

KLASS B - AVDRAG

Prestationsfel	0,1	0,3	0,5	1,0
Krokiga armar	x	x	x	
Krokiga ben	x	x	x	
Benen/fötterna isär	x	x		
Fötterna i kors i rörelser med skruv	x			
Rörelsens otillräckliga höjd	x	x		
Kroppens raka position hålls inte - pik för tidigt	x	x		
Avvikelse från rak linje	x			
Dålig kroppsposition	x			
Osträckta vrist	x			
Noggrannhet (början och slut på varje rörelse)	x			
Avvikelse från givna anvisningar		x		
Icke tabellförda rörelser som blir borta: avdrag för avvikelse för givna anvisningar + maxavdrag för saknad höjd, amplitud och andra fel				
Nerhopp för nära redskapet	x	x		
<u>Nedslagsavdrag för alla redskap</u>	Utan fall är maxavdrag 0,8			
Benen isär	x			
Rörelser för att hålla balansen:				
Extra handrörelser	x			
Extra kroppsrörelser	x	x	x	
Extra steg, litet hopp	x			
Stort steg, stort hopp		x		
Felaktig kroppsposition	x	x		
Djupt huksittande			x	
Snudda redskapet eller mattan med handen, inte fall		x		
Stöd av hand/händer i mattan eller redskapet				1,0
Fall på knä eller bak				1,0
Fall ner från redskapet eller på redskapet				1,0
<u>Avdrag för redskapets överdomare</u>				
ingen stäckning/presentation inför domarna		x		
Rörelser görs i annan ordning än i texten		x		
Passning av rörelse (barr, bom, matta)				1,5
<u>Avdrag för tävlingens överdomare</u>				
Missbruk av magnesium			x	
Avdrag som kan ges för tränares beteende - se finsk version				

KLASS B HOPP - REDSKAPETS EGNA AVDRAG

För springfarten och satsen kan avdras totalt 0,1, 0,30 eller 0,5 poäng

Bra springteknik

löpningen är effektiv

farten stiger då man närmar sig satsbrädan

löpningen är avslappnad och enkel

löpningen går rakt fram

Bra studsteknik

satsen är snabb och effektiv

man satsar från rätt ställe på brädan

satsen sker ända till slut

AVDRAG	0,1	0,3	0,5	1,0
<u>Avdrag för området springfart + sats</u>				
Mycket bra löpning, felfritt	inga avdrag			
Bra prestation, med små fel	x			
Någolunda prestation, med klara fel		x		
Bristfällig prestation, med stora fel			x	
<u>Avdrag för ljushoppet</u>				
Hoppet landar på en fot (kontrollerat)		x		
Otillräcklig höjd	x	x	x	
<u>Andra avdrag</u>				
Ny fart eller hopp som inte kan godkännas				1,0
Pass				hoppet godkänns inte
Fel hopp:				
Satsen sker från en fot Ljushoppets landning sker inte med fötterna före				hoppet godkänns inte

KLASS B BARR - REDSKAPETS EGNA AVDRAG

AVDRAG	0,1	0,3	0,5	1,0
Vipparnas amplitud:(alla kroppsdelar måste nå vågrät höjd)				
Under vågrät		x		
Mellansving			x	
Otillräcklig pikposition	x	x		
Sving under vågrät	x 0-30°	x >30-45°	x >45°	
Bristfällig krum-båge-krum position i sving	x	x		
<u>Rörelse som saknas/maxavdrag per rörelse</u>				
dragöverslag				1,5
vipp				1,5
sving				1,5

KLASS B BOM - REDSKAPETS EGNA AVDRAG

AVDRAG	0,1	0,3	0,5	1,0
Extra fotstöd vid bommens sida		x		
Stöd med handen för att hindra fall			x	
Extra rörelser för att hålla balansen	x	x	x	
Paus eller för lång förberedelse för rörelse	x			
Kroppsposition:				
kroppens, huvudets och blickens fokusering	x			
osträckta vrister (eller inåtvända)	x			
rörelsernas amplitud	x			
Benlyftens amplitud:				
vågrät	x			
under vågrät		x		
<u>Rörelse som saknas/maxavdrag per rörelse</u>				
våg				1,5
ljushopp				1,5
ljushopp bakåt som nerhopp				1,5
<u>Allmänna avdrag (konstnärlighet)</u>				
säkerhet	x			
dålig rytm och växling av tempo	x			
serien görs som en serie av rörelser som följer på varandra men inte går ihop	x			
brist på kreativitet	x			
bommens hela längd används inte	x			
mer än en ½-sväng på tå med båda fötterna och benen raka	x			

KLASS B MATTA - REDSKAPETS EGNA AVDRAG

AVDRAG	0,1	0,3	0,5	1,0
Handståendeskedet i handståendekullerbytta	x 10-30°	x 30-45°	x 45-90°	
Otillräcklig spagatposition i jämfotaspagathopp	x <90°	x 90-135°		

Spagatposition diagonal som i sissonnehopp och nedslag på ett ben	x			
Extra handsving före gymnastisk rörelse	x			
Paus eller för lång förberedelse för rörelse	x			
Kroppspostion:				
kroppens, huvudets och blickens fokusering	x			
osträckta vrist	x			
rörelsernas amplitud	x			
Ofärdig sväng	x ≤90°	x >90-180°		

Rörelse som saknas/maxavdrag per rörelse				
Handståendekullerbytta				1,5
Hjulning				1,5
Kullerbytta bakåt				1,5
Allmänna avdrag (konstnärlighet)				
uttryck	x			
säkerhet, självsäkerhet	x			
serien görs som en serie av rörelser som följer på varandra men inte går ihop	x			
brist på kreativitet	x			