



GymDanmark
gymnastik & fitness

SPORTS ACROBATIK

SPORTS ACROBATIK

KONKURRENCEBESTEMMELSER

SAK

2024-2028

INDLEDNING

Dette reglement tjener som en aftale om deltagelse i Sports Acrobatik konkurrencer mellem SA, gymnaster, trænere og dommere. Nødvendige præciseringer, vedrørende fortolkning af nogle artikler, vil fra tid til anden, blive meddelt gennem officielt offentliggjorte nyhedsbreve på GymDanmarks hjemmeside. Her er det vigtigt at påpege, at holde sig opdateret med både de internationale FIG Newsletters samt de danske Nyhedsbreve.

INDHOLDSFORTEGNELSE

INDLEDNING.....	2
SEKTION 1: DELTAGELSE	4
ARTIKEL 1: DELTAGELSE TIL KONKURRENCER	4
SEKTION 2: AFVIKLING AF KONKURRENCER.....	6
ARTIKEL 2: KONKURRENCESTRUKTUR.....	6
ARTIKEL 3: AFVIKLING AF ACRO CUP ØST + VEST.....	7
ARTIKEL 4: NATIONALT REGLEMENT DK1.....	8
ARTIKEL 5: NATIONALT REGLEMENT DK2 + DK3.....	8
ARTIKEL 6: NATIONALT REGLEMENT ASPIRE (DK4) OG JUNIOR BASE (DK5)	8
ARTIKEL 7: PRE-YOUTH.....	8
ARTIKEL 8: JUNIOR OG SENIOR.....	9
ARTIKEL 9: PYRAMIDEKONKURRENCE.....	9
ARTIKEL 10: M-Cup	9
ARTIKEL 11: PRÆMIEOVERRAKELSE	10
ARTIKEL 12: LIVESTREAM	10
SEKTION 3: WORKPLAN	11
ARTIKEL 13: WORKPLAN FOR RUTINESKEMAER + MUSIK	11
SEKTION 4: ÅRETS RUTINE.....	12
ARTIKEL 14: ÅRETS RUTINE.....	12
SEKTION 5: ORGANISATIONSSTRUKTUR.....	13
ARTIKEL 15: SPORTS ACROBATIK KOMITEEN.....	13
ARTIKEL 16: ARBEJDSGRUPPEN FOR DOMMERE OG REGLEMENTER.....	13
SEKTION 6: FORENINGSFORPLIGTIGELSER.....	14
ARTIKEL 17: TRÆNERLØFTET.....	14

SEKTION 1: DELTAGELSE

ARTIKEL 1: DELTAGELSE TIL KONKURRENCER

- 1.1 Deltagernes tilmelding skal være GymDanmark i hænde senest ved sidste tilmeldingsfrist.
- 1.2 Tilmeldingen efter denne tilmeldingsfrist koster dobbelt startgebyr til GymDanmark
- 1.3 Deltagere skal min fylde 7 år i kalenderåret (januar til december) for at være kvalificeret til konkurrencer i Danmark. Jf. GymDanmarks vedtægter §8 stk. 1; For at deltage i konkurrencer på forbundsniveau, skal alle gymnaster løse personlig national konkurrencelicens eller begynderlicens i GymDanmark. Licensen er gældende fra 1. august til 31. juli (konkurrenceåret).
- 1.4 For DK1, DK2 og DK3 skal man fylde 7 år i kalenderåret for deltagelse.
- 1.5 For Aspire (DK4) kategorien skal man fylde 7 i kalenderåret, og ikke blive ældre end 16 år i kalenderåret
- 1.6 For Junior Base (DK5) kategorien skal man fylde min. 9 i kalenderåret for deltagelse.
- 1.7 For Pre-Youth skal man fylde min. 9 år i kalenderåret, og ikke blive ældre end 16 år i kalenderåret.
- 1.8 For Junior kategorien skal man fylde min. 11 år i kalenderåret, og ikke blive ældre end 19 år i kalenderåret
- 1.9 For Senior kategorien skal alle være fyldt 12 år i kalenderåret.
- 1.10 Som deltager kan man kun stille op i én kategori. Dvs. man kan enten stille op i national række eller i international række, men ikke begge.
- 1.11 Transkønnede, interkønnede og non-binære stiller op i den række der identificeres med, undtagen i senior kategorien, her deltages der i den række som stemmer overens med fødselsattesten.
- 1.12 Et par eller en gruppe, som har vundet i en valgt kategori til et mesterskab, kan året efter ikke deltage i samme gruppe i samme kategori. Gruppen må derfor stille op i en kategori højere. EX. De har vundet DK2 sidste år, og SKAL derfor stille op i DK3 eller højere i år.
- 1.13 Hvis man først stiller op i én kategori til de regionale mesterskaber, kan man ikke stille op i en lavere kategori til "By" Cup eller Danmarks Mesterskaberne.

