



**IKKE UDTØMMENDE LISTE OVER  
ÆNDRINGER I TUMBLINGREGLEMENTERNE  
TIL SÆSONEN 2022-2023**

Version: 28/09/2022

## Aldersgrænser

- Mindstalderen for seniorer er hævet fra 16 år til 17 år. Dvs. gymnasterne må stille op som seniorer, hvis de fylder 17 år inden udgangen af det indeværende kalenderår.
- Mindstealderen for deltagelse i S-rækken er sænket fra 16 år til 15 år. Dvs. gymnasterne må stille op som i S-rækken, hvis de fylder 15 år inden udgangen af det indeværende kalenderår.

## Øvelseskrav

- Begynderrækken, C-rækken, og B-rækken:
  - Ingen ændringer.
- S-rækken, A-rækken, Eliterækken mini/junior
  - Ændringer ift. tilladte gentagelser (se nedenfor).
  - Ingen øvrige ændringer, herunder heller ikke ændringer ift. skruekrav.
- Eliterækken senior
  - Ændringer ift. tilladt gentagelser (se nedenfor).
  - Skruekrav er fjernet fra begge øvelser i kvalifikationen. Dvs. i begge øvelser må gymnasterne frit vælge at skrue og lade være.

## Gentagelser

- Det er ikke længere tilladt at gentage et saltospring, hvis der er andet spring foran. Dvs. et saltospring må kun udføres én gang i løbet af de to øvelser i kvalifikationen eller i løbet af den ene/de to øvelser i finalen. Det er fortsat tilladt at udføre saltospring i finalen, som man allerede har udført i kvalifikationen.
- Baglæns helskrue er tilføjet til listen over spring, der må gentages ubegrænset. Det gælder både baglæns salto med helskrue og whipback med helskrue.
  - C-rækken og B-rækken må ikke gentage baglæns helskrue.

## Udførelseskarakterer

- Der er nu enten 2, 4, eller 6 udførelsesdommere per dommerbord, i stedet for 3 eller 5.
- Udførelsesfradraget for det enkelte element består nu af de 2 midterste fradrag (median), i stedet for de 3 midterste fradrag.
- Den maksimale udførelseskarakter er nu 20 point i A-rækken og Eliterækken, og 14 point i øvrige rækker.

## Straffe fra kampleder/sværhedsdommere

- De fleste straffe er sænket til 2/3 af de tidligere straffe, for at tilsvare den lavere maksimale udførelseskarakter. Fx er straffen for at manglende skruespring sænket fra 3,0 til 2,0 point, og straffen for at lande på banen er sænket fra 0,6 til 0,4 point.

## **Påklædning**

- Piger/damer har lov til at springe med shorts til alle konkurrencer, inkl. Danmarksmesterskabet.

## **Hold-DM**

- Hold-DM afvikles i forbindelse med Forbundsmesterskabet.
- Hold-DM består af én fri finaleøvelse, hvor alle tilmeldte hold deltager.
- Det er muligt at stille op til Hold-DM uden at stille op til Forbundsmesterskabet, og omvendt.
- Det er muligt at stille op i forskellige rækker/aldersgrupper til Forbundsmesterskabet og Hold-DM.

## **Danmarksmesterskabet**

- *De endelige reglementsændringer meldes ud i begyndelsen af oktober 2022.*

## **Efterskole-DM**

- *De endelige reglementsændringer meldes ud i begyndelsen af oktober 2022.*