



Foto: Andreas Gustafsson

Redskapsreglemente Trupp

Januari 2017

Innehållsförteckning

1. Allmänt	3
2. Fristående	4
3. Tumbling	5
3.1 Ansatsbana	5
3.2 Tumblinggolv	5
3.3 Landningszon	6
3.4 Sidoskydd	6
3.5 Extra säkerhetsmatta	6
4. Trampett (med eller utan hoppredskap)	7
4.1 Hoppredskap	7
4.2 Trampett	8
4.3 Landningszon	9
4.3.1 Enkel landningsbädd	9
4.3.2 Kombinerad landningsbädd	9
4.4 Anlopps bana.....	10
4.5 Extra säkerhetsmatta	10
5. Matta (Endast för RT-stegen).....	10
6. Plint (Endast för RT-stegen)	11
7. Hopp med satsbräda (Endast för RT-stegen)	12
7.1 Nedslagsmattor	12
7.2 Satsbräda	12

1. Allmänt

Redskapsreglemente Trupp är framtaget av Gymnastikförbundets Trupptekniska Kommitté (TTK) och godkänt av Gymnastikförbundets Generalsekreterare. Förändringar under innevarande giltighetsperiod kan endast göras av TTK alternativt Gymnastikförbundets Generalsekreterare.

Redskapsreglemente Trupp beskriver de redskap som ska användas vid nationella trupptävlingar arrangerade av Gymnastikförbundet.

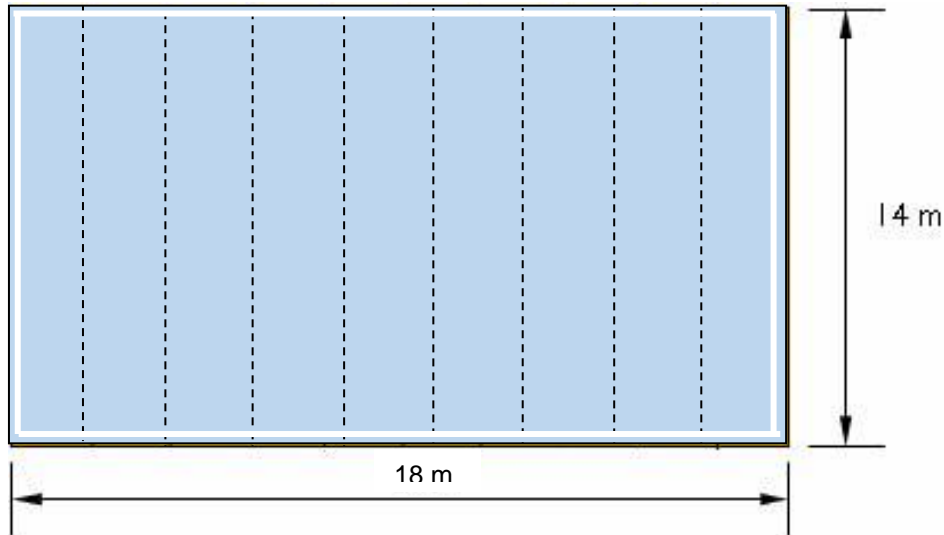
Det är arrangören som svarar för att tillhandahålla rätt redskapsuppsättning enligt kraven för respektive tävling. Redskapen ska vara i gott skick.

Inför respektive tävling presenterar arrangören sin valda redskapsuppsättning för Gymnastikförbundet och efter godkännande informeras deltagande trupper genom PM1. Redskapen och dess placering kontrolleras på tävlingsplatsen av representant från Gymnastikförbundet (TTK).

Observera att tävlande förening ej äger rätt att medföra egna redskap med undantag för trampett. Om truppen medför egen trampett ska den vara tillgänglig för alla tävlande trupper under den egna poolen. Om trampetten inte kommer att finnas kvar under övriga pooler/final ska trampetten avlägsnas från hallen direkt efter egen pool.

