

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

Redigeret september 2025

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

Udgangskarakter

6-8 momenter: Udgangskarakter 10

5 momenter: Udgangskarakter 8

4 momenter: Udgangskarakter 7

3 momenter: Udgangskarakter 6

1-2 momenter: Udgangskarakter 2

Fradrag følger FIG CoP

Hest

Gymnasten kan springe ét eller to spring. Det første spring tæller til AA-karakteren.

Gymnaster, der ønsker at opnå en placering på hest eller kvalificere til redskabsfinalen, skal springe to spring. Gennemsnittet af de to spring tæller til redskabskarakteren. De to spring skal have forskellige springnumre jf. Table of Elements i Code of Points.

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)
- 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 acro-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