

# Truppgymnastik

Tävlingsbestämmelser



**2026**

 SVENSK  
GYMNASTIK



# Innehållsförteckning

Förord .....	3
1 Allmänna tävlingsbestämmelser .....	4
2 Tävlingskalender.....	4
3 Inbjudan och PM .....	4
3.1 Startordning.....	4
4 Tävlingsdeltagande .....	4
4.1 Allmänt.....	4
4.2 Begränsningar .....	5
4.3 Reserver .....	5
4.4 Ackreditering.....	6
4.5 Grentävlingar .....	7
5 Tävlingens genomförande .....	8
5.1 Defilerings.....	8
5.2 Prisutdelningar .....	8
5.3 Kvalificering .....	8
5.4 Final.....	9
5.5 Tie-break.....	9
5.6 Begäran om utredning av poäng.....	10
6 Redskapsbestämmelser .....	10
7 Utbildningskrav.....	10
8 Tävlingsregler .....	10
9 Bedömning.....	11
10 Särskilda bestämmelser nivåtävlingar .....	12
10.1 Riksfemman .....	13
10.2 Riksfyran .....	14
10.3 Rikstrea .....	15
10.4 Rikstvåan.....	17
10.5 Riksettan .....	18
11 Särskilda bestämmelser – SM-stegen .....	19
11.1 USM.....	20

# Förord

Tävlingsbestämmelser truppgymnastik är framtagna av Gymnastikförbundets Trupptävlingskommitté för truppgymnastik (TTK) och godkända av Gymnastikförbundets sportchef för Träning & tävling (tillika ansvarig för tävlingsverksamheten). Förändringar under innevarande giltighetsperiod kan endast göras av TTK alternativt sportchef för Träning & tävling. Vid frågor gällande tävlingsbestämmelser truppgymnastik, kontakta TTK på [ttk@gymnastik.se](mailto:ttk@gymnastik.se).

Följande dokument ska läsas ihop med Tävlingsbestämmelser:

- Tekniskt reglemente
- Anvisningar för barn och ungdomsgymnastik
- Arrangörsreglemente Truppgymnastik
- Redskapsreglemente Truppgymnastik
- Nationellt Bedömningsreglemente Trupp (Nat.BR)
- Svenska publiceringen av European Gymnastics Code of Points med svenska anpassningar (Svenska CoP)

# 1 Allmänna tävlingsbestämmelser

## Benämningar

Benämningar som används genomgående i bestämmelserna är:

Nivåtävlingar	Nivå 1-5
SM-tävlingar	USM, JSM och SM
Klasser	Olika tävlingar inom samma nivå, uppdelat i damer, herrar, mixed och öppen klass (ej uppdelad damer/herrar) samt ålder.
Grenar	Fristående, tumbling och trampett

Tävlingsbestämmelserna gäller för nationella tävlingar.

## 2 Tävlingskalender

[Datum och ort för respektive tävling som arrangeras nationellt specificeras i Tävlingsanmälningssystemet.](#)

## 3 Inbjudan och PM

Inbjudan laddas upp i [Tävlingsanmälningssystemet](#) senast tre (3) månader före tävlingen.

PM1 skickas ut till anmälda föreningar senast en (1) vecka efter sista anmälningdag.

PM2 skickas ut till anmälda föreningar senast tre (3) veckor före tävlingen.

För detaljer om Inbjudan och PM – se Arrangörsreglemente.

### 3.1 Startordning

Lottning av startordning görs av Gymnastikförbundet efter sista anmälningdag. När startordningen är klar skickas den ut till samtliga anmälda föreningar från arrangören i samband med PM1.

Vid gemensamt SM kan lottningen eventuellt göras vid annat tillfälle.

## 4 Tävlingsdeltagande

### 4.1 Allmänt

Information om anmälningsförfarande, efteranmälan, strykningar och avgifter finns i Tekniskt reglemente *Sektion 1 - 2.2 Anmälningsrutiner* samt *sektion 11 - Särskilda bestämmelser för trupp gymnastik*.

För regler angående föreningsrepresentation, föreningsbyte samt könsidentitet, se Tekniskt reglemente.

Samtliga gymnaster ska inneha giltig tävlingslicens för att få tävla.

I alla klasser, undantaget SM-stegens junior- och seniortävlingar, äger två föreningar i samverkan rätt att delta. Båda föreningsnamnen ska då användas. På SM-stegens junior-

och seniortävlingar gäller detta enbart mixedklassen. Vid samverkan kan båda föreningarnas overaller användas under tävlingen.

Om en gymnast skadar sig under pågående tävling ska sjukvårdspersonal kontaktas. Vid JSM och SM ska sjukvårdspersonal och TTK-representanten kontaktas oavsett om en reserv sätts in i truppen eller ej (se 4.4.5).

En gymnast som blöder, har blod på kroppen eller tävlingsklädseln måste omedelbart lämna tävlingsytan.

## 4.2 Begränsningar

En gymnast får endast tävla i en trupp inom samma klass.

För en gymnast är det endast tillåtet att tävla inom en nivå under en termin. Däremot är det tillåtet för en gymnast att delta på en nivå tävling samt en SM-tävling under samma termin.

