

ROUTINE CONTENTS FORM / LEVEL 3

SPECIAL OLYMPICS ARTISTIC GYMNASTICS – Turn Kvinner

Det er obligatorisk for trenere i Norge å levere vedlagt skjema til arrangør i god tid før konkurransen. Det er viktig at utøvere får poeng for de elementene de utføre.

FIG A elementer fra gjeldende Code of Points = 1,5.

Recognizable skills = 1,0 fra Special Olympics International nettsiden:

https://media.specialolympics.org/resources/sports-essentials/artistic_compulsories/Recognizable-Gymnastics-Skills-Womens-Artistic-Gymnastics.pdf?_gl=1*6rwxz*_gcl_au*MTY2NzkwMjM1OC4xNzM2NDIyNDE4*_ga*MjAwNzkyMjYxOS4xNjkzMTI2NDc3*_ga_KTMLJ70DKD*MTc0MDMwMzI1NS4xNDMuMS4xNzQwMzAzMjgyLjMzLjAuMA..

Hvis trener ikke finne et element fra listen Recognizable skills skal de fylle ut skjema New Skill Evaluation Form og leverer for godkjenning til Teknisk ansvarlig og Dommeransvarlig i god tid før konkurransen start.

Obligatorisk elementer – 0,5 fra Special Olympics International nettsiden:

<https://resources.specialolympics.org/sports-essentials/sports-and-coaching/gymnastics/womens-artistic-gymnastics-2019-2027/womens-artistic-gymnastics-level-3-2019-2027>

If requested by the Organizing Committee, coaches should submit this form with entries for a National or World Games Competition. This form shall list the recognizable skills and/or a routine sequence that they expect their athlete to perform and receive credit for.

Eks. av utfylling Routine Content Form

Gymnast Name: _____ Delegation: NORWAY _____

Event: _FLOOR_____ Level: ____3_____

1	Walkover forward	1,0 (Recog. skill) + 0,5 (Oblig.Akro.element)=1,5	
2	Cartwheel	1,0 (Recog. skill) + 0,5 (Oblig.Akro.element)=1,5	
3	Split leap fwd (leg separation 180°)	1,5 (FIG A) + 0,5 (Oblig. Hopp element) = 2,0	
4	360°turn on one leg	1,5 (FIG A) + 0,5 (Oblig.turn)	=2,0
5	Stag jump	1,5 (FIG A)	=1,5
6	Leap with alternate leg change (knees above horizontal) (Cat leap)	1,5 (FIG A)	=1,5
7		TOTAL	10,0
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			

ROUTINE CONTENTS FORM / LEVEL 4

SPECIAL OLYMPICS ARTISTIC GYMNASTICS – Turn Kvinner

Det er obligatorisk for trenere i Norge å levere vedlagt skjema til arrangør i god tid før konkurransen. Det er viktig at utøvere får poeng for de elementene de utfører. Gymnasten får poeng for de 8 høyeste evaluerte elementer.

FIG-A elementer +1,0; FIG B eller høyre = 1,5 fra gjeldende Code of Points.

Kombinasjon bonus FIG elementer:

- A+A B = 0,1
 - A+B C = 0,2
 - B+B = 0,3
- Maks 0,5 poeng

Recognizable skills = 0,5 fra Special Olympics International nettsiden:

https://media.specialolympics.org/resources/sports-essentials/artistic_compulsories/Recognizable-Gymnastics-Skills-Womens-Artistic-Gymnastics.pdf?_gl=1*6rwxz*_gcl_au*MTY2NzkzMjM1OC4xNzM2NDIyNDE4*_ga*MjAwNzkyMjYxOS4xNjkzMTI2NDc3*_ga_KTMLJ70DKD*MTc0MDMwMzI1NS4xNDMuMS4xNzQwMzAzMjgyLjMzLjAuMA..

Hvis trener ikke finner et element fra listen Recognizable skills skal de fylle ut skjema New Skill Evaluation Form og leverer for godkjenning til Teknisk ansvarlig og Dommeransvarlig i god tid før konkurransen start.

Obligatorisk elementer = 0,5 fra Special Olympics International nettsiden:

<https://resources.specialolympics.org/sports-essentials/sports-and-coaching/gymnastics/womens-artistic-gymnastics-2019-2027/womens-artistic-gymnastics-level-4-2019-2027>