

## Grand Prix Rytme reglementsændringer 2018/2019

---

Alle ændringer er noteret med rød skrift i reglementsoplæggene. Ændringerne, der blot er præciseringer og forklarende er ikke medtaget i denne oversigt.

Slettede ord eller ændringer, der har betydning fremgår nedenfor:

**BEMÆRK AT TEKST I FELTER KAN FORSÆTTE PÅ NÆSTE SIDE!**

### ***Generelt reglement:***

Kapitel	Gældende tekst	Ændret til	Begrundelse
Generelle bestemmelser for alle rækker	Årgange i 2017/2018	Årgang i 2019/2020	Generel opdatering
Oversigt over håndredskaber	Vimpel	Tilføjet min. længde på vimpel bånd samt pind længde.	Opdatering af vimpel længder

**Specifikke reglementer:**

**Mikro/Mini/Mini Mono**

Kapitel	Gældende tekst	Ændret til	Begrundelse
Balancer	<p>HELE holdet skal vælge den samme balance, for at den er pointgivende. Bemærk at opgangsmetoden skal være den samme.</p> <p><i>Ny tekst tilføjet sidst i afsnit</i></p>	<p><b>Tekst ændres til:</b> Der er ændring i pointgivning. Hvis du laver en balance med benet i min. 90 grader giver det 0,2 point. Hvis benet er under 90 grader giver det 0,1 point.</p> <p>Det er tilladt at variere max. 1 balancesværhed, så gruppen udfører 2 forskellige balancer som ét moment. Eksempelvis at ½ af gruppen udfører en passé-balance, mens ½ af gruppen udfører en Y-balance. Ved udførelse af forskellige balancer er det den laveste værdi der tæller i pointgivning. Bemærk: Anvendelse af samme balance efterfølgende er ikke pointgivende. F.eks i dette tilfælde kan passé-balancen ikke være pointgivende hvis den bruges af hele gruppen efterfølgende.</p>	<p>Større frihed for den kunstneriske udfoldelse af serien</p>
Spring	<p><i>Ny tekst tilføjet før eksempler på spring</i></p>	<p>Det er tilladt at variere max. 1 spring-sværhed, så gruppen udfører 2 forskellige spring som ét moment. Eksempelvis at ½ af gruppen udfører et galop, mens ½ af gruppen udfører et hjortespring.</p> <p>Bemærk: Anvendelse af samme spring efterfølgende er ikke pointgivende. F.eks i dette tilfælde kan hjortespringet ikke være pointgivende hvis den bruges af hele gruppen efterfølgende.</p>	<p>Større frihed for den kunstneriske udfoldelse af serien</p>
Akrobatiske og smidighedsbevægelser	<p>Øvelser: Bro &amp; Vugge/Svane flyttet fra akrobatiske</p> <p>Eksempler på akrobatiske bevægelser: - sidelæns rulle strakt eller sammenbøjet</p>	<p>Til smidighedsbevægelser</p> <p>Eksempler på akrobatiske bevægelser: - Sidelæns rulle strakt - Stenrulle (sidelæns rulle sammenbøjet)</p>	<p>Vi ønsker at have fokus på både smidighed og styrke momenter Ensretning i forhold til AGG reglementet</p>
Krop redskab	<p>Hele holdet skal udføre <i>samme</i> sværhed, ellers vil sværheden ikke tælle med. Hvis 2 eller flere gymnaster ikke udfører sværheden, bortfalder den.</p>	<p>Hele holdet skal udføre <i>samme</i> sværhed, ellers vil sværheden ikke tælle med. <b>Det er tilladt at variere i spring og balancer i henhold til reglement. Se tekst serie 1.</b> Hvis flere gymnaster ikke udfører sværheden, bortfalder den. Se skema for 2/3-reglen i bedømmelsesreglement.</p>	<p>Give mulighed for kunstnerisk udvikling</p>