Inom en nivå är det endast tillåtet att tävla i en klass. Det är alltså inte tillåtet att delta i både *Öppen klass 13 år och äldre* samt *Dam 13-16 år* på nivå 4 eller i *Dam 13 år och äldre* samt *Dam 13-16 år* på nivå 2.

### 4.2.1 Undantag

#### Mixedklasser

I mixedklasser gäller inga begränsningar mellan nivå tävlingar och klasser. En gymnast äger alltså rätt att representera föreningen i såväl damer och mixed som herrar och mixed i olika nivåer och klasser. Observera att öppen klass (ej uppdelad damer/herrar) inte likställs med mixed.

*Exempel: Det är tillåtet att delta i både Mixed 13 år och äldre och Dam 13 år och äldre på nivå 2 eller i både Mixed 13 år och äldre på nivå 2 och Dam 13 år och äldre på nivå 4. Det är inte tillåtet att delta i Öppen klass 13 år och äldre på nivå 3 samt Dam 13-16 år på nivå 4.*

#### Herrklasser

Två gymnaster per startande herrtrupp har rätt att delta i två olika nivå tävlingar under samma termin. Detta innebär att två gymnaster i den tävlande herrtruppen kan ha deltagit på en herrtävling inom en annan nivå tidigare under samma termin. För detta godkänns nivåbyte. Används nivåbyte ska detta anges på deltagarlistan.

*Exempel: Det är tillåtet för två herrgymnaster i en trupp att ställa upp på nivå 2 herr om de redan tävlat nivå 4 herr under samma termin om det noteras på deltagarlistan att nivåbyte används. Det är dock inte tillåtet för någon gymnast att tävla i både Nivå 2 herr och Nivå 4 öppen klass under samma termin.*

## 4.3 Reserver

Reserver går ej att akkreditera på nivå tävlingar.

På SM-tävlingar går det att akkreditera reserver med följande bestämmelser:

Om skada på SM-tävling uppkommer under tävlingen så att gymnast inte kan fullfölja, kan reserv endast sättas in efter godkännande av TTK-representanten baserat på utlåtande från tävlingens sjukvårdare. Endast de gymnaster som är akkrediterade som reserver kan sättas in.

Reserver ska aldrig befinna sig inne på tävlingsytan under tävlingen. Endast tävlande gymnaster får vara på tävlingsytan men reserver får delta i defilerings och prisutdelning.

I tävlingshallen ska det finnas en avsedd plats (utanför tävlingsytan) där ackrediterade ledare och gymnaster som inte deltar i grenen kan titta på sin trupps framträdande.

## **4.4 Ackreditering**

### **4.4.1 Definition av ackreditering**

Att vara ackrediterad innebär att vara registrerad som deltagare i truppen; som tävlande gymnast, reserv eller ledare. En person kan inneha en eller flera av dessa roller, men får endast utöva en roll per gren. Samtliga roller ska vara angivna på deltagarlistan.

Ackreditering innebär att truppen blir registrerad för deltagande i tävlingen och sker av ansvarig ledare på plats.

### **4.4.2 Handlingar för ackreditering/licens**

Vid nationella tävlingar används onlinesystemet Sport Event Systems - Tariff för handlingar till ackreditering. Information om detta meddelas i PM1 och PM2 inför aktuell tävling. Samtliga handlingar ska finnas uppladdade i systemet vid ackreditering eller vid deadline angiven i PM2.

Vid ackreditering ska trupperna lämna in en komplett ifylld och undertecknad deltagarlista utskrivna från onlinesystemet Tariff som också innehåller tävlingslicens från Tydliga på tävlande gymnaster. Utdrag från Tydligas register behöver inte visas upp i samband med ackreditering. Ansvarig ledare signerar ackrediteringsblanketten som finns hos arrangörens ackrediteringsansvarige när alla underlag har lämnats in. Antalet ackrediterade kan aldrig överstiga det maximala antal som anges under punkt 4.4.6.

### **4.4.3 Tid för ackreditering**

Ackreditering ska ske senast två (2) timmar innan aktuell tävlingsomgång. Med tävlingsomgång avses tidpunkten enligt PM för start av aktuell tävlingsomgång som truppen deltar i. Observera att inför finalen ska nya bedömningsunderlag lämnas in till arrangören om inte annat anges i PM2. Endast gymnaster eller reserver som var ackrediterade inför kvalet i den trupp som kvalificerat sig till finalen äger rätt att delta i finalen. Om någon reserv ska bytas in inför finalen ska ändringar göras i inlämnad deltagarlista innan tävlingsstart.

### **4.4.4 Utebliven ackreditering**

Trupper som inte är ackrediterade enligt ovan nekas deltagande i tävlingen.

### **4.4.5 Justering av truppens uppställning**

Endast ackrediterade gymnaster kan delta i den trupp som man är ackrediterad för. Förändringar i truppens uppställning sker enligt följande:

#### **Nivåtävlingar**

Inga gymnaster kan tillkomma efter ackreditering. Endast tävlande gymnaster på deltagarlistan får delta på tävlingen.

