

Dansk modificeret Code of Point (DMC) for juniorer og seniorer Danmark

Redigeret september 2024

Ved konkurrencer i Dansk Modificeret Code of Points for juniorer og seniorer bedømmes der efter FIG Code of Points med følgende modifikationer:

Udgangskaracter

6-8 momenter: Udgangskaracter 10

5 momenter: Udgangskaracter 8

4 momenter: Udgangskaracter 7

3 momenter: Udgangskaracter 6

1-2 momenter: Udgangskaracter 2

Fradrag følger FIG CoP

Hest

2 forskellige spring – gennemsnittet tæller.

Barre

Max 4 krav kan tælle og hvert krav har en værdi af 0,5 point

- Stangskifte lav til høj med moment
- Stangskifte høj til lav med moment
- 180° vending (ikke flyv eller afspring)
- 2 forskellige greb
- Kæmpesving forlæns eller baglæns
- Saltoafspring

Bom (alle krav har en værdi af 0,5 point)

- 2 forskellige gymnastiske momenter i serie, hvoraf én er 180° spagat/split
- Pirouette (fra gruppe 3) eller "rolls/flairs" (se FIG CoP for specificering)
- Akrobatisk serie – min. 1 akro-flyvmoment (fx baglæns bro + flik)
- Akromomenter i forskellige retninger (forlæns/sidelæns og baglæns)
- *baglænsrulle til handstand kan godt bruge som baglæns akro-moment.

Gulv (alle krav har en værdi af 0,5 point)

- 2 forskellige gymnastiske momenter i serie (direkte eller indirekte), hvoraf en er 180° spagat/split
- Minimum 360 grader (min. 1/1 skrue)
- Forlæns springserie
- Baglæns springserie