<p>Tekniske muligheder Bold</p>	<p>Grp 3: 3 x forskellige studs á minimum 4 studs - studs med variationer (minimum 4 taktslag) Vælges 3 forskellige studs, skal det ene være med forflytning</p> <p>Grp 6: 1 x samarbejde (ikke udvekslinger), noget man ikke kan lave alene.</p>	<p>Grp 3: 3 x forskellige <b>studseserier á minimum 4 studs</b> <b>2 x studseserier med temposkift</b> <b>1x studseserie med forflytninger</b></p> <p>Grp 6: 1 x samarbejde, noget man ikke kan lave alene. <b>Det er tilladt at udveksle i samarbejde.</b> <b>Bemærk der gives kun point for samarbejdet.</b></p>	<p>Præcisering af serie og antal</p> <p>Tilladelse af udveksling samt præcisering af hvilken sværhed, der giver point</p>
<p>Tekniske muligheder Tov</p>	<p>Grp 3: 2 x sjippeserie med variation</p> <p>Grp 4: Udstrakt tov. Må ikke knække, skal være helt udstrakt.</p> <p>Grp 6: 1 x samarbejde (ikke udvekslinger), noget man ikke kan lave alene.</p>	<p>Grp. 3: 2 x sjippeserie med variation <b>Du må have et enkelt mellemsving, hvis kroppen skifter retning</b> <b>Der må gerne sjippes med mellemhop.</b></p> <p>Grp 4: Udstrakt tov. Må ikke knække, skal være helt udstrakt <b>og have en aktiv funktion.</b></p> <p>Grp 6: 1 x samarbejde, noget man ikke kan lave alene. <b>Det er tilladt at udveksle i samarbejde.</b> <b>Bemærk der gives kun point for samarbejdet.</b></p>	<p>Præcisering af aktiv funktion</p> <p>Tilladelse af udveksling samt præcisering af hvilken sværhed, der giver point</p>
<p>Tekniske muligheder Tøndebånd</p>	<p>Grp 7: 1 x samarbejde (ikke udvekslinger), noget man ikke kan lave alene.</p>	<p>Grp 7: 1 x samarbejde, noget man ikke kan lave alene. <b>Det er tilladt at udveksle i samarbejde.</b> <b>Bemærk der gives kun point for samarbejdet.</b></p>	<p>Tilladelse af udveksling samt præcisering af hvilken sværhed, der giver point</p>
<p>Tekniske muligheder Vimpel</p>		<p><b>Tilføjet vimpel reglement for mini rækken</b></p>	
<p>Fradrag i den kunstneriske værdi</p>	<p>Ved passivt redskab forstås, at redskabet er passivt i 2 eller flere øvelser og vil dermed udløse et fradrag.</p>	<p><b>Passivt redskab:</b></p> <p><b>Redskabet må kun være i samme position i forhold til kroppen i 1 øvelse. Eks. hvis du har redskabet foran kroppen i øvelse 1 og tager det over hovedet i øvelse 2 er det ikke passivt, men hvis du har redskabet foran kroppen i øvelse 1 og har redskabet i præcis samme position i øvelse 2 er det passivt og vil udløse et fradrag.</b></p>	<p>Præcisering af tekst</p>

