

KLASS B – AVDRAG

| Fel | Litet | Mellan- stort | Stort | Mycket stort |
|---|--|------------------------------|---------|-----------------|
| | 0,10 | 0,30 | 0,50 | 1,00 el mera |
| Bedömningsdomarens avdrag | | | | |
| Prestationsfel | | | | |
| Armar böjda i stödfas eller knän böjda | X | X | X | |
| Fötter eller ben isär | X | X axelbredd eller mera | | |
| Fötter i kors i rörelser med skruv | X | | | |
| Rörelserna otillräckliga höjd (rörelseamplitud) | X | X | | |
| Kroppens sträckta position bibehålls inte – pikering för tidigt | X | X | | |
| Avvikelse från rak linje | X | | | |
| Tvekan i utförande av rörelse | X | | | |
| Dålig kroppsposition och position av benen i rörelser | | | | |
| - Okontrollerad kroppsposition | X | | | |
| - Osträckta vrister | X | | | |
| - Otillräcklig spagatposition i gymnastiska rörelser (jämfota spagat) | X | X | | |
| Exakthet | | | | |
| - Varje rörelse har en tydlig början och slutposition | X | | | |
| Försök utan att utföra rörelse | | X | | |
| Avvikelse från givna regler/direktiv | | X | | |
| Sidoövningar / andra extra rörelser | Avdrag för prestationsfel | | | |
| Andra saknade rörelser | | | | |
| - Avvikelse från givna direktiv | | X | | |
| - Maxavdrag för saknad höjd, amplitud, bendelning osv | | XX | | |
| Nedslag för nära redskapet (bom) | | X | | |
| Alla rörelsers landningsfel | Utan fall får landningsfelens totala avdrag inte överskrida 0,80 | | | |
| Benen isär i landningen | X | | | |
| Rörelser för att bibehålla balansen | | | | |
| Extra armrörelser | X | | | |
| Tappa balansen | X | X | X (bom) | |
| Extra steg, litet hopp | X | | | |
| Stort steg eller hopp (över 1m) | | X | | |
| Felaktig kroppsposition | X | X | | |
| Djupt huksittande | | | X | |
| Stöd med 1 el 2 händer i matta eller redskap | | | | 1,00 |
| Fall till knäna eller till sittande på matta | | | | 1,00 |
| Fall på redskapet eller från redskapet | | | | 1,00 |
| Rörelsen nedslag sker inte med fötterna före | | | | 1,00 |

KLASS B – AVDRAG

| Avdrag för redskapets överdomare | | | | | |
|---|--|--|--|-------------------------|---------------------------------|
| Saknad presentation till domarna före och/eller efter prestationen | gymnast / redskap | | X | Från slutpoängen | |
| Rörelserna görs i annan ordning än i direktiven/texten | gymnast / redskap | | X | Från slutpoängen | |
| Tränarens beteende | | | | | |
| Passning (barr, bom, parterr) | | | | | 1,50 som innehåller teknikfelen |
| Överdomarens avdrag Avdrag från slutpoängen | | | | | |
| Felaktig användning av magnesium | gymnast / redskap | | | X | |
| Tävlingens överdomare | | | Kortsystem som gäller vid Gymnastikförbundets officiella och registrerade tävlingar | | |
| Gymnastens beteende | | | | | |
| Osportsligt beteende | gymnast / redskap | | X | Avdras från slutpoängen | |
| Tränarens beteende, som inte har en rak inverkan på gymnastens/lagets prestation/resultat | | | | | |
| Osportsligt beteende | 1. gången – gult kort (varning) till tränaren 2. gången – rött kort till tränaren och hen måste avlägsna sig från tävlingen | | | | |
| Annat mycket dåligt beteende | Genast rött kort till tränaren och hen måste avlägsna sig från tävlingen | | | | |
| Tränarens beteende som har en rak inverkan på gymnastens/lagets prestation/resultat | | | | | |
| Osportsligt beteende tex – Avbrott eller försenande av tävlingen – Prata med domarna under tävlingens gång – Prata med gymnasten under tävlingens gång | 1.gången – 0,50 (gymnastens/lagets redskapspoäng) och gult kort (varning) till tränaren - om tränaren talar med domarna 1.gången – 1,00 (gymnastens/lagets redskapspoäng) och gult kort (varning) till tränaren – om tränaren talar aggressivt till domarna 2. gången – 1,00 (gymnastens/lagets redskapspoäng) och rött kort till tränaren och hen måste avlägsna sig från tävlingsområdet | | | | |
| Annat mycket dåligt beteende | – 1,00 (gymnastens/lagets redskapspoäng) och genast rött kort till tränaren och hen måste avlägsna sig från tävlingsplatsen | | | | |

