

Mótaröðin - hópfimleikar

Mótaröðin samanstendur af þremur hópfimleikamótum sem verður dreift yfir vorönnina. 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

Keppt 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 dómarapróf í Code of Points reglunum frá UEG. 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 14 ára (samanber aldursviðmið á NMJ). 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.

Árið 2025: Iðkendur fæddir 2012 og eldri

Árið 2026: Iðkendur fæddi 2012 og eldri

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 áhalda. 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. 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. Stigandi	0,1 /keppandi í hvert skipti
3. Endurtekning	0,2 / keppandi í hvert skipti
4. Skrúfukrafa (540° í einföldum heljarstökkum, 180° í tvö-/þreföldum	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. Stigandi	0,1 /keppandi í hvert skipti
3. Endurtekning síðasta stökks	0,2 / keppandi í hvert skipti
4. Skrufukrafa (360° í einföldum heljarstökkum, 180° í tvö-/preföldum	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 mótaröðinni 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

Veitt eru stig fyrir hvert áhald. Hæsti mögulegur stigafjöldi sem lið getur fengið á einu móti eru 60 stig.

Einungis verða veitt verðlaun á lokamótinu, þegar að sigurvegari mótaraðarinnar er krýndur. Þá verður veitt verðlaun fyrir 1.-3.sæti í samanlögðum árangri og 1.sæti á hverju áhaldi fyrir sig.



C-tafla

Hversu margir gera kröfuna?	Hversu margir í umferðinni?									
	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	1,0	1,0	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1
2	0,8	0,9	0,9	0,9	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0
3	0,6	0,7	0,8	0,8	0,8	0,9	0,9	0,9	0,9	1,0
4	0,4	0,7	0,6	0,7	0,7	0,8	0,8	0,8	0,9	0,9
5	0,2	0,3	0,5	0,5	0,6	0,7	0,7	0,7	0,8	0,8
6	0,0	0,2	0,3	0,4	0,5	0,5	0,6	0,6	0,7	0,7
7	X	0,0	0,2	0,3	0,4	0,4	0,5	0,6	0,6	0,6
8	X	X	0,0	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5	0,5	0,6
9	X	X	X	0,0	0,1	0,2	0,3	0,4	0,4	0,5
10	X	X	X	X	0,0	0,1	0,2	0,3	0,3	0,4
11	X	X	X	X	X	0,0	0,1	0,2	0,3	0,3
12	X	X	X	X	X	X	0,0	0,1	0,2	0,2
13	X	X	X	X	X	X	X	0,0	0,1	0,2
14	X	X	X	X	X	X	X	X	0,0	0,1
15	X	X	X	X	X	X	X	X	X	0,0