

# Vedlegg til

## Konkurransereglement Sportsdrill



# NORGES DANSEFORBUND

**DATO ENDRET: 26.12.2024**

**DATO VEDTATT: 26.12.2024**

Materialet i denne publikasjonen er omfattet av åndsverklovens bestemmelser. Uten særskilt avtale med Norges Danseforbund er enhver eksemplarfremstilling og tilgjengeliggjøring bare tillatt i den utstrekning det er hjemlet i lov eller tillatt gjennom avtale. Utnyttelse i strid med lov eller avtale kan medføre erstatningsansvar og inndragning, og kan straffes med bøter eller fengsel.

Henvendelser kan rettes til: Norges Danseforbund Sognsveien 75, 0855 OSLO  
[dans@danseforbundet.no](mailto:dans@danseforbundet.no)

## Innholdsfortegnelse

<b>VEDLEGGSPAKKE REGLEMENT .....</b>	<b>3</b>
Vedlegg 1: Tabell med forklaring av krav til gradering: .....	3
Vedlegg 2: Karakterskala for solo one baton, two baton, three baton, artistic twirl og artistic par4	
Vedlegg 3: Karakterskala for freestyle par, freestyle team, artistic team, artistisk gruppe, twirl dance team, x-strut, twirl duett og twirl team.....	5
Vedlegg 4: Karakterskala for freestyle individuell og rhythmic twirl.....	6
Vedlegg 5: Innholdsbegrensninger.....	7
<b>ARTISTISK GRUPPE .....</b>	<b>8</b>
DE FIRE DELKARAKTERENE BLIR BEDØMT SOM FØLGER: .....	8
<b>ANBEFALINGER FOR PROGRAMLAGING I ALLE KLASSER: .....</b>	<b>9</b>
FREESTYLE INDIVIDUELL KONKURRANSE.....	9
FREESTYLE PAR KONKURRANSE.....	9
FREESTYLE TROPP KONKURRANSE.....	9
SOLO ONE BATON.....	10
SOLO TWO BATON .....	10
<b>FAGUTRYKK .....</b>	<b>11</b>

## VEDLEGGSPAKKE REGLEMENT

### Vedlegg 1: Tabell med forklaring av krav til gradering:

#### GRADERINGSTABELL

Klasse	Krav om ferdighetsmerke (1-4)	Krav om teknisk gradering (6-1) <i>Kun for de som er født i 2005 eller senere</i>
Rekrutt individuell 3. divisjon		
Rekrutt individuell 2. divisjon	Ferdighetsmerke 1	Gradering 6 og 5
Rekrutt par 3. divisjon		
Rekrutt par 2. divisjon		Gradering 6 og 5
Rekrutt tropp		
Youth individuell 3. divisjon		
Youth individuell 2. divisjon	Ferdighetsmerke 1 og 2	Gradering 6, 5 og 4
Youth individuell level Elite	Alle ferdighetsmerkene (1-4)	Alle graderingene (6-1)
Junior individuell 3. divisjon		
Junior individuell 2. divisjon	Ferdighetsmerke 1 og 2	Gradering 6, 5 og 4
Junior individuell level Elite	Alle ferdighetsmerkene (1-4)	Alle graderingene (6-1)
Junior par 3. divisjon		
Junior par 2. divisjon	Ferdighetsmerke 1 og 2	Gradering 6, 5 og 4
Junior par level elite	Alle ferdighetsmerkene (1-4)	Alle graderingene (6-1)
Senior individuell 3. divisjon		
Senior individuell 2. divisjon	Ferdighetsmerke 1 og 2	Gradering 6, 5, 4 og 3
Senior individuell level Elite	Alle ferdighetsmerkene (1-4)	Alle graderingene (6-1)
Senior par 3. divisjon		
Senior par 2. divisjon	Ferdighetsmerke 1 og 2	Gradering 6, 5, 4 og 3
Senior par level elite	Alle ferdighetsmerkene (1-4)	Alle graderingene (6-1)
Tropp jr/sr 3. divisjon		
Tropp jr/sr 2. divisjon (level A)	Ferdighetsmerke 1 og 2	Gradering 6, 5 og 4
Tropp jr/sr level Elite	Alle ferdighetsmerkene (1-4)	Alle graderingene (6-1)