2. Fristående

Friståendeprogrammet utförs på en yta om 14 x 18 m.



På SM-stegen gäller att friståendeytan ska täckas med mattvåder med en tjocklek av 35 mm. Mattvåderna ska ha samma färg och lika längd. Våderna ska placeras så att de inte glider och så att det inte bildas skarvar mellan våderna under framträdandet.

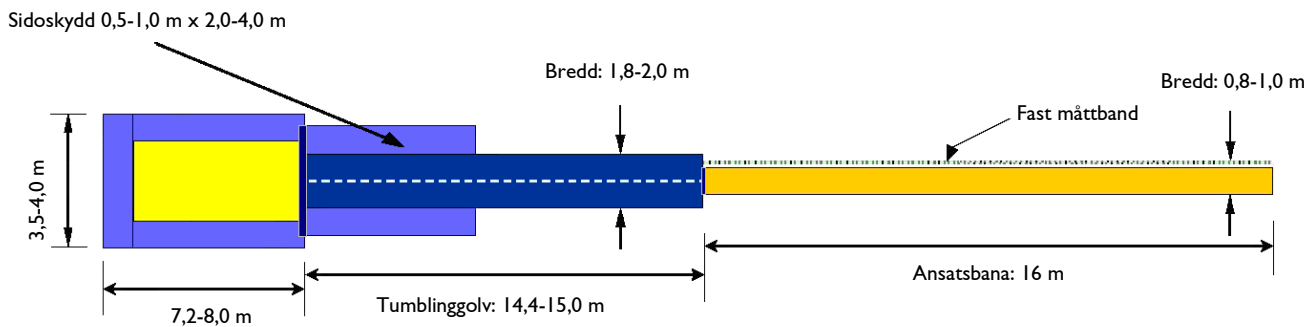
Friståendeytan ska omgärdas av ett vitt streck, minst 5 cm brett. Strecket ingår i friståendeytan på 14 x 18 m.

Vid övriga tävlingar markeras friståendeytans hörn och mittpunkt med tejp.

3. Tumbling

Redskapet i tumbling består av följande delar:

- Ansatsbana
- Tumblinggolv
- Landningszon
- Sidoskydd
- Extra säkerhetsmatta (används på SM och RM-stegens tävlingar)



3.1 Ansatsbana

Ansatsbanan skall vara 16 m lång och 0,8-1,0 m bred. Ansatsen ska ha samma höjd som det efterföljande tumblinggolvet; 30-35 cm +/- 1 cm.

Banan täcks med ett halkfritt underlag som ska vara väl förankrat så att det inte glider då gymnasterna springer på ansatsbanan. Övergången mellan ansatsbana och tumblinggolv ska utföras utan glipor och vara markerad med tejp eller kardborreband i avvikande färg 5-10 cm tvärs över.

Ett fastsatt måttband skall finnas utlagt parallellt med anloppet. Måttbandet ska mäta avståndet från början av landningszonen till starten av ansatsen. Måttbandet placeras nedanför ansatsbanan och ska vara synligt längs ansatsbanans hela längd. Uppmärkning av ansatsen ska ske med en väl synlig tejpbit vid varje hel meter längs ansatsbanans 10 första meter.

Därutöver tillhandahåller arrangören en stripe som truppen får placera på valfri plats längs anloppsmattan eller på tumblinggolvet. Markering av anloppet med egen tejp, krita, kläder eller annat är ej tillåten.

3.2 Tumblinggolv

Tumblinggolvet ska vara godkänt av UEG alt. Gymnastikförbundet och vara 14,4-15,0 m långt och 1,8-2,0 m brett. Ytan på golvet ska vara helt jämn. Inga veck eller skarvar får förekomma. Höjden ska vara 30-35 cm +/- 1 cm.

3.3 Landningszon

Direkt bakom tumblinggolvet ska finnas en landningszon med följande storlek:

Längd: 7,2-8,0 m

Bredd: 3,5-4,0 m

Landningszonen består lämpligen av 4 landningsmattor som placeras på tvären. Ovanpå landningsmattorna ska en dämpningsmatta som täcker skarvarna placeras.

