

MÓTA- OG KEPPNISREGLUR FSÍ

ALMENNT

- Nöfn móta skulu haldast óbreytt nema styrktaraðili mótsins fari fram á annað.
- Félag ber ábyrgð á réttri skráningu keppenda á mót, aldri, félagsaðild, tryggingum og greiðslu þáttökugjalda. Stjórn FSÍ hefur þó heimild til að bjóða einstaklingum að keppa á mótum FSÍ sem gestir.
- Verði þátttaka í fimleikamóti ekki nægileg, áskilur mótshaldari sér rétt, í samráði við framkvæmdastjóra FSÍ, að aflýsa mótinu, enda skal það gert í síðasta lagi 7 dögum fyrir áður ákveðinn mótisdag.
- FSÍ er heimilt að bjóða héraðs-, ungmennasamböndum eða bæjarfélögum að halda einstök mót og ber þá viðkomanda að auglýsa mótið með löglegum hætti.
- Reglur um starfsmenn og þátttakendur skulu styðjast við reglur FSÍ um þau mál.
- Mótshaldara ber að sjá um að verðlaun séu til staðar í mótslok. FSÍ útvegar verðlaunagripni fyrir FSÍ mót.
- Keppendur á mótum FSÍ skulu vera 9 ára eða eldri á almanaksárinu.
- Almennt gildir að hægt er að senda inn kæru til mótisstjórnar vegna tæknilegra atriða. Kæra þarf að berast í síðastalagi 15 mín eftir að atvik hefur átt sér stað og alltaf fyrir verðlaunaafhendingu, til þess að hún sé tekin gild, kæra skal berast yfirdómara. Einkunnagjöf fellur ekki undir tæknileg atriði og því er ekki hægt að kæra einkunn.

Skráningarferli

6 vikum fyrir mót

FSÍ sér um að tilkynna öll opinber fimleikamót til sambandsaðila með löglegum fyrirvara, sem skal vera minnst sex vikur.

4 vikum fyrir mót

FSÍ tilkynnir aðildarfélögum sínum hvaða félag sér um framkvæmd hvers móts. Framkvæmdaraðili móts sér um að tilkynna FSÍ nafn mótisstjóra.

Áhaldafimleikar, 3.-4.-5.þrep

Félög skrá á mót í gegnum FELIX tölvukerfið eigi síðar en 4 vikum fyrir mót. Þar skal koma fram nöfn þátttakenda og varamanna, kennitala og keppnisflokkur. Skila skal inn nöfnum dómara í þar tilgerða möppu. Félög eiga að senda inn einn dómara fyrir hverja fjóra keppendur í einstaklingskeppni. Í liðakeppni skal senda minnst tvo dómara á lið. Engin afskráning.

Hópfimleikar

Félög skrá á mót í gegnum FELIX tölvukerfið eigi síðar en 4 vikum fyrir mót. Þar skal koma fram nöfn þátttakenda og varamanna, kennitala og keppnisflokkur. Skila skal inn nöfnum dómara í þar tilgerða möppu. Félög senda tvo dómara á fyrsta lið sem er skráð til keppni og svo einn dómara á lið eftir það. Engin afskráning.

Stökkfimi

Félög skrá á mót í gegnum FELIX tölvukerfið eigi síðar en 4 vikum fyrir mót. Þar skal koma fram nöfn þátttakenda og varamanna, kennitala og keppnisflokkur. Skila skal inn nöfnum dómara í þar tilgerða möppu. Félög eiga að senda inn einn dómara fyrir hverja fjóra keppendur í einstaklingskeppni. Í liðakeppni skal senda minnst tvo dómara á lið. Engin afskráning.

2 vikum fyrir mót

Berist þáttökutilkynningar, greiðsla og skráning á dómurum ekki fyrir þennan tíma, missir viðkomandi félag keppnisrétt í mótinu. Mótagjöld skulu greiðast skv. skráningu 14 dögum fyrir mót. Skrifstofa FSÍ getur veitt 4 daga frest til að ganga frá greiðslunni með sektarálagi sem samsvarar tvöföldum þáttökugjöldum félagsins á viðkomandi móti.