- 1.14 Skulle det dog ske at der er opstået en skade eller andet uforudset i en gruppe, og denne gruppe er nødsaget til at blive lavet om i konstellationen, kan man anmode Sports Acro komitéen om en dispensation til at stille op til konkurrence i én kategori lavere. Dvs. Starter man i fx int. Senior trio, og der opstår en skade, som medfører at konstellationen i gruppen må laves om, kan den nye gruppe/par anmode om en dispensation og muligvis få lov at stille op til konkurrence i én kategori lavere. Hvis der er behov for at stille op i to kategorier lavere, kan man få en bedømmelse af sin rutine, men man stiller op uden for konkurrence.

DELTAGELSE TIL DANMARKS MESTERSKABET.

- 1.15 For at kunne deltage ved Danmarksmesterskabet, skal man mindst have betalt startgebyr og konkurreret i konkurrence 2 ud af de 3 ovenstående stævner, som regulært mesterskab, eller som OPEN konkurrence ved SM og JM.

Ved sygdom eller anden grund til at deltagelse ved 2 af de 3 stævner bliver forhindret, skal SA kontaktes ved dispensation. Dispensationsformular findes på GymDanmarks hjemmeside, under "Vejledninger og Skemaer", og skal sendes til sa@gymdanmark.dk.

- 1.16 Komitéen kan dispensere fra gældende regler ved regionale- og nationale mesterskaber

SEKTION 2: AFVIKLING AF KONKURRENCER

ARTIKEL 2: KONKURRENCESTRUKTUR

2.1 Der afvikles følgende konkurrencer i sæsonen:

- DK1 CUP (KUN for DK1) i forbindelse med SM, FM & JM
- Sjællandske Mesterskaberne, SM + SM Open (DK2, DK3, Aspire, junior base, PY, Int. Jun og Sen.)
- Jyske og Fynske Mesterskaberne, JFM + JFM Open (DK2, DK3, Aspire, junior base, PY, Int. Jun og Sen.)
- "By" Cup (DK2, DK3, Aspire, junior base, PY, Int. Junior og Sen.)
- Danmarks Mesterskabet, DM (DK2, DK3, Aspire, junior base, PY, Int. Jun og Sen.)
 - Pyramidekonkurrence for gymnaster eller forældre

2.2 Ved indmarch og udmarch til alle officielle konkurrencer i GymDanmark bedes foreninger have en fane med foran holdet. Ved indmarch afsynges "Der er et yndigt land" med fanerne foran holdene.

2.3 GymDanmarks logo og navn skal være synlig i forbindelse med konkurrenceområdet

2.4 Alle rutiner udføres på et 12 x 12m Springfloor bortset fra Acro Cups

2.5 Der skal være 2 dommerborde med plads til 10-12 dommere ved hvert bord. Bordene skal være opstillet bagved hinanden, hvorpå det sidste står på et podie. Se punkt 2.12

2.6 I nærheden af konkurrencegulvet skal være opstillet "Did your best"-område.

2.7 Ved alle mesterskaber afvikles konkurrencen som alle mod alle inden for samme kategori. Dvs. at alle deltagere i fx pige par kæmper mod hinanden, indenfor deres respektive rækker:

- DK1
- DK2
- DK3
- ASPIRE (DK4)
- JUNIOR BASE (DK5)
- PRE-YOUTH
- JUNIOR
- SENIOR

(Dog konkurrerer alle typer af par mod hinanden i DK1, se DK1 Reglement)

2.8 Hvis der er færre end 4 Drenge par og 4 Mix Par i DK 2 og DK 3, konkurrerer disse 2 kategorier mod hinanden. Altså, er der fx 3 drenge par i DK 2 og 2 Mix Par i DK 2, konkurrerer disse mod hinanden.

