Kröfur móta í áhaldafimleikum kvenna 2026-2027

Áhaldafimleikar kvenna

Berist til yfirþjálfara, þjálfara og dómara í áhaldafimleikum kvenna.

Í frjálsum æfingum verður keppt eftir alþjóðlegum dómarareglum FIG 2025-2028. Keppnistímabilið er frá 1. ágúst 2026 til 31. júlí 2027.

Í þrepunum verður keppt eftir dómarareglum Íslenska fimleikastigans samhliða alþjóðlegum dómarareglum FIG 2025 - 2028. Keppnistímabilið er frá 1. ágúst 2026 til 31. júlí 2027.

Aldursflokkar

Í einstaklingskeppni er aldursflokkaskipting skv. Móta- og keppnisreglum FSÍ og eða FIG.

Aldursflokkar í frjálsum æfingum

Keppt er í þremur aldursflokkum í frjálsum æfingum, aldursflokkar eru ekki sameinaðir. Kvennaflokki (senior), unglingaflokki (junior) og stúlknaflokki (youth) skv., FIG.

Flokkur	Aldur	2026	2027
Kvennaflokkur	16 ára og eldri	´10 og fyrr	´11 og fyrr
Unglingaflokkur	14 – 15 ára	´11 og ´12	´12 og ´13
Stúlknaflokkur	13 ára og yngri	´13 og síðar	´14 og síðar

Aldursflokkar í þrepum

Keppt verður í eftirfarandi aldurshópum á þrepamótum FSÍ:

Þrep			
3. þrep	11 ára og yngri	12 ára	13 ára og eldri
2. þrep	12 ára og yngri	13 ára og eldri	
1. þrep	13 ára og yngri	14 ára og eldri	

Aldursflokkar halda sér í hverju þrepi, eru ekki sameinaðir. Á Bikarmóti er ekki aldursflokkaskipting.

Innihald móta

FSÍ hvetur félögin til þess að halda boðsmót og að sækja mót erlendis til þess að fá frekari reynslu fyrir keppendur, þjálfara og dómara.

Keppt er í einstaklingskeppni í 4. og 5. þrepi Fimleikastigans. Veitt eru gullverðlaun fyrir að ná 4. og 5. Þrepi, heildarstig í fjölþraut 56,000 stig eða hærri, silfurverðlaun ef heildarstig eru á bilinu 54,000 – 55,999 og bronsverðlaun ef 53,999 eða lægri stig, sjá stig í Fimleikastiganum og skv., TKV kröfum móta 2026 - 2027. Þegar keppandi hefur náð tilskyldum stigum er hann útskrifaður úr þrepinu í lok keppnistímabils FSÍ að vori. Keppandi má keppa í sama þrepinu út keppnistímabilið en færist í nýtt þrep frá og með næsta hausti. Keppendur í 3. - 1. þrepi keppa einnig út keppnistímabilið ef þeir hafa náði tilsettu þrepi, skv., stigagjöf Fimleikastigans og TKV, ljúka þrepi með því að keppa á Íslandsmóti að vori. Minnt er á að iðkandi þarf ekki að ná þrepi til að hækka sig upp um þrep.

Haustmót í áhaldafimleikum 2026 (Frjálsar, 1., 2., og 3. þrep)

Keppt er til verðlauna í fjölþraut og á einstökum áhöldum**.** Þátttökuskilyrði í frjálsum æfingum er að hafa náð aldri til að keppa í einum af þremur aldursflokkum. Keppt fjölþraut og C-III á stökki. Í frjálsum æfingum keppir kvennaflokkur skv., FIG reglum seniora, unglingaflokkur reglum juniora og stúlknaflokkur reglum FIG youth 12 ára. ***Með þátttöku á þessu móti í frjálsum æfingum afsalar keppandi sér þátttökurétti í 2., 3., 4., og 5. þrepi. Einnig ef keppt er í fjölþraut í frjálsum æfingum útilokar það áframhaldandi keppni í 1. þrepi.***