Áhaldafimleikar, Frjálsar æfinga og 1. og 2. þrep

Félög skrá á mót í gegnum FELIX tölvukerfið eigi síðar en 2 vikum fyrir mót. Þar skal koma fram nöfn þátttakenda og varamanna, kennitala og keppnisflokkur. Skila skal inn nöfnum dómara í þar tilgerða möppu. Félög eiga að senda inn einn dómara fyrir hverja fjóra keppendur í einstaklingskeppni. Í liðakeppni skal senda minnst tvo dómara á lið. Engin afskráning.

Hópfimleikar

Nafnalistar þurfa að berast skrifstofu. Engin afskráning.

1 viku fyrir mót

FSÍ tilkynnir viðkomandi félagi keppnisröð og tímaplan viku fyrir mót.

Mótagjöld fást endurgreidd ef um er að ræða slys eða veikindi og tilkynnt er skriflega til skrifstofu FSÍ tveimur sólarhringum fyrir setningu móts.

VERÐLAUN

Verðlaunapeningar

Alltaf skal veita verðlaun fyrir 1., 2. og 3.sæti. Ávallt skal veita fyrst verðlaun fyrir fyrsta sæti.

Áhaldafimleikar

Ef keppendur í fjölþraut eru 15 skal veita 1., 2., 3., 4. og 5. verðlaun í fjölþraut, ef keppendur eru 30 eða fleiri skulu veitt 1., 2., 3., 4., 5., 6., 7., 8., 9. og 10. verðlaun í fjölþraut. Þátttöku verðlaun skulu vera veitt fyrir 4.-10. sæti.

Viðurkenning skal vera veitt, á Íslandsmóti í þrepum, þeim einstaklingum sem náð hafa sínu þrepi á keppnisárinu.

Hópfimleikar

Verðlaun skulu veitt fyrir 1,2 og 3 sæti hverri deild í hverjum flokki nema 5 flokki en þar frá allir þátttakendur þátttöku verðlaun.

Bikarar

- Bikarar eru veittir á Íslandsmeistaramótum, Bikarmeistaramótum og Meistaramótum.
- Eignabikarar eru fyrir alla aldursflokka og í öllum getuflokkum í báðum kynjum og blönduðum flokkum.
 - Hópfimleikar veita eignabikar fyrir 1. sæti á einstökum áhöldum í hverjum flokki á Íslandsmóti.
 - Hópfimleikar veita eignarbikar fyrir 1 sæti í öllum flokkum á Íslandsmóti unglinga.
 - Hópfimleikar veita deildarbikar í öllum flokkum nema 5. flokki
 - Áhaldafimleikar veita stigameistara bikar í frjálsum æfingum hjá báðum kynjum.
 - Áhaldafimleikar veita bikar fyrir Íslandsmeistara (stigahæsta einstaklingnum) í hverju þrepi.
 - Stökkfimi veita eignabikar fyrir 1.sæti samanlagðan árangur í öllum aldursflokkum, í A-flokki.
- Farandbikarar eru aldrei til eignar.
 - Áhaldafimleikar eru með sex bikara. Bikarmeistarar í frjálsum æfingum karla og kvenna. Íslandsmeistarar í frjálsum æfingum karla og kvenna, bæði í fullorðinsflokki og unglíngaflokki.
 - Hópfimleikar eru með 9 bikara. Bikarmeistarar í karla, kvenna og blönduðum flokki í fullorðinsflokki og 1 flokki. Íslandsmeistarar í karla, kvenna og blönduðum flokki í fullorðinsflokki.

Almennt um áhaldafimleika:

Áhaldafimleikar eru grein innan alþjóðlega fimleikasambandsins (FIG) og er keppt eftir þeim reglum sem heita Code of Points sem breytast eftir hverja Ólympíuleika. Fimleikasamband Íslands (FSÍ) gefur út keppnisæfingar fyrir yngri flokka sem styðjast við reglur FIG.