**Pige/Tweens**

Kapitel	Gældende tekst	Ændret til	Begrundelse
<b>Balancer</b>	<p>HELE holdet skal vælge den samme balance for, at den er pointgivende. Bemærk, at opgangsmetoden skal være den samme.</p> <p><i>Ny tekst tilføjet sidst i afsnit</i></p>	<p>Det er tilladt at variere max. 1 balancesværhed, så gruppen udfører 2 forskellige balancer som ét moment. Eksempelvis at ½ af gruppen udfører en passé-balance (A), mens ½ af gruppen udfører en Y-balance med krop (B).</p> <p>Ved udførelse af forskellige balancer er det den laveste værdi, der tæller i pointgivning.</p> <p>Bemærk: Anvendelse af samme balance efterfølgende er ikke pointgivende. F.eks i dette tilfælde kan passé-balancen ikke være pointgivende, hvis den bruges af hele gruppen efterfølgende.</p>	<p>Større frihed for den kunstneriske udfoldelse af serien</p>
<b>Spring</b>	<p><i>Ny tekst tilføjet før eksempler</i></p>	<p>Det er tilladt at variere max. 1 spring-sværhed, så gruppen udfører 2 forskellige spring som ét moment. Eksempelvis at ½ af gruppen udfører et galop, mens ½ af gruppen udfører et hjortespring.</p> <p>Ved udførelse af forskellige spring er det den laveste værdi, der tæller i pointgivning.</p> <p>Bemærk: Anvendelse af samme spring efterfølgende er ikke pointgivende. F.eks i dette tilfælde kan hjortespringet ikke være pointgivende, hvis det bruges af hele gruppen efterfølgende.</p>	<p>Større frihed for den kunstneriske udfoldelse af serien</p>
<b>Akrobatiske og smidighedsbevægelser</b>	<p>Øvelser: Bro &amp; Vugge/Svane flyttet fra akrobatiske</p> <p>Eksempler på akrobatiske bevægelser: - sidelæns rulle strakt eller sammenbøjet</p> <p>Bagud: Bevægelsesudslag skal være min. 135° i ben og 45° i ryggen.</p>	<p>Til smidighedsbevægelser</p> <p>Eksempler på akrobatiske bevægelser: - sidelæns rulle strakt - Stenrulle (sidelæns rulle sammenbøjet)</p> <p>Bagud: Bevægelsesudslag skal være min. 135° i ben og min. 80° i ryggen. Ved bagoverbøjning i ryggen er det skulderne, der skal ned i 80° ift. den opretstående stilling samtidig med at skulderne holdes på samme linje/level og der skal ses et jævnt svaj/bøjning gennem hele ryggen.</p>	<p>Præcisering af tekst / øvelser</p> <p>Ensretning med AGG reglementet</p>

Krop redskab	Hele holdet skal udføre <i>samme</i> sværhed, ellers vil sværheden ikke tælle med. Hvis 2 eller flere gymnaster ikke udfører sværheden, bortfalder den.	<b>Tilføjelse:</b> Hele holdet skal udføre <i>samme</i> sværhed, ellers vil sværheden ikke tælle med. <b>Det er tilladt at variere i spring og balancer i henhold til reglement. Se tekst serie 1.</b> Hvis 2 eller flere gymnaster ikke udfører sværheden, bortfalder den.	Give mulighed for kunstnerisk udvikling. Ensretning med serie 1
Tekniske muligheder Bold	Grp 3: 3 x forskellige studs á minimum 4 studs - studs med variationer (minimum 4 taktslag) Vælges 3 forskellige studs, skal det ene være med forflytning  Grp 6: 1 x samarbejde (ikke udvekslinger), noget man ikke kan lave alene.  Grp. 9: Halvdelen af gruppen arbejder med 2 bolde minimum 8 taktslag. <i>Redskabet skal som minimum lave 2 forskellige øvelser.</i>	Grp 3: 3 x forskellige <b>studseserier á minimum 4 studs</b> <b>2 x studseserier med temposkift</b> <b>1x studseserie med forflytninger</b>  Grp 6: 1 x samarbejde, noget man ikke kan lave alene. <b>Det er tilladt at udveksle i samarbejde.</b> <b>Bemærk der gives kun point for samarbejdet.</b>  Grp. 9: Halvdelen af gruppen arbejder med 2 bolde i minimum 8 taktslag. <b>Gymnaster med redskaber skal lave øvelser fra minimum 2 grupper med redskabet. Der er ingen krav om ens øvelser i gruppen, hverken med eller uden håndredskab.</b>	Præcisering af serie og antal  Tilladelse af udveksling samt præcisering af hvilken sværhed, der giver point
Tekniske muligheder Tov	Grp. 3: Grp 3: 2 x sjippeserie med variation  Grp 5: Udstrakt tov. Må ikke knække, skal være helt udstrakt.  Grp 8: 1 x samarbejde (ikke udvekslinger), noget man ikke kan lave alene.  Grp 11: Halvdelen af gruppen arbejder med 2 bolde i minimum 8 taktslag. <i>Redskabet skal som minimum lave 2 forskellige øvelser.</i>	Grp. 3: 2 x sjippeserie med variation <b>Du må have et enkelt mellemsving, hvis kroppen skifter retning</b> <b>Der må gerne sjippes med mellemhop.</b>  Grp 5: Udstrakt tov. Må ikke knække, skal være helt udstrakt <b>og have en aktiv funktion.</b>  Grp 8: 1 x samarbejde, noget man ikke kan lave alene. <b>Det er tilladt at udveksle i samarbejde.</b> <b>Bemærk der gives kun point for samarbejdet.</b>  Grp 11: Halvdelen af gruppen arbejder med 2 redskaber i minimum 8 taktslag. <b>Gymnaster med redskaber skal lave øvelser fra minimum 2 grupper med redskabet. Der er ingen krav om ens øvelser i gruppen, hverken med eller uden håndredskab.</b>	Præcisering af aktiv funktion  Tilladelse af udveksling samt præcisering af hvilken sværhed, der giver point
Tekniske muligheder Tøndebånd	Grp 7: 1 x samarbejde (ikke udvekslinger), noget man ikke kan lave alene.	Grp 7: 1 x samarbejde, noget man ikke kan lave alene. <b>Det er tilladt at udveksle i samarbejde.</b> <b>Bemærk der gives kun point for samarbejdet.</b>	Tilladelse af udveksling samt præcisering af hvilken sværhed, der giver point