## SM-tävlingar

### Justering före tävlingsstart:

- Om en ackrediterad reserv behöver ersätta en ordinarie gymnast ska detta justeras på deltagarlistan och TTK-representanten meddelas.

### Justering efter tävlingsstart:

- Om en ackrediterad reserv behöver ersätta en skadad ordinarie gymnast eller om en ordinarie gymnast blir skadad och inte kan fullfölja tävlingen och inte ska ersättas måste justeringen göras i dialog med tävlingens sjukvårdare och TTK-representanten.
- Justeringen görs på deltagarlistan efter att blanketten "Byte av skadad gymnast" (finns hos sjukvårdaren) fyllts i och skrivits under av sjukvårdaren och TTK-representanten. Blanketten bifogas deltagarlistan.

## Uppdatering av bedömningsunderlag i fristående under tävling (CoP)

### Justering före tävlingsstart:

- Om truppen behöver göra uppdateringar i bedömningsunderlaget i fristående innan tävlingsstart görs justeringen i samråd med TTK-representanten i onlinesystemet Tariff.

### Justering efter tävlingsstart:

- Om en skada uppkommer efter tävlingsstart, som innebär att gymnasten inte kan fullfölja tävlingen och truppen behöver ändra en svårighet i fristående, har de tillåtelse att göra detta. Ändringen av svårighet sker efter godkännande av TTK-representanten baserat på utlåtande från tävlingens sjukvårdare gällande skadan.
- Ändringen ska genomföras snarast, dock senast innan truppen före i startordningen påbörjat sitt framträdande.
- Justeringen görs i samråd med TTK-representanten i onlinesystemet Tariff efter att skadan godkänts av TTK-representanten och sjukvårdaren.

## 4.4.6 Storlek på trupperna

Arrangören ansvar för att säkerställa kost, logi samt tillgång till tävlingsytan enligt maxantal för ackreditering. Om arrangören har möjlighet att ta emot fler än maxantalet ackrediterade tas de emot, om möjligheten inte finns kan medföljande utöver maxantalet nekas logi, måltider och tillgång till tävlingsytan. Arrangören har rätt att ta ut en entréavgift för ej ackrediterade gymnaster. Respektive trupp kan maximalt ackreditera följande antal personer till tävlingen.

**Nivåtävlingar:** 5 ledare, 18 tävlande, totalt 23 personer.

**USM, JSM och SM:** 5 ledare, 14 tävlande (inklusive reserver), totalt 19 personer. Detta är alltså ett avsteg från reglerna som gäller internationellt.

## 4.5 Grentävlingar

Vid vissa tävlingar är det tillåtet att anmäla trupper till grentävlingar (fristående, tumbling eller trampett) utöver mångkamp, som alltid genomförs. Tävlingar med grentävlingar anges i Tekniskt Reglemente.

Alla trupper som deltar i mångkamp deltar per automatik i grentävlingar.

Gymnaster ackrediterade i ett lag som deltar i mångkamp har tillåtelse att delta i ett annat lag (från samma förening) som är anmält i grentävling fristående. Dessa gymnaster får då

inte delta i grenen fristående tillsammans med mångkampslaget, då en gymnast aldrig kan delta i två lag i samma tävling (i detta fall kan gymnasten inte vara del av två friståendelag som möter varandra i grentävling fristående). Gymnaster som är ackrediterade i ett annat lag i grentävling fristående är per automatik strukna från mångkampslaget i grentävling fristående (ingen separat deltagarlista krävs för mångkampslaget i grentävling fristående).

*Exempel: Lag 1 deltar i mångkampen. I grentävling fristående deltar gymnast A från Lag 1 i ett annat lag från samma förening, Lag 2. Lag 1 kommer 1:a i både mångkamp och grentävling fristående. Lag 2 kommer 3:a i grentävling fristående. Gymnast A kommer således 1:a i mångkamp och 3:a i grentävling fristående.*

## 5 Tävlingens genomförande

### 5.1 Defilerings

Defilerings sker inför tävlingsstart i respektive klass/pool till musik. Presentation av deltagande föreningar sköts av arrangerande förening. Gymnaster och ledare ska vara klädda i föreningsrepresentativa sportkläder eller tävlingsdräkt. Nationalsång spelas på JSM och SM när trupperna har defilerat in inför finaltävlingar. Kompletterande information lämnas vid ledarmöten.

### 5.2 Prisutdelningar

Prisutdelning sker i direkt anslutning till avslutad tävling efter finalen. Alla trupper ska defilera in och ställa upp på golvet. Gymnaster och ledare ska vara klädda i föreningsrepresentativa sportkläder eller tävlingsdräkt. Prisutdelning sker i omvänd placeringsordning, dvs: brons, silver och sist guld.

Vid finaltävlingar på nivå-tävlingar samt USM delas medaljer ut till platserna guld, silver och brons till deltagande gymnaster, reserver och ledare samt en medalj till föreningen.

Vid tävlingar med grentävlingar delas pokal eller motsvarande ut till platserna guld, silver och brons i respektive grentävling (1st per lag).

