

Reglement for Efterskole DM i Tumbling

1. Reglement

1.1. Reglerne er de samme som ved normale nationale holdkonkurrencer

2. Deltagere

2.1. Et hold består af 3-4 gymnaster af samme køn (der dystes ikke i mix rækker)

2.2. En efterskole kan stille med lige så mange hold de ønsker, i hvilken som helst række.

3. Aldersgrupper

3.1. Alle konkurrere i samme aldersgruppe.

4. Rækker

4.1. C rækken – springserie på 5 spring – Airtrack

4.2. B rækken – springserie på 5 spring - Fiberbane

4.3. Elite rækken – springserie på 8 spring – Fiberbane

5. Redskaber

5.1. Airtrack Pro eller Airtrack Plus

5.1.1. Minimum længde 20 meter (springbar længde)

5.1.2. Maximum længde 26 meter (inkl. 5 meter tilløb)

5.1.3. Tilløb

5.1.3.1. Længden på tilløbet skal være 5 meter

5.1.3.2. Tilløbet kan enten være fast (tilløbskasser) eller samme underlag som springbanen (AirTrack)

5.1.4. Dispensation

5.1.4.1. En kombination af en 18 + 9 meter Airtrack, men en godkendt samling (godkendt af Teknisk Udvalg) kan tillades, hvis banens længde begrænses til 26 meter.

5.2. Fiberbane

5.2.1. Minimum længde 25 meter

5.2.2. Maximum længde 25,5 meter

5.2.3. Tilløb

5.2.3.1. Minimum længde på tilløb 10 meter

5.2.3.2. Maximum længde på tilløb 11 meter

6. Springkrav

6.1. C rækken

6.1.1. Øvelse 1: Araber - flik – whip – flik – (frit slutspring)

6.1.2.Øvelse 2: Araber – whip – whip – flik – (frit slutspring)

6.1.3.Det ene af de frie slutspring, skal indeholde et spring mindst en hel skrue.

6.1.4.Der må gerne laves dobbeltroterende spring

6.2. B rækken

6.2.1.Øvelse 1: Fri øvelse med 5 spring (skal indeholde minimum 2 salto spring)

6.2.2.Øvelse 2: Fri øvelse med 5 spring (skal indeholde minimum 2 salto spring)

6.2.3.Øvelse 2 skal også indeholde minimum et spring med mindst en hel skrue

6.3. Elite rækken

6.3.1.Øvelse 1: Fri øvelse med 8 spring (skal indeholde minimum 3 salto spring)

6.3.2.Øvelse 2: Fri øvelse med 8 spring (skal indeholde minimum 3 salto spring)

6.3.3.Øvelse 2 skal også indeholde minimum et spring med mindst en hel skrue

7. Påklædning

7.1.1.Alle gymnaster på de enkelte hold skal bære samme dragt.

7.1.2.Dragten skal være tætsiddende jævnfør det danske tumbling reglementet.

8. Licens

8.1. Der kræves ikke GymDanmark licens for at stille op i Efterskole DM i Tumbling

9. Tvivlsspørgsmål

9.1. I tilfælde af tvivlsspørgsmål vil det altid være det nationale reglement, der gælder.

10. Dommere

10.1. Teknisk udvalg sørger for at finde dommere til stævnet

11. Dato, tid og sted

11.1. Det tilstræbes at Efterskole DM placeres i ugen op til Forbundsmesterskaberne på en hverdag, så efterskolerne kan deltage i arbejdstiden. Stævnes ønskes afviklet eftermiddag/aften.

11.2. Efterskoler der ønsker at afvikle stævnet henvender sig til Tumbling tekniske udvalg senest et år før stævnet skal afholdes.

11.3. Stævnet afvikles første gang torsdag den 28. april 2016 på Vesterlund Efterskole