0,1		
<i>Gr 2:</i> 2 x Serpentinér á 0,1	0,2		
<i>Gr 3:</i> 2 x Spiraler á 0,1	0,2		
<i>Gr 4:</i> 1 x Udstrakt vimpel á 0,2	0,2		
<i>Gr 5:</i> 2 x alm. Udvekslinger á 0,1	0,2		
1 x Kast over 4 m á 0,3	0,3		
<i>Gr 6:</i> 1 x Samarbejdselement á 0,2	0,2		
<i>Gr 7:</i> 3 x forsk. Venstrehånd á 0,1	0,3		
<i>Gr 8:</i> 8 x forsk. Kombiøvelser á 0,2	1,6		
<i>Gr 9:</i> Arbejde med 2 Vimpler á 0,2	0,2		
<b>I alt redskabsteknisk</b>	<b>3,5</b>		

### Bonus:

<b>max. 5 elementer á 0,1 point</b>	<b>0,5</b>		
Kast uden brug af hænder			
Grib ved kast uden brug af hænder			
Kast uden for synsfelt			
Grib ved kast uden for synsfelt			
Udveksling m. kast - kast el. grib i sværhed (balance, pivot, spring)			
To successive udvekslinger			
Håndtering af redskab med andre dele af kroppen end hænderne			
<b>Vimpel:</b> Kast/grib til sig selv i sværhed fra serie 1 (balance,pivot,spring)			
<b>Vimpel:</b> Spring igennem vimplen			
<b>Vimpel:</b> Serie af min.3 trin/hop/ spring over vimplen (min.2 forsk.)			
<b>Vimpel:</b> Serie af 3 forskellige slags tegninger med skift i 3 kropspaner			
<b>Vimpel:</b> Spiraler omkring vimpelpinden og armen			
<b>Vimpel:</b> Kast vimplen frem ved båndets ende ved pinden og træk tilbage ved båndets anden ende (returkast)			
<b>I alt</b>	<b>4,0</b>		

### Kropssværheder:

1 x Kropsbølge	0,1		
1 x Kropsving	0,1		
6 x anden kropsbevægelse á 0,1	0,6		
3 x Balance (statisk/dynamisk)	0,6		
3 x Spring	0,6		
<b>I alt kropssværheder:</b>	<b>2,0</b>		
<b>Total Redskabskarakter</b>	<b>6,0</b>		

## Teknisk dommerskema (junior/senior fri/senior/efterskole - serie 1)

<b>JUNIOR SENIOR</b>	<b>serie 1</b>	Stævne: _____	Række: _____
<b>Teknisk dommer</b>			

<b>HOLD &amp; FORENING:</b>			
Tekniske sværheder	à points	Point	Kommentar
<b>Gruppe 1:</b>			
1 kropsbølge	0,2		
1 kropsbølge	0,2		
1 kropssving	0,2		
1 kropssving	0,2		
1 kropsserie A (K+K)	0,3		
1 kropsserie A (K+K)	0,3		
1 kropsserie B (K+K+K)	0,4		
1 kropsserie B (K+K+K)	0,4		
<b>Gruppe 2:</b>			
1 statisk/dynamisk balance (A=0,1/ B=0,2)	0,1 / 0,2		
1 statisk/dynamisk balance (A=0,1/ B=0,2)	0,1 / 0,2		
1 balanceserie (A+A=0,2/ A+B=0,3/ B+B=0,4)	0,2 - 0,4		
<b>Gruppe 3:</b>			
1 spring (A=0,1/ B=0,2)	0,1 / 0,2		
1 spring (A=0,1/ B=0,2)	0,1 / 0,2		
1 springserie (A+A=0,2/ A+B=0,3/ B+B=0,4)	0,2 - 0,4		

**Total uden suppl. Sværheder** **3,8**

**Supplerende sværheder:** à points

(A+A=0,2/ A+B=0,3/ B+B=0,5)			
Kropsserier + balance			
Balance + kropsserier			
Kropsserier + spring			
Spring + kropsserier			
Spring + balance			
Balance + spring			