Arrangörsföreningen får välja om deltagarplakett finns att beställas av trupperna till självkostnadspris genom arrangörens försorg.

Vid JSM och SM erhålls Riksidrottsförbundets SM-tecken om minst tre lag från två olika föreningar deltar i tävlingen. Enligt Riksidrottsförbundets bestämmelser delas tecknet ut till gymnaster och reserver (inga ledare). Dessutom erhåller föreningen ett stort tecken. Vandringspokal delas endast ut vid SM.

### 5.3 Kvalificering

I kvalet får det vara maximalt 12 trupper i respektive pool. Trupperna lottas in i de olika poolerna.

Vid samma totalpoäng mellan två eller fler trupper rangordnas trupperna efter regler för tie-break (se punkt 5.5).

Undantag gällande regler för kvalificering kan göras om detta är nödvändigt av schematekniska skäl eller om tävlingen TV-sänds.

### 5.3.1 Nivåtävlingar och USM

Nivåtävlingarna 1-5 och USM arrangeras med kval och final om antalet tävlande trupper överstiger 14. Alla trupper tävlar i kvalet.

- **15-20 tävlande trupper** - De trupper som placerar sig på plats 1-8 (sammanlagt av alla pooler) går vidare till final.
- **21 eller fler trupper** - De trupper som placerar sig på plats 1-10 (sammanlagt av alla pooler) går vidare till final.

### 5.3.2 JSM

JSM arrangeras med kval och final om antalet tävlande trupper överstiger 12. Alla trupper tävlar i kvalet. De trupper som placerar sig på plats 1-8 (sammanlagt av alla pooler) går vidare till final.

### 5.3.3 SM

SM arrangeras med kval och final om antalet tävlande trupper överstiger 10.

Tävlingens genomförande utlyses inför respektive SM-tävling och är beroende av om tävlingen genomförs som en enskild trupptävling eller gemensamt med andra discipliner/idrotter. Då tävlingen genomförs som en enskild trupptävling går de trupper som placerar sig på plats 1-6 (sammanlagt av alla pooler) till final. Annars kan antalet trupper som går till final komma att reduceras (t.ex. winners' final vid SM-vecka).

## 5.4 Final

Trupperna i finalen startar på 0 poäng.

Om någon trupp stryker sig till finalen ersätts den med nästa trupp från kvalet, dock senast 2 timmar före finalens tävlingsstart. Vid senare strykning ersätts truppen inte.

### 5.4.1 Nivåtävlingar och USM

Vid samma totalpoäng mellan två eller fler trupper delas placering. Detta gäller även guld, silver och brons.

### 5.4.2 JSM och SM

Vid samma totalpoäng mellan två eller fler trupper rangordnas trupperna efter regler för tie-break (se punkt 5.5).

## 5.5 Tie-break

Vid samma totalpoäng mellan två eller fler trupper rangordnas trupperna efter kriterierna nedan.

Alla trupper med samma totalpoäng jämförs och den trupp som rankas högst enligt nedan tas först ut till finalen eller får bästa placeringen. Vid lika resultat mellan fler än två trupper upprepas sedan proceduren från steg 1 med de kvarvarande trupperna det antal gånger som krävs för att fylla finalplatserna eller för att separera trupperna i finalen.

1. Den trupp som har högst grenpoäng i två grenar.
2. Den trupp som har högsta enskilda grenpoäng.
3. Den trupp som har näst högsta enskilda grenpoäng.
4. Den trupp som har högsta enskilda E-poäng.

5. Den trupp som har näst högsta enskilda E-poäng.
6. Den trupp som har den högsta totala E-poängen i alla tre redskap.

## 5.6 Begäran om utredning av poäng

För bestämmelser gällande Begäran om utredning av poäng, se även Tekniskt reglemente *Sektion 1 – 1.4 Begäran om utredning av poäng*.

### 5.6.1 Begäran om utredning av poäng (gäller JSM och SM)

- Begäran om utredning av kompositions- och svårighetspoängen (C och D-poäng) är tillåtna förutsatt att de framförs muntligen omedelbart efter att poängen har meddelats eller absolut senast fyra (4) minuter efter att poängen har meddelats. För den sista truppen i poolen/finalen, ska begäran framföras senast en (1) minut efter att poängen har meddelats. Begäran ska framföras till den person som är utsedd att ta emot begäran, som ska notera tiden för mottagandet av begäran.
- Begäran ska inlämnas skriftligt (bilaga 11 till Arrangörsreglementet) så snabbt som möjligt, men senast fyra (4) minuter efter den muntliga protesten har framförts och kräver en överenskommelse gällande betalning om 1000 SEK per trupp per begäran.
- Om begäran är korrekt och accepteras kommer beloppet inte att faktureras.
- Om en skriftlig begäran inte lämnas in inom fyra (4) minuter avslutas proceduren.
- Begäran ska vara underskriven och inlämnad av föreningsledare (ackrediterad på deltagarlistan).
- Begäran behandlas av en, för tävlingen utsedd, jury.
- Det slutliga beslutet från juryn kan inte överklagas.
- Begäran kan endast gälla den egna truppen.
- Begäran om utredning av utförandepoängen är inte tillåten.