Första varningen = gult kort

Andra varningen = rött kort, och tränaren avstängs från resten av tävlingen

KLASS B – AVDRAG FÖR REDSKAPET HOPP

För springfarten och ansatsen kan avdras totalt 0,1, 0,30, 0,5 eller 1,0 poäng enligt dessa direktiv. Övriga delområden bedöms enligt regelboken.

Löpningens teknik

- Löpningen är effektiv
- Farten stiger då man närmar sig satsbrädan
- Löpningen är avslappnad och lätt
- Löpningen går rakt fram
-

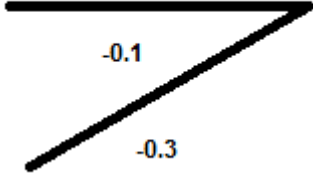
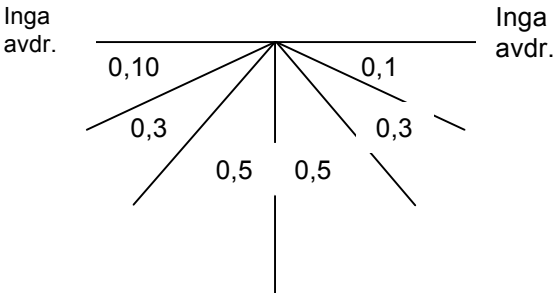
Ansatsens teknik

- Satsen är snabb och effektiv
- Man satsar från rätt ställe på satsbrädan
- Satsen sker ända till slut

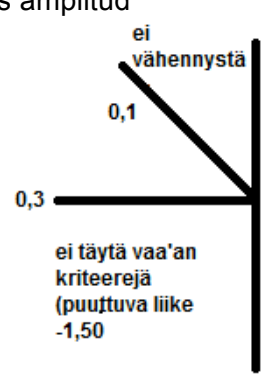
Ljushopp + från störtposition handstående och fall på rygg på matthögen

| Fel | Litet | Mellan-stort | Stort | Mycket stort |
|---|---|--------------|-------|---------------|
| | 0,10 | 0,30 | 0,50 | 1,00 el mera |
| Avdrag för delområdet löpning + ansats | | | | |
| Mycket bra löpning, felfritt | Inga avdrag | | | |
| Bra prestation med små fel | X | | | |
| Medelmåttig prestation med några fel | | X | | |
| Någolunda prestation med klara fel | | | X | |
| Bristfällig prestation med stora fel | | | | X |
| Avdrag för delområdet ljushopp | | | | |
| Hoppets nedslag kommer på en fot | | X | | |
| Höjd | X | X | X | |
| Avvikelse från rak linje | X | | | |
| Dynamik | X | X | | |
| Andra avdrag | | | | |
| Ny springfart | | | | 1,00 |
| Passning | | | | Ogiltigt hopp |
| Fel hopp | | | | Ogiltigt hopp |
| - Sats på satsbrädet från ett ben | | | | Ogiltigt hopp |
| - Ljushoppets landning på matthögen kommer inte med fötterna före | | | | Ogiltigt hopp |
| Saknat handstående (utan att försöka rörelsen) | | | | 1,50 |
| Handståendets amplitud | <p>The diagram shows a handstand position with lines indicating different amplitudes. The angles are labeled as 10°, 10°, 0.10, 0.30, 0.50, 45°, and 90°. The 0.10, 0.30, and 0.50 values correspond to the avdrag (penalty) values in the table above.</p> | | | |