	<p>Grp 10: Halvdelen af gruppen arbejder med 2 tøndebånd i minimum 8 taktslag. <i>Redskabet skal som minimum lave 2 forskellige øvelser.</i></p>	<p>Grp 10: Halvdelen af gruppen arbejder med 2 tøndebånd i minimum 8 taktslag. <i>Gymnaster med redskaber skal lave øvelser fra minimum 2 grupper med redskabet. Der er ingen krav om ens øvelser i gruppen, hverken med eller uden håndredskab.</i></p>	
<p>Tekniske muligheder Vimpel</p>	<p>Grp 6: 1 x samarbejde (ikke udvekslinger), noget man ikke kan lave alene.</p> <p>Grp 9: Halvdelen af gruppen arbejder med 2 vimpel i minimum 8 taktslag. <i>Redskabet skal som minimum lave 2 forskellige øvelser.</i></p>	<p>Grp 6: 1 x samarbejde, noget man ikke kan lave alene. <i>Det er tilladt at udveksle i samarbejde. Bemærk der gives kun point for samarbejdet.</i></p> <p>Grp 9: Halvdelen af gruppen arbejder med 2 vimpel i minimum 8 taktslag. <i>Gymnaster med redskaber skal lave øvelser fra minimum 2 grupper med redskabet. Der er ingen krav om ens øvelser i gruppen, hverken med eller uden håndredskab.</i></p>	<p>Tilladelse af udveksling samt præcisering af hvilken sværhed, der giver point</p>
<p>Fradrag i den kunstneriske værdi</p>	<p>Ved passivt redskab forstås, at redskabet er passivt i 2 eller flere øvelser og vil dermed udløse et fradrag.</p>	<p><i>Passivt redskab:</i></p> <p><i>Redskabet må kun være i samme position i forhold til kroppen i 1 øvelse. Eks. hvis du har redskabet foran kroppen i øvelse 1 og tager det over hovedet i øvelse 2 er det ikke passivt, men hvis du har redskabet foran kroppen i øvelse 1 og har redskabet i præcis samme position i øvelse 2 er det passivt og vil udløse et fradrag.</i></p>	<p>Præcisering af tekst</p>

