

Håndbog i Kvindelig Idrætsgymnastik

(Revideret marts 2018)

INDHOLDSFORTEGNELSE

1. Udvalget for Idrætsgymnastik (KIG)
2. Redskabsnormer
3. Teknisk reglement
4. Retningslinjer for dommere
5. Diverse
 - 5.1. Refundering af udgifter

1. UDVALGET FOR IDRÆTSGYMNASTIK (KIG)

Medlemmer

Vi henviser til GymDanmarks hjemmeside, hvor man til enhver tid kan finde en opdateret liste med kontaktoplysninger på UIG's medlemmer.

2. REDSKABSNORMER

Nedenstående krav til konkurrenceredskaber ønsker GymDanmark - UIG overholdt ved arrangementer, som GymDanmark - UIG står som arrangør af.

Højden på redskaberne måles fra gulvets overflade - er også gældende i trinkonkurrencer, med mindre andet er angivet!

MÅTTER: Nedspringsmætter skal være 20 cm høje (en afvigelse på 1 cm tillades).

SIKKERHEDSMÅTTER: Det er obligatorisk at bruge en sikkerhedsmåtte i landing på hest, i afsving i barre og i afspring på bom. Måtten, som skal have et overflademål på hest på 600 x 200 cm og på barre og bom på 400 x 200 cm, skal være 10 cm høj \pm 1 cm. Måtten skal placeres inden øvelsen starter, og den må ikke flyttes under øvelsen. Højden på redskaberne måles fra nedspringsmåtten, og **ikke** fra den ekstra måtte.

SPRINGBRÆT: 22 cm højt. Der skal være to typer af springbræt til rådighed under konkurrencen. En hård og en blød udgave. Det er valgfrit hvilken type gymnasten vælger at benytte.

SIKKERHEDSMÅTTE: En sikkerhedsmåtte rundt om springbrættet er krav ved rondat/Yurchenco. Sikkerhedsmåtten skal følge springbrættets overflade og fylde 15 cm til hver side og 30 cm for enden af springbrættet.

MÅTTE TIL HÆNDER: Til brug ved Yurchenco-indspring på hest. Længde: 120 cm, bredde: 100 cm.

MAGNESIUM:

Gulv: Spredning af magnesia på springgulvet er ikke tilladt. Dog er det tilladt ved f.eks. svære akrobatiske serier at sætte et kryds på gulvet. Der skal være en magnesiumbeholder/-kasse til rådighed, som gymnasterne kan træde op i før øvelsen starter.

Barre: Ved præpareringen af barren er overdrevet brug af magnesia ikke tilladt.

Bom: Det er tilladt at sætte små mærker på bommen.

Hest: "Springbord" med hældning som er fastgjort til et højderegulerbart understativ. Set forfra består hesten af en sikkerhedszone med polstring som hælder 8 grader i forhold til lodret og fortsætter med en bøjning op til rektangulært areal med 3 graders hældning i forhold til vandret.

Dimensioner: Længde: 120 cm ± 1 cm

Bredde: 95 cm ± 1 cm

Der skal være mulighed for 25 m tilløb til hest

Højde: Seniorekonkurrencer: 125 cm (± 1 cm)

Juniorkonkurrencer: 125 cm (± 1 cm)

Trinkonkurrencer: 125 cm (± 1 cm) medmindre andet er anført under det pågældende trin.

Barre: Der benyttes runde stænger med en diameter på 4,0 cm.

Højde (måles fra gulvets overflade):

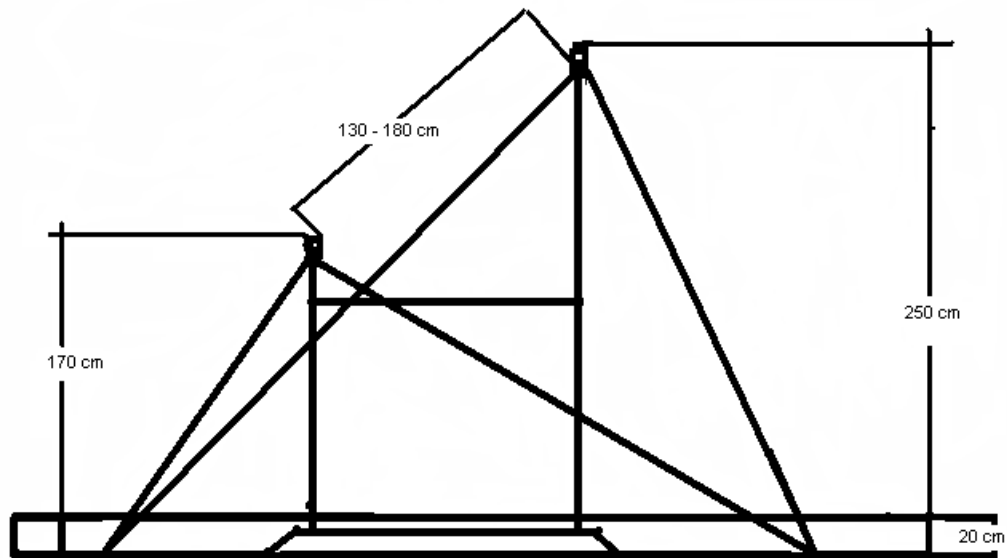
Lav stang: 170 cm, afvigelse på ± 1 cm accepteres

Høj stang: 250 cm, afvigelse på ± 1 cm accepteres

Afstanden mellem stængerne skal kunne reguleres frit i intervallet 130-180 cm.