Längd: 4,5-8,0 m

Bredd: 3,0-4,0 m

Höjd: 4 -5 cm +/- 1 cm

Totalhöjden av landningsmatta och dämpningsmatta ska vara samma som tumblinggolvet +/- 1 cm.

Dämpningsmattan kan också vara integrerad i en större sammanhängande landningsmatta.

Skarven mellan tumblinggolv och landningszon ska vara täckt med en 20-30 cm bred remsa som tydligt visar övergången mellan tumblinggolv och landningszon.

3.4 Sidoskydd

Sidoskydd ska löpa längs sidorna i slutet av tumblinggolvet. Skydden skall vara 0,5-1,0 m breda och 2-4 m långa (se skiss). Skydden skall ha samma höjd som tumblinggolvet och vara fästa vid sidorna.

Om landningszonen är i anslutning till en vägg ska en landningsmatta eller motsvarande ställas mot väggen.

3.5 Extra säkerhetsmatta

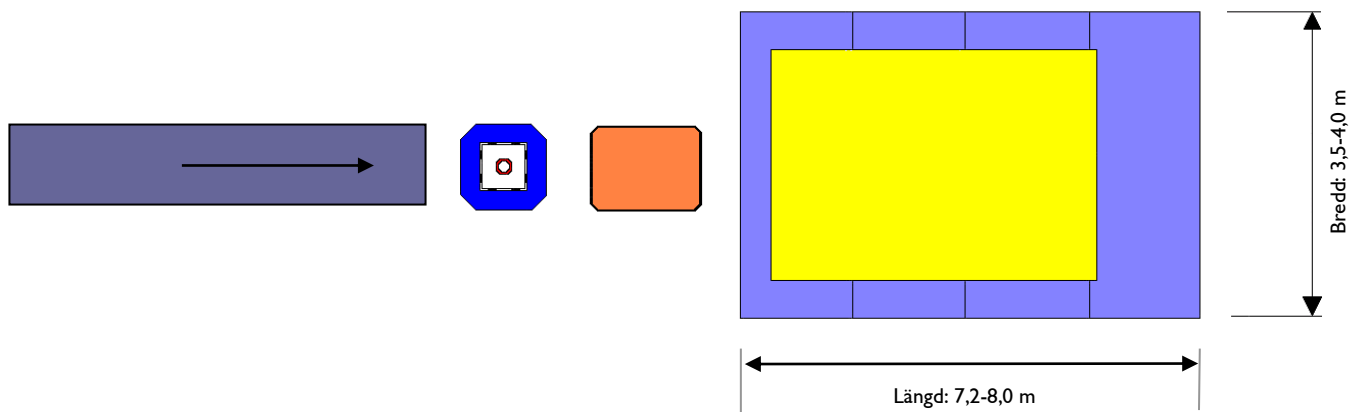
På SM- och RM-stegens tävlingar skall en extra skyddsmatta finnas tillgänglig. Det är valfritt för truppen att använda mattan. Säkerhetsmattan ska vara ca 400 x 200 cm och 10 cm tjock. På RT-stegen kan arrangören välja att tillhandahålla en extra skyddsmatta. Detta ska i så fall tydligt framgå i PM1.

4. Trampett (med eller utan hoppredskap)

En trampettuppställning består av följande delar:

- En trampett
- Hoppredskap (Pegasus)
- Landningsyta
- Anloppsbanda
- Extra säkerhetsmatta (används på SM och RM-stegens tävlingar)

Redskapsuppställning med hoppredskap:



4.1 Hoppredskap

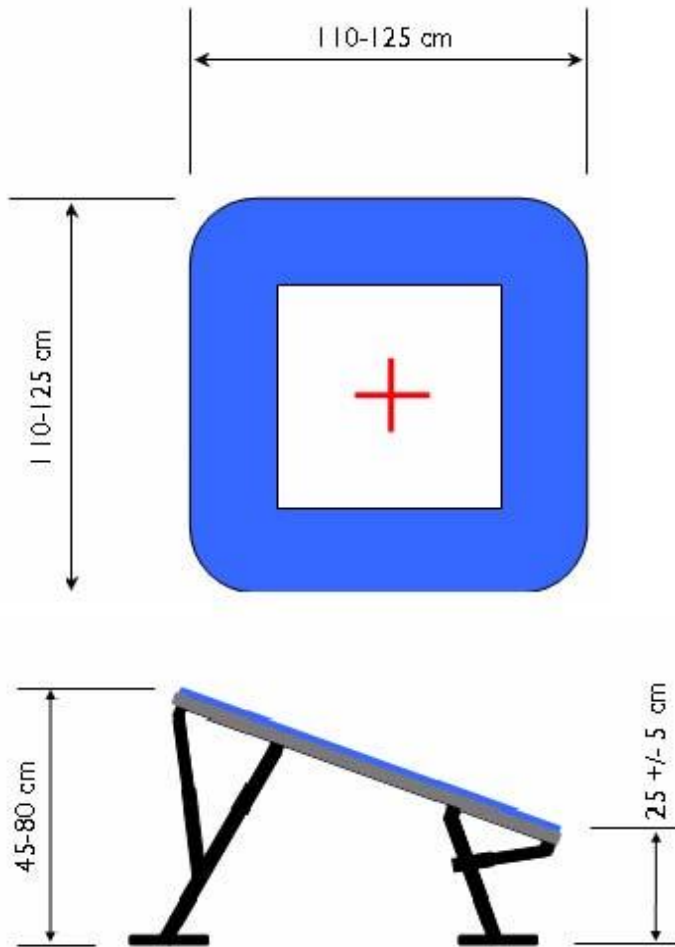
Vid användning av hoppredskap gäller att redskapet ska följa gällande UEG TeamGym Equipment Standards för hoppredskap. Fri höjd gäller på nationella trupptävlingar, dock skall hoppredskapet vara minst 120 cm högt. Typisk höjd ligger för juniorer/seniorer i intervallet 155-165 cm.

Arrangören ska tillhanda hålla en "distans" som kan användas mellan trampetten och hoppredskapet. Det är ok för en trupp att ta med en egen distans. Om så är fallet ska distansen vara tillgänglig för alla tävlande trupper under den egna poolen. Om distansen inte kommer att finnas kvar under övriga pooler/final ska den avlägsnas från hallen direkt efter egen pool.

Hoppredskapet måste lätt kunna flyttas mellan hoppvarven. Vinkling av hoppredskapets dyna är ej tillåten.



4.2 Trampett



Ramen skall utgöras av ett firsidigt ramverk av rund eller fyrkantig profil. Trampetter med öppen framände är inte tillåtna.

Ramens storlek: 110 -125 cm

Höjd främre del: 25 +/- 5 cm (den del som är närmast anloppet)

Höjd bakre del: 45 - 80 cm

Fjädring: Fjädrar

Säkerhetsskydd: Fjädrarna bör täckas av ett heltäckande stoppat överdrag, dock skall alltid bakre delen av ramen (den högre delen) vara täckt. Skyddets färg ska skilja sig från färgen på hoppduken.

4.3 Landningszon

Landningszonen vid trampetthopp kan antingen bestå av en enkel landningsbädd med en anloppsbanan eller en kombinerad landningsbädd med två parallella anloppsbanor.

Om landningszonen är i anslutning till en vägg ska en landningsmatta eller motsvarande ställas mot väggen.

4.3.1 Enkel landningsbädd

Landningsytan består lämpligen av 4 landningsmattor som placeras på tvären för att bilda en landningszon med följande mått.

Längd: 7,2-8,0 m
Bredd: 3,5-4,0 m
Höjd: 30 cm +/- 1 cm

Observera att bredden på landningszonen ska vara minst 3,5 m.