Aldursflokkar í frjálsum æfingum (FIG).

Samkvæmt kröfum móta.

Aldursflokkar í íslenska fimleikastiganum (FSÍ).

- Samkvæmt kröfum móta.
- Aldur miðast við fæðingarár. Tækninefndum er heimilt að breyta eða sameina aldurshópa ef þörf þykir.
- Keppt er eftir reglum um Íslenska fimleikastigan.
- Tækninefndir í áhaldafimleikum gefa út skjal með innihaldi móta á hverju hausti, kröfur móta.

Almennt um hópfimleika:

Keppt er eftir Code of Point Teamgym með íslenskum aðlögunum. Code of Point er gefin út af UEG og íslenskar aðlaganir eru samdar af tækninefnd í hópfimleikum. Keppt er í eftirfarandi flokkum í hópfimleikum: karla, kvenna og blönduðum liðum.

Aldursflokkar í hópfimleikum.

Samkvæmt kröfum móta.

Keppandi getur keppt með tveimur liðum á sama mótinu, en þó aldrei í sama flokki (ekki hægt að keppa við sjálfan sig). Þó má ekki meira en þriðjungur liðsins vera skráður í annað lið.

REGLUR UM ÁHÖLD Á FIMLEIKAMÓTUM

Áhaldafimleikar

- Styðjast skal við reglur FIG um þau mál í áhaldafimleikum, en yfirdómara á viðkomandi áhaldi ásamt eftirlitsdómara, er heimilt að úrskurða um einstök áhöld í einstöku mótum. Fyrir þrjú mótin skal farið eftir íslenska fimleikastiganum og ákvæði um áhöld þar.
- Mótsstjóri sér um að útvega lögleg áhöld á mótssstað að höfðu samráði við tækninefndir í viðkomandi grein. Þjálfurum og þátttakendum er ekki leyfilegt að mæta með áhöld (t.d. stökkbretti) eða önnur hjálpartæki (s.s. litlar dýnur) á mótssstað og flytja á milli áhald í keppninni án samþykkis tækninefnda.

Hópfimleikar

- Styðjast skal við reglur UEG í hópfimleikum, en yfirdómara á viðkomandi áhaldi ásamt eftirlitsdómara, er heimilt að úrskurða um einstök áhöld í einstöku mótum
- Mótsstjóri sér um að útvega lögleg áhöld á mótssstað að höfðu samráði við tækninefnd. Þjálfurum og þátttakendum er ekki leyfilegt að mæta með áhöld (t.d. stökkbretti) eða önnur hjálpartæki (s.s. litlar dýnur) á mótssstað og flytja á milli áhald í keppninni án samþykkis tækninefnda. Undantekning er trampólín á hópfimleikamótum, á meðan að leyfilegt er að keppa með sitt eigið trampólín á mótum erlendis er það leyfilegt á mótum á Íslandi.

REGLUR UM AUGLÝSINGAR Á ÍÞRÓTTABÚNINGUM

Skv. reglum FIG í áhaldafimleikum og UEG í hópfimleikum.

HELSTU MÓT:**Áhaldafimleikar:****Innanlands**

- | | | |
|---|-----|--------------------------|
| • Styrktaraðila mót | FIG | Frjálsar æfingar |
| • Haustmót í frjálsum æfingum | FIG | Frjálsar æfingar |
| • Haustmót í þrepum | FSÍ | Íslenski fimleikastiginn |
| • Þrepamót FSÍ | FSÍ | Íslenski fimleikastiginn |
| • Bikarmeistaramót í frjálsum æfingum | FIG | Frjálsar æfingar |
| • Bikarmeistaramót í þrepum | FSÍ | Íslenski fimleikastiginn |
| • Íslandsmeistaramót í frjálsum æfingum | FIG | Frjálsar æfingar |
| • Íslandsmeistaramót í þrepum | FSÍ | Íslenski fimleikastiginn |
| • Meistaramót | FIG | Frjálsar æfingar |