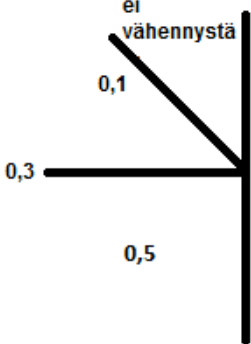
KLASS B – AVDRAG FÖR BARR

| Fel | Litet | Mellan- stort | Stort | Mycket stort |
|---|------------|------------------|-----------|-----------------|
| | 0,10 | 0,30 | 0,50 | 1,00 el mera |
| KLASS B | | | | |
| Vipparnas amplitud (alla kroppsdelar måste nå vågrät) - Under vågrät (0-45° knapp) - Under vågrät (>45° knapp) ei vähennystä | X | X | | |
|  | | | | |
| Kroppens linje i vippar | X | X | | |
| Mellansving | | | X | |
| Rörelsernas dåliga rytm | X | | | |
| Otillräcklig vinkelposition | X | X | | |
| Sving under vågrät (avdrag skilt för fram- och baksving) | X 0-30° | X >30-45° | X >45° | |
|  | | | | |
| Bristfällig krum-båge-krum position i svingar | X | X | | |
| Saknad rörelse / maxavdrag per rörelse - DRAGÖVERSLAG - VIPP - SVINGAR (FRAM- OCH BAKSVING) | | | | 1,50 |

KLASS B – AVDRAG FÖR REDSKAPET BOM

| Fel | Litet | Mellan- stort | Stort | Mycket stort |
|---|---------------------|------------------|-------|---|
| | 0,10 | 0,30 | 0,50 | 1,00 el mera |
| KLASS B | | | | |
| Extra fotstöd vid bommens sida | | X | | |
| Stöd med handen för att hindra fall | | | X | |
| Extra rörelser för att hålla balansen | X | X | X | |
| För stor/lång förberedelse (varje gång) | | | | |
| - Extra steg och rörelser | X | | | |
| - Extra armsving före gymnastisk rörelse | X | | | |
| - Paus (avdrag görs för paus längre än 2 sek.) | X | | | |
| Dålig kroppshållning/dålig amplitud under hela serien | | | | |
| - Huvudets, kroppens, axlarnas och händernas positioner | X | | | |
| - Osträckta/lösa/inåtvända vrister | X | | | |
| - Förflyttning i hög tåposition saknas | X | | | |
| - Otillräcklig amplitud i benlyft | X | | | |
| Benlyftens amplitud (obs, bara framåt) | | | | |
| - vågrät | X | X | | |
| - under vågrät | | | | |
| De tekniska kraven för gymnastisk rörelse saknas | X | X | X | |
| Vågens amplitud | | | | |
|  | X Över vågrät | X vågrät | | 1,50 under vågrät (fyller inte kriterierna) |