### 5.6.2 Övriga förfrågningar

Se Tekniskt reglemente *Sektion 1 – 1.4 Begäran om utredning av poäng*.

## 6 Redskapsbestämmelser

Se redskapsreglemente.

## 7 Utbildningskrav

Vid tävling ska Gymnastikförbundets utbildningskrav (se bilaga 1 Utbildningskrav) följas. Minst en av ledarna som fungerar som säkerhetspassare på tumbling och trampett ska ha giltig tränarlicens för de övningar som truppen utför. Det innebär att du som ledare är ansvarig att följa kraven. Alla ledare som agerar säkerhetspassare måste vara ackrediterade för truppen.

## 8 Tävlingsregler

Vid samtliga nationella tävlingar i truppgymnastik gäller följande regler och reglementen:

- Tekniskt reglemente
- Tävlingsbestämmelser Truppgymnastik
- Arrangörsreglemente Truppgymnastik
- Redskapsreglemente Truppgymnastik
- Nationellt Bedömningsreglemente Trupp (Nat.BR) (gäller på nivå 3-5)

- Svenska publiceringen av CoP med svenska anpassningar (Svenska CoP) (gäller på nivå 1-2 samt SM-tävlingar)

För mer information om nedanstående punkter, se Tekniskt reglemente:

- Arrangemang
- Domare
- Doping
- Försäkring
- Licenser
- Medicinska bestämmelser
- Begäran om utredning av poäng
- Reklamregler
- Representationsuppdrag
- Hedersutmärkelsen för framstående gymnaster (tidigare Stora Grabbars Märke och Stora Tjejers Märke)
- Tillstånd för internationellt utbyte

## 9 Bedömning

Nivå 3-5 bedöms enligt Nationellt Bedömningsreglemente Trupp (Nat.BR). Nivå 1 och 2 samt SM-tävlingarna bedöms enligt den svenska publiceringen av European Gymnastics CoP med svenska anpassningar (svenska CoP). För eventuella undantag, anpassningar och avskrivningar som berör respektive tävling, se rubrik 10-11 nedan.

# 10 Särskilda bestämmelser nivåtävlingar

Nationellt Bedömningsreglemente tillämpas på Riksfemman, Riksfyran och Rikstreaan. Svenska CoP tillämpas på Riksettan och Rikstväan. Texterna nedan ersätter respektive paragraf i Nationellt Bedömningsreglemente respektive Svenska CoP om inget annat anges.

	Ettan	Tväan
<b>Reglemente</b>	Svenska Code of Points	Svenska Code of Points
<b>Klasser och åldrar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dam 15 år och äldre</li> <li>Herr 15 år och äldre</li> <li>Mixed 15 år och äldre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dam 13 år och äldre</li> <li>Dam 13-16 år</li> <li>Herr 13 år och äldre</li> <li>Mixed 13 år och äldre</li> <li>Öppen klass 13 år och äldre</li> </ul>
<b>Svårighetsvärde</b>	Öppet svårighetsvärde	Öppet svårighetsvärde

	Trean	Fyran
<b>Reglemente</b>	Nationellt Bedömningsreglemente	Nationellt Bedömningsreglemente
<b>Klasser och åldrar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dam 13-16 år</li> <li>Öppen klass 13 år och äldre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dam 13-16 år</li> <li>Öppen klass 13 år och äldre</li> </ul>
<b>Svårighetsvärde</b>	Fristående: Öppet svårighetsvärde Tumbling och trampett: Svårighetstak	Svårighetstak

	Femman
<b>Reglemente</b>	Nationellt Bedömningsreglemente
<b>Klasser och åldrar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Herr 13 år och äldre</li> </ul>
<b>Svårighetsvärde</b>	Svårighetstak

Bedömningen i tumbling och trampett sker enligt följande (för exakt skrivning se Nationellt Bedömningsreglemente respektive Svenska CoP):

- E = summan av avdragen för samtliga gymnaster på varvet divideras med antalet gymnaster som utfört varvet, multipliceras med 6 och utgör avdraget för varvet.
- D = svårighetsvärdet baseras på de 6 sista gymnasterna i varvet.
- C = C-avdrag gäller samtliga medverkande gymnaster på varvet, med undantag för felaktig placering av gymnast/gymnaster som endast görs för de 6 sista gymnasterna. I Mixed måste 3 damer samt 3 herrar vara de 6 sista gymnasterna.