**I alt supplerende sværheder** **2,2**

**Total basis + supplerende** **6,0**

## Teknisk dommerskema (junior/senior/efterskole - serie 2 bold + krop)

**Junior/Senior - Bold**  
**Teknisk dommer**

Stævne: \_\_\_\_\_ Række: \_\_\_\_\_

<b>HOLD &amp; FORENING:</b>			
<b>Redskabstekniske sværheder</b>	<b>Max. points</b>	<b>Point</b>	<b>Kommentar</b>
<b>Gr. 1:</b> 2 x <b>føringer/balancer</b> à 0,1	0,2		
<b>Gr. 2:</b> 2 x forsk. <b>studseserier</b> à 0,1	0,2		
<b>Gr. 3:</b> 1 x <b>tril a'</b> 0,1	0,1		
<b>Gr. 4:</b> 3 x alm. <b>Udvekslinger</b> à 0,1	0,3		
2 x kast over 4 m á 0,2	0,4		
<b>Gr 5:</b> 1 x <b>Samarbejde</b> à 0,2	0,2		
<b>Gr. 6:</b> 3 x forskellige <b>ventrehånd</b> á 0,1	0,3		
<b>Gr. 7:</b> 8 x forsk. <b>Kombiøvelser</b> à 0,2	1,6		
<b>Gr. 8:</b> Arbejde med 2 <b>bolde</b> à 0,2	0,2		
<b>I alt redskabsteknisk</b>	<b>3,5</b>		

### **Bonus:**

<b>max. 5 elementer à 0,1 point</b>	<b>0,5</b>		
Kast uden brug af hænder			
Grib ved kast uden brug af hænder			
Kast uden for synsfelt			
Grib ved kast uden for synsfelt			
Udveksling m. kast - kast el. grib sker i A/B sværhed (balance, pivot, spring)			
To successive udvekslinger			
Håndtering af redskab med andre dele af kroppen end hænderne			
<b>Bold:</b> Kast/grib til sig selv i B sværhed fra serie 1			
<b>Bold:</b> Grib med en hånd efter kast over 4 meter			
<b>Bold:</b> Langt tril over arm-nakke-arm/ arm-brystkasse-arm i en balance			
<b>Bold:</b> Serie af tre små tril på kroppen i forskellige retninger			
<b>I alt redskab</b>	<b>4,0</b>		

### **Kropssværheder:**

1 x <b>Kropsbølge</b>	0,1		
1 x <b>Kropsving</b>	0,1		
6 x <b>anden kropsbevægelse</b> á 0,1	0,6		
3 x <b>Balance</b> (statisk/dynamisk) (A=0,1/B= 0,2) – min 1 dynamisk	0,6		
3 x <b>Spring</b> (A= 0,1 / B = 0,2)	0,6		
<b>I alt kropssværheder:</b>	<b>2,0</b>		
<b>Total Redskabskarakter</b>	<b>6,0</b>		

## Teknisk dommerskema (junior/senior/efterskole - serie 2 tov + krop)

<b>Junior/senior - Tov</b>	Stævne: _____	Række: _____
<b>Teknisk dommer</b>		

<b>HOLD &amp; FORENING:</b>			
Redskabstekniske sværheder	Max. points	Point	Kommentar
<i>Gr 1:</i> 1 x sving/kredsning	0,1		
<i>Gr 2:</i> 1 x Rotation	0,1		
<i>Gr 3:</i> 2 x Sjippeserier m variation à 0,1	0,2		
<i>Gr 4:</i> 1 x Dobbelthop à 0,1/0,2	0,2		
<i>Gr 5:</i> 1 x Udstrakt tov	0,1		
<i>Gr 6:</i> 1 x alm Udveksling à 0,1	0,1		
2 kast over 4 m à 0,2	0,4		
<i>Gr 7:</i> 1 x Samarbejdselement á 0,2	0,2		
<i>Gr 8:</i> 3 x forskellige venstrehånd à 0,1	0,3		
<i>Gr 9:</i> 8 x forskellige Kombiøvelser à 0,2	1,6		
<i>Gr 10:</i> Arbejde med to tove	0,2		
<b>I alt redskabsteknisk</b>	<b>3,5</b>		

