

## Hopp – Nivå 2

### Alternativ 1 - Overslag

D verdi 5.0

Fra hesten til oppbygde matter bak – land på føttene og fall til mageliggende , hopp ikke tillatt

- Kun et hopp.
- Hestens høyde – 125cm
- Ekstra matte på 5cm over kanten av hasten er tillatt
- Matte oppbyggingen bak hesten er – 135cm

### Spesielle apparat trekk ( E –dommere)

Feil	0.10	0.30	0.50
<b>Tilløp 25m maksimum</b>			
Mangel på akselerasjon I tilløpet	x	x	
<b>Første fase og bena på springbrettet</b>			
• Bena lander utenfor senter (uansett retning)	x		
• Vinkel i hofta	x	x	
• Svai	x	x	
• Bøyde ben	x	x	X
• Sprik I bena ( føtter eller legger)	x	x	
<b>Støtte fase</b>			
• Hånd i settet : ikke samtidig	x		
• Vinkel i skuldre	x	x	
• Passerer ikke gjennom vertikalen	x		
• mangel fult fra skyv	x	x	
• Bøyde knær	x	x	X

Annen svev fase			
• Høyde	x	x	X
• ikke strak kropp	x	x	
• Bøyde knær	x	x	x
• Sprik I bena	x	x	
Lengde			
• Mangel full lengde	x	x	x
• Hopp etter landing – beveger kroppen i motsatt retning	x	x	x
• lander med føttene på hesten			0.80
Generelle feil og landings feil			
• Dynamikk	x	x	x
• Greier ikke å beholde kroppsposisjonen i fallet fremover	x	x	
• Under rotasjon			
Uten å gå bakover	x		
Med flere skritt bakover		x	
• FIG sine kroppsposisjons trekk brukes	x	x	x
• Ute av senter ved landing (første kontakten)	x		

NB: Yourschenko-matte obligatorisk for rondat-hopp Hvis ikke – 0 I karakter.

## Alternativ 2 - Tsukahara

**D verdi 5,00**

(¼ til ½ dreining inn) Fra hesten til oppbygde matter bak – land på beina og fall bakover til ryggliggende, hopp ikke tillatt.

- Kun et hopp.
- Hestens høyde – 125cm
- Ekstra matte på 5cm over kanten av hasten er tillatt

- Matte oppbyggingen bak hesten er – 135cm

## Spesielle apparat trekk ( E –dommere)

Feil	0.10	0.30	0.50
<b>Tilløp 25m maksimum</b>			
Mangel på akselerasjon I tilløpet	x	x	
<b>Første fase og bena på springbrettet</b>			
• Bena lander utenfor senter (uansett retning)	x		
• Vinkel I hofta	x	x	
• Svai	x	x	
• Bøyde knær	x	x	x
• Sprik I bena	x	x	
<b>Støtte fase</b>			
• Vinkel I skuldre	x	x	
• Passerer ikke gjennom vertikalen	x		
• Bøyde knær	x	x	x
<b>Annen svev fase</b>			
• Overdreven snapp	x	x	
• Høyde	x	x	x
• Klarer ikke å opprettholde korrekt kroppsposisjon	x	x	
• Bøyde knær	x	x	x

• Ben deling	x	x	
<b>Lengde og landing</b>			
• Utilfredsstillende lengde	x	x	
• Hopp etter landing, bevege kroppen i motsatt retning	x	x	x
• Lande med bena på hesten			0.80
<b>Generelt</b>			
• Dynamikk	x	x	x
• Klarer ikke å opprettholde korrekt kroppsposisjon i fallet bakover	x	x	
• Under rotasjon			
Uten å falle forover	x		
Med fall forover		x	
• FIG sine kroppsposisjons trekk	x	x	x
• Lander utenfor senter linje ved første kontakt på matta	x		
• Riktig kroppsposisjon i landingen men bena treffer ikke matta			x

### Alternativ 3 - Yurchenko

**D verdi 5,50**

Fra hesten til oppbygde matter bak - land på føttene og fall til bake på ryggen, hopp ikke tillatt-  
**Håndisett matte kan legges opp til 10 cm inn på brettet nedentil.**

- Kun et hopp.
- Hestens høyde – 125cm
- Ekstra matte på 5cm over kanten av hasten er tillatt
- Matte oppbyggingen bak hesten er – 135cm

## Spesielle apparat trekk ( E –dommere)

Feil	0.10	0.30	0.50
<b>Tilløp 25m maksimum</b>			
Mangel på akselerasjon i tilløpet	x	x	
<b>Første fase og bena på springbrettet</b>			
• Bena lander utenfor senter (uansett retning)	x		
• Feil kroppsposisjon	x	x	
• For høy inn på hesten	x	x	
• Bøyde knær	x	x	x
• Delte ben	x	x	
<b>Støtte fasen</b>			
• Vinkel i skuldre	x	x	
• Passerer ikke gjennom vertikalen	x		
• Bøyde armer	x	x	x
<b>Annen svev fase</b>			
• Overdreven snapp	x	x	
• Høyde	x x	x	x
• Klarer ikke å opprettholde korrekt kroppsposisjon	x	x	
• Bøyde knær	x	x	x
• Ben deling	x	x	

Lengde			
• Utilfredsstillende lengde	x	x	
• Hopp etter landing, bevege kroppen i motsatt retning	x	x	x
• Lander med føttene på hesten			0.80
Generelt og landing			
• Dynamikk	x	x	x
• Klarer ikke å opprettholde korrekt kroppsposisjon i fallet bakover	x	x	
• Under rotasjon av "salto"			
Uten å falle forover	x		
Med fall forover		x	
• FIG sine kroppsposisjons trekk	x	x	x
• Lander utenfor senter linje ved første kontakt på matta	x		
• Riktig kroppsposisjon i landingen men bena treffer ikke matta			x

NB: Yourschenko-matte obligatorisk for rondat-hopp Hvis ikke – 0 I karakter.