	FIMLEIKASTIGINN	FRJÁLSAR ÆFINGAR
Sept-Október		Fyrirtækjamót
Okt-Nóvember	Haustmót í þrepum	Haustmót í áhaldafimleikum og 1, 2 þrepi
Janúar-Febrúar	Þrepamót FSÍ	
Febrúar-Mars	Bikarmeistaramót í þrepum	Bikarmeistaramót í áhaldafimleikum
Mars-Apríl	Íslandsmeistaramót í þrepum	Íslandsmeistaramót í áhaldafimleikum
Apríl-Maí		Meistaramót

Erlend mót

- | | | |
|---------------------------------------|--------|--|
| • Norðurlandamót í áhaldafimleikum | Senior | Sjá Nordens Gymnastikförbund Regulations |
| • Norðurlandamót í áhaldafimleikum | Junior | Sjá Nordens Gymnastikförbund Regulations |
| • Norðurevrópumótið í áhaldafimleikum | | Sjá NEC Regulations |
| • HM í áhaldafimleikum | | Sjá reglur FIG |
| • Ólympíuleikar (lágmark frá FIG) | | Sjá reglur FIG |
| • Evrópumót í áhaldafimleikum | | Sjá reglur UEG |
| • Smáþjóðaleikar (ÍSÍ) | | Sjá reglur UEG |
| • Ólympíuhátíð Evrópuæskunnar (ÍSÍ) | | Sjá reglur frá ÍSÍ og UEG |

Hópfimleikar:**Innanlands**

- | | |
|--------------------------------------|----------------------------|
| • Haustmót í hópfimleikum | 2.,3.,4. flokkur |
| • RIG | Meistaraflokkur, 1.flokkur |
| • Unglingameistaramót í hópfimleikum | 1.,2.,3.,4., og 5. flokkur |
| • Bikarmót í hópfimleikum | Meistaraflokkur, 1.flokkur |
| • Íslandsmeistaramót í hópfimleikum | Meistaraflokkur |
| • Vormót í hópfimleikum | 2., 3.,4. og 5.flokkur |

Bikarmót. Keppt er eftir reglum um meistaraflokk en aðrir flokkar geta tekið þátt á mótinu skv kröfum móta hópfimleika

Deildarkeppni í hópfimleikum

Þrjú mót telja til stiga í hverjum flokki og aldursflokki. Deildarmeistari er það lið sem hefur flest stig að loknum þeim mótum sem telja til stiga á hverju ári í hverjum flokki. Tækninefnd sendir út tilkynningu um hvaða mót telja í tengslum við mótaskrá ár hvert.

1.sæti	7 stig
2.sæti	5 stig
3.sæti	4 stig
4.sæti	3 stig
5.sæti	2 stig
6.sæti	1 stig

Ef lið eru jöfn:

1. Fleiri sigrar í fjölþraut á tímabilinu.
2. Fleiri innbyrðis sigrar á milli liðanna sem eru jöfn á tímabilinu.
3. Fleiri sigrar á einstökum áhöldum.
4. Allar einkunnir á mótunum þremur sem telja til stiga.

Erlend mót

- Norðurlandamót í hóp fimleikum, fullorðnir, Dæmt eftir CoP-UEG ásamt teknisk reglemang frá NTC-TG
- Norðurlandamót í hóp fimleikum, unglíngar, Dæmt eftir CoP-UEG ásamt teknisk reglemang frá NTC-TG
- Evrópumót hóp fimleikar, unglíngar og fullorðnir Dæmt eftir CoP-UEG

Stökkfimi:**Innanlands**

- Íslandsmeistaramót í stökkfimi
- Bikarmeistaramót í stökkfimi

Aldursflokkar

- Sjá keppnisstiga Stökkfimi.