Ovanpå landningsmattorna ska en dämpningsmatta som täcker skarvarna placeras.

Längd: 4,5-8,0 m
Bredd: 3,0-4,0 m
Höjd: 4 -5 cm +/- 1 cm

Dämpningsmattan kan också vara integrerad i en större sammanhängande landningsmatta.

4.3.2 Kombinerad landningsbädd

Ett alternativ till ovanstående landning är att använda en kombinerad och fast uppställning för såväl fria hopp som hopp med hoppredskap. I detta fall används två separata anloppsbanor med tillhörande anloppsmattor.

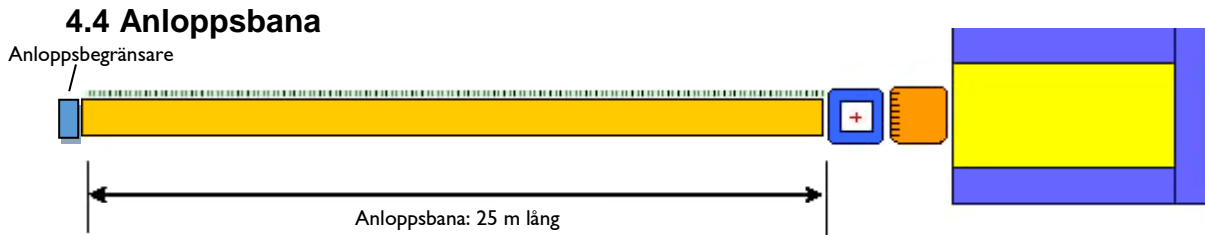
Landningsytan ska då ha följande storlek:

Längd: 7,0-8,0 m
Bredd: 7,0- 8,0 m
Höjd: 30 cm +/- 1 cm

Ovanpå landningsmattorna ska en dämpningsmatta som täcker skarvarna placeras.

Längd: 7,0- 8,0 m
Bredd: 7,0- 8,0 m
Höjd: 4 -5 cm

Dämpningsmattan kan också vara integrerad i en större sammanhängande landningsmatta.



Anloppet till trampetten skall vara 25 m långt. På SM- och RM-stegens tävlingar används anloppsmatta. Denna ska vara 25 m lång på SM-stegens tävlingar och minst 20 m lång på RM-stegens tävlingar. Bredden ska vara minst 1 m och tjockleken 2,5 cm +/- 0,5 cm. Anloppsmattan ska vara halkfri och fixerad så att den inte rör sig då gymnasterna springer. Anloppsmattan får ej flyttas/dras under truppens framträdande förutom då man byter mellan fria hopp och hopp med hoppredskap. Anloppsmattan ska placeras helt intill trampettens framkant.

Vid 25 m, framför anloppsmattan, ska det finnas en anlopps begränsare som gör det omöjligt att springa längre än 25 m.

Ett fastsatt måttband skall finnas parallellt med anloppet. Måttbandet ska vara fäst vid landningsmattans start och markerat med en väl synlig tejpbit vid varje hel meter längs ansatsbanans 10 första meter. Observera att måttband ska finnas till båda uppställningarna om två uppställningar används vid förträning.

Därutöver tillhandahåller arrangören en stripe som truppen får placera på valfri plats på anloppsmattan. Markering av anloppet med egen tejp, krita, kläder eller annat är ej tillåten.

4.5 Extra säkerhetsmatta

På SM- och RM-stegens tävlingar skall en extra säkerhetsmatta finnas tillgänglig. Det är valfritt för truppen att använda mattan. Säkerhetsmattan ska vara ca 400 x 200 cm och ca 10 cm tjock. På RT-stegen kan arrangören välja att tillhandahålla en extra skyddsmatta. Detta ska i så fall tydligt framgå i PM1.

