

## Kröfur móta í frjálsum æfingum 2019 – 2020

### Áhaldafimleikar karla

**Berist til yfirþjálfara, þjálfara og dómara í áhaldafimleikum karla.**

Keppt verður eftir alþjóðlegum dómaraeglum FIG 2017-2020. Sex dómara hafa lokið alþjóðlegu dómara námskeiði í þessum reglum og rúmlega 40 manns lokið prófi innanlands.

### Aldursflokkar

Í einstaklingskeppni er aldursflokkaskipting skv. Móta- og keppnisreglum FSÍ og fjölda þátttakenda. Í frjálsum æfingum eru aldursflokkar ekki sameinaðir.

#### Aldursflokkar í frjálsum æfingum

Keppt er í þremur aldursflokkum í frjálsum æfingum. Karlaflokkur (senior, FIG reglur), unglingsflokkur (junior, FIG junior reglur) og drengjaflokkur (youth, FIG junior reglur).

		<b>2019</b>	<b>2020</b>
<b>Karlaflokkur</b>	18 ára og eldri	'01 og fyrr	'02 og fyrr
<b>Unglingsflokkur</b>	14 – 17 ára	'02, '03, '04, '05	'03, '04, '05, '06
<b>Drengjaflokkur</b>	11 – 14 ára	'05, '06, '07, '08	'06, '07, '08, '09

### Innihald móta

Tækninefnd í áhaldafimleikum karla (TK) hvetur félögin til þess að halda boðsmót og að sækja mót erlendis til þess að fá frekari reynslu fyrir keppendur, þjálfara og dómara.

#### Haustmót í frjálsum æfingum 2019

Keppt er til verðlauna í fjölþraut og á einstökum áhöldum. Þáttökuskilyrði eru að vera keppandi í 3. þrepi í það minnsta á keppnistímabilinu. Keppt er í þremur aldursflokkum.

Keppni CII og CIII á stökki.

#### Bikarmeistaramót 2020 í frjálsum æfingum

Liðakeppni. Þáttökuskilyrði eru að vera keppandi í frjálsum æfingum eða 1.þrepi Íslenska fimleikastigans á keppnistímabilinu. Hvert lið má skrá 2 varamenn á mótið, fjöldi þjálfara á keppnissvæði með hverju liði er tveir skv. reglum FIG, töflu í grein 3.2 bls 11.

5 í liði, 5 keppa og 3 telja til stiga. 5-5-3.

Ef félag nær ekki í keppnislíð fyrir mótið eða að þær aðstæður komi upp á mótsstað, t.d. forföll keppenda áður skráðra liða sem falla vegna þessa úr liðakeppni, fá þeir einstaklingar að keppa sem gestir. Einstaklingar í frjálsum æfingum geta keppt sem gestir. Fjöldi liða er frjáls.

Keppni C IV.

### Íslandsmeistaramót 2020

Keppt er til verðlauna í fjölþraut og á einstökum áhöldum í unglingsflokkum og karlaflokkum.

Þátttökuskilyrði er að vera keppandi í frjálsum æfingum eða 1.þrepi Íslenska fimleikastigans á keppnistímabilinu.

#### *Laugardagur:*

Fjölþraut: Keppt í karla- og unglingsflokkum. Keppni CI og II, þeir sem keppa í undankeppni til úrslita á stökki gera 2 stökk.

#### *Sunnudagur:*

Úrslit á einstökum áhöldum: Keppt í karla- og unglingsflokkum. 5 hæstu frá laugardeginum komast í úrslit á hverju áhaldi í hvorum aldursflokkum. Keppni CIII.

### GK Meistaramót 2020

Keppt er til verðlauna í fjölþraut og á einstökum áhöldum í þremur aldursflokkum. Þátttökuskilyrði er að vera keppandi í 3. þrepi í það minnsta á keppnistímabilinu 2018 – 2019.

### Stigakeppni 2019-2020

Stigahæsti keppandinn á mótum tímabilsins stendur uppi sem sigurvegari í Stigakeppni FSÍ í unglingsflokkum og karlaflokkum. Þau mót sem telja inn í Stigameistarakeppnina eru: Haustmót, Bikarmeistaramót, Íslandsmeistaramót CI (ekki CIII) og GK Meistaramót.

Stigagjöf og stöðu í stigakeppninni má finna á heimasíðu FSÍ → [www.fimleikasamband.is](http://www.fimleikasamband.is)

### Dýnur á mótum

Skjalið Dýnur á mótum fer yfir reglur um notkun auka öryggisdýna á mótum innanlands.

### Skráning keppenda og þjálfara á mót

Mikilvægt er að keppendur séu skráðir á mót FSÍ á tilsettum tíma til að fá þátttökurétt og einnig að forföll séu tilkynnt til FSÍ sem allra fyrst þar sem þau hafa áhrif á hópaskipan og tímasetningar móta.

Af gefnu tilefni vill tækninefnd karla FSÍ minna þjálfara og keppendur á gildandi reglur varðandi fatnað keppenda á FSÍ mótum. Keppnisfatnaður skal vera í samræmi við reglur FIG, sjá grein 2.3 bls 7-8, á öllum mótum FSÍ. Sé þessum reglum ekki fylgt eftir verður frádrætti beitt samkvæmt reglum FIG, sjá greinar 2 og 3 bls 5-12. Þetta gildir um keppni í bæði frjálsum æfingum og þrepum.

Tveir þjálfarar frá félagi á lið á áhald þegar keppendur eru fleiri en þrír, annars einn þjálfari á lið á áhald. Á Íslandsmót, keppni CIII er einn þjálfari á keppanda leyfður.

### Skráning dómara á mót

Félögin skrá nöfn dómara með skráningu keppenda, ef skráningu dómara vantar þá telst skráningin ekki fullnægjandi. Félögin senda inn eitt dómaragildi fyrir hverja þrjá keppendur í viðkomandi aldurshóp. Hver dómari getur ekki tekið fleiri dómaragildi en fjöldi mótshluta á hverju móti. Fjöldi dómaragilda miðast við skráningu keppenda, ekki fjölda keppenda í raun á mótinu.

Á Bikarmeistaramóti skal skrá minnst tvo dómara á lið. Við niðurröðun dómara miðar TK við dómaraflokk og reynslu. Endanlegur fjöldi dómaragilda á hvert félag er jafnt og hlutfall keppanda viðkomandi félags af heildarfjölda keppanda á viðkomandi móti. Endalegur fjöldi dómaragilda á hvert félag er sent út af FSÍ/TK þegar dómaraskipulag liggur fyrir.

TK áskilur sér rétt til breytinga ef þurfa þykir.

Allar athugasemdir, spurningar eða ábendingar skulu sendar á skrifstofu FSÍ sem kemur þeim áleiðis til TK.

Nefndin óskar keppendum, þjálfurum, dómurum og starfsfólki góðs gengis og góðrar skemmtunar á komandi mótum FSÍ.

### **Þátttaka í erlendum verkefnum á vegum FSÍ**

Þeir einstaklingar sem stefna á landsliðsverkefni á keppnistímabilinu þurfa að taka þátt í öllum þeim mótum sem FSÍ stendur fyrir í frjálsum æfingum eða hið minnsta vera keppandi í 1. þrepi Fimleikastigans. Ef upp koma veikindi eða meiðsli, skal koma þeim skilaboðum til sviðsstjóra landsliðsmála og leggja fram vottorð sé þess óskað.

Tækninefnd karla (TK)