Det er tilladt at hæve **begge** stænger med 5 cm (ikke kun én stang), hvis gymnastens fødder/ende rører gulvet, når hund hænger i høj/lav stang.

Der skal være mulighed for 6 meters tilløb foran lav stang.



Bom: Polstret, 5 m lang og 10 cm bred.

Højde: 125 cm, afvigelse på ± 1 cm accepteres

Der skal være mulighed for min. 8 m tilløb fra min. den ene bom-
ende.

Gulv: 12 x 12 m springgulv. UIG kan give tilskud til evt. transport, såfremt
ansøgning er UIG i hænde på samme tid som ansøgning om
mesterskabets afholdelse.

Hallen: Der skal være god afstand (min. 2 m) fra konkurrenceredskabet til
publikum eller vægge.

Desuden skal følgende mål overholdes:

Tilløb til hest: mulighed for 25 m

Tilløb til barre: min. 6 m

Tilløb til bom: min. 8 m

Se "Reglement for trinsystem" for trinspecifikke bestemmelser!

3. TEKNISK REGLEMENT

TEKNISK REGLEMENT FOR KVINDELIG IDRÆTSGYMNASTIK

Gældende fra 1. januar 2018

INDHOLDSFORTEGNELSE:

Kapitel I Generelle bestemmelser

- § 1 Antal konkurrencer
- § 2 Aldersbestemmelser
- § 3 Tidspunkter for mesterskaber
- § 4 Økonomiske vilkår
- § 5 Arrangementer
- § 6 Tilmelding

Kapitel II Individuelle mesterskaber

- § 7 Senior – DM, SM og JM
- § 8 Junior – DM, SM og JM
- § 9 Youth – DM, SM og JM
- § 10 Aldersgruppe 1 og 2 – regionalt og nationalt
- § 11 Trin 1-3 – regionalt
- § 12 Trin 4-9 – regionalt og nationalt

Kapitel III Holdmesterskaber

- § 13 Senior DM for hold – kvalifikation og finale
- § 14 Junior DM for hold
- § 15 Youth DM for hold
- § 16 Trin 4-9 for hold – regionalt og nationalt

Kapitel IV Øvrige konkurrencer

- § 17 Beståelseskonkurrencer på foreningsplan
- § 18 Diverse invitationskonkurrencer

Kapitel V Fællesbestemmelser

- § 19 Elitespor og Trinsystem
- § 20 Beståelse af trinøvelser
- § 21 Dommere
- § 22 Dispensationsregler

Kapitel I Generelle bestemmelser

§ 1 Antal konkurrencer

Indenfor GymDanmarks Udvalg for Idrætsgymnastik kan der årligt afholdes følgende konkurrencer i kvindelig idrætsgymnastik:

A. Nationale mesterskaber

- A.1. DM – Senior, FIG Code of Points
- A.2. DM – Junior, FIG Jr. Code of Points
- A.3. DM – Youth, modifieret FIG Jr. Code of Points
- A.4. NaM – Aldersgruppe 1 (12 år eller yngre), Trin 7-9
- A.5. NaM – Aldersgruppe 2 (over 12 år), Trin 7-9
- A.6. NaM – Trin 4-9
- A.7. DM – Senior hold (kvalifikation og finale), FIG Code of Points
- A.8. DM – Junior hold, FIG Jr. Code of Points
- A.9. DM – Youth hold, modifieret FIG Jr. Code of Points
- A.10. NaM – Trin 4-9 hold

B. Regionsmesterskaber (JM og SM)

- B.1. JM/SM – Senior, FIG Code of Points
- B.2. JM/SM – Junior, FIG Jr. Code of Points
- B.3. JM/SM – Youth, modifieret FIG Jr. Code of Points
- B.4. RM – Aldersgruppe 1 (12 år eller yngre), Trin 7-9
- B.5. RM – Aldersgruppe 2 (over 12 år), Trin 7-9
- B.6. RM – Trin 1-9
- B.7. RM – Trin 1-9 hold

Derudover kan der afholdes et antal beståelseskonkurrencer på klubplan.

Alle mesterskaber og konkurrencer bør åbnes i form af en samlet indmarch af konkurrencedeltagerne. Tilsvarende bør afslutning ligeledes ske i form af en samlet ud-march af deltagerne. Ved åbning og afslutning bør der benyttes fane, som bør anbringes synlig under hele arrangementet.

§ 2 Aldersbestemmelser

For alle de angivne aldersgrænser gælder det, at man ser på, hvilket år man er født i og ikke den eksakte alder på konkurrencetidspunktet.

Eksempel: Hvis gymnasten fylder 13 år i konkurrenceåret, er det muligt at stille op i aldersgruppe 2 konkurrencer, selvom gymnasten ikke er fyldt 13 år på konkurrence-tidspunktet.

Elitesporet:

Senior: Fylder 16 i konkurrenceåret. Gymnasten skal være en del af Elitesporet eller have bestået et redskab i Trin 7 med min. 8,8 point. Hvis gymnasten ønsker at flytte fra Trinsystemet skal hun som minimum have bestået Trin 7.

