

# FAQ till Nationella Bedömningsreglementet

version 2023-10-30

## ALLMÄNT

Datum	Artikel	Rubrik	Fråga	Svar
2017-03-24	1.5.4.5, 2.5.4.3 och 3.5.4.3	Lösa föremål	Ges avdrag om t. ex. hårsnodd eller håmål lossnar under framträdandet?	Nej. Avdrag görs endast om gymnaster har på sig föremål såsom bälten, hängslen/spännen och snören. Härdekorationer, klämmor m.m. ska sitta väl fast, men avdrag görs ej om de lossnar under framträdandet. Detta i enlighet med punkt 4.1.
2017-10-13	4.1	Klädsel	Är det tillåtet för delar av truppen att ha flaggor på dräkten?	Nej, flaggor får ej skilja mellan olika gymnaster. Om en gymnast har flagga på dräkten måste alla gymnaster ha det.
2017-10-13	4.1	Klädsel	Är det tillåtet med nummerlappar på byxor/tights eller dräkt?	Nej, det är inte tillåtet med nummerlappar eller tryckta nummer på byxor/tights eller dräkt då klädelsen måste vara identisk för alla gymnaster i laget. Observera skillnader i CoP.
2017-10-13	4.1	Fotbeklädnad fristående	Kan några gymnaster ha strumpor och några tåskor i fristående?	Ja, fotbeklädnanden ska i fristående ha likartat utseende. Strumpor och tåskor i samma färg räknas som likartat utseende.
2019-10-07	Art 6	Upprepning av program vid skada	Är det tillåtet att avbryta ett framträdande och påbörja det en andra gång om en allvarig skada inträffar?	Ja, i enlighet med Art 6 kan programmet få startas om vid allvarig skada. Överdomaren (E1) avgör om ett program får startas om. Observera att det är tränaren som ska avbryta programmet.
2017-03-24	Tävlingsbestämmelser	Klädsel defilering	Är det tillåtet att bära huvudbonader, utklädnader eller liknande under defilering och prisutdelning?	Nej. Enligt punkt 5.1 och 5.2 i Tävlingsbestämmelserna ska gymnaster och ledare vara klädda i föreningsoverall eller tävlingsklädsel. Annan klädsel är ej tillåten.
2019-10-07	Tävlingsbestämmelser	Roller vid tävling	Är det tillåtet att ha olika roller i truppen under samma tävling t.ex. både ledare och gymnast?	Ja, i enlighet med punkt 4.4.1. i Tävlingsbestämmelserna är det tillåtet att en person i laget har olika roller i truppen, dock max en roll per gren.
2023-10-30	Redskapsreglemente	Redskapsuppställning	Är det tillåtet att ändra höjden på trampetten/bordet under varvet eller mellan varven?	Nej, truppen väljer en inställning på redskapen som behålls under hela framträdandet.