## 10.1 Riksfemman

Ålder och kön	Herr 13 år och äldre
Antal gymnaster	6-18 gymnaster i laget, i fristående, och per varv i tumbling och trampett Alla gymnaster behöver EJ delta i fristående

	<b>Fristående</b>
Redskap	Golvyta 14x16 meter
1.4.1 Allmänt - Svårighetstak	Framräknat svårighetsvärde kan ej överstiga 1,8 poäng

	<b>Tumbling</b>	<b>Trampett</b>
Redskap	Tumblinggolv enligt Redskapsreglementet	Trampett och hoppredskap enligt Redskapsreglementet
2.2 Allmänt	<ul style="list-style-type: none"> <li>Två varv med minst två akrobatiska moment</li> <li>Ett varv med minst tre akrobatiska moment</li> <li>Ett tvåmomentsvarv kan ersättas med en enkel handvolt</li> </ul>	
2.3.1.8/3.3.1.8 Övningskrav	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ett varv ska innehålla en flickis</li> <li>Ett varv ska innehålla en handvolt</li> <li>Ett varv ska innehålla flickis-flickis eller en avslutande enkel frivolt/salto i valfri position med eller utan skruv</li> </ul> <p><i>Övningskraven kan uppfyllas genom att övningarna kombineras i samma varv</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ett varv ska innehålla en enkel sträckt frivolt med eller utan skruv eller pikerad frivolt med minimum 180° skruv</li> </ul>
2.4/3.4 Svårighet - Svårighetstak	Framräknat svårighetsvärde kan ej överstiga 1,9 poäng	Framräknat svårighetsvärde kan ej överstiga 1,8 poäng

### Vid bedömning i tumbling och trampett, observera att:

- D = svårighetsvärdet baseras på de 6 sista gymnasterna i varvet.
- C = C-avdrag gäller samtliga medverkande gymnaster på varvet, med undantag för felaktig placering av gymnast/gymnaster som endast görs för de 6 sista gymnasterna.

## 10.2 Riksfyran

<b>Ålder och kön</b>	Dam 13-16 år Öppen klass 13 år och äldre
<b>Antal gymnaster</b>	6-18 gymnaster i laget, i fristående, och per varv i tumbling och trampett Alla gymnaster behöver EJ deltaga i fristående

	<b>Fristående</b>
<b>Redskap</b>	Golvvyta 14x16 meter
<b>1.4.1 Allmänt - Svårighetstak</b>	Framräknat svårighetsvärde kan ej överstiga 2,1 poäng

	<b>Tumbling</b>	<b>Trampett</b>
<b>Redskap</b>	Tumblinggolv enligt Redskapsreglementet	Trampett och hoppredskap enligt Redskapsreglementet
<b>2.2 Allmänt</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Två varv ska innehålla minst två akrobatiska moment</li> <li>Ett varv ska innehålla minst tre akrobatiska moment</li> </ul>	
<b>2.3.1.8/3.3.1.8 Övningskrav</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ett varv ska innehålla rondat-flickis-salto i valfri position med eller utan skruv</li> <li>Ett varv ska innehålla handvolt-frivolt i valfri position med eller utan skruv</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ett varv ska innehålla en enkel sträckt frivolt med minimum 180° skruv</li> </ul>
<b>2.4/3.4 Svårighet - Svårighetstak</b>	Framräknat svårighetsvärde kan ej överstiga 2,4 poäng	Framräknat svårighetsvärde kan ej överstiga 2,2 poäng

### Vid bedömning i tumbling och trampett, observera att:

- D = svårighetsvärdet baseras på de 6 sista gymnasterna i varvet.
- C = C-avdrag gäller samtliga medverkande gymnaster på varvet, med undantag för felaktig placering av gymnast/gymnaster som endast görs för de 6 sista gymnasterna.

## 10.3 Rikstrea

<b>Ålder och kön</b>	Dam 13-16 år Öppen klass 13 år och äldre
<b>Antal gymnaster</b>	<b>Dam 13-16 år:</b> 8-18 gymnaster i laget 6-18 gymnaster per varv i tumbling och trampett, minst 8 i fristående. Alla gymnaster behöver EJ delta i fristående <b>Öppen klass 13 år och äldre:</b> 6-18 gymnaster i laget, i fristående, och per varv i tumbling och trampett Alla gymnaster behöver EJ delta i fristående

	<b>Fristående</b>
<b>Redskap</b>	Friständevåder 14x16 meter
<b>1.4.1 Allmänt – Svårighetstak</b>	Öppet svårighetsvärde
<b>1.4.2 Svårighetsmoment</b>	Svårighetsvärdet baseras på åtta (8) svårighetsmoment från följande kategorier: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Balanser 2 eller 3</li> <li>• Hopp 1 eller 2</li> <li>• Akrobatiska moment 1 eller 2</li> <li>• Gruppelement 1</li> <li>• Flexibilitetselement 1</li> </ul>
<b>1.4.2.1 Balanser</b>	2 eller 3 balanser kan tillgodoräknas i svårighetsvärdet varav: <ul style="list-style-type: none"> <li>• En balans från rad BDX01 (BD301 eller BD501)</li> <li>• En eller två valfria balanser</li> <li>• Alla balanser måste vara från olika rader i svårighetstabellen i bilaga A1</li> </ul>
<b>1.4.2.2 Hopp</b>	1 eller 2 hopp kan tillgodoräknas i svårighetsvärdet. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Om truppen utför ett hopp är det valfritt att välja ett hopp från grupp A eller B</li> <li>• Om truppen utför två hopp måste ett av hoppen vara från grupp B (Leap) och det andra hoppet får väljas fritt.</li> <li>• Alla hopp måste vara från olika rader i svårighetstabellen i bilaga A1</li> </ul>
<b>1.4.2.3 Akrobatiska moment</b>	1 eller 2 akrobatiska moment kan tillgodoräknas i svårighetsvärdet. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Om truppen utför två akrobatiska moment måste svårigheterna vara från olika rader i svårighetstabellen i bilaga A1.</li> </ul>
<b>Bilaga A1 Akrobatiska moment</b>	Tillägg i Bilaga A1: <ul style="list-style-type: none"> <li>• A306 Framåtvolt till sittande position Landningen ska utföras med händer och fot först, innan någon annan del av kroppen.</li> </ul>