Ítarlegar upplýsingar um fimleikamót**ÁHALDAFIMLEIKAMÓT****“STYRK TARÆDILA”MÓT FSÍ**

1	Nafn móts	Fyrirtækjamót í áhaldafimleikum
2	Tímabil	September – október
3	Innihald móts	Frjálsar æfingar karla og kvenna, allir aldursflokkar
4	Fyrirkomulag	Einstök áhöld
5	Keppnisreglur	FIG
6	Verðlaun	Verðlaunapeningar á hverju áhaldi í hverjum aldursflokki karla og kvenna

HAUSTMÓT ÁHALDAFIMLEIKUM**Frjálsar æfingar**

1	Nafn móts	Haustmót í áhaldafimleikum – frjálsar æfingar og 1, 2 þrep
2	Tímabil	Október – nóvember
3	Innihald móts	Frjálsar æfingar karla og kvenna. Allir aldursflokkar
4	Fyrirkomulag	Fjölþraut og einstök áhöld
5	Keppnisreglur	FIG
6	Verðlaun	Verðlaunapeningar í fjölþraut og á hverju áhaldi í hverjum aldursflokki karla og kvenna

Fimleikastiginn

1	Nafn móts	Haustmót í þrepum
2	Tímabil	Október – nóvember
3	Innihald móts	5.-1. þrep í íslenska fimleikastiganum karla og kvenna. Allir aldursflokkar
4	Fyrirkomulag	Fjölþraut og einstök áhöld
5	Keppnisreglur	Íslenski fimleikastinn karla og kvenna
6	Verðlaun	Verðlaunapeningar í fjölþraut og á hverju áhaldi í hverjum aldursflokki karla og kvenna

ÞREPAMÓT FSÍ

1	Nafn móts	Þrepamót FSÍ
2	Tímabil	Janúar – febrúar
3	Innihald móts	5.-1. þrepi í íslenska fimleikastiganum karla og kvenna. Allir aldursflokkar
4	Fyrirkomulag	Fjölþraut og einstök áhöld
5	Keppnisreglur	Íslenski fimleikastinn karla og kvenna.
6	Verðlaun	Verðlaunapeningar í fjölþraut og á hverju áhaldi í hverjum aldursflokki karla og kvenna

Keppni í þrepamóti er skipt upp í marga hluta. Einungis þeir sem keppa saman til verðlauna verða að keppa á sama tíma.

BIKARMEISTARAMÓT Í ÁHALDAFIMLEIKUM

- Tækninefndir í áhaldafimleikum gefa út keppnisfyrirkomulag. Hversu margir eru í liði, keppa á áhaldi og telja til stiga í hverju þrepi fyrir sig.
- Liði er ekki heimilt að hefja keppni með færri keppendum en telja til stiga.
- Heimilt er að skrá tvo varamenn með hverju liði sem skipta má inn á fyrir mót. Skrifleg tilkynning undirrituð af þjálfara þarf að berast yfirdómara fyrir innmars.
- Keppnisröð á hverju áhaldi fyrir sig afhendist mótsstjóra á þjálfarafundi mótsins.
- Hver þátttakandi hefur einungis rétt til keppni í einum getuflokki á mótinu. Hægt er að keppa með í liði í frjálsum æfingum þó keppandi sé í þrepum á öðrum mótum vetrarins.

Frjálsar æfingar

1	Nafn móts	Bikarmeistaramót í áhaldafimleikum
2	Tímabil	Febrúar – mars
3	Innihald móts	Frjálsar æfingar karla og kvenna, opinn aldur
4	Fyrirkomulag	Liðakeppni 5-5-3, frjáls fjöldi liða, hámark 2 varamenn, frjáls gestafjöldi
5	Keppnisreglur	FIG
6	Verðlaun	Verðlaunapeningar í liðakeppni karla og kvenna. Farand- og eignabikar hjá báðum kynjum.