## FRISTÄENDE

Datum	Artikel	Rubrik	Fråga	Svar
2017-10-13	1.3	Kompositionsbedömning skadad gymnast	Om en gymnast blir skadad under tävlingen, ges då avdrag om man inte uppfyller kompositionskrav, såsom stor formation i fristående?	Ja, alla kompositionskrav måste uppfyllas med de gymnaster som deltar i friständet.
2015-10-15	1.3.2.1	Riktningar	Kan riktningar (tre övningar bakåt och sidan) uppfyllas under RS:en? Eller måste dessa steg finnas utanför denna sekvens?	Ja, riktningar kan uppfyllas under RS:en.
2015-10-15	1.3.2.1	Riktningar	Kan sidriktning endast uppfyllas genom fotförflyttning över golvet eller kan en t ex rullning uppfylla detta krav? Hur är det med gåsnurrar?	Gåsnurrar eller sidorullningar kan INTE användas som en övning för att uppfylla riktning sida.
2015-10-15	1.3.2.1	Riktningar	Kan riktning "sidan" uppfyllas genom att hälften av gymnasterna rör sig med höger sida som leder och hälften med vänster sida som leder?	Ja, riktning "sidan" uppfylls oavsett om gymnasterna rör sig åt samma eller motsatt håll.
2020-02-11	1.3.2.1	Riktningar	Vad menas med att tre olika rörelser måste utföras i direkt följd? Vad händer om ett lag till exempel utför en riktning med 4 övningar där de två övningarna i mitten är likadana. Är denna godkänd trots att de tre olika övningarna inte utfördes direkt efter varandra eftersom de två övningarna i mitten inte var olika?	Detta är godkänt. Med direkt följd menas att gymnasterna inte får byta riktning under tiden de uppfyller kravet med tre olika rörelser i en riktning. Totalt ska det finnas tre olika övningar av de övningarna som utförs i riktningen.
2020-02-11	1.3.2.1	Riktningar	Vad menas med att riktningar ska innehålla rörelser?	För att uppfylla kravet för riktningar ska tre olika rörelser utföras där det sker en förflyttning genom alla rörelser.
2023-10-30	1.3.2.2	Formationer	Hur många övningar måste utföras i en formation för att den ska vara godkänd?	Det finns inget krav på hur många övningar som ska utföras i en formation för att den ska vara godkänd. Kravet är att formationerna ska vara så tydligt presenterade av laget att domarna inte har svårigheter att uppfatta dem. I Svängd formation i rörelse krävs minst 3 rörelser.
2016-03-30	1.3.2.2	Formationer	Får oanmäld svängd formation i rörelse räknas om den uppfattas under framträdandet?	Ja, formationer bedöms efter vad truppen utför oavsett om formationen finns anmäld eller inte. Viktigt är att formationen är tydlig så att domarna hinner uppfatta den.
2016-03-30	1.3.2.2	Liten formation	Gäller 4x4m för liten formation oavsett hur många gymnaster man är?	Ja, det är samma mått som gäller oavsett hur många gymnaster truppen består av.
2015-10-15	1.3.2.2	Stor formation	Stor formation - måste den vara en sammanhängande formation eller räcker det att det finns gymnaster placerade längst fram, längst bak samt längs båda sidor?	Det räcker att man uppfyller kravet att det ska vara gymnaster placerade längst fram, längst bak samt vid båda sidor (en person i varje höm eller vid varje kant uppfyller kravet). Kravet om att den stora formationen ska vara EN sammanhängande formation där samtliga gymnaster bildar en form gäller på SM-tävlingar och nivå 1 och 2, men inte på nivå 3 och nedåt där detta reglemente gäller.

