

## RM-stegen Pojkar/Herrar och Mixed

Version januari 2012

Bedömningsreglemente TeamGym tillämpas på RM-stegen. Texterna nedan ersätter respektive paragraf i Bedömningsreglemente TeamGym om inget annat anges.

<b>Tävlingar</b>	<b>Rikscupen och RM Herrar</b>	<b>Rikscupen och RM Mixed</b>
<b>Ålder</b>	10 år och äldre (Gymnast ska fylla minst 10 år under kalenderåret)  Ingen åldersdispens ges.	10 år och äldre (Gymnast ska fylla minst 10 år under kalenderåret)  Ingen åldersdispens ges.
<b>Antal gymnaster</b>	6-20 gymnaster  Alla gymnaster behöver INTE delta i fristående	6-20 gymnaster  Alla gymnaster behöver INTE delta i fristående
<b>Grenar</b>	Fristående Tumbling Trampett	Fristående Tumbling Trampett
<b>Begränsningar</b>	Det är endast tillåtet att tävla inom en stege under en termin. Gäller ej pojkar/herrar. Generell dispens: två gymnaster per lag har rätt att delta i två tävlingsstegar (UT-, RM- och SM-stegen) under samma termin. Inom RM-stegen kan en gymnast endast tävla i en nivå (1, 2, 3- yngre eller 3-äldre) under samma termin.	Det är endast tillåtet att tävla inom en stege under en termin. Gäller ej pojkar/herrar. Generell dispens: två gymnaster per lag har rätt att delta i två tävlingsstegar (UT-, RM- och SM-stegen) under samma termin. Inom RM-stegen kan en gymnast endast tävla i en nivå (1, 2, 3- yngre eller 3-äldre) under samma termin.
<b>Art 4 Bedömning</b> 4.2 Domarpooler	Bedömningsreglemente TeamGym Fristående A1 A2 B1 B2 C1 C2 Tumbling AC1 AC 2 B1 B2 B3 B4 Trampett AC1 B1 B2 B3 B4	Bedömningsreglemente TeamGym Fristående A1 A2 B1 B2 C1 C2 Tumbling AC1 AC 2 B1 B2 B3 B4 Trampett AC1 B1 B2 B3 B4
<b>Redskap</b>	Enligt Redskapsreglemente	Enligt Redskapsreglemente

FRISTÅENDE	Rikscupen och RM Herrar	Rikscupen och RM Mixed
<b>Redskap</b>	Golvytta 14 x 20 meter	Golvytta 14 x 20 meter
<b>15.2 Svårighet</b> <b>Max 6,0</b>  Övningarna hämtas från svårighetstabellen Bilaga A1	2 OLIKA piruetter (0,5 poäng/moment) 2 OLIKA hopp (0,5 poäng/moment) 2 OLIKA balans/kraftmoment (0,5 poäng/moment) 2 vågrörelse/sving/parövning enl. BR TeamGym (0,5 poäng/mom.) 2 akrobatiska moment (0,5 poäng/moment) Kan vara 2 lika (kod) akrobatiska moment 1 kombination av 2 moment (1,0 poäng) Kan vara samma kod som ovan (Piruet, Hopp, Balans/Kraft, Akrobatiska mom)  Minst 50% av truppen måste utföra respektive moment enligt normerna i svårighetstabellen Bilaga A1 för att få tillgodoräkna sig värdet för övningen..	2 OLIKA piruetter (0,5 poäng/moment) 2 OLIKA hopp (0,5 poäng/moment) 2 OLIKA balans/kraftmoment (0,5 poäng/moment) 2 vågrörelse/sving/parövning enl. BR TeamGym (0,5 poäng/mom.) 2 akrobatiska moment (0,5 poäng/moment) Kan vara 2 lika (kod) akrobatiska moment 1 kombination av 2 moment (1,0 poäng) Kan vara samma kod som ovan (Piruet, Hopp, Balans/Kraft, Akrobatiska mom)  Minst 50% av truppen måste utföra respektive moment enligt normerna i svårighetstabellen Bilaga A1 för att få tillgodoräkna sig värdet för övningen.
<b>15.3 Utförande (10,0)</b> 15.3.2.3 Utanför ytan  15.3.4.1 Tränare ger verbala eller visuella instruktioner  15.3.4.4 Störande bandage  15.3.2.6 Dynamiskt utförande  15.3.2.9 Artistisk presentation	AVDRAG GES EJ  AVDRAG GES EJ  AVDRAG GES EJ  AVDRAG GES EJ  AVDRAG GES EJ	AVDRAG GES EJ  AVDRAG GES EJ  AVDRAG GES EJ  Enligt BR TeamGym  Enligt BR TeamGym