Junior: Fylder 13, 14 eller 15 år i konkurrenceåret eller yngre. Gymnasten skal være en del af Elitesporet eller have bestået et redskab i Trin 7 med min. 8,8 point. Hvis gymnasten ønsker at flytte fra Trinsystemet skal hun som minimum have bestået Trin 7.

Youth: Fylder 12 år i konkurrenceåret eller yngre. Gymnasten skal være en del af Elitesporet eller have bestået et redskab i Trin 7 med min. 8,8 point. Se mere under § 19.

Senior hold: Fylder 8 år i konkurrenceåret eller ældre.

Junior hold: Fylder 15 år i konkurrenceåret eller yngre. Gymnasten skal være i Elitesporet eller minimum Trin 7.

Youth hold: Fylder 12 år i konkurrenceåret eller yngre. Gymnasten skal være i Elitesporet eller minimum Trin 6.

Trinsystemet:

Aldersgruppe 1: Fylder 12 år i konkurrenceåret eller yngre.

Aldersgruppe 2: Fylder 13 år i konkurrenceåret eller ældre.

Trin 1-2: Fylder 4 år i konkurrenceåret eller ældre.

Trin 3: Fylder 5 år i konkurrenceåret eller ældre.

Trin 4: Fylder 6 år i konkurrenceåret eller ældre.

Trin 5-7: Fylder 7 år i konkurrenceåret eller ældre.

Trin 8-9: Fylder 8 år i konkurrenceåret eller ældre.

Hold Trin 4-9: Fylder 6 år i konkurrenceåret eller ældre.

Specialistregler:

Specialistscoren er 8,8 point. Det er muligt at blive specialist, når gymnasten har bestået Trin 4. Hermed kan gymnasten vælge at deltage fra Trin 5 som specialist på et eller flere redskaber. Herefter består gymnasten de pågældende redskaber trin for trin.

§ 3 Tidspunkt for mesterskaber

Alle mesterskaber afholdes hvert år i løbet af konkurrencesæsonen, som følger kalenderåret. Af hensyn til placering af NM, EM og VM mv. kan en fast tidstermin ikke fastlægges. Der henvises til www.gymdanmark.dk for de præcise datoer.

§ 4 Økonomiske vilkår

Ved alle konkurrencer betaler deltagerne selv for rejse og ophold.

Ved tilmeldingen betales et startgebyr til GymDanmark, som **ikke** tilbagebetales ved afbud. **Ved eftertilmelding betales dobbelt gebyr.**

For økonomiske vilkår for dommerne se afsnit 4 om retningslinjer for dommere.

§ 5 Arrangementer

UIG og GymDanmark står som arrangører af Danmarks mesterskaberne, JM, SM, Nationale mesterskaber samt regionsmesterskaber i samarbejde med den arrangerende klub.

Mesterskabskonkurrencer tilbydes hvert år foreninger, som i samarbejde med UIG er ansvarlige for den praktiske gennemførelse.

Ved enhver konkurrence skal der gives gymnasterne lejlighed til opvarmning og afprøvning af redskaberne 1-2 timer før konkurrencestart.

§ 6 Tilmelding

For såvel holdmesterskaber som for individuelle mesterskaber gælder det, at konkurrencerne er åbne for gymnaster, der har indløst GymDanmarks konkurrence-licens og i øvrigt opfylder kravene i UIG's konkurrencebestemmelser samt GymDanmarks Fælles Konkurrencebestemmelser.

Ved tilmelding til mesterskaberne gælder følgende regler:

Tilmelding: Skal ske på GymDanmarks hjemmeside senest 3 uger før konkurrencen. Herefter er der en uges mulighed for eftertilmelding mod betaling af dobbelt startgebyr.

Licens: Gymnasten skal have indløst licens og skal kunne bevise dette på konkurrencedagen, hvis det efterspørges af GymDanmarks arrangører.

Startgebyr: Indbetales ved tilmelding på GymDanmarks hjemmeside.

Kapitel II Individuelle Mesterskaber

§ 7 Senior – DM, SM og JM

En gymnast kan kun deltage i mesterskaber og/eller konkurrencer for én forening inden for samme konkurrenceår medmindre der foretages et klubsifte.

All-Around

Afholdes på konkurrencens 1. dag. Gymnaster, der bliver 16 år det pågældende år eller er ældre, kan deltage. Gymnasten skal være en del af Elitesporet, eller hvis gymnasten kun ønsker at stille op på ét eller to redskaber (ikke all-around), skal hun have bestået minimum Trin 7 med 8,8 point på det pågældende redskab.

Gymnasterne bedømmes efter nyeste udgave af FIG Code of Points.

Disciplinfinaler

Afholdes på konkurrencens 2. dag. De 6 gymnaster med højest score i hvert redskab går videre til finalerne.

Startrækkefølge for seniorer:

Placering efter kvalifikationen	Hest	Barre	Bom	Gulv
1	2	3	1	4
2	3	6	4	1
3	5	5	2	6
4	1	2	6	5
5	6	4	3	3
6	4	1	5	2

Hvis en kvalificeret gymnast er forhindret i at deltage i finalen skal 1. reserve overtage startposition for den gymnast hun erstatter. Hvis en gymnast, som følge af lodtrækningen, er sidst på et redskab og først på det efterfølgende, bliver hun også sidste gymnast på dette redskab.

