

Keppnisflokkar félaganna 2023-2024

Til að keppa á félagamótum þarf iðkandi að hafa lokið eftirfarandi stigum í "Skautum Regnbogann"

Flokkar + lengd tónlistar Aldur miðast við 1. júlí	Stökk Max 2 samsett/sería Öll stökk má endurtaka einu sinni	Píróettur	Kóreósamsetning/ Sporasamsetning/ Vogasamsetning	Efnispættir prógrams	Skautum regnbogann lágmarkskrafa
6 ára & yngri 1:30 mín +/- 10 sek Upphitun: 3 mínútur	Max. 3 stökk (Valshopp leyft)	Max. 1 píróett (min. 2 hringir)	1 Vogasamsetning (SpSq) a.m.k. tvær vogir a.m.k. einni vog þarf að halda í a.m.k. tvær (2) sek. á brún	<u>Samsetning Prógrams</u> <u>Framkvæmd</u> <u>Grunnskautun</u>	Appelsínugulur skauti
8 ára & yngri 1:30 mín +/- 10 sek Upphitun: 3 mínútur	Max. 3 stökk (Valshopp leyft)	Max. 1 píróett (min. 3 hringir)	1 Vogasamsetning (SpSq) a.m.k. tvær vogir a.m.k. einni vog þarf að halda í a.m.k. tvær (2) sek. á brún	<u>Samsetning Prógrams</u> <u>Framkvæmd</u> <u>Grunnskautun</u>	Appelsínugulur skauti
10 ára & yngri 2:00 mín +/- 10 sek Upphitun: 4 mínútur	Max. 4 stökk (Valshopp leyft)	Max. 2 píróettur (min. 3 hringir)	1 Vogasamsetning (SpSq) a.m.k. tvær vogir a.m.k. einni vog þarf að halda í a.m.k. þrjár (3) sek. á brún	<u>Samsetning Prógrams</u> <u>Framkvæmd</u> <u>Grunnskautun</u>	Blár skauti
12 ára og yngri 2:00 mín +/- 10 sek Upphitun: 4 mínútur	Max. 4 stökk	Max. 2 píróettur (min. 3 hringir)	1 Vogasamsetning (SpSq) a.m.k. tvær vogir a.m.k. einni vog þarf að halda í a.m.k. þrjár (3) sek. á brún	<u>Samsetning Prógrams</u> <u>Framkvæmd</u> <u>Grunnskautun</u>	Fjólublár skauti

14 ára og yngri 2:30 mín +/- 10 sek Upphitun: 5 mínútur	Max. 4 stökk	Max. 2 píróettur (min. 3 hringir)	1 Kóreósamsetning (ChSq) 1 Sporasamsetning (StSq) a.m.k. 2 mismunandi spor*	<u>Samsetning</u> <u>Prógrams</u> <u>Framkvæmd</u> <u>Grunnskautun</u>	Hvítur skauti
15 ára og eldri 2:30 mín +/- 10 sek Upphitun: 5 mínútur	Max. 4 stökk	Max. 2 píróettur (min. 3 hringir)	1 Kóreósamsetning (ChSq) 1 Sporasamsetning (StSq) a.m.k. 2 mismunandi spor*	<u>Samsetning</u> <u>Prógrams</u> <u>Framkvæmd</u> <u>Grunnskautun</u>	Hvítur skauti
25 ára og eldri 2:30 mín +/- 10 sek Upphitun: 5 mínútur	Max. 4 stökk (Valshopp leyft)	Max. 2 píróettur (min 3 hringir)	1 Kóreósamsetning (ChSq) 1 Sporasamsetning (StSq) a.m.k. 2 mismunandi spor*	<u>Samsetning</u> <u>Prógrams</u> <u>Framkvæmd</u> <u>Grunnskautun</u>	Appelsínugulur skauti

Stökk

- Hámarksfjöldi stökk elementa er sagður sem MAX X fjöldi stökkva
- Skautari má aðeins hafa 2 stökk samsetningar eða stökk sérúr í prógrammi. Stökk samsetning má aðeins innihalda 2 stökk
- Stökk er ekki hægt að endurtaka nema það sé endurtekið í stökksamsetningu eða stökk sérú
- 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.

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

Kóreósamsetning

- 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
- Kóreósamsetningar 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.