

## Endringer i Turnstigen nivå A gjeldende fra 2011

På grunnlag av skriftlige tilbakemeldinger fra dommere og trenere er det gjort enkelte små endringer i Turnstigen – nasjonalt bedømmingsreglement Turn Kvinner nivå A. Vi minner om at større endringer i stigen først blir aktuelt fra 2012. Oppdatert reglement (endringer markert med rødt i teksten) legges ut på nettsidene til turnforbundet.

Prinsippet om lik maksimal toppkarakter i skranke, bom og frittstående er fraveket.

### Skranke

Trinn 3: Valgfritt oppsprang/ startelement: Enten langkipp vipp fritt hjulomsving bakover eller hopp til fri støtt fritt hjulomsving bakover

Trinn 5: Punkt 4: Fritt hjulomsving til min. 135 grader, ved fritt hjulomsving under 135 grader underkjennes elementet. Obs. ikke krav til vippen i forkant.

Gjeldende fra trinn 6-8 (selvvalgte trinn i skranke)

- 1,0 poeng i bonus for C-avhopp
- 1,0 poeng i bonus for slippelement (gjengriping i samme holme) av minimum D-verdi
- 1,0 poeng i bonus for element med 360°dreining på holmen
- Krav om at elementet er godkjent.
- Bonus legges til D-karakteren av D-dommer.
- Komposisjonskrav om A-avhopp eller B-avhopp fjernes om C-avhopp utføres.

Trinn 6: Toppverdi: 6,0. Elementkrav: 2 B – 4 A, krav til vipp til håndstående (innenfor 10 grader, delte eller samlede ben). Krav om minst 6 elementer, hvis 5 elementer trekk fra 5 p (dvs. maksimal E-karakter er 5 poeng og ikke 10).

Trinn 7: Toppverdi: 7,0. Elementkrav 1 C- 3 B – 3 A. KK: Avhopp minimum B-verdi.

Trinn 8: Toppverdi 8,0. KK om element med 360° dreining videreføres og medfører 0,5 poeng i trekk om det utelates.

### Bom

Gjeldende fra trinn 5-8 (selvvalgte trinn)

- 1,0 poeng i bonus for akrobatisk serie med minst to svevelementer hvorav minst ett av elementene er salto/fritt overslag forover/ fritt hjul. Rekkefølgen på elementene er valgfri.
- Krav om at elementet er godkjent
- Bonus legges til D-karakteren av D-dommer.

- Komposisjonskrav om annen akrobatiskserie i det respektive trinnet (f. eksempel bro flikkflakk eller flikkflakk – flikkflakk) frafaller dersom bonuskravet tilfredsstillles. Det er tilstrekkelig med en akrobatisk serie.

Trinn 4: Presisering oppsprang: satsen skal være på ett ben, landing motsatt ben (“landmåler hopp opp på bommen”). Landing der vaterposisjon markeres, men ok at benet bak er 90°.

Trinn 5: Toppverdi: 5,0.

Trinn 6: Toppverdi: 6,0.

Trinn 7: Toppverdi: 6,5. KK: punkt 4) akrobatisk serie med minst to svev elementer (to like flikkflakker er ok). Punkt 5) Avhopp: Araber – strak salto eller minimum B – avhopp.

Trinn 8: Toppverdi: 7,5. KK: punkt 4) akrobatisk serie med minst to svev elementer videreføres (to like flikkflakker er ok), men medfører kun 0,5 poeng ved utelatelse.

## **Frittstående**

Gjeldende fra trinn 7-8

- 1,0 poeng bonus for dobbel salto.
- Krav om at elementet er godkjent.
- Bonus legges til D-karakteren av D-dommer.

Trinn 8: Toppverdi: 7,5. KK om dobbel salto videreføres, men medfører kun 0,5 poeng ved utelatelse.