§ 8 Junior – DM, SM og JM

En gymnast kan kun deltage i mesterskaber og/eller konkurrencer for én forening inden for samme konkurrenceår medmindre der foretages et klubsifte.

All-Around

Afholdes på konkurrencens 1. dag. Gymnaster, der bliver 15 år det pågældende år eller er yngre, kan deltage. Gymnasten skal være en del af Elitesporet, eller hvis gymnasten kun ønsker at stille op på ét eller to redskaber (ikke all-around), skal hun have bestået minimum Trin 7 med 8,8 point på det pågældende redskab.

Gymnasterne bedømmes efter nyeste udgave af FIG Jr. Code of Points.

Disciplinfinaler

Afholdes på konkurrencens 2. dag. De 6 gymnaster med højest score i hvert redskab går videre til finalerne.

Startrækkefølge for juniorer:

Placering efter kvalifikationen	Hest	Barre	Bom	Gulv
1	3	4	6	4
2	6	6	5	5
3	5	5	4	1
4	4	1	1	6
5	1	3	3	3
6	2	2	2	2

Hvis en kvalificeret gymnast er forhindret i at deltage i finalen skal 1. reserve overtage startposition for den gymnast hun erstatter. Hvis en gymnast, som følge af lodtræningen, er sidst på et redskab og først på det efterfølgende, bliver hun også sidste gymnast på dette redskab.

§ 9 Youth – DM, SM og JM

En gymnast kan kun deltage i mesterskaber og/eller konkurrencer for én forening inden for samme konkurrenceår medmindre der foretages et klubsifte.

All-Around

Afholdes på konkurrencens 1. dag. Gymnaster, der bliver 12 år det pågældende år eller er yngre, kan deltage. Gymnasten skal være en del af Elitesporet, eller hvis gymnasten

kun ønsker at stille op på ét eller to redskaber (ikke all-around), skal hun have bestået minimum Trin 7 med 8,8 point på det pågældende redskab.

Gymnasten kan frit flytte fra Trinsystemet til Youth i Elitesporet i AA, der kan dog kun flyttes mellem de to spor én gang pr. konkurrenceår.

Gymnasterne bedømmes efter nyeste udgave af modificeret FIG Jr. Code of Points.

Disciplinfinaler

Afholdes på konkurrencens 2. dag. De 6 gymnaster med højest score i hvert redskab går videre til finalerne.

Startrækkefølge for youth:

Placering efter kvalifikationen	Hest	Barre	Bom	Gulv
1	3	4	6	4
2	6	6	5	5
3	5	5	4	1
4	4	1	1	6
5	1	3	3	3
6	2	2	2	2

Hvis en kvalificeret gymnast er forhindret i at deltage i finalen skal 1. reserve overtage startposition for den gymnast hun erstatter. Hvis en gymnast, som følge af lodtræningen, er sidst på et redskab og først på det efterfølgende, bliver hun også sidste gymnast på dette redskab.

En gymnast på 12 år eller yngre kan frit vælge mellem at stille op i junior eller youth, dog skal gymnasten konkurrere i den samme aldersgruppe hele konkurrenceåret.

§ 10 Aldersgruppe 1 og aldersgruppe 2 - regionalt og nationalt

En gymnast kan kun deltage i mesterskaber og/eller konkurrencer for én forening inden for samme konkurrenceår medmindre der foretages et klubsifte.

Alle gymnaster kører trinøvelser svarende til det niveau, gymnasten har bestået.

Ved regionale og nationale aldersgruppe (1 og 2) konkurrencer skal gymnasten køre minimum Trin 7-øvelser for at stille op.

Hvis gymnasten ønsker at køre all around skal gymnasten køre øvelser inden for samme trin. Når gymnasten har bestået Trin 4 all around, kan hun vælge at specialisere sig og stille op på enkeltredskaber, hvis gymnasten har bestået det pågældende redskab med min. 8,8 point. Se desuden § 20 om beståelse af trin.

Den gymnast, som opnår højeste samlede pointsum, bliver vinder i sin aldersgruppe. Gymnaster med samme pointsum får samme placering.

I disciplinfinalerne findes vinderen ud fra de resultater, der er opnået i all around konkurrencen.

§ 11 Trin 1-3 - regionalt

En gymnast kan kun deltage i mesterskaber og/eller konkurrencer for én forening inden for samme konkurrenceår medmindre der foretages et klubsifte.

Gymnasten kører trinøvelser inden for samme niveau på alle de redskaber, hun stiller op på. Det er op til træneren at bestemme, hvilket niveau gymnasten stiller op på.

Den gymnast, som opnår højeste samlede pointsum, bliver vinder på sit niveau. Gymnaster med samme pointsum får samme placering.

§ 12 Trin 4-9 - regionalt og nationalt

En gymnast kan kun deltage i mesterskaber og/eller konkurrencer for én forening inden for samme konkurrenceår medmindre der foretages et klubsifte.

Hvis gymnasten ønsker at køre all around skal gymnasten køre øvelser inden for samme trin. Når gymnasten har bestået Trin 4 all around, kan hun vælge at specialisere sig og stille op på enkeltredskaber, hvis gymnasten har bestået det pågældende redskab med min. 8,8 point. Se desuden § 20 om beståelse af trin.