### **Bonus:**

max. 5 elementer a' 0,1 point	0,5		
Kast uden brug af hænder			
Grib ved kast uden brug af hænder			
Kast uden for synsfelt			
Grib ved kast uden for synsfelt			
Udveksling m. kast - kast el. grib i A/B sværhed (balance, pivot, spring)			
To successive udvekslinger			
Håndtering af redskab med andre dele af kroppen end hænderne			
<b>Tov:</b> Kast/grib til sig selv i B sværhed fra serie 1			
<b>Tov:</b> Spring igennem tov			
<b>Tov:</b> Baglæns hop med dobbeltsving			
<b>Tov:</b> Sejl/ lasso			
<b>Tov:</b> Kast af udstrakt tov			
<b>I alt redskab</b>	<b>4,0</b>		

### **Kropssværheder:**

1 x Kropsbølge	0,1		
1 x Kropsving	0,1		
6 x anden kropsbevægelse á 0,1	0,6		
3 x Balance (statisk/dynamisk) (A=0,1/B= 0,2) – min 1 dynamisk	0,6		
3 x Spring (A= 0,1 / B = 0,2)	0,6		
<b>I alt kropssværheder:</b>	<b>2,0</b>		
<b>Total Redskabskarakter:</b>	<b>6,0</b>		



## Teknisk dommerskema (junior/senior/efterskole - serie 2 tøndebånd + krop)

<b>Junior/Senior - Tøndebånd</b>	Stævne: _____	Række: _____
<b>Teknisk dommer</b>		

<b>HOLD &amp; FORENING:</b>			
Redskabstekniske sværheder	Max points	Point	Kommentar
<i>Gr 1:</i> 2 x <b>Sving/Kredsninger</b> à 0,1	0,2		
<i>Gr 2:</i> 1 x <b>Rotation</b> à 0,1	0,1		
<i>Gr 3:</i> 2 x <b>Vendinger</b> à 0,1	0,2		
<i>Gr 4:</i> 1 x <b>Tril</b> à 0,1	0,1		
<i>Gr 5:</i> 2 x <b>Udvekslinger</b> à 0,1	0,2		
2 x <b>kast over 4 m</b> à 0,2	0,4		
<i>Gr 6:</i> 1 x <b>Samarbejdselement</b> à 0,2	0,2		
<i>Gr 7:</i> 3 x forskellig <b>Venstrehånd</b> à 0,1	0,3		
<i>Gr 8:</i> 8 x forskellig <b>Kombiøvelser</b> à 0,2	1,6		
<i>Gr 9:</i> Arbejde med <b>2 tøndebånd</b> à 0,2	0,2		
<b>I alt redskabsteknisk</b>	<b>3,5</b>		

**Bonus:**

<b>max. 5 elementer à 0,1 point</b>	<b>0,5</b>		
Kast uden brug af hænder			
Grib ved kast uden brug af hænder			
Kast uden for synsfelt			
Grib ved kast uden for synsfelt			
Udveksling m. kast - kast el. grib sker A/B sværhed (balance, pivot, spring)			
To successive udvekslinger			
Håndtering af redskab med andre dele af kroppen end hænderne			
<b>Tøndebånd:</b> Kast/grib til sig selv i B svh.			
<b>Tøndebånd:</b> Passage igennem tøndebåndet i spring			
<b>Tøndebånd:</b> Kast m. rotation om tøndebåndets egen akse			
<b>Tøndebånd:</b> Langt tril over "arm-nakke-arm"/ "arm-brystkasse-arm" i balance			
<b>Tøndebånd:</b> Spring med byt af tøndebåndet under benet/benene			
<b>Tøndebånd:</b> Langt tril over min 2 kropsdele			
<b>I alt:</b>	<b>4,0</b>		