## FRISTÅENDE

Datum	Artikel	Rubrik	Fråga	Svar
2015-10-15	1.3.2.10 och 1.5.3.4	Gruppelament och Otillåten övning	Vad händer om man utför ett akrobatiskt moment i Gruppelament? Ges avdrag för otillåten övning? Godkänns gruppmomentet?	Om en otillåten övning utförs i gruppelamentet ges avdrag för otillåten övning. Gruppmomentet tillgodoräknas ändå. Salto över varandras axlar räknas t.ex. inte som fri volt och därmed inte som en otillåten övning.
2016-03-30	1.4.1	Svårighetsvärde	Får oanmälda svårigheter räknas in fristående?	Ja, domarna dömer alla svårigheter laget utför. Alla svårigheter ska dock anmälas enligt 7.2.
2016-03-30	1.4.1 och 1.5.4.4	Svårighetsvärde och otillåten övning	1 gymnast utför rondat-flickis, övriga hjulning flickis. Stryks svårigheten?	Endast rondat/hjulningen stryks. Truppen tillgodoräknar sig svårighetsvärdet för flickis. Avdrag för otillåten övning ges i E-panelen.
2023-10-30	1.5.2.6 och 1.5.2.4 vs. 1.5.2.3	Avdrag svårigheter, balans och amplitud vs. teknik	Hur dömer man obalans eller amplitud i svårigheterna?	Varje svårighet är en sekvens. I varje sekvens summeras alla avdrag, både bristande teknik och obalans, amplitud etc. enligt 1.5.2. Maxavdrag per sekvens är 0,5 poäng för summerade utförandefel.
2023-10-30	1.5.2 och 1.5.3	Summerade och Särskilda avdrag i samma sekvens	Är det möjligt att ge 0,5 poäng i avdrag för en sekvens och i samma sekvens göra avdrag 0,2 i dynamik och 0,1 för förflyttningar?	Ja, summerade och särskilda avdrag är olika rubriker och kan dras i samma sekvens. Truppen kan i en sekvens erhålla 0,5 poäng i avdrag för summerade utförandefel samt 0,2 i avdrag för bristande dynamik och 0,1 för bristande förflyttningar.
2015-10-15	1.5.4.4	Otillåten övning	Är sidvolt en "fri volt" som alltså inte får köras på Nat. Br.?	Ja, sidvolt räknas som en fri volt.
2015-10-15	1.5.4.4	Otillåten övning	Vad händer om man utför ett fall till mage (fristående är koreograferat så att gymnasterna faller avsiktligt och tar emot sig med händerna innan de landar på mage på golvet)? Räknas det som en otillåten övning?	Ett fall till mage är tillåtet och ger inte avdrag under 1.5.4.4.
2020-02-09	A1	Svårigheter	Svårigheter som t.ex. saxhopp med benen under 90° har tagits bort från bilaga A1. Går det att ansöka om att få dessa övningar värderade igen?	Ja, i enlighet med texten i bilaga A1 går det att ansöka om värdering av svårigheter senast 2 månader innan tävling till <a href="mailto:ttk@gymnastik.se">ttk@gymnastik.se</a> .
2016-03-30	A1	A301 Landning handvolt	Får handvolt landas i sittande ställning med ett ben sträckt, ett böjt och händerna i marken (muchinalandning)?	Nej, enligt bilaga A1 ska landning ske med fötterna först, d.v.s. det är inte tillåtet att landa med händer och ben samtidigt.
2016-03-30	A1	Balanser grupp C	Är det tillåtet att utföra en ståbalans med ett koreograferat böjt stödben resp. böjt fritt ben?	I enlighet med bilaga A1 ska båda benen vara raka i alla ståbalanser. Det är alltså inte tillåtet att utföra en ståbalans med böjda ben.
2019-04-05	A1	BD303 Piksitt	Vad händer med svårighetsvärdet om fler än hälften av gymnasterna böjer på benen >15° i piksitt (BD303a)?	Svårighetsvärdet stryks. Piksitt ska utföras med raka ben med en tolerans på 15°. Om en gymnast böjer på benen >15° uppfyller den gymnasten inte svårighetskraven.
2020-02-11	1.3.2.8	BD301 Handståendeposition	Finns det någon tolerans för om en gymnast kommer upp hela vägen i ett handstående?	Nej, gymnasten måste visa en lodrät position i handstående. Om en gymnast inte kommer upp hela vägen i handstående är det inte godkänt.
2023-10-30	1.3.2.8	BD301 Handståendeposition	Är det tillåtet att ta steg innan handståendepositionen uppvisas?	Ja, gymnasten kan ta steg med händerna innan handståendepositionen uppvisas.
2017-10-13	A1	Hjulning från knästående	Är det tillåtet att utföra hjulning från knästående i fristående?	Ja, det är tillåtet så länge kravet på landningsposition angivet i bilaga A1 uppfylls.
2017-10-13	A1	Gruppelament	Är det tillåtet att agera stöd genom att ligga på golvet i exempelvis Balasanställning?	Nej, för att vara aktivt deltagande måste gymnasten som utgör stöd använda muskelkraft för att bibehålla sin position. Detta kan uppfyllas genom att vara stöd t ex stående eller på alla fyra.
2020-02-11	A1	Flexibilitetselement	Vad menas med att flexibilitetselementet måste "visas tydligt men ej hållas stilla"? Måste momentet utföras med en viss front mot domarna?	Positionen i flexibilitetselementet måste visas tydligt men det finns inga krav att positionen måste hållas två sek som i balanser. Flexibilitetselementet får utföras med valfri front för respektive gymnast.
2020-02-11	A1	Flexibilitetselement	Hur mäts vinkeln på 45° på ett grenfäll? Är det tillåtet att krumma ryggen?	Fällningen i ett grenfäll mäts på ryggen, där alla delar av ryggen ska vara under en tänkt linje från ländryggen med lutningen 45°. Det är tillåtet att krumma ryggen för att uppfylla kravet men det kommer att resultera i utförandeavdrag.
2020-02-11	A1	Flexibilitetselement	Finns det någon tolerans för uppfyllnad av kravet på 45° fällning i grenfäll eller för att bröstet ska nudda benen i pikfäll?	Nej, det finns inte någon tolerans för detta. I grenfäll ska kroppen fällas minst 45° mot marken och i pikfäll ska bröstet nudda benen. Dock finns en tolerans på 15° för böjda ben.
2020-02-11	A1	Flexibilitetselement	Måste flexibilitetselementet utföras på golvet eller kan truppen utföra ett pikfäll där gymnasterna står upp med fälld överkropp mot benen?	Flexibilitetselementet måste utföras på golvet. Det är inte tillåtet att utföra ett flexibilitetselement stående.