**Junior/Senior Fri/Senior/Efterskole**

Kapitel	Gældende tekst	Ændret til	Begrundelse
Balancer	Det er tilladt at variere en balancesværhed, så gruppen udfører 2 forskellige balancer som ét moment, dog vil det være den laveste sværhed der tæller. Eksempelvis at ½ af gruppen udfører en Y-balance (A) mens ½ af gruppen udfører en Y-balance med krop (B). I dette tilfælde vil balancen tælle som A-balance.	<p>Det er tilladt at variere en balancesværhed, så gruppen udfører 2 forskellige balancer som ét moment. Eksempelvis at ½ af gruppen udfører en passé-balance (A), mens ½ af gruppen udfører en Y-balance med krop (B).</p> <p>Ved udførelse af forskellige balancer er det den laveste værdi, der tæller i pointgivning.</p> <p>Bemærk: Anvendelse af samme balance efterfølgende er ikke pointgivende. F.eks i dette tilfælde kan passé-balancen ikke være pointgivende, hvis den bruges af hele gruppen efterfølgende.</p>	Præcisering af tekst
Spring	<i>Tilføjelse</i>	<p>Det er tilladt at variere en spring-sværhed, så gruppen udfører 2 forskellige spring som ét moment. Eksempelvis at ½ af gruppen udfører et galop, mens ½ af gruppen udfører et hjortespring. Ved udførelse af forskellige spring er det den laveste værdi, der tæller i pointgivning.</p> <p>Bemærk: Anvendelse af samme spring efterfølgende er ikke pointgivende. F.eks i dette tilfælde kan hjortespringet ikke være pointgivende, hvis den bruges af hele gruppen efterfølgende.</p>	Ensretning af regler samt ensretning med tekst i balancer
Krop redskab	Hele holdet skal udføre <i>samme</i> sværhed, ellers vil sværheden ikke tælle med. Hvis 2 eller flere gymnaster ikke udfører sværheden, bortfalder den.	Hele holdet skal udføre <i>samme</i> sværhed, ellers vil sværheden ikke tælle med. <b>Det er tilladt at variere i spring og balancer i henhold til reglement. Se tekst serie 1.</b> Hvis 2 eller flere gymnaster ikke udfører sværheden, bortfalder den.	Give mulighed for kunstnerisk udvikling
Tekniske muligheder Bold	<p>Grp 6: 1 x samarbejde (ikke udvekslinger), noget man ikke kan lave alene.</p> <p>Grp 9: Halvdelen af gruppen arbejder med 2 bolde i minimum 8 taktslag. Redskabet skal som minimum lave 2 forskellige øvelser. <i>Bemærk: ingen sværheder giver point her ud over</i></p>	<p>Grp 6: 1 x samarbejde, noget man ikke kan lave alene. <b>Det er tilladt at udveksle i samarbejde.</b> <b>Bemærk der gives kun point for samarbejdet.</b></p> <p>Grp 9: Halvdelen af gruppen arbejder med 2 redskaber i minimum 8 taktslag. <b>Hver gymnast skal lave minimum 2 forskellige øvelser med redskabet. Der er ingen krav om ens øvelser i gruppen, hverken med eller uden håndredskab.</b></p>	Tilladelse af udveksling samt præcisering af hvilken sværhed, der giver point

	<i>arbejdet med 2 bolde.</i>		
Tekniske muligheder Tov	<p>Grp. 3: Grp 3: 2 x sjippeserie med variation</p> <p>Grp 5: Udstrakt tov. Må ikke knække, skal være helt udstrakt.</p> <p>Grp 8: 1 x samarbejde (ikke udvekslinger), noget man ikke kan lave alene.</p> <p>Grp 11: Halvdelen af gruppen arbejder med 2 tove i minimum 8 taktslag. Redskabet skal som minimum lave 2 forskellige øvelser. <i>Bemærk: ingen sværheder giver point her ud over arbejdet med 2 tove.</i></p>	<p>Grp. 3: 2 x sjippeserie med variation <b>Du må have et enkelt mellemsving, hvis kroppen skifter retning</b> <b>Der må gerne sjippes med mellemhop.</b></p> <p>Grp 5: Udstrakt tov. Må ikke knække, skal være helt udstrakt <b>og have en aktiv funktion.</b></p> <p>Grp 8: 1 x samarbejde, noget man ikke kan lave alene. <b>Det er tilladt at udveksle i samarbejde.</b> <b>Bemærk der gives kun point for samarbejdet.</b></p> <p><b>Grp 11:</b> Halvdelen af gruppen arbejder med 2 redskaber i minimum 8 taktslag. <b>Hver gymnast skal lave minimum 2 forskellige øvelser med redskabet. Der er ingen krav om ens øvelser i gruppen, hverken med eller uden håndredskab.</b></p>	<p>Præcisering af aktiv funktion</p> <p>Tilladelse af udveksling samt præcisering af hvilken sværhed, der giver point</p>
Tekniske muligheder Tøndebånd	<p>Grp 7: 1 x samarbejde (ikke udvekslinger), noget man ikke kan lave alene.</p> <p>Grp 10: Halvdelen af gruppen arbejder med 2 tove i minimum 8 taktslag. Redskabet skal som minimum lave 2 forskellige øvelser. <i>Bemærk: ingen sværheder giver point her ud over arbejdet med 2 tøndebånd.</i></p>	<p>Grp 7: 1 x samarbejde, noget man ikke kan lave alene. <b>Det er tilladt at udveksle i samarbejde.</b> <b>Bemærk der gives kun point for samarbejdet.</b></p> <p>Grp 10: Halvdelen af gruppen arbejder med 2 redskaber i minimum 8 taktslag. <b>Hver gymnast skal lave minimum 2 forskellige øvelser med redskabet. Der er ingen krav om ens øvelser i gruppen, hverken med eller uden håndredskab.</b></p>	<p>Tilladelse af udveksling samt præcisering af hvilken sværhed, der giver point</p>
Tekniske muligheder Vimpel	<p>Grp 6: 1 x samarbejde (ikke udvekslinger), noget man ikke kan lave alene.</p> <p>Grp 9: Halvdelen af gruppen arbejder med 2 tove i minimum 8 taktslag. Redskabet skal som minimum lave 2 forskellige øvelser.</p>	<p>Grp 6: 1 x samarbejde, noget man ikke kan lave alene. <b>Det er tilladt at udveksle i samarbejde.</b> <b>Bemærk der gives kun point for samarbejdet.</b></p> <p>Grp 9: Halvdelen af gruppen arbejder med 2 redskaber i minimum 8 taktslag. <b>Hver gymnast skal lave minimum 2 forskellige øvelser med redskabet. Der er ingen krav om ens øvelser i gruppen, hverken med</b></p>	<p>Tilladelse af udveksling samt præcisering af hvilken sværhed, der giver point</p>



