

JM og JM åben i Rope Skipping for hold Begynder- og Internationale rækker

Lørdag d. 19. januar 2019

Gistrup Hallen Hadsundvej 407 9260 Gistrup (Ålborg)

Der kan tilmeldes i følgende **rækker**:

Begynderrække under 11	11 år og under (sjippere må ikke fylde 12 år i 2019)
Begynderrække 12-14	12 – 14 år (sjippere må ikke fylde 15 år i 2019, sjippere må gerne være yngre)
Begynderrække 15+	15 år og ældre (min. én sjipper på holdet skal fylde 15 år i 2019, resten må gerne være yngre)
International 12-14	12 – 14 år (min. en sjipper skal fylde 12 år i 2019, resten må gerne være yngre; sjippere må ikke fylde 15 år i 2019)
International 15+	15 år og ældre (min. en sjipper skal fylde 15 år i 2019, resten må gerne være yngre)

Deltagelse i rækker

Hold i begynderrækkerne 12-14 og 15+, der har opnået mere end den for sæsonen angivne max-score, må ikke stille op i begynderrækken den efterfølgende sæson, men skal rykke op i de internationale rækker.

Hold der i 2018 opnåede flere point end angivet nedenfor, må således ikke deltage i begynderrækkerne i 2019:

Begynderrække 12-14: 1200 point

Begynderrække 15+: 1200 point

Hvis holdet har skiftet to eller flere deltagere på holdet fra det foregående år, skal ovenstående ikke overholdes og holdet må selv bestemme om det deltager i begynderrækken eller de internationale rækker.

Et hold må ikke deltage i begynderrækken (overall eller enkeltdiscipliner) i samme sæson, som de deltager i de internationale rækker og omvendt.

Hvis en sjipper tidligere har deltaget på et hold i den internationale række, må sjipperen kun deltage i begynderrækken igen, hvis sjipperens hold ikke har opnået mere end 1750 point i den internationale række (12-14 og 15+).

Sjippere, der deltager i begynderrækkerne og/eller Mini/Junior/Senior Master, kan frit deltage i 2-personerskonkurrencen i samme sæson.

Det er ikke tilladt for sjippere at deltage i 2-personerskonkurrencen i en sæson, hvor man også har deltaget i/deltager i holdkonkurrencen i de internationale rækker.

Discipliner

Begynderrække under 11 3 x 30 sek. Single Rope Speed Relay Double Dutch Obligatorisk (max. 90 sek.) Single Rope Pairs Freestyle (60 – 75 sek.) Double Dutch Single Freestyle (60 – 75 sek.)	Internationale rækker 12-14 og 15+ 4 x 30 sek. Single Rope Speed Relay 4 x 45 sek. Double Dutch Speed Relay Single Rope Pairs Freestyle (60 – 75 sek.) Single Rope Team Freestyle (60 – 75 sek.) Double Dutch Single Freestyle (60 – 75 sek.) Double Dutch Pairs Freestyle (60 – 75 sek.)
Begynderrække 12-14 og 15+ 3 x 30 sek. Single Rope Speed Relay 3 x 45 sek. Double Dutch Speed Relay Single Rope Pairs Freestyle (60 – 75 sek.) Double Dutch Single Freestyle (60 – 75 sek.)	

Det er i alle rækker tilladt at deltage i enkelte discipliner og der uddeles følgende medaljesæt:

Begynderrækker JM	Medaljer i hver disciplin * + et sæt samlet.
Begynderrækker JM åben	Et sæt medaljer samlet
Internationale rækker JM	Medaljer i hver disciplin * + ét sæt samlet.
Internationale rækker JM åben	Et sæt medaljer samlet

*Dette kræver at der er tilmeldt min. 3 hold i hver række

Konkurrencen afvikles efter regler for GymDanmark Rope Skipping 2019, som kan findes på www.gymdanmark.dk

Program

Opvarmning fra kl. 10.00. Dommermøde kl. 10.30. Konkurrencen starter kl. 11.00.

Præmieoverrækkelse umiddelbart efter konkurrencens afslutning.

Tilmelding, licens og startgebyr:

Tilmelding via www.gymdanmark.dk senest den **10. januar 2019**. Tilmelding efter denne dato er **ikke mulig**.

BEMÆRK - Alle deltagere skal have tegnet konkurrencelicens hos GymDanmark senest 3 uger før konkurrencen. Licens kan løses via www.gymdanmark.dk, hvor du også kan læse mere om konkurrencelicens.

Startgebyr: **Begynderrækkerne:** 200,00 kr. pr. deltager.

Internationale rækker: 200,00 kr. pr. deltager.

Kvalifikation til EM 2019.

Hold i de **Internationale rækker** kan kvalificere sig til European Championships, Youth Team Tournament og Open Team Tournament i Østrig 2019.

Bemærk, at hold der ønsker at kvalificere sig skal deltage i JM, SM og DM i 2019. Kvalifikation foretages på baggrund af resultater ved JM og SM.

Dommere

Foreninger der har deltaget før, skal tilmelde dommere efter antal tilmeldte deltagere. Overholdes dette ikke vil foreningen blive pålagt ekstra gebyr jf. reglement for 2019.

Info om konkurrencen kontakt Ulla Christensen, e-mail: kubic@c.dk

Med venlig hilsen

Gug Gymnastikforening og RSU (Rope Skipping udvalget)