**Kropssværheder:**

1 x <b>Kropsbølge</b>	0,1		
1 x <b>Kropssving</b>	0,1		
6 x <b>anden kropsbevægelse</b> á 0,1	0,6		
3 x <b>Balance</b> (Statisk/dynamisk) (A=0,1 /B=0,2) – min 1 dynamisk	0,6		
3 x <b>spring</b> (A=0,1 / B = 0,2)	0,6		
<b>I alt Kropssværheder</b>	<b>2,0</b>		
<b>Total Redskabskarakter</b>	<b>6,0</b>		

## Teknisk dommerskema (junior/senior - serie 2 vimpel + krop)

**Junior/senior - Vimpel**                      Stævne: \_\_\_\_\_ Række: \_\_\_\_\_  
**Teknisk dommer**

<b>HOLD &amp; FORENING:</b>			
Redskabstekniske sværheder	max points	Point	Kommentar
<i>Gr 1:</i> 1 x <b>sving/kredsning</b> à 0,1	0,1		
<i>Gr 2:</i> 1 x <b>Serpentin</b> à 0,1	0,1		
<i>Gr 3:</i> 2 x <b>Spiraler</b> à 0,1	0,2		
<i>Gr 4:</i> 1 x <b>Udstrakt vimpel</b> à 0,2	0,2		
<i>Gr 5:</i> 2 x <b>alm udvekslinger</b> à 0,1 point	0,2		
2 x <b>kast over 4 m</b> à 0,2 point	0,4		
<i>Gr 6:</i> 1 x <b>Samarbejdselement</b> à 0,2	0,2		
<i>Gr 7:</i> 3 x forskellig <b>Venstrehånd</b> à 0,1	0,3		
<i>Gr 8:</i> 8 x forskellig <b>Kombiøvelser</b> à 0,2	1,6		
<i>Gr 9:</i> Arbejde med <b>to vimpler</b> à 0,2	0,2		
<b>I alt redskabsteknisk</b>	<b>3,5</b>		

**Bonus:**

<b>max. 5 elementer à 0,1 point</b>	<b>0,5</b>		
Kast uden brug af hænder			
Grib ved kast uden brug af hænder			
Kast uden for synsfelt			
Grib ved kast uden for synsfelt			
Udveksling m. kast - kast el. grib i A/B sværhed (balance, pivot, spring)			
To successive udvekslinger			
Håndtering af redskab med andre dele af kroppen end hænderne			
<b>Vimpel:</b> Kast/grib til sig selv i B sværhed fra serie 1			
<b>Vimpel:</b> Spring igennem vimplen			
<b>Vimpel:</b> Serie af 3 forskellige slags tegninger med skift i 3 kroksplaner			
<b>Vimpel:</b> Spiraler omkring vimpel og arm			
<b>Vimpel:</b> Returkast - Kast pinden træk tilbage ved båndets anden ende			
<b>Vimpel:</b> Serie af min. 3 trin/hop/spring over vimplen (min. 2 forskellige)			
<b>I alt</b>	<b>4,0</b>		

**Kropssværheder:**

1 x <b>kropsbølge</b>	0,1		
1 x <b>kropssving</b>	0,1		
6 x <b>anden kropsbevægelse</b> à 0,1	0,6		
3 x <b>balance</b> (statisk/dynamisk) (A=0,1/ B=0,2) - min. 1 x dynamisk	0,6		
3 x <b>spring</b> (A=0,1/ B= 0,2)	0,6		
<b>I alt kropssværheder</b>	<b>2,0</b>		
<b>Total Redskabskarakter:</b>	<b>6,0</b>		