	<b>Tumbling</b>	<b>Trampett</b>
<b>Redskap</b>	Tumblinggolv enligt Redskapsreglementet	Trampett och hoppredskap enligt Redskapsreglementet
<b>2.2 Allmänt</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ett varv ska innehålla minst två akrobatiska moment</li> <li>Två varv ska innehålla minst tre akrobatiska moment</li> </ul>	
<b>2.3.1.8/3.3.1.8 Övningskrav</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ett varv ska innehålla en enkel sträckt frivolt eller salto med minst 180° skruv</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ett varv ska innehålla en enkel sträckt frivolt med minimum 360° skruv</li> </ul>
<b>2.4/3.4 Svårighet - Svårighetstak</b>	Framräknat svårighetsvärde kan ej överstiga 3,3 poäng	Framräknat svårighetsvärde kan ej överstiga 2,8 poäng

**Vid bedömning i tumbling och trampett, observera att:**

- D = svårighetsvärdet baseras på de 6 sista gymnasterna i varvet.
- C = C-avdrag gäller samtliga medverkande gymnaster på varvet, med undantag för felaktig placering av gymnast/gymnaster som endast görs för de 6 sista gymnasterna

## 10.4 Rikstvåan

<b>Ålder och kön</b>	Dam 13 år och äldre Dam 13-16 år	Herr 13 år och äldre Mixed 13 år och äldre
<b>Antal gymnaster</b>	8-18 gymnaster i laget 6-18 gymnaster per varv i tumbling och trampett, minst 8 i fristående	
<b>3.2.3 Competition numbers</b>	Valfritt att använda nummerlappar i respektive gren. Om nummerlappar används ska hela laget i den grenen ha dessa och avdrag ges i enlighet med CoP om nummerlapparna inte uppfyller kraven.	

	<b>Fristående</b>
<b>Redskap</b>	Friståendeväder 14x16 meter
<b>21.1/26.1/31.1 General Requirem.</b>	Krav utgår – alla gymnaster behöver ej delta i fristående.
<b>23.2 Forming the Difficulty Value</b>	Svårighetsvärden i fristående halveras, med följande undantag: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Svårighetsvärdet för HB1001 (handstående) halveras ej.</li> <li>• Extra värde 0,2 för rörelse in och ut ur svårighetsmoment (CoP 23.6) halveras ej.</li> </ul>

	<b>Tumbling</b>	<b>Trampett</b>
<b>26.1 General</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ett varv ska innehålla minst två akrobatiska moment.</li> <li>• Två varv ska innehålla minst tre akrobatiska moment.</li> </ul>	
<b>27.2.5/32.2.4 Twist Requirement, ersätts med</b>	<b>Dam och öppen klass:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Enligt Svenska CoP.</li> </ul> <b>Herr och Mixed:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ett varv ska innehålla handvolt frivolt i valfri position med eller utan skruv.</li> </ul>	Enligt Svenska CoP, regler för juniorer.
<b>27.2.6/30.2.5 Double Salto Requirement</b>	Avdrag ges EJ – Inget krav på dubbla volter.	
<b>28.1/33.1 General</b>	Alla volter med trippel rotation är endast tillåtna från 15 års ålder. För övriga gymnaster utgår dessa volter, dvs de är ej tillåtna att utföra.	
<b>29.7.6/34.7.4 Wrong Number of Gymnasts</b>	I mixed ska de 6 sista gymnasterna vara 3 killar och 3 tjejer. Övriga gymnaster behöver ej vara fördelade 50/50.	
<b>30.1/35.1 Incorrect Timing</b>	Avdrag ges ej	

### Vid bedömning i tumbling och trampett, observera att:

- D = svårighetsvärdet baseras på de 6 sista gymnasterna i varvet.
- C = C-avdrag gäller samtliga medverkande gymnaster på varvet, med undantag för felaktig placering av gymnast/gymnaster som endast görs för de 6 sista gymnasterna. I Mixed måste 3 damer samt 3 herrar vara de 6 sista gymnasterna.

## 10.5 Riksettan

<b>Ålder och kön</b>	Dam 15 år och äldre Herr 15 år och äldre Mixed 15 år och äldre
<b>Antal gymnaster</b>	8-18 gymnaster i laget 6-18 gymnaster per varv i tumbling och trampett, minst 8 i fristående
<b>3.2.3 Competition numbers</b>	Valfritt att använda nummerlappar i respektive gren. Om nummerlappar används ska hela laget i den grenen ha dessa och avdrag ges i enlighet med CoP om nummerlapparna inte uppfyller kraven.