## TUMBLING

Datum	Artikel	Rubrik	Fråga	Svar
2023-10-30	2.3.1.3	Repetition av serier	Ges avdrag för repetition av serie om truppen i varv 2 utför handvolt-grupperad frivolt och i varv 3 utför grupperad startvolt-handvolt-grupperad frivolt?	Nej, de två serierna är olika och därmed ges inte avdrag för repetition, även om slutvolten är samma övning. Observera att detta skiljer sig från Svenska CoP som används på nivå 1 och 2 samt SM-tävlingar.
2020-02-11	2.3.1.4	Övningskrav	Uppfyller ett varv med endast en startvolt (endast en övning i serien) kravet för avslutande volt på nivå 3?	Nej, med avslutande volt menas en volt som utförs efter en annan övning. Ett varv med endast en startvolt ger därför avdrag för utebliven avslutande övning på nivå 3.
2023-10-30	2.3.1.6	Felaktigt antal övningar	En trupp utför likavarv rondat-flickis-grupperad salto, en gymnast utför endast rondat flickis. Får denna gymnast avdrag för felaktigt antal övningar om det i varvet kräva att gymnasterna utför tre övningar?	Nej, i likavarvet ges inte avdrag för felaktigt antal övningar för en gymnast som inte utför likavarvet.
2016-03-30	2.4	Svårighetsvärde alla-lika-varv	Vad blir svårighetsvärdet i lika-varvet om gymnasten på tumbling landar utan fötterna först eller ledaren handgripligen hjälper gymnasten att utföra	Om gymnast landar utan fötter först eller om ledaren handgripligen hjälper gymnasten att utföra övningen i alla-lika-varvet värderas serien till 0.
2017-03-24	2.4	Omvärdering flickis till whipback	Om en gymnast utför rondat-flickis, men inte får i någon hand i flickisen. Kan flickisen då omvärderas till en whipback?	Ja, om en flickis utförs utan handisättning och i axelhöjd eller lägre kan den värderas till en whipback. Observera att skrivelsen i artikel A5.5 medför att svårighetsvärdet blir 0 för en whipback om den utförs som sista övning i en serie, men att övningen tillgodoräknas gällande Felaktigt antal övningar i utförande under punkt 2.3.1.6 i Nationellt Bedömningsreglemente.
2017-03-24	2.4	Svårighetsvärde volt, tumbling	Om endast en grupperad frivolt utförs på tumbling, bedöms den då som en start- eller slutvolt?	Volten bedöms som en startvolt. Definitionen av en startvolt är att den utförs som första övning i serien. Om endast en frivolt utförs är det den första övningen i serien och ges värde för startvolt.
2017-03-24	2.4	Svårighetsvärde volt-volt	Vilket svårighetsvärde ges voltkombinationen "grupperad volt-grupperad volt"?	Serien ges värde 0,05+0,2 (Tuf4+Tuf8). Den första volten utförs som första volt i serien och ges därför värde för en grupperad startvolt (Tuf4). Den andra volten utförs efter en annan övning och värderas som en grupperad volt (Tuf8).
2015-10-15	2.4	Svårighetsvärde volt-handvolt-volt	Får man räkna båda frivoltema i frivolt-handvolt-frivolt?	Ja, t.ex. <i>Tuf4 Frivolt grupperad start</i> och <i>Tuf8 Frivolt grupperad</i> är olika övningar.