2.9 Der findes kun 1 mester i hver af disciplinerne pige par, herre par, mix par, pige gruppe og mænds gruppe, nemlig vinderen af rækken. Vinderen af den respektive række findes ved den højeste slut

karakter. Er der to som har opnået ens karakter, er det den med den højeste E-score som er mesteren.

2.10 Hvis der opnås to karakterer med samme resultat, er det den med den højeste E-score, der definerer placeringen. Hvis der fortsat er uafgjort mellem to E-score, er det dernæst summen af A- og E-scorer der definerer placeringen. Hvis der her fortsat er en ens karakter, vil den uafgjorte placering blive delt, og der gives evt. medaljer til begge, hvor så den næste placering springes over.

2.11 Der findes en samlet Jysk og Fynsk mester, så længe der ikke er flere end 3 klubber på Fyn.

ARTIKEL 3: AFVIKLING AF ACRO CUP ØST + VEST

3.1 Ved alle Acro Cups afvikles konkurrencen som alle mod alle inden for samme kategori i følgende kategorier:

- | | | | |
|---------------------|-----------|---|----------------|
| • DK1 | Balance | / | Tempo |
| • DK2 | Balance | / | Tempo |
| • DK3 | Balance | / | Tempo |
| • Aspire (DK4) | Balance | / | Tempo |
| • Junior Base (DK5) | Balance | / | Tempo |
| • Pre-Youth | Balance | / | Tempo |
| • Junior | Balance | / | Tempo |
| • Senior | Balance | / | Tempo |
| • INDIVIDUELT | NATIONALT | / | INTERNATIONALT |

3.2 For at deltage i Acro Cup'en skal gymnasten have en gyldig GymDanmark Begynderlicens eller Nationallicens.

3.2 Der er ikke noget alders krav for at kunne deltage.

3.3 Man må gerne deltage i flere rækker, men man kan ikke deltage flere gange i samme række.

3.4 Momenterne skal udføres på et 4 x 12m dansk sports acro gulv (35mm).

ARTIKEL 4: Nationalt Reglement DK1

4.1 DK1 er for gymnaster, som er nybegyndere.

4.2 DK1 rutiner kan således kun stille op til én konkurrence.

4.3 Deltagerne bliver bedømt jf. Det Internationale Reglement COP, dog uden højdeforskelsfradrag. Ligeledes gives der IKKE fradrag for dragter og tilbehør

4.4 DK1 Cup afholdes på samme dag, som de regionale konkurrencer, men afvikles som en særskilt konkurrence.

ARTIKEL 5: Nationalt Reglement DK2 + DK3

5.1 DK2 er for begynder gymnaster

5.2 DK3 er for begynder eller let øvede gymnaster

5.3 Deltagerne bliver bedømt jf. Det Internationale Reglement COP, dog uden højdeforskelsfradrag. Her gives Jf. COP 44.2 CJP-fradrag for upassende og forbudt påklædning, desuden for rettelser af påklædningen eller tab af tilbehør

ARTIKEL 6: Nationalt reglement ASPIRE (DK4) og JUNIOR BASE (DK5)

6.1 Aspire (DK4) er for let øvede og øvede gymnaster

6.2 Junior Base (DK5) er for let øvede og øvede gymnaster

6.3 Deltagerne bliver bedømt jf. Det Internationale Reglement COP, dog uden højdeforskelsfradrag. Her gives Jf. COP 44.2 CJP-fradrag for upassende og forbudt påklædning, desuden for rettelser af påklædningen eller tab af tilbehør

ARTIKEL 7: PRE-YOUTH

7.1 Pre-Youth er for øvede gymnaster

7.2 Det er tilladt at benytte én landingsmåtte med maksimalt 20 cm tykkelse, og maksimalt 2 x 2 meter bredde/længde, for Women's Group og alle par ved dobbeltrotationer med landing til gulvet. Dette er forudsat at måtten placeres i kontakt med gulvets afgrænsning. Måtten skal forblive på sin plads under hele rutinen, og træneren er ansvarlig for placering af måtte forud for rutinen, og ligeledes ansvarlig for måttens fjernelse umiddelbart efter rutinen.