Den gymnast, som opnår højeste samlede pointsum, bliver vinder på sit niveau. Gymnaster med samme pointsum får samme placering.

Kapitel III Holdmesterskaber

§ 13 Senior DM for hold – kvalifikation og finale

Det er ikke tilladt at sammensætte hold med gymnaster fra flere foreninger.

Hver forening kan maksimalt deltage med to hold. Et hold kan bestå af gymnaster i alle aldre, men FIG Code of Points er gældende for alle gymnaster.

Hvis en forening trækker et hold i en konkurrence, hvor de har flere deltagende hold, vil det altid være det lavest rangerende hold, der vil blive trukket fra konkurrencen. *Eksempel: Hvis foreningen GymDanmark stiller med Gym1 og Gym2, men ønsker at trække Gym1 fra konkurrencen f.eks. pga. skader, vil det altid på papiret være Gym2, der vil blive trukket.*

Konkurrenceformen er 6-4-3. Gymnaster, der bliver 8 år i det pågældende år eller ældre, kan deltage.

1. runde

1. runde afvikles over én dag. Hvis 8 hold eller flere er tilmeldt afvikles konkurrencen i 2 subdivisioner.

De hold, der kvalificerer sig til 2. runde, medbringer deres samlede pointsum til 2. runde, hvor denne tæller med i forhold til det samlede resultat.

2. runde

Hvis mere end 10 hold deltager ved 1. runde, går de 8 bedste hold videre til 2. runde.

Hvis 8-10 hold deltager i 1. runde, går de 6 bedste hold videre til 2. runde.

Hvis 5-7 hold deltager i 1. runde, går de 4 bedste hold videre til 2. runde.

Vinderen er det hold, der samlet har opnået flest point i 1. og 2. runde.

Startrækkefølge

Holdfinalen: Konkurrencen afvikles holdvis.

Nedenstående er under forudsætning af tilstrækkeligt antal dommere (i alt 12) til at køre hest/barre og bom/gulv samtidig.

VED DELTAGELSE AF 8 HOLD I 2. RUNDE

Subdivision 1: Hold placeret som 5, 6, 7 og 8 efter 1. runde

Subdivision 2: Hold placeret som 1, 2, 3 og 4 efter 1. runde

Subdivision 1:

Placering efter 1. runde	Hest	Barre	Bom	Gulv
5	2	4	2	4
6	1	3	1	3
7	4	2	4	2
8	3	1	3	1

Subdivision 2:

Placering efter 1. runde	Hest	Barre	Bom	Gulv
1	2	4	2	4
2	1	3	1	3
3	4	2	4	2
4	3	1	3	1

VED DELTAGELSE AF 6 HOLD I 2. RUNDE

Placering efter 1. runde	Hest	Barre	Bom	Gulv
1	3	6	3	6
2	2	5	2	5
3	1	4	1	4
4	6	3	6	3
5	5	2	5	2
6	4	1	4	1

VED DELTAGELSE AF 4 HOLD I 2. RUNDE

Placering efter 1. runde	Hest	Barre	Bom	Gulv
1	2	4	2	4
2	1	3	1	3
3	4	2	4	2
4	3	1	3	1

Øvrige bemærkninger

Et hold der har kvalificeret sig til 2. runde har frit lov til at ændre på holdets sammensætning til 2. runde. Der kan dog ikke anvendes gymnaster, der har kvalificeret sig til 2. runde på et andet hold. En gymnast, der har deltaget på en forenings 2. hold i 1. runde, og som ikke er kvalificeret til 2. runde, kan derfor godt deltage på foreningens 1. hold i 2. runde.

§ 14 Junior DM for hold

Det er ikke tilladt at sammensætte hold med gymnaster fra flere foreninger. Hver forening kan deltage med et ubegrænset antal hold.

Hvis en forening trækker et hold i en konkurrence, hvor de har flere deltagende hold, vil det altid være det lavest rangerende hold, der vil blive trukket fra konkurrencen. *Eksempel: Hvis foreningen GymDanmark stiller med Gym1 og Gym2, men ønsker at trække Gym1 fra konkurrencen f.eks. pga. skader, vil det altid på papiret være Gym2, der vil blive trukket.*

Konkurrenceformen er 5-5-3. Gymnaster der fylder 15 år i konkurrenceåret eller yngre kan deltage. Et hold kan bestå af gymnaster fra Elitesporet eller Trinsystemet (minimum Trin 7), dog skal minimum en gymnast være fra Elitesporet. Alle gymnasterne bedømmes efter nyeste udgave af FIG Jr. Code of Points.

Der skal stilles med 1 dommer for hvert deltagende hold.

Vinderen er det hold, der samlet har opnået flest point. Der kåres ingen disciplinvindere.

Se i øvrigt Reglementet for Youth og Junior Holdmesterskaberne på GymDanmarks hjemmeside.

§ 15 Youth DM for hold

Det er ikke tilladt at sammensætte hold med gymnaster fra flere foreninger. Hver forening kan deltage med et ubegrænset antal hold.