KLASS B – AVDRAG FÖR REDSKAPET BOM

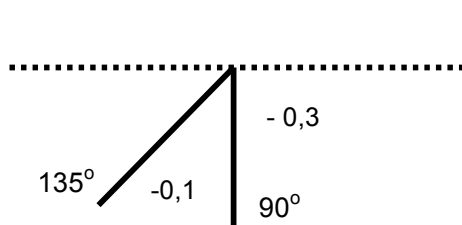
| Fel | Litet | Mellan- stort | Stort | Mycket stort |
|---|---------------------|------------------|----------------------|-----------------|
| | 0,10 | 0,30 | 0,50 | 1,00 el mera |
| "Babyhandståendets" amplitud (endast det ena benets amplitud bedöms)  | X Över vågrät | X vågrät | X Under vågrät | |
| Saknad rörelse / maxavdrag per rörelse <ul style="list-style-type: none"> - Våg (då det fria benets fotbotten blir under vågrät eller då kroppens svank saknas) - Ljushopp - Babyhandstående - Ljushopp bakåt som nerhopp | | | | 1,50 |
| Allmänna avdrag för konstnärlighet | | | | |
| Otillräcklig konstnärlighet under prestationen <ul style="list-style-type: none"> - Säkerhet/stabilitet - Personlig stil Rytm och tempo <ul style="list-style-type: none"> - Otillräcklig rytm och tempo i rörelserna - Hela serien görs som en serie av rörelser som följer på varandra men inte går ihop (saknar flyt) | X X | | | |
| Komposition och koreografi <ul style="list-style-type: none"> - Rörelsernas otillräckliga mångsidighet eller kreativitet - Otillräcklig användning av redskapet <ul style="list-style-type: none"> o Bommens hela längd används inte - Rörelsernas ensidighet <ul style="list-style-type: none"> o Mer än en ½-sväng på tå på båda fötterna med raka ben under hela serien | X X X | | | |

KLASS B – AVDRAG FÖR REDSKAPET PARTERR

| Fel | Litet | Mellan- stort | Stort | Mycket stort |
|---|-------------|------------------|-------|-----------------|
| | 0,10 | 0,30 | 0,50 | 1,00 el mera |
| KLASS B | | | | |
| Handståendefasen i handstående kullerbytta | | | | |
| För stor/lång förberedelse (varje gång) - Extra steg och rörelser - Extra armsving före gymnastisk rörelse - Paus (avdrag görs för paus längre än 2 sek.) | X X X | | | |
| Dålig kropphållning under hela serien - Kroppens, huvudets position och blickens fokusering - Osträckta/lösa/inåtvända vrister - Otillräcklig amplitud i benlyft | X X X | | | |
| Ofärdig sväng i ljushopp | X ≤90° | X >90-180° | | |
| De tekniska kraven för gymnastisk rörelse saknas | X | X | X | |
| Saknad rörelse / maxavdrag per rörelse - (Handstående)kullerbytta - HJULNING - Kullerbytta bakåt | | | | 1,50 |
| Allmänna avdrag för konstnärlighet | | | | |
| Otillräcklig konstnärlighet under hela serien - Uttryck saknas | X | | | |
| Hela serien görs som en serie av rörelser som följer på varandra men inte går ihop | X | | | |
| Komposition och koreografi - Otillräcklig omväxling eller kreativitet i rörelserna eller förflyttningarna | X | | | |

Gymnastiska rörelers tekniska krav , klass B

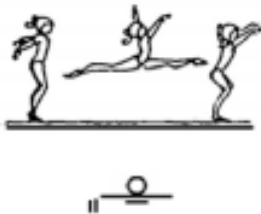
Otillräcklig spagatposition i gymnastiska hopp



Otillräcklig spagatposition

- > 0-20° inga avdrag
- > 20° – 45° avdrag -0,10
- > 45 ° avdrag -0,30

Jämfota spagathopp



I jämfota spagathopp fötternas position såsom i sissonne hopp

- Sned (diagonal) spagatposition och landning på ett ben
- Felaktig benposition, avdrag -0,10

De totala avdragen för kroppens felposition i gymnastiska rörelser är max 0,50 (avdras 0,1; 0,3 eller 0,5)

Avdrag som hör till kroppsposition:

- Spagatposition (otillräcklig)
- Böjda ben
- Osträckta vrister
- Rörelsernas egna specialkrav

Utöver detta kan man i gymnastiska rörelser göra avdrag för

- Rörelsernas höjd
- Landningen
- Hoppets rätta timing