7.3 Rotationer: Der skelnes mellem saltrotation og skruerotation. Saltrotationen foregår på den horisontale akse, som går tværs gennem hofteregionen. Skruerotationen foregår på den vertikale akse

for hovedet og ned gennem kroppen. Det betyder at en dobbeltroterende kan være to skruerotationer og to saltorotationer. Derfor er det tilladt at bruge måtte både ved dobbelt skruer og dobbelt rotationer.

ARTIKEL 8: JUNIOR og SENIOR

8.1 Junior og Senior er for øvede og erfarne gymnaster

8.2 Det er tilladt at benytte én landingsmåtte med maksimalt 20 cm tykkelse, og maksimalt 2 x 2 meter bredde/længde, for Women's Group og alle par ved dobbeltrotationer med landing til gulvet. Dette er forudsat at måtten placeres i kontakt med gulvets afgrænsning. Måtten skal forblive på sin plads under hele rutinen, og træneren er ansvarlig for placering af måtte forud for rutinen, og ligeledes ansvarlig for måttens fjernelse umiddelbart efter rutinen.

8.3 Rotationer: Der skelnes mellem saltorotation og skrueroation. Saltorotationen foregår på den horisontale akse, som går tværs gennem hofteregionen. Skruerotationen foregår på den vertikale akse for hovedet og ned gennem kroppen. Det betyder at en dobbeltroterende kan være to skruerotationer og to saltorotationer. Derfor er det tilladt at bruge måtte både ved dobbelt skruer og dobbelt rotationer.

ARTIKEL 9: PYRAMIDEKONKURRENCE

9.1 Der kan afholdes pyramidekonkurrence for acrobater, som har medlemskab af den forening, som stiller op i pyramidekonkurrencen. Hvis pyramidekonkurrencen skal afholdes, kræver det at mindst 4 foreninger stiller op til konkurrencen.

9.2 Der kan afholdes pyramidekonkurrence for forældre, som ikke må indeholde acrobater, der har deltaget i årets konkurrencer eller deltaget i acrobat-pyramiden. Hvis pyramidekonkurrencen skal afholdes, kræver det at mindst 4 foreninger stiller op til konkurrencen.

9.3 Der kåres en vinder i hver kategori, som modtager en vandrepokal.

9.4 Se i øvrigt retningslinjer for pyramidekonkurrence i Reglement for Pyramidekonkurrence.

ARTIKEL 10: M-Cup

10.1 M-Cup afvikles sideløbende med Danmarks mesterskabet og vil KUN blive afholdt, hvis der ikke er konkurrence i de respektive kategorier

10.2 Her deltager alle par, hvori der er min. 1 partner, som er hankøn. Dette gælder altså for Mens par samt Mix par

10.3 Alle gymnaster konkurrerer mod hinanden uanset niveau. Det er gennemsnittet af rutine(n)(erne) som afgør placeringen.

ARTIKEL 11: PRÆMIEOVERRAKELSE

11.1 Det er Sports Acrobatic komitéen, der afvikler alle præmie- og medaljeoverrækkelser.

Præmieoverrækkelse til Acro Cup

11.2 Der kåres én vinder pr. kategori i de 18 kategorier.

Præmieoverrækkelse til DK1 Cup

11.3 Der gives medaljer til 1., 2., og 3., pladsen i de 2 kategorier (Par & Gruppe)

11.4 Ved kun én konkurrencedeltager i en kategori udråbes der stadig en vinder og uddeles medaljer.

Medaljeoverrækkelse til JM, SM & FM, "By" Cup & Danmarks Mesterskabet

11.5 Der gives medaljer til 1., 2., og 3. pladsen i alle kategorier.

11.6 Ved kun én konkurrencedeltager i en kategori udråbes der stadig en vinder og uddeles medaljer. Dog uddeles der ikke medaljer ved "By" Cup og DM, hvis der kun er én deltager i en kategori.