## Vedlegg 2: Karakterskala for solo one baton, two baton, three baton, artistic twirl og artistic par

	Qual	Low	Mid	High	Range	Concept
<b>Fair</b>	Q1	0.00 - 0.19	0.20 - 0.39	0.40 - 0.59	1	Participation
	Q2	0.60 - 0.79	0.80 - 0.99	1.00 - 1.19	2	Growth
	Q3	1.20 - 1.39	1.40 - 1.59	1.60 - 1.79	3	Special Ach.
	Q4	1.80 - 1.99	2.00 - 2.19	2.20 - 2.39	4	Outstanding Ach.
	Q5	2.40 - 2.59	2.60 - 2.79	2.80 - 2.99	5	Mastery
<b>Average</b>	Q6	3.00 - 3.13	3.14 - 3.26	3.27 - 3.39	1	Participation
	Q7	3.40 - 3.53	3.54 - 3.66	3.67 - 3.79	2	Growth
	Q8	3.80 - 3.93	3.94 - 4.06	4.07 - 4.19	3	Special Ach.
	Q9	4.20 - 4.33	4.34 - 4.46	4.47 - 4.59	4	Outstanding Ach.
	Q10	4.60 - 4.73	4.74 - 4.86	4.87 - 4.99	5	Mastery
<b>Good</b>	Q11	5.00 - 5.13	5.14 - 5.26	5.27 - 5.39	1	Participation
	Q12	5.40 - 5.53	5.54 - 5.66	5.67 - 5.79	2	Growth
	Q13	5.80 - 5.93	5.94 - 6.06	6.07 - 6.19	3	Special Ach.
	Q14	6.20 - 6.33	6.34 - 6.46	6.47 - 6.59	4	Outstanding Ach.
	Q15	6.60 - 6.73	6.74 - 6.86	6.87 - 6.99	5	Mastery
<b>Excellent</b>	Q16	7.00 - 7.13	7.14 - 7.26	7.27 - 7.39	1	Participation
	Q17	7.40 - 7.53	7.54 - 7.66	7.67 - 7.79	2	Growth
	Q18	7.80 - 7.93	7.94 - 8.06	8.07 - 8.19	3	Special Ach.
	Q19	8.20 - 8.33	8.34 - 8.46	8.47 - 8.59	4	Outstanding Ach.
	Q20	8.60 - 8.73	8.74 - 8.86	8.87 - 8.99	5	Mastery
<b>Superior</b>	Q21	9.00 - 9.06	9.07 - 9.13	9.14 - 9.20	1	Participation
	Q22	9.21 - 9.27	9.28 - 9.34	9.35 - 9.41	2	Growth
	Q23	9.42 - 9.48	9.49 - 9.55	9.56 - 9.62	3	Special Ach.
	Q24	9.63 - 9.69	9.70 - 9.76	9.77 - 9.83	4	Outstanding Ach.
	Q25	9.84 - 9.90	9.91 - 9.95	9.96 - 10.0	5	Mastery

## Vedlegg 3: Karakterskala for freestyle par, freestyle team, artistic team, artistisk gruppe, twirl dance team, x-strut, twirl duett og twirl team

HØYT	100 - 96	
MIDDELS	95 - 93	FREM RAGENDE
LAVT	92 - 90	
-----		
HØYT	89 - 83	
MIDDELS	82 - 76	SVÆRT BRA
LAVT	75 - 70	
-----		
HØYT	69 - 63	
MIDDELS	62 - 56	GODT
LAVT	55 - 50	
-----		
HØYT	49 - 43	
MIDDELS	42 - 36	BRA
LAVT	35 - 30	
-----		
HØYT	29 - 20	
MIDDELS	19 - 10	NOKSÅ BRA
LAVT	9 - 0	
-----		

