FAQ Regler nivå 6-9

Allmänt

Datum	Artikel	Rubrik	Fråga	Svar

Fristående

Datum	Artikel	Rubrik	Fråga	Svar
2021-03-22	Bilaga A1	Balanser - B9	Vad är största tillåtna vinkel mellan bröst och ben? Hur påverkas poängen vid avvikelser?	Bilden i bilaga A1 visar idealutförande och den vinkeln är den som ska eftersträvas. För att få svårigheten godkänd räcker att gymnasterna gör ett tydligt försök på balansen. I utförandepoängen speglas däremot avvikelsen från idealutförandet
2022-09-26	Bedömnings-reglementet	1.5.3 - Överdomaravdrag	Vad händer om blödande gymnast (ex. näsblod) inte lämnar tävlingsytan på denna nivån?	Gymnasten bör lämna tävlingsytan så fort som möjligt och tas om hand av ledare eller sjukvårdare, inget avdrag ges.

Matta & Hopp

Datum	Artikel	Rubrik	Fråga	Svar
2025-01-15	Bedömnings-reglementet	2.2 - Allmänt	Räknas det som ”ett extra steg” att köra hjulning, vända sig (snyggt på tå), kullerbytta?	Att vända sig om efter en hjulning räknas inte som ett mellansteg eller paus så länge gymnasten håller rörelsen igång utan att stanna upp. Om gymnasten däremot blir stilla, eller tar ett extra steg innan kullerbyttan påbörjas, räknas det som ett mellansteg.
2023-12-21	Bedömnings-reglementet	2.2 - Allmänt	Får ett varv börja utan chassé i ett hjulning chassé rondat varv?	Ja, det får man.
2021-03-22	Tävlings-besämmelser - Nian	Alla-lika-varv och övningskrav	I Nian, måste övningkravet "Kullerbytta till mattberg" genomföras i Alla-lika-varvet?	Nej, övningskrav måste inte genomföras i likavarvet. Det är en stor skillnad på likavarv och övningskrav. Övningskravet ska utföras på något varv och om övningskravet inkluderar mattberget är olika för respektive nivå.
2021-03-22	Tävlings-besämmelser - Åttan	Kullerbytta till rygg eller stå på mattberg	I Åttan, ett varv ska utföras med hoppredskap (bord/plint/mattberg) är kullerbytta på plint (landning med fötterna på tjockmattan) en tillåten övning?	Tr15 kullerbytta till rygg eller stående inte är ett hopp med hoppredskap, där får inte plint användas framför mattberget. Däremot Tr19 överslag till rygg där får en plint användas då det är ett hopp med hoppredskap.
2021-03-22	Tävlings-besämmelser - Åttan	Stegring av hopp	Övningskravet - Ett varv ska innehålla en frivolt i valfri stil till rygg på mattberg. Får man stegra det från volt till rygg upp till volt till fötter på mattberget?	Nej, man kan inte stegra till fötter när kravet är att varvet ska vara till rygg på mattberg. Däremot kan stegring ske från grupperad volt till rygg på mattberg upp till sträckt volt till rygg på mattberg.
2026-11-11	Tävlings-besämmelser	Matta	Vissa gymnaster blir låsta vid en station vid bred kompetens i gruppen. Vilka övningar får göras på station?	På station gäller att grundövningen (rondat eller handvolt från höjd) ska vara den som anges i bilaga A2, men gymnasten får lägga till fortsättningsövningar som också finns i bilaga A2 (flick-flack, salto eller frivolt). Begränsning kan förekomma beroende på redskap som erbjuds.
2024-02-04	Tävlings-besämmelser - Sjuan	Matta	Är det tillåtet att köra kullerbytta + hjulning på nivå 6? Räknas det som ett stopp?	Ja, det är tillåtet att köra kullerbytta + hjulning i ett varv på nivå 6. Det räknas inte som ett stopp. Man kan välja att köra kombinationen med eller utan mellansteg, dvs kullerbytta och sedan direkt hjulning, eller kullerbytta upphopp/chassé hjulning. Mellansteg är tillåtet under ett varv på nivå 6.
2023-12-21	Tävlings-besämmelser - Alla nivåer	Matta - Antal övningar	Är det tillåtet att utföra fler övningar än minsta antal i Tävlingsbestämmelserna?	Ja, det är det.
2025-01-15	Bedömnings-reglementet	2.2 - Allmänt	Är det tillåtet att blanda handvolt från kloss och handvolt på tumbling?	Nej det är inte tillåtet. I vissa regioner görs undantag för detta (som i så fall anges i tävlingsinformationen för tävlingen).
2025-01-15	Bilaga A3	Matta	I bilaga A3 står det att det är avdrag om höften slutar åt sidan i en hjulning. Får man avdrag då om man kör hjulning chassé rondat med flyt och chassét har startat innan man har vänt runt?	Nej detta ska inte ge avdrag.
2022-09-26	Bilaga A2	Matta	Får laget blanda handvolt och spagathandvolt i samma varv?	Ja, Tu4 - Handvolt eller spagathandvolt är tillåtet att blanda i samma varv då de har samma kod.
2022-11-08	Redskaps-reglemente - Hopp	4.2 - Satsbräda (nivå 9)	Om gymnasterna är vana vid att hoppa med trampett till uppbyggnad 60cm istället för 90cm. Är det då OK att vi använder samma uppställning på tävling?	Nej, enligt redskapsreglementet punkt 4.2 ska arrangören "tillhandahålla minst en satsbräda som får användas i kombination med mattberg på nivå 9". Uppställningen följer höjd enligt vad som angivs under punkt 4.3; 60 cm (+/- 5cm) för nivå 9. Vid hopp med trampett ska mattberget vara 90 eller 120 cm (+/- 5 cm) på nivå 9.