Bedömningsreglemente TeamGym tillämpas på RM-stegen. Texterna nedan ersätter respektive paragraf i Bedömningsreglemente TeamGym om inget annat anges.

<b>15.4 Komposition (4,0)</b>		
15.4.2.1 Tidtagning	2 – 3 minuter	2 – 3 minuter
15.4.2.3 Övningsval	AVDRAG GES EJ	Enligt BR TeamGym
15.4.2.5 Formationer	4 olika formationer Svänga formationer AVDRAG GES EJ Variation av storlek på formationer - AVDRAG GES EJ	Enligt BR TeamGym
15.4.2.8 Användning av yta...	Användning av alla område AVDRAG GES EJ Rörelser i olika riktningar AVDRAG GES EJ Användning av olika nivåer AVDRAG GES EJ Utförandet ska ske mot minst mot 2 fronter	Enligt BR TeamGym
15.4.4.1 Överrensstämmelse...	AVDRAG GES EJ	Enligt BR TeamGym

TUMBLING	Rikscupen och RM Herrar	Rikscupen och RM nivå Mixed
<b>Redskap</b>	Tumblinggolv enligt Redskapsreglementet	Tumblinggolv enligt Redskapsreglementet
<b>16.2 Svårighet</b> Övningarna hämtas från svårighetstabellen Bilaga A2	Tre valfria varv Utförs av 6 gymnaster/varv 1,0 poäng/gymnast/varv Max 6,0 poäng En gymnast får 0 poäng i A-poäng i följande fall: Fel "alla-lika varv" Springer förbi redskapet  I följande fall behålls A-poängen (1,0/gymnast) i följande fall: Endast ett moment i tvåmoments serie Endast två moment i tremoments serie Landar övning utan fötterna i först Serie som innehåller paus/mellansteg  En gymnast kan få avdrag i C-poängen trots bibehållen A-poäng (1,0 poäng/gymnast).	Tre valfria varv Utförs av 6 gymnaster/varv 1,0 poäng/gymnast/varv Max 6,0 poäng En gymnast får 0 poäng i A-poäng i följande fall: Fel "alla-lika varv" Springer förbi redskapet  I följande fall behålls A-poängen (1,0/gymnast) i följande fall: Endast ett moment i tvåmoments serie Endast två moment i tremoments serie Landar övning utan fötterna i först Serie som innehåller paus/mellansteg  En gymnast kan få avdrag i C-poängen trots bibehållen A-poäng (1,0 poäng/gymnast).
<b>16.3 Utförande (10,0)</b> 16.1.3 Utförande  16.3.2.1 Optimal höjd och längd  16.3.2.7 Landningsposition  16.3.2.8 Landningskontroll	Punkten som rör tränare på tävlingsytan ersätts med: En (och endast en) tränare skall närvarande av säkerhetsskäl på landningsområdet/tumblinggolvet eller i nära anslutning till tumblinggolvet/landningen i möjligaste mån på motsatta sida från domarna. Ev. övriga tränare skall vara placerade i anslutning till ledet. Avdraget sker enligt 16.3.4.5.  Enligt BR TeamGym med tillägg: Även serier utan frivolt och salto bedöms efter optimal höjd och längd för övningarna i serien. Enligt BR TeamGym med tillägg: Serier som avslutas med flick-flack, rondat, handvolt, hjulning bedöms efter korrekt landningsposition för respektive övning. Enligt BR TeamGym med tillägg: Ett kontrollerat stäm efter serie som avslutas med flick-flack, rondat eller handvolt ingår i övningen och skall därför INTE ge avdrag för förlust av kontroll.	Punkten som rör tränare på tävlingsytan ersätts med: En (och endast en) tränare skall närvarande av säkerhetsskäl på landningsområdet/tumblinggolvet eller i nära anslutning till tumblinggolvet/landningen i möjligaste mån på motsatta sida från domarna. Ev. övriga tränare skall vara placerade i anslutning till ledet. Avdraget sker enligt 16.3.4.5.  Enligt BR TeamGym med tillägg: Även serier utan frivolt och salto bedöms efter optimal höjd och längd för övningarna i serien. Enligt BR TeamGym med tillägg: Serier som avslutas med flick-flack, rondat, handvolt, hjulning bedöms efter korrekt landningsposition för respektive övning. Enligt BR TeamGym med tillägg: Ett kontrollerat stäm efter serie som avslutas med flick-flack, rondat eller handvolt ingår i övningen och skall därför INTE ge avdrag för förlust av kontroll.