Hvis en forening trækker et hold i en konkurrence, hvor de har flere deltagende hold, vil det altid være det lavest rangerende hold, der vil blive trukket fra konkurrencen. *Eksempel: Hvis foreningen GymDanmark stiller med Gym1 og Gym2, men ønsker at trække Gym1 fra konkurrencen f.eks. pga. skader, vil det altid på papiret være Gym2, der vil blive trukket.*

Konkurrenceformen er 5-5-3. Gymnaster der fylder 12 år i konkurrenceåret eller yngre kan deltage. Et hold kan bestå af gymnaster fra Elitesporet eller Trinsystemet (minimum Trin 6), dog skal minimum en gymnast være fra Elitesporet. Alle gymnasterne bedømmes efter modificeret FIG Jr. Code of Points.

Der skal stilles med 1 dommer for hvert deltagende hold.

Vinderen er det hold, der samlet har opnået flest point. Der kåres ingen disciplinvindere.

Se i øvrigt Reglementet for Youth og Junior Holdmesterskaberne på GymDanmarks hjemmeside.

§ 16 Trin 4-9 for hold - regionalt og nationalt

Det er tilladt at sammensætte hold med gymnaster fra flere foreninger på følgende betingelser:

1. En forening må kun indgå ét partnerskab i hver række gældende i hele konkurrenceåret.
2. Et sammensat hold kan aldrig ende på en bedre placering end eventuelle ikke sammensatte foreningshold fra de involverede foreninger. I så fald vil det sammensatte holds placering blive nedreguleret til en placering umiddelbart efter den dårligste placering af de ikke sammensatte hold fra de involverede foreninger.

Hvis en forening trækker et hold i en konkurrence, hvor de har flere deltagende hold, vil det altid være det lavest rangerende hold, der vil blive trukket fra konkurrencen. *Eksempel: Hvis foreningen GymDanmark stiller med Gym1 og Gym2, men ønsker at trække Gym1 fra konkurrencen f.eks. pga. skader, vil det altid på papiret være Gym2, der vil blive trukket.*

Konkurrenceformen er 6-4-3.

Alle gymnaster på holdet skal køre øvelser inden for samme trin. Således skal alle gymnaster på holdet være indplaceret på den pågældende trin, hvilket vil sige at en gymnast eksempelvis ikke kan deltage på et hold, der stiller på i Trin 5, hvis gymnasten har bestået Trin 5 og deltaget i en konkurrence for Trin 6. Gymnasten må dog gerne inden for samme konkurrenceår have bestået Trin 5 ved en tidligere konkurrence, hvis blot hun endnu ikke har stillet op i en Trin 6 konkurrence. Se desuden § 20 om beståelse af trin.

Vinderen er det hold, der samlet har opnået flest point. Der kåres ingen disciplinvindere.

Kapitel IV Øvrige konkurrencer

§ 17 Beståelseskonkurrencer på foreningsplan

En forening kan til enhver tid tage initiativ til afholdelse af en beståelseskonkurrence. Ved en beståelseskonkurrence er det muligt for de deltagende gymnaster at bestå et niveau og dermed rykke op enten fra det samlede trin eller på enkeltredskaber. Beståelseskonkurrencer kan være både niveau- og alderskonkurrencer.

En beståelseskonkurrence skal godkendes af GymDanmark/UIG. Arrangørforeningen fremsender skriftlig ansøgning til UIG senest 6 uger inden konkurrencens afholdelse. For at kunne blive godkendt som beståelseskonkurrence kræves følgende:

1. Konkurrencen skal være åben for alle gymnaster med GymDanmark licens inden for det pågældende niveau eller alder, som konkurrencen vedrører.
2. Konkurrencen skal have deltagelse af dommere fra mindst én anden forening end den arrangerende forening.

§ 18 Diverse invitationskonkurrencer

GymDanmark/UIG kan vælge at afholde invitationskonkurrencer med international deltagelse. Der fastsættes selvstændige regler for sådanne konkurrencer.

Kapitel V Fællesbestemmelser

§ 19 Elitespor eller Trinsystem

Elitesporet og Trinsystemet er to forskellige spor, hvor gymnasten ikke kan deltage i konkurrencer på tværs af sporene. Derved skal gymnasten vælge hvilket spor hun vil være en del af.

For at en gymnast kan være en del af elitesporet og dermed deltage i individuelle CoP konkurrencer, ses det gerne at gymnasten træner minimum 13 timer pr. uge.

En gymnast fra Trinsystemet kan deltage som specialist på enkeltredskaber (ikke all around), hvis gymnasten har bestået redskabet i min. Trin 7 med min. 8,8 point.

Gymnasten kan frit flytte fra Trinsystemet til Youth i Elitesporet, uanset hvilket trin gymnasten befinder sig på, såfremt gymnasten er 12 år eller yngre. Dog skal de ovennævnte krav omkring træningsmængde være opfyldt.

Hvis gymnasten ønsker at flytte fra Trinsystemet til junior eller senior i Elitesporet, skal hun som minimum have bestået Trin 7 og opfyldt ovennævnte.

For at flytte fra Elitesporet til Trinsystemet kræves en dispensation fra UIG. En gymnast kan kun flytte mellem de to spor én gang pr. konkurrenceår.