Fimleikastiginn

1	Nafn móts	Bikarmeistaramót í þrepum
2	Tímabil	Febrúar – mars
3	Innihald móts	5.-1. þrepi í íslenska fimleikastiganum karla og kvenna.
4	Fyrirkomulag	Liðakeppni, frjáls fjöldi liða frá hverju félagi í hverju þrepi
5	Keppnisreglur	Íslenski fimleikastinn karla og kvenna
6	Verðlaun	Verðlaunapeningar í liðakeppni. Eignabikar fyrir 1.sæti í hverju þrepi hjá báðum kynjum

ÍSLANDSMEISTARAMÓT Í ÁHALDAFIMLEIKUM**Frjálsar æfingar**

1	Nafn móts	Íslandsmeistaramót í áhaldafimleikum
2	Tímabil	Mars – apríl
3	Innihald móts	Frjálsar æfingar karla og kvenna. Fullorðinsflokkur og unglingsflokkur
4	Fyrirkomulag	Fjölþraut á fyrri degi ásamt úrtökumóti á áhöldum, úrslit á einstökum áhöldum á seinni degi
5	Keppnisreglur	FIG
6	Verðlaun	Verðlaunapeningar í fjölþraut og á hverju áhaldi í hverjum aldursflokki karla og kvenna. Farand- og eignabikar í báðum aldursflokkum hjá báðum kynjum í fjölþraut.

Fimleikastiginn

1	Nafn móts	Íslandsmeistaramót í þrepum
2	Tímabil	Mars – apríl
3	Innihald móts	5.-1. þrepi í íslenska fimleikastiganum karla og kvenna, allir aldursflokkar kk og kvk
4	Fyrirkomulag	Fjölþraut
5	Keppnisreglur	Íslenski fimleikastinn karla og kvenna, þátttaka = sjá kröfur móta
6	Verðlaun	Verðlaunapeningar í fjölþraut. Eignabikar fyrir besta árangur í hverju þrepi kk og kvk.

MEISTARAMÓT**Frjálsar æfingar**

1	Nafn móts	Meistaramót
2	Tímabil	Apríl – maí
3	Innihald móts	Frjálsar æfingar karla og kvenna, allir aldursflokkar
4	Fyrirkomulag	Fjölþraut og einstök áhöld
5	Keppnisreglur	FIG, sjá nánar í kröfum móta
6	Verðlaun	Verðlaunapeningar í fjölþraut og á hverju áhaldi í hverjum aldursflokki karla og kvenna. Farand- og eignabikar í báðum aldursflokkum hjá báðum kynjum í fjölþraut. Stigameistari krýndur.

HÓPFIMLEIKAMÓT**HAUSTMÓT Í HÓPFIMLEIKUM**

1	Nafn móts	Haustmót í hópfimleikum
2	Tímabil	Október – nóvember
3	Innihald móts	2.flokkur, 3.flokkur og 4.flokkur
4	Fyrirkomulag	Mótið telur til stiga í deildarkeppni í 2. , 3. og 4 .flokki
5	Keppnisreglur	UEG með íslenskum aðlögunum
6	Verðlaun	Verðlaunapeningar í hverjum aldursflokki karla,kvenna og blönduðum flokki og deildum.

RIG (Reykjavík International Games)

1	Nafn móts	RIG
2	Tímabil	Janúar
3	Innihald móts	Keppt er í meistaraflokki og 1. flokki.
4	Fyrirkomulag	Mótið telur til stiga í deildarkeppni meistaraflokks og 1.flokks.
5	Keppnisreglur	UEG með íslenskum aðlögunum.
6	Verðlaun	Verðlaunapeningar í flokki karla, kvenna og í blönduðum flokki og deildum.

ÍSLANDSMÓT UNGLINGA Í HÓPFIMLEIKUM

1	Nafn móts	Íslandsmót unglunga í hópfimleikum
2	Tímabil	Febrúar
3	Innihald móts	1. flokkur, 2.flokkur, 3.flokkur, 4.flokkur og 5.flokkur.
4	Fyrirkomulag	Mótið telur til stiga í deildarkeppni í öllum flokkum nema 5. Flokki.
5	Keppnisreglur	UEG með íslenskum aðlögunum
6	Verðlaun	Verðlaunapeningar í hverjum aldursflokki karla, kvenna og í blönduðum flokki og deildum. Í 5.flokki fá allir þátttöku viðurkenningar.

