

Klass	A (Nivå 4)	B (Nivå 6)	C (Nivå 8)
Reglemente	Nat. Br.	Nat.Br.	Nat. Br.
Svårighetsvärde	Öppen svårighet	Fast värde	Fast värde
Ålder/kön	Pojkar från 10 år	Pojkar från 10 år	Pojkar från 7 år
Antal gymnaster	4-18 i laget och per varv	4-18 i laget och per varv	4-18 i laget och per varv
<b>Fristående</b>			
1.4 Svårighet	2 piruetter 2 Hopp 2 Balanser (samma grupp) 1 Akro 1 Kombination	2 piruetter 2 Hopp 2 Balanser (samma grupp) 1 Akro 1 Kombination	1 Piruetter 1 Hopp 1 Balanser 1 Akro
1.3.2.1 Felaktig tid			1:00-2:00 min
1.3.2.8 Rytmask sekvens			Utgår
1.3.2.9 Riktningar			Utgår
1.3.2.12 Formationer			Minst 3 formationer varv en svängd och en liten
<b>Tumbling</b>		<b>Tumbling</b>	<b>Matta</b>
2.2 Allmänt	Två varv ska innehålla minst två <u>olika</u> akrobatiska moment Ett varv ska innehålla minst tre <u>olika</u> akrobatiska moment	Ett varv ska innehålla minst tre akrobatiska moment, varav två <u>olika</u> Två varv ska innehålla minst två <u>olika</u> akrobatiska moment Mellansteg är tillåtet i ett varv	Tre varv ska innehålla minst två akrobatiska moment, varav ett varv med två <u>olika</u> Mellansteg i alla varv är tillåtet
2.3.1.8 Övningskrav	Ett varv ska innehålla rondat flickis salto i valfri position med eller utan skruv.	Ett varv ska innehålla en flickis och ett varv ska innehålla en handvolt.	
2.4 Svårighet			Övningar hämtas från bilaga A2 inklusive kullerbytta och handstående nedrullning
<b>Tramlett</b>			

<b>3.2 Allmänt</b>			Plint får användas med trampett (endast dessa hopp är tillåtna på plint+trampett: sidhopp, rondat, överslag)
<b>3.3.1.8 Övningskrav</b>	Ett varv ska innehålla sträckt frivolt med minimum 180 grader skruv.	Ett varv ska innehålla en enkel frivolt i valfri stil	
<b>3.4Svårighet</b>		Fast svårighetsvärde 0,5 poäng/serie (max 3,0). Svårighetsvärde baseras på endast på de 6 sista gymnasterna i varvet.	<p>Övningar hämtas från bilaga A3 samt ljushopp och ljushopp med bendelning</p> <p>Plint får användas med trampett. Tillåtna hopp sidhopp, rondat och överslag</p> <p>Plint får användas med satsbräda. Tillåtna hopp är ljushopp, sidohopp och kullerbytta</p> <p>Fast svårighetsvärde 0,5 poäng/serie (max 3,0). Svårighetsvärde baseras på endast på de 6 sista gymnasterna i varvet.</p>