Bedömningsreglemente TeamGym tillämpas på RM-stegen. Texterna nedan ersätter respektive paragraf i Bedömningsreglemente TeamGym om inget annat anges.

16.3.2.1 I Särskilda avdrag	Avdrag för: "Gymnast utför endast två moment" och "Gymnast utför endast ett moment" ersätts med Felaktigt antal moment 1,0 poäng/avsaknat moment Övriga särskilda avdrag enligt BR TeamGym AVDRAG GES EJ	Avdrag för: "Gymnast utför endast två moment" och "Gymnast utför endast ett moment" ersätts med Felaktigt antal moment 1,0 poäng/avsaknat moment Övriga särskilda avdrag enligt BR TeamGym AVDRAG GES EJ
16.3.4.1 Tränare ger verbala eller visuella instruktion	AVDRAG GES EJ	AVDRAG GES EJ
16.3.4.4 Störande bandage	AVDRAG GES EJ	AVDRAG GES EJ
16.3.4.5 Ej enligt gällande tävlingskrav	"Alla gymnaster landar inte sin sista övning på landningsområdet" AVDRAG GES EJ Övriga tävlingskrav enligt BR TeamGym	"Alla gymnaster landar inte sin sista övning på landningsområdet" AVDRAG GES EJ Övriga tävlingskrav enligt BR TeamGym
<b>16.4 Komposition (2,0)</b>		
16.4.1.1 Tre olika övningar	Två varv ska innehålla minst två akrobatiska moment. Ett varv ska innehålla minst tre akrobatiska moment, varav minst två ska vara olika.	Två varv ska innehålla minst två akrobatiska moment. Ett varv ska innehålla minst tre akrobatiska moment, varav minst två ska vara olika.
16.4.1.2 Tidtagning	2 minuter och 45 sekunder	2 minuter och 45 sekunder
16.4.2.1 Alla-lika varv	Varv 1 är Obligatoriskt varv: Rondat – Flick-flack - Salto i valfri stil	Var 1 är Obligatoriskt varv: Rondat – Flick-flack - Salto i valfri stil
16.4.2.2 Stegning	Varv 2 och 3: Stegning sker enligt svårighetsvärdet i Bilaga A2 trots fast A-poäng.	Varv 2 och 3: Stegning sker enligt svårighetsvärdet i Bilaga A2 trots fast A-poäng
16.4.3.3 Definition av Framåt- bakåtvarv och kombinerade	Framåtvarv: En gymnast utför ett framåtvarv om minst två (2) övningar är framåt (se 16.2.1), Bakåtvarv: En gymnast utför ett bakåtvarv om minst två (2) övningar är bakåt, Kombinerade varv: En gymnast utför ett kombinerat varv om det varken uppfyller kraven för framåt- eller bakåtvarv ovan. Avdraget sker enligt 16.4.3.2.	Framåtvarv: En gymnast utför ett framåtvarv om minst två (2) övningar är framåt (se 16.2.1), Bakåtvarv: En gymnast utför ett bakåtvarv om minst två (2) övningar är bakåt, Kombinerade varv: En gymnast utför ett kombinerat varv om det varken uppfyller kraven för framåt- eller bakåtvarv ovan. Avdraget sker enligt 16.4.3.2.
16.4.3.4 Skruvar	Minst ett varv ska innehålla en frivolt/salto med eller utan skruv. Avdraget baseras på de varv där kravet utförs av flest gymnaster.	Truppen skall utföra ett varv med sträckt frivolt/salto med eller utan skruv. Avdraget baseras på de varv där kravet utförs av flest gymnaster.