En gymnast som består Trin 9 skal rykke over i Elitesporet senest efter endt konkurrenceår og kan dermed ikke længere deltage i trinkonkurrencer.

Det er op til den enkelte træner at beslutte, hvilket trin en ny gymnast skal starte i. Som udgangspunkt skal man dog starte i Trin 4, men har man specielle gymnastiske kompetencer/forudsætninger, fordi man har dyrket en anden gymnastikgren (f.eks. Tumbling eller TeamGym), kan man starte i Trin 5 eller 6. Det kræver ingen dispensationsansøgning at starte på et højere trin end Trin 4 – det er den enkelte træners skøn. Dog skal man gennemføre og bestå det trin, man starter i, og de trin, der kommer efterfølgende. Man kan således ikke springe et eller flere trin over.

§ 20 Beståelse af trinøvelser

På Trin 1-3 niveau gennemføres der kun regionale konkurrencer. Det er trænerens vurdering, hvornår en gymnast er klar til at rykke til næste trin. Der kræves ingen pointsum for at bestå Trin 1-3.

På Trin 4-9 gennemføres både regionale og nationale konkurrencer. For at bestå et trin skal alle fire redskaber gennemføres med en minimumsscore (se nedenstående skema), med mindre man vælger at specialisere sig (se senere afsnit).

For gymnaster der som minimum har bestået Trin 4 og nu stiller op i konkurrence i Trin 5-9, er det muligt at bestå et samlet trin (dvs. f.eks. Trin 5 i alle øvelser) i niveaunkonkurrencerne. Det er også muligt i alderskonkurrencerne (Trin 7-9), såfremt gymnasten kører samme trin på alle redskaber i den pågældende konkurrence.

Beståelse af trin i enkelte redskaber/specialisering:

Man kan specialisere sig fra Trin 5. At specialisere sig betyder, at man stiller på i enkelte redskaber og ikke All around. For at bestå enkelte redskaber skal man opnå en minimumskaraktter på 8,8 point.

Hvis gymnasten har bestået enkelte redskaber på et højere trin, men ønsker at konkurrere All around igen, skal hun køre alle fire redskaber på det trin, som svarer til det laveste hun har bestået.

Nedgang i niveau:

Hvis en gymnast har konkurreret i en GymDanmark konkurrence på et bestemt trin, kan hun ikke gå tilbage til et lavere trin i det samme konkurrenceår. Hvis hun ønsker at konkurrere på et lavere trin i det kommende konkurrenceår, kræver det tilladelse fra GymDanmark/UIG.

I så fald fremsendes begrundet ansøgning til UIG. Der kan kun gives tilladelse til, at gymnasten kan gå ét trin ned, og i forbindelse med vurderingen af ansøgningen lægges der vægt på, om ønsket skyldes skader, sygdom eller andre omstændigheder, der gør, at gymnasten ikke kan træne optimalt.

Efter bestået trin

Det er tilladt at blive på et bestået trin konkurrenceåret ud. Det samme gør sig gældende for Trin 9 – efter konkurrenceårets afslutning flyttes til Elitesporet.

Det er op til den enkelte træner at beslutte, hvilket trin en ny gymnast skal starte i.

Trin	Minimum alder	Point forudsætning	Pointsum for beståelse
1-2	4 år	Ingen	Ingen (træners vurdering)
3	5 år	Ingen	Ingen (træners vurdering)
4	6 år	Ingen	30 point AA i Trin 4 (75%)
5	7 år	30 point AA i Trin 4	31 point AA i Trin 5 (78%)
6	7 år	31 point AA i Trin 5	32 point AA i Trin 6 (80%)
7	7 år	32 point AA i Trin 6	33 point AA i Trin 7 (82,5%) Specialist: 8,8 pr. redskab
8	8 år	33 point AA i Trin 7	34 point AA i Trin 8 (85%) Specialist: 8,8 pr. redskab
9	8 år	34 point AA i Trin 8	35 point AA i Trin 9 Specialist: 8,8 pr. redskab

§ 21 Dommere

Foreningerne skal stille med følgende antal dommere pr. hele konkurrencedag:

Individuelle konkurrencer:

1-5 gymnaster	1 dommer
6-10 gymnaster	2 dommere
11-15 gymnaster	3 dommere
>15 gymnaster	4 dommere

Holdkonkurrencer:

1 dommer pr. deltagende hold – dog maks. 4 dommere.

Sanktionen for ikke at stille med det nødvendige antal dommere er 2.000 kr. pr. dommer pr. konkurrencedag. Det står dog foreningerne frit for at lave en aftale/købe en dommer fra en anden forening for at undgå denne sanktion.

Disse regler er gældende for samtlige konkurrencer i Elitesporet og Trinsystemet.

UIG udpeger dommerpanelet. Vedr. tidtagere og linjedommere – se tillægget til stævnekontrakten.

Nationale konkurrencer:

Minimum 1 chefdommer, minimum 3 dommere i hvert panel. Chefdommer kan være i dommerpanelet.

Regionale konkurrencer:

Minimum 1 chefdommer, minimum 2 dommere i hvert panel. Chefdommer kan være i dommerpanelet.

Sammensætning af dommerpanel:

1 overdommer
1-6 paneldommere. Overdommeren kan være paneldommer.

