

Avgerandi stórkapping í fimleiki

Fimleikur: Ítróttarhólin í Runavík er leygardagin karmur um avgerandi fimleikakapping fyri pinkur og smágentur, og stóðiskapping fyri gentur

Tíðin er nú komin til tær árligu kappingarnar hjá Føroya Fimleikasambandi, og byrjað verður leygardagin við rútmiskum fimleiki.

11 lið úr fyra fimleikafeløgum luttaka í kappingini, sum verður í Ítróttarhólini í Runavík kl. 14.00.

Triggir bólkur fara at kappast. Tað eru pinkur, sum eru í aldrinum 7 til 9 ár, smágentur, sum eru 10 til 12 ár, og gentur, sum ikki eru fyltar 17 ár fyri 1. juli í kappingarárinum.

Tvøroyrar Fimleikafelag hevur trý lið við í kappingini, eitt lið við pinkum og tvey við smágentum.

Havnar Fimleikafela hevur sumuleiðis trý lið við, og tað er eitt lið í hvørjum bólki.

Tey trý liðini hjá Fimleikafelagnum Ljósinum eru eisini bytt yvir allar triggjar bólkarnar, og Stókk hevur lið við hjá smágentum og gentum.

Tað sjáldasama við kappingini í ár er, at einki kvinnulið er við. Hetta

kemst av at fimleikafeløgin ikki fáa manna hesi lið, og tí tørvur er á leiðarum.

Havnar Fimleikafelag hevur vant kvinnur, men av tí at einki lið verður at kappast ímóti, hvørur grundarlagið undir hesi kapping. Hendan støðan er sjáldsam og í Fimleikasambandinum vóna tey, hon bert er galdandi fyri í ár.

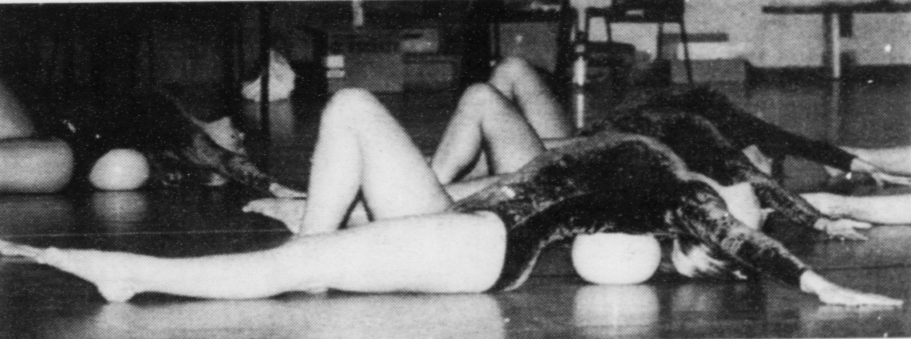
Kvinnuliðið hjá Havnar Fimleikafelag verður við sum framsýningarlið á endaligu kappingini, sum verður í Runavík 15. mars.

Javnari kapping

I fjór var ein Stórkapping-arnevnd stovnað, og aftur í ár hevur nevndin arbeitt við at menna rútmiska fimleikin.

Sum nakað nýtt verður í ár skipað fyri stóðiskapping fyri teir eldru bólkarnar, sum í ár bert teljast gentur, tí einki kvinnulið er við.

Og fyri at hækka stóðiskapping og fáa eina meiri spennandi, javnari og áhugaverdri kapping, verður eftir kappingina leygardagin fundur



11 lið úr fyra feløgum eru við á stórkappingini í fimleiki, sum verður í Runavík leygardagin

millum dómarnar og leiðarar, har leiðararnir fáa grundgeving fyri tann givna karakterin. Tað skal ikki vera manglandi útførslir/krov, sum eru avgerandi, men harafturímóti sjálf fimleikagóðskan hjá vinnaraliðnum, halda tey í Fimleikasambandinum.

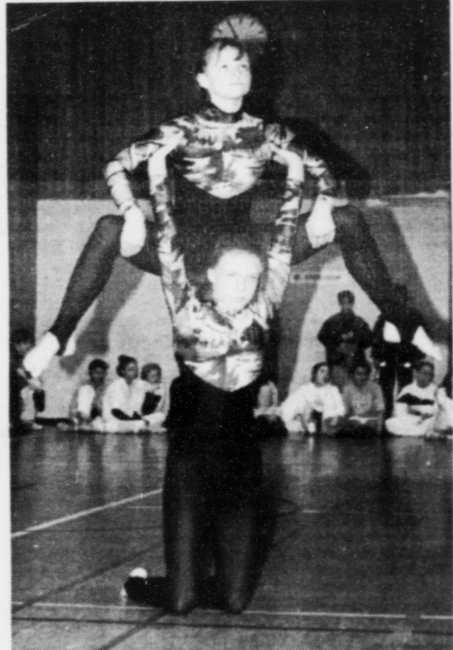
Og fyri at menna dómningina hevur FFS í ár hildið fyra dómarskeið fyri at útbúgva dómara, og FFS hevur sent tveir undirvísarar innan dómning til Danmarkar, har teir luttóku á Grand Prix dómarskeiðnum hjá DGF.

I fjór vann Havnar Fimleikafelag flestar kappingar. Felagið vann hjá smágent-

um, gentum og kvinnum, meðan Ljósið vann hjá pinkum.

Sum heild kann sigast, at rútmiski fimleikurin í Føroyum ikki stendur aftanfyrir m.a. tann danska. Hetta prógvaðu genturnar hjá Havnar Fimleikafelag, sum gjørdust nummar 2 í endaligu lands Grand Prix kappingini í Danmark í fjór.

ek



Reglugerð fyri Stórkapping, smágentur og pinkur

Smágentur hava tvær kappingarseriur, eina rútmiseri (seria 1) og eina hondamboðseri (seria 2) og pinkurnar hava eina seri (seriu 1).