Þrepamót 1 2026 (4. – 5. þrep)

Veitt eru þátttökuverðlaun háð stigagjöf, gullverðlaun fyrir að ná þrepi, einnig silfur- og bronsverðlaun háð viðmiðum stigagjafar Fimleikastigans og TKV. Veitt eru gullverðlaun fyrir að ná 4. og 5. Þrepi, heildarstig í fjölþraut 56,000 stig eða hærri, silfurverðlaun ef heildarstig eru á bilinu 54,000 – 55,999 og bronsverðlaun ef 53,999 eða lægri stig. Keppendur mega keppa út keppnistímablið að vori í sama þrepi, ef keppandi nær þrepi á þessu tímabili færist hann upp um þrep næsta haust. Minnt er á að iðkandi þarf ekki að ná þrepi til að hækka sig upp um þrep.

Þrepamót 2026 (1. – 3. þrep)

Keppt til verðlauna í fjölþraut og á einstökum áhöldum í viðeigandi aldursflokki.

Þrepamót 2 og 3 2027 (4. – 5. þrep)

Veitt eru þátttökuverðlaun háð stigagjöf, gullverðlaun fyrir að ná þrepi, einnig silfur- og bronsverðlaun háð viðmiðum stigagjafar Fimleikastigans og TKV. Veitt eru gullverðlaun fyrir að ná 4. og 5. Þrepi, heildarstig í fjölþraut 56,000 stig eða hærri, silfurverðlaun ef heildarstig eru á bilinu 54,000 – 55,999 og bronsverðlaun ef 53,999 eða lægri stig. Keppendur mega keppa út keppnistímablið að vori í sama þrepi, ef keppandi nær þrepi á þessu tímabili færist hann upp um þrep næsta haust. Minnt er á að iðkandi þarf ekki að ná þrepi til að hækka sig upp um þrep.

Bikarmót 2027 (frjálsar æfingar)

Þrep: Liðakeppni – fjöldi liða frá félagi er frjáls.

Frjálsar æfingar: Liðakeppni þar sem keppt er eftir reglum COP 2025-2028 (íslenskar sérreglur um sérkröfur og bónusa fyrir unglingaflokk gilda ekki á þessu móti). Fjöldi liða frá félagi er frjáls. Einstaklingar í frjálsum æfingum geta keppt sem gestir. ***Með þátttöku á þessu móti afsalar keppandi sér þátttökurétti í 2. 3. 4. og 5. þrep. Ef keppt er í fjölþraut útilokar það áframhaldandi keppni í 1. þrepi.***

	Lið	Gestir/varamenn
Frjálsar, 1. og 2. þrep	5-5-3: 5 í liði, 5 keppa og 3 telja til stiga	2
3. þrep	6-6-4: 6 í liði, 6 keppa og 4 telja til stiga	2

Félög sem eiga ekki lágmarks keppendafjölda geta sótt um til FSÍ að hafa sameiginlegt lið. Lágmarks keppendafjöldi miðast við skráða keppendur á Haustmóti/Þrepamóti. Sameiginleg lið verða að keppa í eins keppnisbolum.

Fjöldi þjálfara á keppnissvæði með hverju liði er tveir skv. reglum FIG, töflu í grein 3.2 COP.

Á Bikarmóti í keppni 1. – 3. þrepi er leyfilegt að skrá gestakeppendur ef félag nær ekki lágmarks fjölda í lið er eingöngu fyrir þá keppendur sem eru að spreyta sig fyrir Íslandsmót í þrepum og keppa í fjölþraut.

Á Bikarmóti er leyfilegt að skrá varamenn með hverju liði. Varamenn má setja inn í lið í sama þrepi ef breytinga er þörf 48 klst. fyrir mót eða á keppnisstað fyrir innmars vegna meiðsla eða veikinda. Einnig er leyfilegt að gera nafnabreytingu á tveim keppendum í liði, síðasta lagi 48 klst. fyrir mót eða áður en mót hefst þegar um meiðsl eða veikindi er að ræða, af þeim keppendum sem eru skráðir á mótið. Ekki er leyfilegt að skrá sama keppanda sem keppanda og varamann í sitthvort liðið eða á mismunandi þrepi eða getustigi.

