

16.nóvember 2021

Frá Tækninefnd kvenna

Berist til yfirþjálfara, þjálfara og dómara í áhaldafimleikum kvenna

**Efni: Tvöfaldar sérkröfur fyrir unglunga og stúlknaflokk
Dýnur á mótum**

Tvöfaldar sérkröfur fyrir unglinga og stúlkna flokk eru í gildi á eftirfarandi mótum:
Haustmót 2021, GK mót 2022 og Íslandsmeistaramót 2022

Gildir fyrir:

- Tvíslá: allar sérkröfur minnst B
- Slá: akró sería
- Gólf: tvöfalt heljarstökk

Tvöfaldar sérkröfur gilda ekki á **Bikarmóti 2022**, þær gilda eingöngu á mótum þar sem keppt er í einstaklingskeppni.

Dýnur á mótum:

Keppendum í frjálsum æfingum, 1. og 2. þrepi er leyfilegt að nota 10 cm auka-yfirdýnu:

- undir flugæfingar á tvíslá, (D+)
- akróæfingar á gólfi (D+), staðsetja þarf dýnuna inn á gólfinu áður en æfing hefst, leyfilegt er að taka dýnuna út af strax eftir notkun
- í afstökkum á slá (D+)

Engar dýnur eru leyfðar á Íslandsmóti í frjálsum æfingum.

Tækninefnd í áhaldafimleikum kvenna