Krøvini til seriurnar hjá smágentum og pinkum eru tey somu og tað eru bert seria 1 hjá smágentunum, sum telur við í kappingarúrslitinum.

	Seria 1	Seria 2
Tónleikur	fritt val	fritt val
Spæli-/hondamboð	fritt val	fritt val
Longd av seriu	2 min.-3 min.	1 min.-2 min.
Tal av fimleikarum	minst 10	minst 10
Gólvviðd	fritt	fritt

Krøv til seriurnar

1. Serian skal hava rørsur frá øllum 3 torleikabólkum.
2. Tónleikur og rørsur eiga at svara til menning fysiskt/motoriskt hjá gentunum.
3. Allir fimleikararnir skulu gera torleikarnar.

Torleikabólkar

- I: Kroppsrørsur. Boyggjan og strekkjan í øllum hæddum
- II: Javnvágir.
- III: Hopp

Teir tøknlugu dómarnir hyggja eftir torleikunum og hvussu væl fimleikarnir fremur rørsurnar. Teir listarligu dómarnir hyggja eftir kompositiðini av seriu og hvussu væl tónleikurin passar til genturnar/rørsurnar.

Seria 1, rútmisk seria

Longd av tónleiki: 2 1/2-3 min.
Tal av fimleikarum: Min. 10, max 12
Gólvviðd: 18x18 m.

Tøknulig krøv

1. Skiftandi rútmiskar rørsur, sum vísa, at fimleikarnir er í góðari venjing. Er friur og hevur tamarhald á kroppinum.
2. Minst 6 torleikar, sum skulu umboða allar 4 niðanfyrir nevndu torleikabólkar.
3. Minst 8 ymiskar myndir.

Bólkar av torleikum

- I: Heildarrørsur
- II: Piruettir
- III: Javnvágir
- IV: Hopp og lop

Listarlig krøv

1. Rørsurnar skulu samsvara við tónleikin, bæði í slagi, rútmu og ferð.
2. Skiftandi rútmiskar rørsur, sum vísa, at fimleikarnir er í góðari venjing, er friur og hevur tamarhald á kroppinum.
3. Torleikarnir (I-IV) skulu vera javnt byttir í allari seriu, og allir fimleikararnir skulu gera teir.
4. Liðið skal vera sum ein heild, við skiftandi rætningum og ymiskt samskipti skal verða millum fimleikararnar.
5. Skiftið millum myndirnar skulu við rørsrum samsvara og verða glíðandi.
6. Koreografiin skal hava ymiska ferð.
7. Koreografiin skal hava skift millum ymisk sløg av rørsrum: Førandi, svingandi og markerandi.
8. Koreografiin skal hava skift millum tær ymisku hæddirnar: Á gólvi, í miðhædd, høgt uppi.
9. Tað er ikki loyvt, at ein fimleikari ger solo, uttan so at tað er ein partur av samanspælinum í seriu.
10. Koreograi og tónleikur skulu enda samstundis
11. Minsta tal av fimleikarum skulu enda byrjaðu seriu

Seria 2, hondamboð

(Genturnar hava bóltar sum hondamboð)

Longd av tónleiki: 1 1/2-2 min.
Tal av fimleikarum: Min. 8, max 10
Gólvviðd: 18x18 m.

Tøknulig krøv

1. Skiftandi rútmiskar rørsur, sum vísa, at fimleikarnir er í góðari venjing, er friur, hevur tamarhald á kroppinum, og hevur lætt við at brúka bóltin.
2. Rørsur frá øllum 4 torleikabólkum frá seriu 1.
3. Minst 3 skift við bóltinum har eitt av skiftunum skal vera eitt kast yvir 4 metrar.
4. Minst 10 torleikar, sum eru valdir út frá øllum torleikabólkum til seriu 2.
5. Minst 6 ymiskar myndir
6. Skiftast skal ímillum at brúka bóltin við høgru, vinstu og báðum hondum.
7. Allir fimleikarar skulu enda við bóltinum í koreografiini.

Bólkar av torleikum

- I: Rútmisk stuss
- II: Rulla bóltin
- III: Føring við bóltinum
- IV: Kasta/lofta

Listarlig krøv

1. Bólturin og kroppsrørsurnar skulu samsvara við tónleikin, bæði í slagi, rútmu og ferð.
2. Skiftandi rútmiskar rørsur, sum vísa, at fimleikarnir er í góðari venjing, er friur, hevur tamarhald á kroppinum, og hevur lætt við at brúka bóltin.
3. Torleikarnir (I-IV) skulu vera javnt byttir í allari seriu, og allir fimleikararnir skulu gera teir.
4. Liðið skal vera sum ein heild, við skiftandi rætningum og ymiskt samskipti skal verða millum fimleikararnar.
5. Skiftið millum myndirnar skulu við rørsrum samsvara og verða glíðandi.
6. Bólturin skal vera ein virkin lutur í koreografiini.
7. Í einstøkum koreografiskum snáluum kann fimleikarnir hava fleiri bóltar.
8. Koreografiin skal hava ymiska ferð.
9. Koreografiin skal hava skift millum ymisk sløg av rørsrum: Førandi, svingandi, markerandi.
10. Koreografiin skal hava skift millum tær ymisku hæddirnar: Á gólvi, í miðhædd, høgt uppi.
11. Tað er ikki loyvt, at ein fimleikari ger solo, uttan so at tað er ein partur av samanspælinum í seriu.
12. Koreograi og tónleikur skulu enda samstundis.
13. Minsta tal av fimleikarum skulu enda byrjaðu seriu