## TRAMPETT

Datum	Artikel	Rubrik	Fråga	Svar
2016-03-30	3.3, 3.4 och 3.5.2	En fot i trampetten	Gymnasten hoppar med endast en fot i trampetten men utför en godkänd övning, vad händer i CDE-poängen?	C: Ingenting D: Ingenting E: Eventuella utförandeavdrag enligt Nat. BR
2023-10-30	3.4	Svårighet bord	Vad händer om en gymnast kör ett överstag men bara sätter i en hand eller ingen hand alls i bordet?	Enligt 3.4 e) iv. så ges gymnasten 0 poäng i svårighetsvärde om bordet inte vidrörs med någon hand. Om bordet vidrörs med en hand påverkas inte svårighetsvärdet.
2016-03-30	3.4	Svårighet bord	Räcker det med att endast sätta i fingertopparna i bordet vid varv med hoppredskap?	Ja, det räcker för att tillgodoräkna sig övningen i DC-bedömningen.
2016-03-30	3.5.4.2	Avsaknad av tränare på landningsområdet	Får man stå bredvid eller framför bordet som tränare under bordvarvet?	Nej, tränare ska befinna sig på landningsmattan (eller vid ledet). Om en tränare står vid sidan av bordet under tävling ges överdomaravdrag för avsaknad av tränare på landningsområdet. Detta gäller även plint.
2017-03-24	A2	Svårighetstabell trampett	Hur bedöms en sträckvolt med halvskriv åt ena hållet där gymnasten innan landning vänder tillbaka ett halvt varv åt andra hållet?	Gymnasten uppfyller ej krav för någon svårighet i tabellen och bedöms utföra en övning som ej finns i svårighetstabellen med medföljande avdrag i C, D och E panel.
2017-03-24	A3	Svårighetstabell trampett	En gymnast utför en grenander på bord. Hur bedöms detta?	Gymnasten uppfyller ej krav för någon svårighet i tabellen och bedöms utföra en övning som ej finns i svårighetstabellen med medföljande avdrag i C, D och E panel.
2023-10-30	A3	Svårighetstabell trampett	Är det tillåtet att utföra Dubbelpik 540 ut?	Ja, övningen har kod Trf24 i bilaga A4.

