

BILAGA A2

Fristående – Summerade utförandefel

Utförandeavdrag	Mindre fel	Större fel
<p>A2.1 Osamtidighet</p> <p>Truppen ska utföra övningar samtidigt i enlighet med kompositionen. Gymnast som är "utanför samtidigheten" eller "vilse" innebär avdrag.</p>	Gymnast är ett taktslag före eller efter	<p>Gymnast är två taktslag före eller efter</p> <p>Gymnast är vilse alternativt utför något helt annat eller ingenting alls</p>
<p>A2.2 Bristande enhetlighet</p> <p>Truppen ska utföra övningar på exakt samma sätt, såvida inte koreografin tydligt uttrycker något annat.</p>	<p>Ej enhetlig placering av armar och ben med övriga truppen</p> <p>Olik teknik i svårighetsmoment, t.ex. olika placering av skruv i hopp</p>	
<p>A2.3 Bristande amplitud</p> <p>Övningar och rörelser ska utföras med utsträckning och omfång (amplitud).</p>	Gymnast saknar utsträckning, t.ex. osträckta fötter	
<p>A2.4 Obalans och okontrollerat utförande</p> <p>Förlorad balans och kontroll resulterar i avdrag. Avdrag för balans i svårigheter görs under A2.6.</p>	<p>Extra rörelser</p> <p>Mindre steg/hopp för att återfå balans i ett moment</p>	<p>Större eller flera steg/hopp för att återfå balans i ett moment</p> <p>Extra handstöd, fotstöd, fall till sittande, rullande eller till knä</p>
<p>A2.5 Felaktig placering i formation</p> <p>Alla formationer måste vara exakta, t.ex. raka linjer när så avses.</p>	Gymnast felplacerad	

Utförandeavdrag	Mindre fel	Större fel
A2.6 Bristande teknik i svårighetsmoment		
Avdragen appliceras i enlighet med definitionen av svårighetsmomentet, se bilaga A1.		
A2.6.1 Balanser	Mindre fel i kroppsposition Böjda armar $\leq 15^\circ$ Böjda ben $\leq 15^\circ$ Delade ben/knän $\leq 15^\circ$ Bendelning för liten $\leq 15^\circ$ Vinkel i axel $30-45^\circ$ Höft/knävinkel ej uppfylld $\leq 15^\circ$ Överkroppen framåt-/bakåtlutad/krummad $\geq 15^\circ$ Överkroppen över/under horisontellt $\leq 15^\circ$ Hälen vidrör golvet (ingen vikt på hälen) Lite vingel (ståben/händer stilla) Rotation ej fullständig $30-45^\circ$ (grupp A) Mindre hopp i piruetten (grupp A) Lite obalanserad landning/extra steg (grupp A) Ett steg för att hålla balansen (grupp B) Kort paus under momentet, < 3 sek (grupp B)	Större fel i kroppsposition Böjda armar $> 15^\circ$ Böjda ben $> 15^\circ$ Delade ben/knän $> 15^\circ$ Bendelning för liten $> 15^\circ$ Vinkel i axel $> 45^\circ$ Höft/knävinkel ej uppfylld $> 15^\circ$ Överkroppen framåt-/bakåtlutad/krummad $\geq 30^\circ$ Överkroppen över/under horisontellt $> 15^\circ$ Stående på helfot/båda fötter i piruett (vikt på hälen) Stort vingel/steg med händer/hopp Rotation ej fullständig $> 45^\circ$ (grupp A) Piruetten roteras genom hopp (grupp A) Tung landning, svårt att fortsätta till nästa övning (grupp A) Två eller flera steg för att behålla balansen (grupp B) Paus under momentet, ≥ 3 sek (grupp B) Snabb sänkning från handstående (grupp B) Ingen tydlig start eller slutposition (grupp B)

Utförandeavdrag	Mindre fel	Större fel
A2.6.2 Hopp	Mindre fel i kroppsposition Böjda ben $\leq 15^\circ$ Delade ben/knän $\leq 15^\circ$ Bendelning för liten $\leq 15^\circ$ Höft/knävinkel ej uppfylld $\leq 15^\circ$ Rotation ej fullständig 30-45° Lite obalanserad landning/extra steg	Större fel i kroppsposition Böjda ben $> 15^\circ$ Delade ben/knän $> 15^\circ$ Bendelning för liten $> 15^\circ$ Höft/knävinkel ej uppfylld $> 15^\circ$ Rotation ej fullständig $> 45^\circ$ Tung landning, svårt att fortsätta till nästa rörelse/övning
A2.6.3 Akrobatiska moment	Mindre fel i kroppsposition Böjda armar $\leq 15^\circ$ Vinkel i axel 30-45° Böjda ben $\leq 15^\circ$ Lite obalanserad landning/extra steg	Större fel i kroppsposition Böjda armar $> 15^\circ$ Vinkel i axel $> 45^\circ$ Böjda ben $> 15^\circ$ Tung landning, svårt att fortsätta till nästa rörelse/övning
A2.6.4 Gruppement	Lite obalanserad landning/extra steg	Tung landning, svårt att fortsätta till nästa rörelse/övning
A2.6.5 Flexibilitetselement	Mindre fel i kroppsposition Böjda armar $\leq 15^\circ$ Vinkel i axel 30-45° Böjda ben $\leq 15^\circ$ Delade ben/knän $\leq 15^\circ$ Bendelning för liten $\leq 15^\circ$ Höft vriden (spagat) Böjd rygg (grenfäll)	Större fel i kroppsposition Böjda armar $> 15^\circ$ Vinkel i axel $> 45^\circ$ Böjda ben $> 15^\circ$ Delade ben/knän $> 15^\circ$ Bendelning för liten $> 15^\circ$ Otillräcklig fällning i överkropp (pikfäll och grenfäll)