Præmieoverrækkelse til JM OPEN & SM OPEN

11.7 "OPEN" konkurrencer (SM OPEN eller JM OPEN) afvikles sideløbende med den regionale konkurrence.

11.8 Hvis der er et par eller en gruppe, som ikke kommer fra samme region, som den pågældende konkurrence, kåres der 1., 2. og 3. pladsen af OPEN konkurrencen. *Ex. En dame gruppe fra Jylland deltager til SM OPEN.*

11.9 OPEN konkurrencer er gældende for både nationale og internationale kategorier.

11.10. For deltagelse til OPEN konkurrence skal man have betalt startgebyr samt konkurreret i konkurrencen.

11.11 Fynske gymnaster kan kun deltage til JM OPEN i lige år og SM OPEN i ulige år.

11.12 Der gives præmier til 1., 2., og 3., pladsen ved OPEN konkurrence hvis der er konkurrence jf 8.11.

ARTIKEL 12: LIVESTREAM

12.1 Det er ikke tilladt at sende live eller optage regionale og nationale konkurrencer.

12.2 Det er tilladt at filme egne gymnaster til internt brug.

SEKTION 3: WORKPLAN

ARTIKEL 13: WORKPLAN FOR RUTINESKEMAER + MUSIK

13.1 Konkurrence- og træningsprogrammet er lavet ud fra tilfældig udtrækning i henhold til artikel 7.1 i COP

Arbejdsgruppen for dommere og reglementers forpligtelser

13.2 Det foreløbige konkurrenceprogram og træningsprogram skal udsendes til alle deltagende foreninger senest mandagen før starten af konkurrencen.

Foreningens forpligtelser

13.3 Rutineskemaerne skal afleveres i AcroCompanion senest **7 dage** (fredag kl. 23.59) inden konkurrencestart.

13.4 Musikken skal afleveres i AcroCompanion senest **7 dage** (fredag kl. 23.59) inden konkurrencestart.

DK1

13.5 For DK1 gælder afsendelse af rutineskema og musik i Drop Box senest 7 dage (Fredag kl. 23.59) inden konkurrence start.

13.6 Filen skal have følgende navn: Startnummer.Navn+Navn+Navn.Kategori.Rutine.klub.
Ex. 27.Julie+Emilie+Anna.W3.B.Ålborg

13.7 Beskrivelse af navngivning af filen til Drop Box

Startnummer = Findes på programmet fra konkurrencen

Navn+navn+navn = Navnene på de pågældende gymnaster i rutinen

Kategori = WP (Women's Pair), MP (Men's Pair), MXP (Mix Pair), W3 (Women's Group)

Rutine = B (Balance), D (Tempo), C (Kombineret = nationale rutiner)

Klub = Den klub rutinen stiller op for.

Værts forening for konkurrence

13.11 Forening skal hente musikken fra Drop Box og lave playliste.

13.12 Planlægge stævnet ud fra stævnekontrakten i samarbejde med SA.

SEKTION 4: ÅRETS RUTINE

ARTIKEL 14: ÅRETS RUTINE

14.1 Årets Rutine afvikles samtidig, men særskilt, ved "By" Cup. Årets rutine kåres efter følgende regelsæt:

14.2 Årets rutine, er den rutine, som skiller sig mest ud for året.

14.3 Gymnasterne skal kunne udvise et inspirerende udtryk i sin rutine (glæde, sorg, vrede, intensitet eller andet), og have en flot teknisk udførelse igennem hele sin rutine. Årets rutine, skal være en rutine man kan huske.

14.4 Årets rutine skal bedømmes af én repræsentant fra hver forening, som – før konkurrencen – er bevidstgjort omkring, hvad der bedømmes efter. Det er den enkelte forening, der er ansvarlig for at udvælge deres repræsentant og bevidstgøre denne om kriterierne, der bedømmes ud fra. Det er ligeledes foreningens ansvar, at deres repræsentant møder op til det dommermøde, der bliver afholdt for disse om lørdagen af en fra arbejdsgruppen for dommere og reglementer.