5. Matta (Endast för RT-stegen)

I RT-stegens tävlingsgren "matta" används dubbla mattvåder. Storleken på mattvåderna framgår enligt nedan:

Längd: 14 – 16 m
Bredd: 195 – 205 cm
Höjd: 3 – 4 cm (tjocklek för en enkel mattvåd)

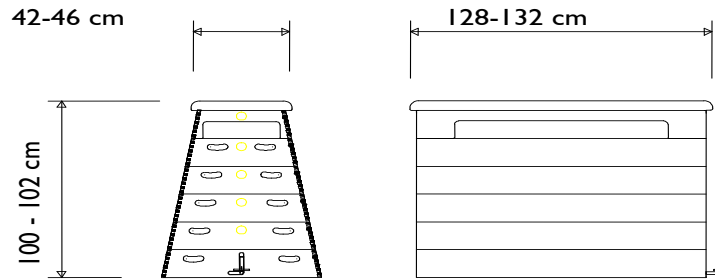
Arrangören tillhandahåller en stripe som truppen får placera på valfri plats längs mattan. Markering av anloppet med krita, tejp, kläder eller annat är ej tillåten.

6. Plint (Endast för RT-stegen)

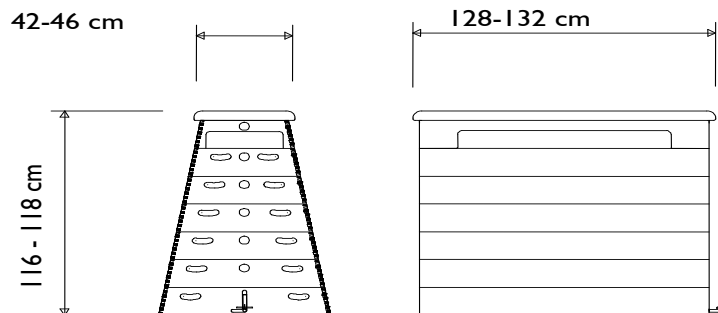
Fri höjd.

Kort eller lång plint med satsbräda framför. Trampett får ej användas framför plinten.

Plint 6 delar



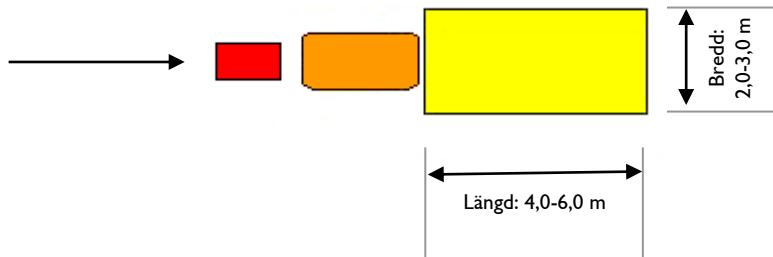
Plint 7 delar



7. Hopp med satsbräda (Endast för RT-stegen)

Internationellt godkända FIG/AG satsbrädor (se nedan). Det får enbart finnas en satsbräda framför hoppredskapet.

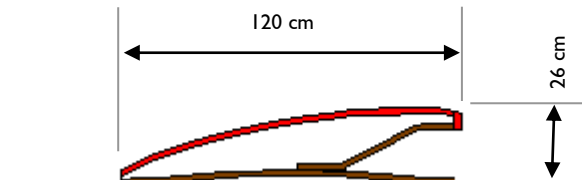
Hoppredskap: Plint
Nedslagsmattor: FIG/AG-tävlingsmattor eller motsvarande.



7.1 Nedslagsmattor

Längd: 4,0 – 6,0 m
Bredd: 2,0 – 3,0 m
Höjd (tjocklek): 12 – 20 cm

7.2 Satsbräda



Internationellt godkända FIG/AG-satsbrädor, mått enligt FIG:s AG-regler.

Exempel på godkända brädor:

	VM-Budapest	VM-junior	Stratum
Längd:	120 cm	120 cm	120 cm
Bredd:	60 cm	60 cm	60 cm
Höjd:	26 cm	26 cm	26 cm