Á Bikarmóti í 3.þrepi er keppt í A og B keppni. Í A keppni er keppt um bikarmeistaratitil og í B keppni eru veitt verðlaun fyrir sæti liða. Lið 1 frá hverju félagi fer sjálfkrafa í A keppni um bikarmeistaratitil, þjálfarar raða öðrum liðum eftir styrkleika á mótið til að stuðla að keppni meðal jafningja, lágmark fimm lið í B keppni til að hún fari fram.

Félagsþjálfarar meta styrkleika sinna liða ef fleiri en eitt lið er skráð til keppni. Hægt er að sækja um undanþágu við sérstakar aðstæður, til FSÍ eigi síður en 4 vikum fyrir mótið, ef félag með eitt lið vill keppa í B keppni, t.d. ef nýtt fimleikafélag eða –deild hefur þátttöku á mótum FSÍ eða félag hefur ekki keppt á þessu getustigi sl. ár. FSÍ áskilur sér rétt til að setja inn B keppni í öðrum þrepum ef þurfa þykir, fer eftir fjölda keppenda.

Lið þurfa að skila inn keppnisröð á hverju áhaldi á mótsstað á þjálfarafundi fyrir mótið.

Einstaklingur keppir bara með einu liði á mótinu.

Íslandsmót í þrepum 2027 (1. – 3. þrep)

Keppt til verðlauna í fjölþraut. Til að öðlast þátttökurétt þarf að ná lágmarks stigafjölda til að ná þrepinu skv. Fimleikastiganum í 2. og 3. þrepi á mótum FSÍ á keppnistímabilinu. Keppendur í 1. þrepi þurfa að hafa keppt í fjölþraut á Haust-, Þrepa- og/eða Bikarmeistaramóti.

Mælst er til þess að þjálfarar sjái til þess að keppendur ráði við sínar keppnisæfingar og geti framkvæmt þær af öryggi. Minnt er á að iðkandi þarf ekki að ná þrepi til að hækka sig upp um þrep.

Leyfilegt er að sleppa úr þrepi í Fimleikastiganum, en ef keppandi hefur náð tilsettum stigum í fjölþraut á keppnistímabilinu skal hann hækka um þrep á næsta keppnistímabili, sjá nánar reglur Fimleikastigans. ATH. í 1. þrepi eru engin útskriftar stig úr þrepinu. ***Ef keppt er í fjölþraut í frjálsum æfingum þá útilokar það áframhaldandi keppni í Fimleikastiganum.***

FSÍ hvetur til þess að iðkendur keppi á viðeigandi getustigi og að allir keppendur fái verkefni við hæfi.

Íslandsmót í áhaldafimleikum 2027 (frjálsar æfingar)

Keppt til verðlauna í fjölþraut og á einstökum áhöldum í unglingaflokki og kvennaflokki.

Þátttökuskilyrði eru að vera keppandi í frjálsum æfingum eða 1. þrepi íslenska fimleikastigans á keppnistímabilinu. ***Ef keppt er í fjölþraut þá útilokar það áframhaldandi keppni í 1. þrepi.***

Dagur 1 – laugardagur

Fjölþraut: Keppt í kvenna-og unglingaflokki (keppandi í stúlknaflokki sameinast unglingaflokki), keppni FIG C-I og C-II. Keppendur í undankeppni til úrslita á stökki (C-III) gera tvö stökk í keppni, þrjú stökk leyfileg í upphitun skv., reglum FIG/COP.

Dagur 2 - sunnudagur

Úrslit á einstökum áhöldum, keppni FIG C-III,: Keppt í kvenna- og unglingaflokki, fimm hæstu frá degi 1 undankeppni fyrir úrslit á einstökum áhöldum komast í úrslit á hverju áhaldi í hvorum aldursflokki. Keppendur í úrslitum á stökki gera tvö stökk í keppni, tvö stökk leyfileg í upphitun skv., reglum FIG/COP.