## Teknisk dommerskema (efterskole - serie 2 køller + krop)

<b>Efterskole - Køller</b>	Stævne: _____	Række: _____
<b>Teknisk dommer</b>		

<b>HOLD &amp; FORENING:</b>			
Redskabstekniske sværheder	max points	Point	Kommentar
<i>Gr 1:</i> 1 x <b>sving/kredsning</b> à 0,1	0,1		
<i>Gr 2:</i> 1 x <b>Rotation</b> à 0,1	0,1		
<i>Gr 3:</i> 1 x <b>Køller i én hånd</b> à 0,1	0,1		
<i>Gr 4:</i> 1 x <b>Mølle</b> á 0,2	0,2		
<i>Gr 5:</i> 2 x <b>Kast/grib til sig selv</b> á 0,1	0,2		
<i>Gr. 6:</i> 2 x <b>Udvekslinger m kast</b> á 0,2	0,4		
<i>Gr 7:</i> 2 x <b>Udvekslinger u kast</b> à 0,2	0,4		
<i>Gr 8:</i> 2 x <b>Samarbejde</b> à 0,2	0,4		
<i>Gr 9:</i> 8 x forskellig <b>Kombiøvelser</b> à 0,2	1,6		
<b>I alt redskabsteknisk</b>	<b>3,5</b>		

### Bonus:

<b>max. 5 elementer à 0,1 point</b>	<b>0,5</b>		
Kast uden for synsfelt			
Grib ved kast uden for synsfelt			
Grib ved kast uden brug af hænder			
Udveksling m. kast - kast el. grib i A/B sværhed (balance, pivot, spring)			
To successive udvekslinger u/kast			
To successive udvekslinger m/kast			
<b>Køller:</b> Tril med køllen på en kropsdel – arm, ryg, mave eller ben			
<b>Køller:</b> Assymetrisk bevægelse med køllerne i en kropssværhed – begge køller skal være i bevægelse, men i hvert sit plan og/eller retning			
<b>I alt</b>	<b>4,0</b>		

### Kropssværheder:

1 x <b>kropsbølge</b>	0,1		
1 x <b>kropssving</b>	0,1		
6 x <b>anden kropsbevægelse</b> à 0,1	0,6		
3 x <b>balance</b> (statisk/dynamisk) min. 1 x dynamisk (A=0,1/ B=0,2)	0,6		
3 x <b>spring</b> (A=0,1/ B= 0,2)	0,6		
<b>I alt kropssværheder</b>	<b>2,0</b>		
<b>Total Redskabskarakter:</b>	<b>6,0</b>		

## Kunstnerisk dommerskema - serie 1

Kunstnerisk dommerskema serie 1			
HOLD & FORENING:			
Gymnastisk kvalitet	Point	Point	Kommentar
Bevægelsesteknik (GPR)	0 – 0,2		
Bevægelserne er sammenkædet flydende	0 – 0,2		
Bevægelsesserierne er sammenkædet flydende	0 – 0,2		
Passende færdigheder	0 – 0,2		
Vise færdigheder, bevægelighed, styrke m.v.	0 – 0,3		
Harmoni, helhed	0 – 0,2		
<b>Max.</b>	<b>1,3</b>		
Struktur			
Koreografien er en vedvarende harmoni	0,1		
Opbygningen er varieret, v/h hånd/ben	0,1		
Variation i brug af alle bevægelsesgrupperne	0,1		
Variation i brug af kropsbevægelser (min. 3)	0,1		
Variation i brug af balancer MIKRO/MINI (min. 2) PIGE/TWEENS/JUNIOR/SENIOR (min. 4)	0,1		
Variation i brug af spring MIKRO/MINI (min. 3) PIGE/TWEENS/JUNIOR/SENIOR (min. 4)	0,1		
Alsidig brug af figurer (min. 3)	0,1		
Overgange/forflytninger er flydende og alsidige (min. 3)	0-0,2		
Figurer antal	0,1		
Brug af alle planer	0,1		
Brug af alle retninger	0,1		
Udnyttelse af gulvfladen	0,1		
<b>Max.</b>	<b>1,3</b>		
Originalitet og udtryk			
Koreografi skal være udtrykksfuld	0,1		
Udtryk og stil passer til gruppen og er vedvarende	0 - 0,2		
Koreografien er æstetisk	0,1		
Kropssprog udtrykksfuld	0 - 0,2		
Koreografiens bevægelser/stil og musik er i overensstemmelse og varieret	0 - 0,3		
Originalitet - bevægelser og figurer	0 - 0,2		
Variation af tempo og dynamik	0 - 0,2		
Højdepunkter tydelige	0,1		
<b>Max.</b>	<b>1,4</b>		
<b>Total max.</b>	<b>4,0</b>		
Fradrag			
Musikken er ringe/dårlig i sin sammenhæng	0,2		
Musik opfattes som baggrundsmusik	0 - 0,3		
Musik og koreografi skal slutte samtidig	0,1		
Fejl i koreografi - stop i koreografi	0,1 pr. gang		
Uæstetisk/uens dragt eller for kort/langt skørt	0,3		
Makeup og neglelak (mikro, mini, mini mono)	0,3		
Ansigts make-up (pige)	0,3		
Engangshårfarve/skumhårfarve (Alle rækker)	0,3		
Hjælp fra instruktør eller andre udefra	0,3		
Fradrag i alt			
<b>Kunstnerisk karakter i alt</b>			