2026-10-01	Bedömnings-reglementet	2.5.5.1 Svårighetsbedömning	Måste en gymnast stanna i lodlinjen vid handstående fall eller överslag till rygg för att övningen ska vara godkänd?	Nej, enligt 2.5.1 Allmänt ska övningarna gå att relatera till en övning i bilaga A2 för att vara godkänd. Däremot ska övningen utföras kontrollerat och vara tydligt förenad med positionen för handstående eller överslag, dvs. passeras ex. hanståendepositionen mer likt en kullerbytta kan inte svårigheten för handstående eller överslag godkännas.
2026-10-01	Bilaga A2	Matta	Är det tillåtet att utföra Rondat + Flickis och Handvolt + Frivolt från höjd?	Ja, så länge det följer tävlingsbestämmelserna.
2026-10-01	Bedömnings-reglementet	2.4.1.2 Ordning i varv 2 och 3	Vad gäller kring att övningar/serier ska stå tillsammans med ändå kan blandas under ett varv?	Då alla övningar/serier har samma svårighetsvärde behöver gymnasterna inte stå i en specifik stegrande ordning. Däremot ska lika serier stå tillsammans och serier med fria roationer ska stå efter serier utan fria rotationer.
2026-10-01	Bedömnings-reglementet	2.4.1.4 Övningskrav	Är det tillåtet att blanda framåt och bakåtserier inom samma varv?	Ja, så länge övningskrav och övriga kompositionskrav uppfylls.
2026-10-01	Bedömnings-reglementet	Matta/Hopp	Vad händer med kompositionen och svårigheten om en gymnast "springer förbi"?	För svårighet (D): En gymnast utför ej godkänd övning om denne springer förbi/utför ingen övning (se 2.5.1.1). För komposition (C): Enligt skrivelser under 2.4.1 ges, beroende på situation, poäng i förhållande till om fler än hälften ändå uppfyller kravet för poängtilldelning. Men situationen av att springa förbi/utför ingen övning kan påverka (beroende på varv) så väl lika-varv, ordningen i varv 2 och 3 och övningskrav.
2026-11-11	Bedömnings-reglementet	Matta	Får man köra rondat–flickis på station i ett varv och rondat–flickis på tumbling i ett annat?	Ja. Det är tillåtet eftersom rondaten har olika koder i bilaga A2 beroende på om den utförs på station eller i tumblingserie. Det blir därmed inte samma serie.
2026-11-11	Bedömnings-reglementet	2.5.1.1 Svårighetsbedömning	Vad händer om en gymnast utför handvolt-pikerad frivolt 180° istället för handvolt-sträckt frivolt 180° på tumbling?	Slutvolten bedöms som att den inte kan relateras till godkända övningar i Bilaga A2. Gymnasten erhåller dock svårighetsvärde för handvolten i serien. Detta eftersom den utförda serien inte utgör en svårare serie än vad som är tillåtet, utan i stället avviker genom att positionen i den tänkta sträckta frivolten 180° utförs i pikerad position och därmed inte uppfyller kravet på sträckt kroppsposition. Om gymnasten istället hade utfört handvolt-sträckt frivolt 360° hade det bedömts som att gymnasten utför en svårare serie än vad som är tillåtet, eftersom gymnasten utför en svårare övning än vad som finns i bilaga A2.