	<i>Bemærk: ingen sværheder giver point her ud over arbejdet med 2 vimpler.</i>	eller uden håndredskab.	
Fradrag i den kunstneriske værdi	Ved passivt redskab forstås, at redskabet er passivt i 2 eller flere øvelser og vil dermed udløse et fradrag.	<b>Passivt redskab:</b>  Redskabet må kun være i samme position i forhold til kroppen i 1 øvelse. Eks. hvis du har redskabet foran kroppen i øvelse 1 og tager det over hovedet i øvelse 2 er det ikke passivt, men hvis du har redskabet foran kroppen i øvelse 1 og har redskabet i præcis samme position i øvelse 2 er det passivt og vil udløse et fradrag.	Præcisering af tekst

**Bedømmelsesreglement:**

Kapitel	Gældende tekst	Ændret til	Begrundelse
Udførelsesskema serie 2 – alle redskaber	Tab	Tab – tilføjet X i middelfejl. Der gives 0,1 i fradrag for 1 gymnast, 0,2 i fradrag for 2 -3 gymnaster samt 0,3 for 4 og flere gymnaster	En præcisering af teksten
<b>Dommerkemaer:</b>			
Teknisk dommerskema, mini serie 2 bold	Grp 3: Studs	Grp 3: Studseserier	Konsekvensrettelse i forhold til præcisering i række-specifik reglement
Teknisk dommerskema, pige serie 2 bold	Grp 3: Studs	Grp 3: Studseserier	Konsekvensrettelse i forhold til præcisering i række-specifik reglement
Kunstnerisk dommerskema, serie 1	Kropssprog udtryksfuld 0,1	Kropssprog udtryksfuld 0-0,2	Mulighed for differentiering
	Uæstetisk dragt eller for kort/langt skørt 0,3	Uæstetisk/uens dragt eller for kort/langt skørt 0,3	Præcisering
	Bonus 0,1	Bonus slettes	Anvendes aldrig
Kunstnerisk dommerskema, serie 2	Passende færdigheder 0-0,1	Passende færdigheder 0-0,2	Ensretning med serie 1
	Korrekt teknik 0,1	Korrekt teknisk slettes	Point flyttet til passende færdigheder
	Kropssprog udtryksfuld 0,1	Kropssprog udtryksfuld 0-0,2	Mulighed for differentiering
	Uæstetisk dragt eller for kort/langt skørt 0,3	Uæstetisk/uens dragt eller for kort/langt skørt 0,3	Præcisering
	Bonus 0,1	Bonus slettes	Anvendes aldrig