TRAMPETT	Rikscupen och RM Herrar	Rikscupen och RM nivå Mixed
<b>Redskap</b>	Anloppsmatta, trampett, internationellt hoppbord (motsvarande Pegasus) och nedslagsbädd enligt Redskapsreglementet.	Anloppsmatta, trampett, internationellt hoppbord (motsvarande Pegasus) och nedslagsbädd enligt Redskapsreglementet.
<b>17.2 Svårighet</b>  Övningarna hämtas från svårighetstabellen Bilaga A3	Tre valfria varv Utförs av 6 gymnaster/varv 1,0 poäng/gymnast/varv Max 6,0 poäng  En gymnast får 0 poäng i A-poäng i följande fall: Fel "alla-lika varv" Fall utan fötterna i först Springer förbi redskapet Vidrör ej redskapet med båda händerna	Tre valfria varv Utförs av 6 gymnaster/varv 1,0 poäng/gymnast/varv Max 6,0 poäng  En gymnast får 0 poäng i A-poäng i följande fall: Fel "alla-lika varv" Fall utan fötterna i först Springer förbi redskapet Vidrör ej redskapet med båda händerna
<b>17.3 Utförande (10,0)</b>  17.1.3 Utförande  17.3.4.1 Tränare ger instruktion  17.3.4.4 Störande bandage	Punkten som rör tränare på tävlingsytan ersätts med: Max två tränare får av säkerhetsskäl vara placerade i på landningsområdet. Ev. övriga tränare skall vara placerade i anslutning till ledet. Avdraget sker enligt 17.3.4.5.  AVDRAG GES EJ  AVDRAG GES EJ	Punkten som rör tränare på tävlingsytan ersätts med: Max två tränare kan vara närvarande av säkerhetsskäl på landningsområdet. Ev. övriga tränare skall vara placerade i anslutning till ledet. Avdraget sker enligt 17.3.4.5.  AVDRAG GES EJ  AVDRAG GES EJ

<b>17.4 Komposition (2,0)</b>		
17.4.1.1 Tidtagning	Max 2 minuter och 45 sekunder	Max 2 minuter och 45 sekunder
17.4.2.1 Alla-lika varv	Varv 1 är obligatoriskt varv: Sträckt frivolt med minimum 180°	Varv 1 är obligatoriskt varv: Sträckt frivolt med minimum 180°
17.4.2.2 Stegning	Varv 2 och 3: Stegning sker enligt svårighetsvärdet i Bilaga A3 trots fast A-poäng	Varv 2 och 3: Stegning sker enligt svårighetsvärdet i Bilaga A3 trots fast A-poäng
17.4.3.2 Hoppredskap	Minst ett hopp ska utföras med hoppbord som vidrörs med båda händerna. Minst ett hopp ska utföras utan hoppbord.	Minst ett hopp ska utföras med hoppbord som vidrörs med båda händerna. Minst ett hopp ska utföras utan hoppbord.
17.4.3.3 Skruvar	2 varv ska innehåll en fri volt med eller utan skruv (inklusive v. 1)	2 varv ska innehåll en fri volt med eller utan skruv (inklusive v. 1)
17.4.3.4 Dubbla volter	AVDRAG GES EJ	AVDRAG GES EJ