Når dommersammensætningen laves, skal der tages højde for, hvis samme forening har flere dommere. Hvis det er tilfældet, skal de fordeles ud på redskaberne så godt som muligt.

Ved Danmarksmesterskaberne kan udenlandske overdommere anvendes.

Specielt for dommere i Trinsystemet:

Nyuddannede trindommere kan vælge at sidde som Stjernedommer til et valgfrit antal konkurrencedage for at få erfaring. Dette betyder de sidder med ved dommerbordet,

men deres bedømmelse tæller ikke med i scoren. Nyuddannede trindommere, som ikke ønsker at være stjernerdommere skal som minimum sidde som 3. dommer.

Alle dommere i Trin 4-9 skal dømme et minimum af konkurrencer pr. år for at kunne fortsætte som dommer.

1. Er man uddannet Trin 4-6 dommer skal man som minimum dømme tre dage i løbet af konkurrenceåret.
2. Er man uddannet Trin 7-9 dommer skal man som minimum dømme tre dage i løbet af konkurrenceåret.
3. Er man uddannet Trin 4-9 dommer skal man som minimum dømme to dage i hvert reglement (Trin 4-6 og Trin 7-9) i løbet af konkurrenceåret.

Dømmer man ikke ovenstående antal konkurrencedage pr. år, kan man ikke fortsætte som dommer året efter, medmindre en dispensation godkendes af UIG.

Se i øvrigt "Dommerregler KIG Trinsystem" på GymDanmarks hjemmeside.

§ 22 Dispensationsregler

Udvalget for Idrætsgymnastik (UIG) kan dispensere fra ovennævnte paragraffer efter skriftlig ansøgning til UIG@gymdanmark.dk.

4. RETNINGSLINJER FOR DOMMERE

Uddannelse

- Alle dommere, der ønsker at dømme mesterskaber i idrætsgymnastik i Danmark, skal have gennemført et nationalt eller internationalt FIG dommerkursus for at dømme på Elitesporet og/eller et trindommerkursus for at dømme konkurrencer i Trinsystemet.
- Dommerne forpligter sig desuden til løbende at holde sig opdateret om eventuelle ændringer af de gældende reglementer bl.a. gennem deltagelse i dommerbriefinger i forbindelse med de enkelte konkurrencer.

Aflønning

- UIG tildeler dommerne 150 kr. i godtgørelse pr. konkurrencedag, der dømmes.
- Der kan i nogle tilfælde blive tildelt dommerne sponsorgaver fra værtsforeningen.

Dækning af omkostninger

- UIG dækker dommernes udgifter til transport til og fra konkurrencestedet samt forplejning under konkurrencen og eventuel deltagelse i banket.
- Transportudgifterne dækkes efter bilag eller som kørsel i egen bil. Der dækkes ikke højere transportudgifter efter bilag end udgiften ved kørsel i egen bil. Der henstilles til at dommerne benytter sig af samkørsel – evt. med andre dommere og/eller med gymnaster og trænere (UIG dækker den andel af udgifterne til transporten, som antallet af dommere i bilen udgør).
- Rejseafregninger skal indsendes til UIG's økonomiansvarlige **senest tre uger** efter konkurrencen er afholdt ellers kan refusion ikke garanteres.
- Eventuelle udgifter til overnatning og øvrig forplejning i forbindelse med konkurrencer dækkes inden for rimelighedens grænser af UIG.
- Udgifter til deltagelse i nationale dommerkurser dækkes ikke af UIG, men af dommerens forening, kommune, sponsorer m.fl.

Påklædning

Ved alle nationale mesterskaber gælder følgende dresscode:

- Kvindelige dommere skal være iklædt mørkeblå/sorte bukser eller nederdel, hvid skjorte samt mørkeblå/sort jakke eller trøje.
- Mandlige dommere skal være iklædt grå/mørke bukser, ensfarvet bluse, T-shirt eller skjorte samt mørk jakke, blazer eller pullover og mørke sko.
- Ved internationale mesterskaber/konkurrencer skal dommerne være klædt som nævnt ovenfor, dog skal de mandlige dommere bære skjorte, slips og jakke/blazer.

Forpligtelser

- Dommerne forpligter sig til at følge FIG's regler både for så vidt angår det tekniske reglement som dommerkodeks.
- Endvidere forpligter de sig til at følge nationale regler fastsat af DIF, GymDanmark og UIG.

5. DIVERSE

5.1 Refundering af udgifter

Ved refundering af udgifter som GymDanmark betaler, f.eks. transportudgifter for dommere gøres følgende:

1. På GymDanmarks hjemmeside downloades afregningsbilag afhængig af refunderingens beskaffenhed (GymTranet, Download, Bilag).

2. Dette udfyldes og relevante bilag vedhæftes (medmindre det gælder kørsel i egen bil).
3. Det udfyldte afregningsbilag vedhæftet relevante bilag fremsendes til Ann Krogsgaard på akr@gymdanmark.dk **hurtigst muligt dog senest 3 uger efter arrangementets afholdelse.**

Indsendes afregningsbilag senere end 3 uger efter arrangementets afholdelse, kan man på grund af interne regnskabsprocedurer i GymDanmark ikke være sikker på at få dækket sine udgifter fuldt ud.

Spørgsmål kan rettes til Ann Krogsgaard på akr@gymdanmark.dk