

# Keppnisflokkar félaganna 2024-2025

| Flokkar + lengd<br>tónlistar<br>Aldur miðast við 1. júlí      | Stökk<br>Max 2 samsett/sería<br>Öll stökk má endurtaka einu sinni | Píróettur                            | Kóreósamsetning/<br>Sporasamsetning/<br>Vogasamsetning   | Efnisþættir<br>prógráms                         | Skautum<br>regnbogann<br>lágmarkskrafa |
|---|---|--------------------------------------|--|---|--|
| 6 ára & yngri<br>1:30 mín +/- 10 sek<br>Upphitun: 3 mínútur   | Max. 3 stökk<br>(Valshopp leyft)                                  | Max. 1 píróett<br>(min. 2 hringir)   | 1 Vogasamsetning (SpSq)<br>a.m.k. tvær vogir<br>a.m.k. einni vog þarf að halda í a.m.k.<br>tvær (2) sek. á brún  | Samsetning Prógráms<br>Framkoma<br>Grunnskautun | Appelsínugulur skauti                  |
| 8 ára & yngri<br>1:30 mín +/- 10 sek<br>Upphitun: 3 mínútur   | Max. 3 stökk<br>(Valshopp leyft)                                  | Max. 1 píróett<br>(min. 3 hringir)   | 1 Vogasamsetning (SpSq)<br>a.m.k. tvær vogir<br>a.m.k. einni vog þarf að halda í a.m.k.<br>tvær (2) sek. á brún  | Samsetning Prógráms<br>Framkoma<br>Grunnskautun | Appelsínugulur skauti                  |
| 10 ára & yngri<br>2:00 mín +/- 10 sek<br>Upphitun: 4 mínútur  | Max. 4 stökk<br>(Valshopp leyft)                                  | Max. 2 píróettur<br>(min. 3 hringir) | 1 Vogasamsetning (SpSq)<br>a.m.k. tvær vogir<br>a.m.k. einni vog þarf að halda í a.m.k.<br>þrjár (3) sek. á brún | Samsetning Prógráms<br>Framkoma<br>Grunnskautun | Blár skauti                            |
| 12 ára og yngri<br>2:00 mín +/- 10 sek<br>Upphitun: 4 mínútur | Max. 4 stökk  | Max. 2 píróettur<br>(min. 3 hringir) | 1 Vogasamsetning (SpSq)<br>a.m.k. tvær vogir<br>a.m.k. einni vog þarf að halda í a.m.k.<br>þrjár (3) sek. á brún | Samsetning Prógráms<br>Framkoma<br>Grunnskautun | Fjólublár skauti                       |
| 14 ára og yngri<br>2:30 mín +/- 10 sek<br>Upphitun: 5 mínútur | Max. 4 stökk  | Max. 2 píróettur<br>(min. 3 hringir) | 1 Kóreósamsetning (ChSq)<br>1 Sporasamsetning (StSq)<br>a.m.k. 2 mismunandi spor*                                | Samsetning Prógráms<br>Framkoma<br>Grunnskautun | Hvítur skauti                          |
| 15 ára og eldri<br>2:30 mín +/- 10 sek<br>Upphitun: 5 mínútur | Max. 4 stökk  | Max. 2 píróettur<br>(min. 3 hringir) | 1 Kóreósamsetning (ChSq)<br>1 Sporasamsetning (StSq)<br>a.m.k. 2 mismunandi spor*                                | Samsetning Prógráms<br>Framkoma<br>Grunnskautun | Hvítur skauti                          |
| 25 ára og eldri<br>2:30 mín +/- 10 sek<br>Upphitun: 5 mínútur | Max. 4 stökk<br>(Valshopp leyft)                                  | Max. 2 píróettur<br>(min 3 hringir)  | 1 Kóreósamsetning (ChSq)<br>1 Sporasamsetning (StSq)<br>a.m.k. 2 mismunandi spor*                                | Samsetning Prógráms<br>Framkoma<br>Grunnskautun | Appelsínugulur skauti                  |

## Stökk

- Hámarksfjöldi stökk elementa er sagður sem MAX X fjöldi stökkva
- Skautari má aðeins hafa 2 stökk samsetningar eða stökk seríur í prógrammi. Stökk samsetning má aðeins innihalda 2 stökk
- Stökk er ekki hægt að endurtaka nema það sé endurtekið í stökksamsetningu eða stökk seríu
- Í 6, 8 og 10 ára flokkum telst Valshopp sem stökk
- Fall í stökki gefur ekki mínus en hefur áhrif á dómara einkunn

## Píróettur

- Hámarksfjöldi píróetta í prógrammi er sagður sem MAX X fjöldi
- 2 mismunandi píróettur þurfa að vera framkvæmdar þar sem stendur max 2 píróettur

## Vogasamsetning

- Verður að innihalda amk. tvær vogir
- Amk. einni vog verður að vera haldið á brún í stöðu samkvæmt tímalengd að ofan (2 sek hjá 6 og 8 ára, 3 sek hjá 10 og 12 ára)
- Skilgreining á stöðu: Sérhver staða þar sem skautafótur er beinn eða næstum beinn og hné og hæll frjálsa fótar er fyrir ofan mjöðm

## Sporasamsetning

- Dæmt eftir gæðum og framkvæmd (ATH ekki hægt að fá level)
- Sporin þurfa að full nýta ísinn í öllum flokkum nema í 6 og 8 ára og yngri, (bein lína, hringur, serpentína)
- \*Skautari þarf að sýna a.m.k. 2 mismunandi spor (ekki 6 ára yngri). Sjá skilgreiningu á sporum (steps/turns) í kassa hér fyrir neðan.

|                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| <b>Definition of Turns and Steps</b> | Turns: twizzles, brackets, loops, counters, rockers, three turns.<br>Steps: toe steps, chasses, mohawks, choctaws. change of edge, cross rolls. |
|--------------------------------------|---|

## Kóréosamsetning

- Samkvæmt ISU skilgreiningu, þ.a.e.s. verður að vera greinileg (clearly visible) og innihalda amk 2 mismunandi hreyfingar
- Verður að innihalda amk. eina vog
- Kóréosamsetningar eru listrænt element. Þær eiga að vera gerðar við tónlist, passa inn í heildarmynd prógrams og túlka tónlist á áhrifamikinn hátt.

## Frádrættir

- Tími: Dregið er eitt (-1) stig frá heildarstigum fyrir hverjar 5 sekúndur umfram leyfðan prógramstíma. Frádráttur verður þó aldrei hærri en fjögur (-4) stig.

**Í öllum flokkum skal tónlist, texti og búningur vera við hæfi íþróttakeppni. Tekið skal mið af aldri og þroska keppenda.**