## TUMBLING&amp;TRAMPETT

Datum	Artikel	Rubrik	Fråga	Svar
2019-04-05	2.3.1 och 3.3.1	Kompositionsavdrag	Bedöms kompositionen på samtliga gymnaster i varven om laget deltar med fler än 6 gymnaster?	Kompositionen bedöms på samtliga gymnaster i varven. Undantaget är felaktig ordning i varv 2 och 3 som endast bedöms på de 6 sista gymnasterna.
2021-04-22	2.3.1 och 3.3.1	Kompositionsavdrag - övningskrav	Behöver alla gymnasterna i laget uppfylla ett övningskrav, eller räcker det om de 6 sista gymnasterna uppfyller kravet?	Övningskraven som definieras i tävlingsbestämmelserna ska utföras av samtliga gymnaster i varvet/varven där övningskravet utförs, se även ovan.
2017-03-24	2.3.1 och 3.3.1	Kompositionsavdrag - Springa förbi	Vilka kompositionsavdrag ges om gymnast springer förbi?	Enligt den skrivning under 2.3.1 och 3.3.1 ges, beroende på situation, avdrag för lika-varv/felaktig ordning i varv 2 och 3, uteblivet framåt- och bakåtvarv och övningskrav. Observera att avdrag ej görs för felaktigt antal
2019-04-05	2.3.1 och 3.3.1	Kompositionsavdrag - för få gymnaster	Vilka kompositionsavdrag ges om laget deltar med för få gymnaster på ett varv?	Enligt 2.3.1 och 3.3.1 ges inga kompositionsavdrag för avsaknade gymnaster om truppen deltar med färre än 6 gymnaster på ett varv.
2015-10-15	2.3.1.1 och 3.3.1.1	Ej utfört lika-varv	Vad händer om man tävlar med 13 gymnaster och gymnast 1-4 inte utför alla-lika-varvet?	Avdrag för uteblivet alla-lika-varv ges för gymnast 1-4 (0,2/gymnast).
2015-10-15	2.3.1.2 och 3.3.1.2	Felaktig ordning i varv 2 och 3	Finns det begränsningar i hur många stegringar man får göra per varv?	Nej, antalet stegringar är inte begränsat.
2017-10-13	2.3.1.2 och 3.3.1.2	Felaktig ordning i varv 2 och 3	Om flera övningar har samma svårighetsvärde, måste gymnasterna som utför samma övning stå tillsammans.	Nej, det okej att blanda olika övningar/serier med samma svårighetsvärde. Det är tillåtet att gymnast 1 kör sträckt frivolt, gymnast 2 pikerad frivolt 180 och gymnast 3 sträckt frivolt.
2016-03-30	2.3.1.4 och 3.3.1.4	Övningskrav	För vad ges avdrag i övningskrav? Ges avdrag i övningskrav vid för få utförda övningar på tumbling?	Avdrag för övningskrav kan endast ges för det som specificeras som övningskrav i tävlingsbestämmelserna, exempelvis om inget varv med enkel sträckt volt med minimum 180° skruv utförs på trampett på nivå 4. Avdrag för Felaktigt antal övningar är ett separat avdrag i C-panelen
2016-03-30	2.4 och 3.4	Svårighetstak	Får man köra svårare än svårighetstaket på enskilda varv?	Ja, det är ok att ha enskilda varv med högre svårighetsvärde än svårighetstak på tävlingar med svårighetstak. Svårighetspoängen för redskapet blir dock aldrig högre än svårighetstaket.
2016-03-30	2.5.2.3 och 3.5.2.3	Bristande kontroll i landning/Fall	Kan både förlust av kontroll och fallavdrag ges för samma gymnast?	Nej, endast ett avdrag kan göras under punkten "Bristande kontroll i landning/Fall".
2023-10-30	2.5.2.4 och 3.5.2.4	Tränarens agerande	Ger det avdrag om en ledare drar bort en gymnast från landningsbädden efter att gymnasten fallit?	Om en ledare rör gymnasten efter att gymnasten uppvisat kontroll eller fallit ger det generellt inte avdrag för pass. Om en gymnast oavsiktligt nuddar tränaren efter landning, men tränaren inte inte påverkar gymnastens balans ges inte heller avdrag för pass. Om ledaren däremot förhindrar ett fall ska avdrag ges.
2017-10-13	2.5.2.6 och 3.5.2.6	Springer ej tillbaka tillsammans	Görs avdrag om gymnasterna springer tillbaka på olika sidor av tumblinggolvet eller löpvåden till trampett?	Nej, så länge gymnasterna återvänder samtidigt räknas det som att de återvänder tillsammans, oavsett om det är på olika sidor om tumblinggolvet eller löpvåden.
2016-03-30	A6.1.1	Bristande teknik	Vad menas med "armarna tätt intill kroppen" vid skruv? Är det tillåtet att skruva med en arm upp och en ned?	Tätt intill kroppen är även rakt upp.