BIKARMEISTARAMÓT Í HÓPFIMLEIKUM

1	Nafn móts	Bikarmeistaramót í hópfimleikum
2	Tímabil	Mars
3	Innihald móts	Keppt er í meistaraflokki og 1. Flokki
4	Fyrirkomulag	Mótið telur til stiga í deildarkeppni í öllum flokkum
5	Keppnisreglur	UEG með íslenskum aðlögunum
6	Verðlaun	Verðlaunapeningar í hverjum aldursflokki karla, kvenna og í blönduðum flokki og deild. Eignar og farandbikar er afhentur í deild í A í hverjum flokki. Deildarmeistarar krýndir í 1. Flokki

ÍSLANDSMEISTARAMÓT Í HÓPFIMLEIKUM

1	Nafn móts	Íslandsmeistaramót í hópfirmleikum
2	Tímabil	Apríl – fyrstu viku í maí
3	Innihald móts	Sex efstu liðin í karla, kvenna og blönduðum liðum frá Bikarmóti keppa á mótinu. Öll liðin í hverjum flokki keppa í einum opnum aldursflokki
4	Fyrirkomulag	Mótið fer fram á tveimur dögum. Fyrri daginn er keppt um Íslandsmeistaratitil í fjölþraut í hverjum flokki. Seinni daginn keppa þrjú efstu liðin á hverju áhaldi frá fyrra degi til úrslita á einstökum áhöldum
5	Keppnisreglur	UEG með íslenskum aðlögunum.
6	Verðlaun	Verðlaunapeningar í flokki karla, kvenna og í blönduðum flokki. Eignar og farandbikarar veittir Íslandsmeisturum í fjölþraut í hverjum flokki. Eignarbikarar veittir íslandsmeisturum á einstökum áhöldum í hverjum flokki. Eignar og farandbikarar eru veittir deildarmeisturum í meistaraflokki. Íslandsmeistarar í hópfirmleikum krýndir. Deildarmeistarar meistaraflokks krýndir.

VORMÓT Í HÓPFIMLEIKUM

1	Nafn móts	Vormót í hópfirmleikum
2	Tímabil	9.-20.maí
3	Innihald móts	Keppt er í 2., 3., 4. og 5. flokki
4	Fyrirkomulag	Mótið telur til stiga í deildarkeppni öllum flokkum.
5	Keppnisreglur	UEG með íslenskum aðlögunum
6	Verðlaun	Verðlaunapeningar í hverjum aldursflokki karla, kvenna og í blönduðum deild. Deildarmeistarar krýndir í 2., 3. og 4. flokki. Í 5. flokki fá allir þátttakendur verðlaunapening.

STÖKKFIMI**ÍSLANDSMEISTARAMÓT Í STÖKKFIMI**

1	Nafn móts	Íslandsmeistaramót í Stökkfimi
2	Tímabil	Október-nóvember.
3	Innihald móts	Keppt er eftir keppnisreglum í Stökkfimi, A og B flokki
4	Fyrirkomulag	Fjölþraut og einstök áhöld í öllum aldursflokkum
5	Keppnisreglur	Keppt eftir reglum í hópfirmleikum, dæmt eftir b-frádrátt í COP, teamgym
6	Verðlaun	Verðlaunapeningar í hverjum getuflokki karla og kvenna. Eignabikar í samanlögðum árangri í A-flokki.

BIKARMEISTARAMÓT Í STÖKKFIMI

1	Nafn móts	Bikarmeistaramót í Stökkfimi
2	Tímabil	Mars-apríl.
3	Innihald móts	Keppt er eftir keppnisreglum í Stökkfimi, A og B flokki
4	Fyrirkomulag	Fjölþraut og einstök áhöld í öllum aldursflokkum
5	Keppnisreglur	Keppt eftir reglum í hópfirmleikum, dæmt eftir b- frádrátt í COP, teamgym
6	Verðlaun	Verðlaunapeningar í hverjum getuflokki karla og kvenna. Eignabikar í samanlögðum árangri í A-flokki.