

# Tilpasninger for Spring/Rytme (Teamgym) Efterskole B rækker

*Vedtaget og udgivet 011109*

*Med virkning til september 2010*

*Af Spring/Rytme Udvalget*

*Alle dele af håndbogen kan findes på DGF's hjemmeside, hvor de løbende opdateres og det vil tillige være muligt at bestille et udskrift af håndbogen for 50 kr plus porto ved henvendelse til DGF.*

# **1. Tilpasninger for Efterskole B rækkerne**

## **1.1 Rytmisk serie**

De første 0,5 point fradrag i komposition (C karakter) trækkes ikke. Formålet med denne amnesti er at holdene kan benytte en opvisningsserie selvom den ikke til fulde opfylder kompositionskravene.

## **1.2 Spring på springbane**

Der må ikke udføres dobbeltroterende spring.

Der må også benyttes springkombinationer der normalt kun er tilladt i mini/junior.

## **1.3 Spring på trampet fiberspringbræt**

Der må ikke udføres dobbeltroterende spring

Der skal benyttes fiberspringbræt istedet for trampet