

Reglement DUO/TRIO

En duo består av to gymnaster som utfører et program sammen. En trio består av tre gymnaster som utfører et program sammen.




Programmet utføres med valgfritt redskap (ikke frittstående). Det skal være ett redskap per gymnast. Alle gymnastene kan ha samme redskap, eller man kan benytte ulike redskap.

TID: Lengden av et program er mellom 1:15 og 1:30 min.

ALDER: følger gjeldende bestemmelser, se dokumentet Konkurransklasser

JUNIOR OG SENIOR DUO/TRIO

Junior og senior Duo/Trio benytter internasjonalt reglement for tropp, med følgende unntak:

		Komposisjon: 6,00p max		
Vansker (V): Koordinert med redskapsteknikk Maks. 6 vansker. 3 vansker uten skiftning (en fra hver kroppstekniske gruppe) 3 vansker med skiftning		Dansetrinn  Min. 1 Koordinert med .element(er) fra <u>hovedgrupper</u> og undergrupper redskapsteknikk	Dynamiske elementer med rotasjon og kast (risiko) Dynamisk element med rotasjon, kombinert med kast. 	Samarbeids-elementer Elementer med samarbeid mellom gymnastene
Vansker uten skiftning Verdi 0,1 og mer	Vansker med skiftning 	Verdi 0,30	Maks 1	Min. 3

Vansker (V):



NGTF

Norges Gymnastikk og Turnforbund

0840 OSLO

Besøksadresse: Sognsveien 73, Tlf. 21 02 90 00 www.gymogturn.no
Bankgiro: 5134.06.05.075 Bankgiro lisenser: 5010 05 18489 Org.nr.: 970 232 796

Nordisk_reglement_Duo-trio_2017_2020_Norsk

Vansker uten skiftning (KV): Følger tabellen i det internasjonale reglementet. Duo/trioen kan ha maksimalt 3 vansker uten skiftning, en fra hver av de kroppstekniske gruppene (1 hopp/sprang, 1 balanse, 1 rotasjon).

Vansker med skiftning (SV): Følger reglene i det internasjonale reglementet

Dansetrinn (S): Følger reglene i det internasjonale reglementet.

Risiko (R): Følger reglene i det internasjonale reglementet.

Elementer med samarbeid mellom gymnastene, med eller uten rotasjon av Kroppen (C):

Følger reglene i det internasjonale reglementet.

Verdi for samarbeidselementer i duo/trio:
Samarbeid med rotasjon av kroppen

CRR – 0,30

1 (duo) eller 1-2 (trio) gymnaster utfører elementet med rotasjon.

CRR2 – 0,40

2 eller flere gymnaster utfører elementet med rotasjon.

Karakter for vanskegrad (V):

Dommerne i vanskegrad deles inn i to undergrupper, dommerne i (V1) vurderer programmets kroppsvansker (KV), skiftningsvansker (SV) og danseserier (S) som følger:

- Vurdere de 6 vanskene ut fra rekkefølgen de utføres i, og kontrollere at de utføres på tilfredsstillende måte.
- Hvis nødvendig, notere ned vansker som er utført, men som overskrider de 6 tillatte.
- Kontrollere at 3 vansker uten skiftning (KV), er utført, en fra hver av de kroppstekniske gruppene.
- Kontrollere at 3 vansker med skiftning (SV) er utført, med ulike typer kast eller fanginger.
- Kontrollere at minst 1 serie dansetrinn er utført.
- Foreta trekkene

Dommerne i vanskegrad (V2) vurderer programmets riskioelementer (R) og samarbeid (C)

- Kontrollere at maks. 1 riskioelement er utført.
- Vurdere elementene med samarbeid mellom gymnastene, med eller uten rotasjon av kroppen.
- Føre karakteren for de godkjente elementene.



Norges Gymnastikk og Turnforbund

0840 OSLO

Besøksadresse: Sognsveien 73, Tlf. 21 02 90 00 www.gymogturn.no
Bankgiro: 5134.06.05.075 Bankgiro lisenser: 5010 05 18489 Org.nr.: 970 232 796

Utførelse og artisteri følger internasjonalt reglement for tropp.

Unntak:

Ingen krav til antall formasjoner, ingen trekk for manglende formasjoner. Variasjon i bruk av rommet blir kontrollert ved bruk av trekket for langt stopp i en formasjon.

Max. 10,00 p.

REKRUTT DUO/TRIO

Rekrutt Duo/Trio konkurrerer etter rekruttreglementets "tropp A".