Vormót 2026

Keppt er til verðlauna í fjölþraut og á einstökum áhöldum í þremur aldursflokkum. Í frjálsum æfingum keppir kvennaflokkur skv., FIG reglum seniora, unglingaflokkur reglum juniora og TKV, og stúlknaflokkur reglum FIG youth 12 ára. Þátttökuskilyrði eru að hafa náð 2. þrepi á keppnistímabilinu.

Keppt í fjölþraut C-II og C-III á stökki og öðrum áhöldum.

Stigakeppni 2027 - NÝTT

Stigahæsti keppandi á mótum tímabilsins janúar til og með desember stendur uppi sem sigurvegari í Stigakeppni FSÍ í unglingaflokki og kvennaflokki. Þau mót sem telja inn í Stigameistarakeppnina eru: Bikarmót, Íslandsmeistaramót fjölþraut CI / C-II (ekki sunnudagur C- III), Vormót og Haustmót, sama útfærsla TKV og hjá Tækninefnd karla í áhaldafimleikum (TK).

Dýnur á mótum og tvöfaldar sérkröfur í unglingaflokki

Sér skjal frá TKV gildir um auka 10 cm yfirdýnur á mótum FSÍ í öllum keppnisflokkum í frjálsum æfingum og um sérkröfur og bónusa í unglingaflokki á mótum innanlands.

Skráning keppenda og þjálfara á mót

Mikilvægt er að keppendur séu skráðir á mót FSÍ á tilsettum tíma til að fá þátttökurétt og einnig að forföll séu tilkynnt til FSÍ sem allra fyrst þar sem þau hafa áhrif á hópaskipan og tímasetningar móta.

Keppni í íslenska Fimleikastiganum er heimil óháð kynjum fram að 14. aldursári. Á 14. aldursári þarf aðildafélag keppanda að óska eftir því að hvert mál fyrir sig verði skoðað af viðeigandi fagnefnd Fimleikasambandsins.

Kynsegin einstaklingar geta keppt í þeim flokki/grein sem þeir samsama sig með og lúta þá þeim reglum sem fylgja flokki/grein. Ekki er í boði að keppa í fleiri en einum flokki/grein á sama móti.

Þar sem Alþjóðafimleikasambandið hefur ekki sambærilega heimild í sínum reglum gilda þessar reglur ekki um þátttöku í landsliði á vegum sambandsins.

Af gefnu tilefni vill TKV/FSÍ minna þjálfara og keppendur á gildandi reglur varðandi fatnað keppenda á FSÍ mótum. Keppnisfatnaður skal vera í samræmi við reglur FIG, sjá grein 2.3.2, section 2 bls.9 á öllum mótum FSÍ. Sé þessum reglum ekki fylgt eftir verður frádrætti beitt samkvæmt reglum FIG. Þetta gildir um keppni í bæði frjálsum æfingum og þrepum.

Fjöldi þjálfara á keppnissvæði er skv., reglur FIG/COP 2025-2028, section 3.2, liðakeppni og einstaklingskeppni. Tveir þjálfarar frá félagi eru leyfilegir á lið á áhaldi þegar keppendur eru þrír eða fleiri þ.e. lið, annars er einn þjálfari leyfilegur með keppanda á áhaldi. Á Íslandsmóti í frjálsum æfingum, í keppni CIII, er einn þjálfari á keppanda leyfður að hámarki.

Skráning dómara á mót

Er samkvæmt 9. Gr. Móta og keppnisreglna FSÍ.

Allar athugasemdir, spurningar eða ábendingar skulu sendar á skrifstofu FSÍ.

Nefndin óskar keppendum, þjálfurum, dómurum og starfsfólki góðs gengis, árangurs og góðrar skemmtunar á komandi mótum FSÍ.

FSÍ áskilur sér rétt til breytinga ef þurfa þykir.

Gangi ykkur vel – áfram íslenskir fimleikar!