

­

Tävlingsbestämmelser Parkour

2019

Beslutat av nationella parkour och tricking kommittén 2019-02-28

**Förord**

Tävlingsbestämmelser parkour är framtagna av Gymnastikförbundets nationella kommitté för parkour och tricking och godkända av Gymnastikförbundets Generalsekreterare.   
  
Förändringar under innevarande giltighetsperiod kan endast göras av Gymnastikförbundets nationella kommitté för parkour och tricking alternativt Gymnastikförbundets Generalsekreterare.

Vid frågor gällande Tävlingsbestämmelser Parkour kontakta: [parkour@gymnastik.se](mailto:parkour@gymnastik.se)

Följande dokument ska läsas ihop med:

* Tekniskt Reglemente

Ahmed Al-Behiri Filip Krolopp

Ordförande parkour och tricking kommitten Idrottskonsulent Nationella tävlingar

**Allmänt**

**Ansvar**

Bestämmelser och reglementen är framtagna av Gymnastikförbundets nationella parkour och tricking kommitten. Förändringar under innevarande giltighetsperiod kan endast göras av nationella parkour och tricking kommitten alternativt Gymnastikförbundets generalsekreterare

**Nationella tävlingar**

I parkour är följande tävlingar klassificerade som Gymnastikförbundets nationella tävlingar Svenska Mästerskapen (SM). Regler för SM finns i detta dokument.

**Tävlingsgrenar**

Se Tekniskt reglemente.

**Tävlingsanmälan**

**Anmälningsrutiner**

Anmälningar till alla nationella tävlingar i parkour görs på Gymnastikförbundets hemsida, www.gymnastik.se. Anmälningar till nationella tävlingar ska ske fyra (4) veckor innan respektive rikstävlings första tävlingsdag.

**Inbjudan**

Senast två (2) månader före respektive nationell tävling ska en inbjudan publiceras på www.gymnastik.se med information om tävlingsdatum, plats (ort och lokal), arrangör, ev anmälningsavgifter och avvikelser från bedömningsreglementet och andra tävlingsbestämmelser.

**PM**

Senast tre (3) veckor före respektive nationell tävling ska samtliga anmälda deltagare/föreningar tillsändas ett PM med information om tävlingens genomförande.

**Försäkring**

Alla deltagare på nationella tävlingar ska ha tävlingsförsäkring (även kallad tävlingslicens).

**Domare**

Den nationella parkour och tricking kommittén tillsätter domare utifrån tävlingsnivå och utbildning på domarna.

Domare på en nationell tävling ska vara 18 år fyllda.

Innan varje nationell tävling ska utvalda domare träffas fysiskt eller digitalt.

**Tävlingsdeltagande**  
Alla deltagare som är fyllda 13 år får delta i rikstävlingar, tjejer och killar kan tävla mot varandra. Se även tekniskt reglemente.

**Tävlingsgenomförandet**

**Utformning av run**

En tävling avgörs med hjälp av runs. Ett “run” är max 60 sekunder men minst 30 sekunder där utövaren visar vad den kan göra ensam på tävlingsarenan.

**Final run**

Sex deltagare går vidare till ett “final run”. Poängen har då nollställs och det bästa “final-runnet” vinner tävlingen.

**Kvalificering till SM**

Kvalificering kan ske via kvaltävlingar och/eller genom videokval.

Om kvaltävlingar sker går de deltagare som kvalificerat sig till ett finalrun vidare till SM.

Antal deltagare på en nationell tävlingfår inte överstiga 20 personer.

**Bedömning**

**Poängsystem**

Varje domare belönar deltagaren prestation med 1 till 100 poäng i en utvald kategori. 5 kategorier ger en total maxpoäng på 500 poäng.

**Bedömningskriterier i tävlingsmomentet**

De kategorierna som domarna bedömer är Flow, Kreativitet, Svårighetsgrad, Utförande och Helhet.

**Flow:**

* Deltagaren har ett flyt
* Rörelserna ska upplevas naturligt utförda
* Rörelser kopplas samman och flyter ihop med varandra

**Kreativitet:**

* Rörelser är nytänkande
* Deltagaren visar på en unik stil
* Ytor/väggar/objekt/hinder nyttjas på ett nytänkande sätt

**Svårighetsgrad:**

* Rörelser utförs i tät följd
* Rörelser är tekniskt avancerade i rotationer, längd, höjd och flöde

**Utförande:**

* Rörelser utförs med säkerhet och god marginal
* Deltagaren landar rörelsen
* Deltagaren visar bra kontroll i sin ansats, luftfärd och landning
* Rörelser är graciösa

**Helhet**

* Deltagaren påvisar färdighet i samtliga kategorier
* Deltagaren uppfyller samtliga kategorier på ett balanserat sätt

**Presentation av bedömning**

Alla domare presenterar sina poäng efter varje avslutat run. I finalrunet presenteras poängen efter alla genomförda run.

**Tävlingbana**

En parkour bana ska vara säker, utmanande och om möjligt nytja en naturlig miljö. För att uppmuntra kreativitet och utveckling bör en bana se olika ut i form och storlek.