## Vedlegg 4: Karakterskala for freestyle individuell og rhythmic twirl

HØYT	10.0 - 9.8	FREMRAGENDE
MIDDELS	9.7 - 9.4	
LAVT	9.3 - 9.1	
HØYT	9.0 - 8.4	SVÆRT GODT
MIDDELS	8.3 - 7.7	
LAVT	7.6 - 7.1	
HØYT	7.0 - 6.1	GODT
MIDDELS	6.0 - 5.3	
LAVT	5.2 - 4.6	
HØYT	4.5 - 3.8	BRA
MIDDELS	3.7 - 2.9	
LAVT	2.8 - 2.1	
HØYT	2.0 - 1.4	NOKSÅ BRA
MIDDELS	1.3 - 0.7	
LAVT	0.6 - 0.0	

## Vedlegg 5: Innholdsbegrensninger

Innholdsbegrensninger følger til enhver tid gjeldende internasjonale bestemmelser:

[https://www.ibtf-batontwirling.org/uploads/1/3/2/8/132829754/2025\\_ibtf\\_world\\_technical\\_baton\\_twirling\\_championship\\_and\\_nations\\_cup\\_rulebook\\_updated\\_september\\_2024\\_v9\\_letter\\_for\\_mat.pdf](https://www.ibtf-batontwirling.org/uploads/1/3/2/8/132829754/2025_ibtf_world_technical_baton_twirling_championship_and_nations_cup_rulebook_updated_september_2024_v9_letter_for_mat.pdf)

## ARTISTISK GRUPPE

### DE FIRE DELKARAKTERENE BLIR BEDØMT SOM FØLGER:

#### **GENERELT INNTRYKK: 40POENG**

Perfeksjon er hovedfokus under dette kriteriet, gruppen skal opprettholde karakter, Rolle, Identitet og Stil, Demonstrere gode effektfulle formasjoner og bevegelser, Engasjere publikum gjennom ulike nivå og variasjon av bevegelser, Etablere god design i programmet med kvalitet for både artistisk inntrykk og musikalitet, Originalitet og emosjonell tilstedeværelse. Gruppen kan vise variasjon av effekter gjennom det estetiske, emosjonelle, intellektuelle og oppnå tilstedeværelse i tid og rom gjennom timing, orientering og gulvbruk.

#### **KOREOGRAFI/DESIGN: 30 POENG**

Kvaliteten i koreografien, utvikling av konsept/tema, dramaturgi og uttrykkelse av planlagte bevegelser med både kropp og stav, Bevegelse, opptreden. Visuell uttrykkelse gjennom musikk og uttrykk, kombinasjon av kropp og stav til musikk og tema, kvalitet på egenskapen til å knytte formasjoner, stav og bevegelser sammen, utnyttelse av flere «lag» av musikken.

#### **STAVTEKNIKK: 15 POENG**

Vise grunnleggende teknikk med stav, nivået av øvelsene er tilpasset “svakeste ledd” i gruppen, stav og kropp kombinert, bevegelser til musikk, Stavteknikk og utførelse av øvelsene er hovedfokus i alle tre modes.

#### **KROPPSTEKNIKK: 15 POENG**

Vise grunnleggende kroppsteknikk, nivået av øvelsene er tilpasset “svakeste ledd” i gruppen, stav og kropp kombinert, bevegelser til musikk, kroppsteknikk og utførelse av øvelsene er hovedfokus.



## ANBEFALINGER FOR PROGRAMLAGING I ALLE KLASSE:

### FREESTYLE INDIVIDUELL KONKURRANSE

- Musikken bør være tilpasset utøverens alder, stil og ferdighetsnivå.
- Målet for alle opptredener og konkurranser er at utøverne utfører sine programmer uten stavnist. Det er derfor viktig at utøvere og trenere sammen legger opp til programmer uten for store usikkerhetsmomenter som utøverne kan fremføre uten feil.
- World Baton Twirling Federation (WBTF) har laget en anbefaling om hva en koreografi i individuell freestyle bør inneholde. Det er kun en anbefaling, og ikke et krav:
  - 5-6 triks, hvor minst ett av de er horisontale.
  - Utøveren må vise variasjon i spins, stationary og travelling.
  - Contact materiale, hvor utøveren viser både horisontalt og vertikalt.
  - Rolls, hvor utøveren viser både horisontal og vertikal.