	<b>Fristående</b>
<b>Redskap</b>	Friständevåder 14x16 meter
<b>21.1/26.1/31.1 General Requirem.</b>	Krav utgår – alla gymnaster behöver ej delta i fristående

	<b>Tumbling</b>	<b>Trampett</b>
<b>27.2.5/32.2.4 Twist Requirement</b>	Enligt svenska CoP	Enligt Svenska CoP, regler för juniorer
<b>27.2.6/30.2.5 Double Salto Requirement</b>	Avdrag ges EJ – Inget krav på dubbla volter	Enligt Svenska CoP
<b>29.7.6/34.7.4 Wrong Number of Gymnasts</b>	I mixed ska de 6 sista gymnasterna vara 3 killar och 3 tjejer. Övriga gymnaster behöver ej vara fördelade 50/50.	
<b>30.1/35.1 Incorrect Timing</b>	Avdrag ges ej	

### Vid bedömning i tumbling och trampett, observera att:

- D = svårighetsvärdet baseras på de 6 sista gymnasterna i varvet.
- C = C-avdrag gäller samtliga medverkande gymnaster på varvet, med undantag för felaktig placering av gymnast/gymnaster som endast görs för de 6 sista gymnasterna. I Mixed måste 3 damer samt 3 herrar vara de 6 sista gymnasterna.

# 11 Särskilda bestämmelser – SM-stegen

Svenska CoP tillämpas på SM-tävlingar. Texterna nedan ersätter respektive paragraf i svenska CoP om inget annat anges.

Allmänt			
	Ålder	Antal gymnaster	3.2.3 Competition numbers
SM	17 år och äldre	6 gymnaster per varv i redskap 8-12 gymnaster i fristående	Krav på nummerlappar
JSM	15-18 år	6 gymnaster per varv i redskap 8-12 gymnaster i fristående	Valfritt att använda nummerlappar i respektive gren. Om nummerlappar används ska hela laget i den grenen ha dessa och avdrag ges i enlighet med CoP om nummerlapparna inte uppfyller kraven.
USM	13-15 år	6-8 gymnaster per varv i redskap 8-12 gymnaster i fristående	

## 11.1 USM

	<b>Fristående</b>
<b>Redskap</b>	Friståendeväder 14x16 meter
<b>23.2 Forming the Difficulty Value</b>	Svårighetsvärden i fristående halveras, med följande undantag: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Svårighetsvärdet för HB1001 (handstående) halveras ej</li> <li>• Extra värde 0,2 för rörelse in och ut ur svårighetsmoment (CoP 23.6) halveras ej</li> </ul>

	<b>Tumbling</b>	<b>Trampett</b>
<b>26.1 General</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ett varv ska innehålla minst två akrobatiska moment.</li> <li>• Två varv ska innehålla minst tre akrobatiska moment.</li> </ul>	
<b>27.1/32.1 Composition General</b>	C-avdrag gäller samtliga medverkande gymnaster på varvet, inklusive avdrag för felaktig placering av gymnast/gymnaster. I Mixed måste det vara lika många damer och herrar i respektive varv.	
<b>27.2.5/32.2.4 Twist Requirement, ersätts med</b>	<b>Dam:</b> Enligt Svenska CoP <b>Herr och Mixed:</b> Ett varv ska innehålla handvolt frivolt i valfri position med eller utan skruv	Enligt Svenska CoP, regler för juniorer
<b>27.2.6/32.2.5 Double Salto Requirement, ersätts med</b>	<b>Dam:</b> Ett varv ska innehålla dubbel frivolt/salto med eller utan skruv eller enkel frivolt/salto med minst 360° skruv. Kravet ska utföras av minst tre (3) personer. Kravet kan ej uppfyllas i samma varv som 27.2.5 Twist Requirement. <b>Herr och Mixed:</b> Avdrag ges EJ – Inget krav på dubbla volter	<b>Dam:</b> Kravet ska utföras av minst tre (3) personer i ett varv. <b>Herr och Mixed:</b> Avdrag ges EJ – Inget krav på dubbla volter
<b>28.1/33.1 Difficulty General</b>	Alla volter med trippel rotation utgår och är ej tillåtna att utföra	
<b>28.2/33.2 Forming the Difficulty Value</b>	Om varvet utförs av fler än 6 gymnaster summeras svårighetsvärdet för samtliga gymnasters serier. Summan divideras med antalet gymnaster som utfört varvet, multipliceras med 6 och avrundas nedåt till närmaste 0,1 poäng. Detta ger svårighetsvärdet för varvet.	

### Vid bedömning i tumbling och trampett, observera att:

- E = summan av avdragen för samtliga gymnaster på varvet divideras med antalet gymnaster som utfört varvet, multipliceras med 6 och utgör avdraget för varvet.
- D = summan av svårighetsvärdet för samtliga gymnaster på varvet divideras med antalet gymnaster som utfört varvet, multipliceras med 6 och utgör svårighetsvärdet för varvet.
- C = C-avdrag gäller samtliga medverkande gymnaster på varvet, inklusive avdrag för felaktig placering av gymnast/gymnaster. I Mixed måste det vara lika många damer och herrar i respektive varv.