## Kunstnerisk dommerskema - serie 2

Kunstnerisk dommerskema serie 2			
<b>HOLD:</b>			
<b>Gymnastisk kvalitet/redskabsteknik</b>	<b>Point</b>		
Bevægelsesteknik (GPR) krop/redskab	0 – 0,2		
Bevægelserne er sammenkædet flydende krop/redskab	0 – 0,2		
Bevægelsesserierne er sammenkædet flydende	0 – 0,2		
Passende færdigheder	0 – 0,2		
Vise færdigheder, bevægelighed, styrke m.v.	0 – 0,3		
Harmoni, helhed	0 – 0,2		
<b>Max.</b>	<b>1,3</b>		
<b>Struktur</b>			
Koreografien er en vedvarende harmoni	0,1		
Opbygningen er varieret, krop/aktivt redskab	0,1		
Variation i brug af alle af bevægelsesgrupperne	0,1		
Variation i brug af kropsbevægelser/redskab (min. 3)	0,1		
Variation i brug af balancer/redskab MINI-PIGE (min. 3) JUNIOR/SENIOR (min. 3)	0,1		
Variation i brug af spring/redskab MINI (min. 2) PIGE-JUNIOR/SENIOR (min. 3)	0,1		
Alsidig brug af figurer	0,1		
Overgange/forflytninger er flydende og alsidige (min. 3)	0-0,2		
Figurer antal	0,1		
Brug af alle planer	0,1		
Brug af alle retninger	0,1		
Udnyttelse af gulvfladen	0,1		
<b>Max.</b>	<b>1,3</b>		
<b>Originalitet og udtryk</b>			
Koreografi skal være udtryksfuld bev./redskab	0,1		
Udtryk og stil passer til gruppen og er vedvarende	0 – 0,2		
Koreografien er æstetisk	0,1		
Kropssprog udtryksfuld	0 – 0,2		
Koreografiens bevægelser/stil og musik er i overensstemmelse og varieret	0 – 0,3		
Originalitet - bevægelser og figurer	0 – 0,2		
Variation af tempo og dynamik bev./redskab	0 – 0,2		
Højdepunkter tydelige	0,1		
<b>Max.</b>	<b>1,4</b>		
<b>Total max.</b>	<b>4,0</b>		
<b>Fradrag</b>			
Musikken er ringe/dårlig i sin sammenhæng	0,2		
Musik opfattes som baggrundsmusik	0 - 0,3		
Musik og koreografi skal slutte samtidig	0,1		
Fejl i Koreografi - Stop i koreografi	0,1 pr. gang		
Passivt redskab	0,1 pr. gang		
Uæstetisk /uens dragt eller for kort/langt skørt	0,3		
Makeup og neglelak (mikro, mini, mini mono)	0,3		
Ansigts make-up (pige)	0,3		
Engangshårfarve/skumhårfarve (Alle rækker)	0,3		
Hjælp fra instruktør eller andre udefra	0,3		
<b>Fradrag i alt</b>			
<b>Kunstnerisk karakter i alt</b>			