14.5 De nominerede til årets rutine vælges af foreningerne. Hver forening vælger 1 rutine, som de nominerer, og som derfor vil blive bedømt af repræsentanterne. Hvis man vælger en PY, JUNIOR eller SENIOR rutine, skal man KUN vælge enten tempo- eller balancerutinen – IKKE begge.

14.6 Alle de nominerede rutiner bedømmes efter 5 kriterier, hvor der gives points fra 1-5, hvor 1 er det laveste niveau og 5 er det højeste. Man kan altså maks. Opnå 25 point.

14.7 Kriterier:

- Inspirerende (anderledes, nytænkende, seværdig)
- Sammenhæng mellem musikken og øvelserne/rytmen
- Udvide godt samarbejde
- Sikkerhed i momenterne (både opgang, moment og nedgang)
- Mindeværdig (elementer, som man kan huske bagefter)

14.8 Den enkelte repræsentant skal IKKE bedømme den rutine, der er nomineret fra vedkommendes egen forening.

14.9 Den rutine der får flest point, vinder titlen som Årets Rutine.

SEKTION 5: ORGANISATIONSSTRUKTUR

ARTIKEL 15: SPORTS ACROBATIK KOMITEEN

15.1 Sports Acrobatic komitéen har forpligtelser Jf. GymDanmarks vedtægter.

15.2 Det er Sports Acrobatic komitéen, der sørger for rette antal medaljer og pokaler, men foreningerne holder selv udgifterne for indgraving af pokalerne.

15.3 Det er ligeledes Sports Acrobatic komitéen, der afvikler medaljeoverrækkelsen.

ARTIKEL 16: ARBEJDSGRUPPEN FOR DOMMERE OG REGLEMENTER.

16.1 Arbejdsgruppen mødes før konkurrencer for at:

- Sammensætte det endelige program til den enkelte konkurrence.
- Sammensætte dommerteams, ud fra dommers præstationer til dommerkurset og tidligere konkurrencer. Disse skal sendes offentligt ud til dommerne hurtigst mulig, det tilstræbes at det bliver senest ca. 7 dage før konkurrencen finder sted.
- Tage stilling til indkomne dispensationer.
- Udarbejde konkurrenceprogram samt træningsprogram, som udsendes til alle deltagende foreninger senest mandagen før starten af konkurrencen.

16.2 Det er arbejdsgruppens pligt at tjekke, at konkurrencestedet og udstyret er ifølge dette reglementerne og nedenfor anviste konkurrencebestemmelser.

16.3 Arbejdsgruppen for dommere og reglementer organiserer og koordinerer de komité aktiviteter, som relaterer til det at dømme en konkurrence, samt forbereder og afholder dommerkurser.

16.4 Alle uforudsete omstændigheder under afviklingen af en konkurrence, som ikke er beskrevet i dette reglement, vil blive behandlet af arbejdsgruppen og deres afgørelse er endelig. Hvis de uforudsete omstændigheder indeholder økonomiske forhold, skal de dog drøftes med Sports Acrobatic komitéen inden en afgørelse.

16.5 Arbejdsgruppen skal have en fuld kopi af hele konkurrencen på video hvis der skulle indkomme protester, hvor der er behov for at se en videoptagelse.

SEKTION 6: FORENINGSFORPLIGTIGELSER

ARTIKEL 17: Trænerløftet

17.1 Jf. GymDanmark ”I GymDanmark mener vi, at gode træningsmiljøer er basis for trivsel. Når medlemmerne trives bliver de længere, så enkelt kan det siges. Men hvad skaber så de gode træningsmiljøer? Et godt træningsmiljø starter med de trænere, som forestår den daglige træning og har den tætte kontakt med medlemmerne. Vi mener, at alle skal mødes af en kompetent træner og derfor har vi udviklet e-læringsmodulet ‘Trænerløftet’ som handler om god træneradfærd og er første skridt til at opnå bedre træningsmiljøer.”

17.2 Det er derfor forventet at alle trænere i GymDanmark regi, går på ind på GymDanmarks hjemmeside og tager e-læringsmodulet ‘Trænerløftet’.