



## Mótaröðin - hópfimleikar

Mótaröðin samanstendur af þremur hópfimleikamótum sem verður dreift yfir keppnistímabilið. Liðin safna stigum yfir þessi þrjú mót og einungis verða veitt verðlaun á lokamótinu. Keppt verður í semi-lendingu og er markmið mótaraðarinnar að leyfa fleiri iðkendum að fá keppnisreynslu, ýta undir möguleikann á að prufa ný stökk í keppni og leyfa fleiri keppendum að njóta sín á keppnisgólfinu. Hvetjum við þjálfara til þess að setja saman alls konar lið og leyfa öllum að taka þátt.

## Keppnisreglur

Kept verður eftir Code of Points, reglum fyrir unglinga. Þar af leiðandi mega öll lið keppa með eina umferð á dýnu þar sem einungis eru framkvæmd tvö stökk.

## Dómarar

Dómarar skulu allir hafa gilt dómaraþróf í Code of Points reglunum frá EG. Þrír E-dómarar verða á hverju áhaldi, fjórir CD dómarar á gólfi og einn CD dómari á dýnu og trampólíni.

## Liðin

**Lið samanstanda af 6 – 15 keppendum og allir mega keppa á hverju áhaldi.**

Keppendur skulu vera fæddir 2010 eða fyrr (aldursflokkar 1. flokks og meistaraflokks). Ekki verður nánari aldursskipting. Keppt verður í einum flokki, þ.e.a.s. kvenna-,karla- og blönduð lið keppa öll í sama flokki **og ekki veittur frádráttur fyrir ójafnt kynjahlutfall.**

Keppendur geta ekki keppt við sjálfa sig og mega því einungis keppa með einu liði á hverju móti.

Að lágmarki 6 keppendur keppa á hverju áhaldi en frjálst er að skipta keppendum á milli áhalds. Það þýðir að einhverjir keppendur gætu keppt einungis á gólfi, einungis á dýnu eða einungis á trampólíni. Ekki er veittur frádráttur fyrir að vera með of fáa keppendur í gólfæfingum ef 6 eða 7 keppa á gólfi.

Ekki er þörf á því að keppa á öllum áhöldum en liðin safna stigum fyrir gengi á hverju áhaldi.

## Dómgæsla

- Frádráttapunktur og erfiðleiki hvernar umferðar eru deildar með fjölda keppenda í umferðinni og margfaldað með 6 líkt og yngri flokkum. Við það myndast E / D einkunn umferðarinnar
- C-krafan er uppfyllt í hlutfalli við fjölda keppenda sem gera kröfuna, á móti þeim sem gera hana ekki. Tafla fyrir útreikning er aftast í reglunum.
- Frádráttur fyrir að framkvæma ranga æfingu í sameiginlegri umferð er 0,2 á keppanda óháð fjölda keppenda í umferð.
- Veittur er lendingabónus ef öll stökk eru lent og án móttöku/stuðnings. Bónusinn er 0,2 á lokaeinkunn E - Dómara

### C frádráttur – Trampólín

1. Framkvæmir rangt / ógilt stökk í liðsumferð	0,2 per keppandi
2. Stígandi	0,1 /keppandi í hvert skipti
3. Endurtekning	0,2 / keppandi í hvert skipti
4. Skrúfukrafa (540° í einföldum heljarstökkum, 180° í tvö- /preföldum	Frádráttur samkvæmt töflu
5. Krafa um tvöföld heljarstökk	Frádráttur samkvæmt töflu
6. Vantar umferð með/án hests	2,0

## C frádráttur – Dýna

1. Framkvæmir rangt / ógilt stökk í liðsumferð	0,2 per keppandi
2. Stígandi	0,1 /keppandi í hvert skipti
3. Endurtekning síðasta stökks	0,2 / keppandi í hvert skipti
4. Skrúfukrafa (360° í einföldum heljarstökkum, 180° í tvö- /þreföldum	Frádráttur samkvæmt töflu
5. Vantar fram / afturábak umferð	Frádráttur samkvæmt töflu
6. Fjöldi æfinga ekki samkvæmt kröfum (missing element)	0,3 (ATH ekki eins og í undanþágum)

## Stig og verðlaun

Á meðan á mótariðinni stendur munu liðin sem skrá sig safna stigum. Stigagjöfin er eftirfarandi:

1.sæti :20 stig

2.sæti: 18 stig

3.sæti: 16 stig

4.sæti :14 stig

5.sæti: 12 stig

6.sæti: 10 stig

7.sæti :8 stig

8.sæti: 6 stig

9.sæti: 4 stig

10.sæti: 2 stig

