

**Gym**Danmark  
DANMARKS GYMNASTIK FORBUND

**Gym For Life**



# Gym11 Danmark

DANMARKS GYMNASTIK FORBUND

## Reglement for Gym for Life Challenge Danmark

Reglementet er gældende for første afholdelse af konkurrencen i 2015, herefter evalueres og reglementet rettes til.

Gym for Life Challenge Danmark er et nationalt arrangement for danske Gymnastik for Alle foreninger. Planen er at konkurrencen afholdes en gang om året. Arrangementet afvikles i samarbejde mellem GFA og en lokalforening.

### Målsætning

At tilbyde et spektakulært arrangement for GFA foreninger i Danmark

At tilbyde breddegymnastikhold et nationalt arrangement, hvor de kan få deres opvisning bedømt

At afholde et seværdigt gymnastikshow.

### Teknisk arrangør

Værtsforening for Gym for Life Challenge Danmark udpeges af GFA. Økonomien følger samme aftale som for konkurrencer i Teamgym og Grandprix.

### Frekvens

Gym for Life Challenge Danmark afholdes første gang 2015, herefter beslutes om arrangementet skal være årligt eller afholdes hvert andet år.

Konkurrencen afvikles som udgangspunkt på en dag.

### Opvisningshal

Gym for Life Challenge Danmark er en indendørs konkurrence. Opvisningsarealet skal være minimum 20x30 meter, der skal være plads til eventuelle redskaber på et område stødende op til opvisningsgulvet. Der skal være plads til minimum 800 tilskuere. Det skal være muligt at afspærre områder til dommerne, hvorfra man kan se hele opvisningsgulvet.

Der skal være adgang til en opvarmningshal.

### Lyd og lys

Det vil være ønskværdigt, hvis der kan tilbydes lys. Samme muligheder skal være tilgængelige for alle deltagende hold.

Der skal være internet og printer til rådighed for dommere og officials.

### Deltagere

Alle gymnastikhold med minimum seks gymnaster kan deltage i Gym for Life Challenge Danmark

Foreninger må gerne stille med flere hold til konkurrencen, men en gymnast kan ikke deltage på flere hold.

### Alder

Der er ingen aldersbegrænsning

# GymDanmark

DANMARKS GYMNASTIK FORBUND

## **Konkurrenceforløb**

Holdene placeres efter lodtrækning i puljer. Puljerne afvikles lige efter hinanden, hvert deltagende hold tildeles enten guld-, sølv- eller bronzemedaljer, alle hold med guldmedaljer går vider til finalen. Finalen afholdes samme dag efter en pause. Efter finalen kåres en vinder.

## **Indhold**

Opvisningen kan indeholde gymnastik fra alle DGFs gymnastikgenrer. Det er tilladt at bruge kostumer ,rekvisitter samt små og store redskaber.

God og seværdig gymnastik skal være i højsædet. Underholdningsværdien skal være høj, der skal være kvalitet i gymnastikken.

## **Tid**

Hvert opvisning skal vare maksimum fem minutter. Hold med store redskaber får tildelt maksimum to minutter før og efter deres opvisning til at få redskaber/udstyr på plads.

## **Musik**

Musikken afleveres som lydfil senest en uge før konkurrencen. Holdet medbringer backup af musikken i form af cd/ipad/telefon/pc.

## **Opvarmning**

Hvert hold får tildelt tid i opvarmningshallen.

## **Bedømmelse**

Opvisningen bedømmes af otte pointdommere ,der hver især afleverer deres forslag til rækkefølge til de to overdommere, som træffer den endelige afgørelsen .Alle dommere udnævnes af GFA-udvalget.

Retningslinjerne for bedømmelsen udstikkes på et dommerkursus inden konkurrencen.

## **Bedømmelsen foretages ud fra følgende kriterier:**

Der skal vises gymnastik der viser originalitet, variation og nytænkning.

Kostumer og rekvisitter er tilladt.

Hvis der bruges redskaber, skal de indgå som en del af opvisningen.

Der skal være harmoni mellem de valgte gymnastiske bevægelser, deres udførelse og musikken.

Øvelserne skal være tilpasset gymnasternes alder og niveau.

Musikken skal understøtte gymnastikken, den må ikke kun være baggrund.

Gymnastikken skal være underholdende og fange tilskuerne.

Opvisningen skal være med udgangspunkt i gymnastik.



# Gym Danmark

DANMARKS GYMNASTIK FORBUND



3rd World Gym for Life  
Challenge  
26 - 30 July 2017  
Vestfold - Norway

<http://gymforlife2017.no>