

FEMMAN - SEXAN

Femman 2,4 p A = 0,2 p B = 0,4 p
Sexan 2,8 p

Ingen tidtagning
Inget avdrag för utanför golvet/linjer

E-panel

Avdrag:

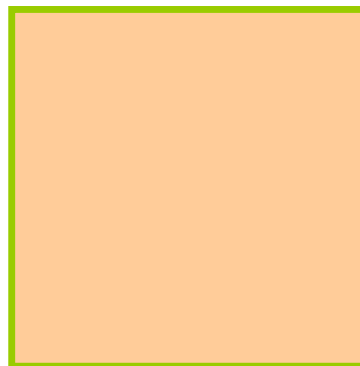
Böjda armar	0,1 / 0,3 / 0,5
Böjda ben	0,1 / 0,3 / 0,5
Body Shape - gymnastiska övningar	0,1 / 0,3 / 0,5
Bendelning	0,1 / 0,3
Otillräcklig höjd	0,1 / 0,3
Otillräcklig gruppering i volter	0,1 / 0,3
Tvekan i övningar (handstående tex)	0,1
Avviker från rak linje (akroline)	0,1
Dålig kroppshållning	0,1
Dålig spagat i hjulning och brygga	0,1 / 0,3
Ospända vrister	0,1
Dålig precision	0,1
Justering	0,1
Koncentrationspaus (2 s)	0,1

Landningar (gymnastiskt och akrobatiskt)

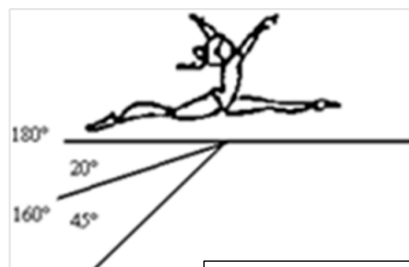
Delade ben i landning	0,1
Balansmiss	0,1 / 0,3
Kroppshållningsfel	0,1 / 0,3
Steg eller hopp	0,1 / 0,3
Djup landning	0,1 / 0,3 / 0,5
Touch i golv med hand	0,3
Stöd mot golv	1,0
Fall	1,0

Avdrag efter serien:

Artisteri (posture, elongation, body parts, expressive)	0,1 / 0,3
Musik och rörelser ej synkroniserade	0,1 / 0,3



Gymnastiska övningar –
dra för Body Shape, höjd och landning



D-panel

D-poäng:

Momentens värde	0,2 / 0,4
Landar ej med fötter först	0,0
Inte godkänt försök på övning	0,0
Paus/steg vid övningar i kombination	-0,5

Neutrala avdrag:

Ingen presentation före/efter	0,3
Använder otillåten matta	0,5
Pass (samt värdet på momentet räknas ej)	1,0
Tränare på mattan	0,5
Tränare signalerar till gymnasten (varna först)	0,5
Utför moment i fel ordning	0,5
Utelämnar obligatoriskt moment	1,0

Brytning

Fasta E-avdrag och inga neutrala avdrag för följande:

5:an:	Inget försök på brytning. Hoppa/sparka direkt till !	1,0
	Tydligt försök på brytning, sedan hopp/spark till !	0,5
6:an:	Inget försök på brytning.	1,5
	Brytning så fötterna rör sig mot händerna.	1,0
	Brytning så fötterna passerat händerna mot !	0,5