### FREESTYLE PAR KONKURRANSE

- Musikken bør være tilpasset parets alder, stil og ferdighetsnivå.
- Målet for alle opptredener og konkurranser er at parene utfører sine programmer uten stavnist. Det er derfor viktig at parene og trenere sammen legger opp til programmer uten for store usikkerhetsmomenter som parene kan fremføre uten feil.
- I par er det viktig å fokusere på:
  - Må drille som et par, ikke som 2 individuelle utøvere
  - Originalitet/koreografi over par programmet
  - Bruk av kast til hverandre (Exchanges)
  - Presisjon
  - Synkron drilling

### FREESTYLE TROPP KONKURRANSE

- Musikken bør være tilpasset troppens alder, stil og ferdighetsnivå.
- Målet for alle opptredener og konkurranser er at troppene utfører sine programmer uten stavnist. Det er derfor viktig at troppene og trenere sammen legger opp til programmer uten for store usikkerhetsmomenter som troppen kan fremføre uten feil.
- I tropp er det viktig å fokusere på:
  - Likhet og synkronitet i troppen
  - Originalitet over koreografien
  - Exchanges til hverandre
  - Nivået i troppen bør være tilpasset alle utøverne.

## SOLO ONE BATON

Solo one baton blir bedømt som følger:

- Teknikk med kropp og stav
- Flyt og samkjøring med kropp og stav
- Bruk av drillstaven gjennom hele programmet
- Nøyaktighet (timing)
- Variasjon
- Vanskelighetsgrad
- Like ferdigheter med begge hender
- Balanse innenfor aerals, contact material og rolls
- Bruk av linjer og retninger med kropp og stav
- Tempo
- Logisk oppbygning

## SOLO TWO BATON

Solo two baton blir bedømt som følger:

- Teknikk med kropp og stav
- Flyt og samkjøring med kropp og begge stavene
- Bruk av begge drillstavene gjennom hele programmet
- Nøyaktighet (timing)
- Variasjon
- Vanskelighetsgrad
- Like ferdigheter med begge hender
- Balanse innenfor aerals, contact material og rolls
- Logisk oppbygning
- Bruk av linjer og retninger med kropp og stav
- Bruk av linjer og retninger med stavene på samme tid
- (MIXED TWIRLS)
- High-high aerals
- High-low aerals
- Realese at same time with both batons
- Blending
- Forward/reverse twirl
- On-going-elements
- Tempo

## FAGUTRYKK

AERIALS	KAST
AMBIDEXTERITY	LIKE FERDIGHETER MED BEGGE HENDER
APPEARENCE & GROOMING	UTSTRÅLING OG HARMONI
ARTISTIC EXPRESSION	KUNSTNERISK INNTRYKK
ATTENTION	RETT
AVERAGE	BRA
BACKHAND (BH)	BAKHÅND
BATON	STAV
BATON HANDLING	HÅNDBLING AV STAVEN
BATON TECHNIQUE	STAV TEKNIKK
BODYMOVE	KROPPSBEVEGELSE
CATCH	GRIP
CENTER	SENTER/MIDTEN
CHEST	BRYSTKASSEN
CHOREOGRAPHY	KOREOGRAFI

CLOCKWISE	MED KLOKKEN
CONTENT	INNHOLD
CONTINOUS	FORTSETTELSE
CONTINUITY & FORM DEVELOPMENT	KONTINUITET OG OPPBYGGING AV PROGRAMMET
CORREKT TECHNIQUE	KORREKT/RIKTIG TEKNIKK
DANCE TECHNIQUE	DANSETEKNIKK
DEDUCTIONS	TREKK

DEFICIENCY	MANGEL
DIFFICULTY	VANSKE/VANSKELIGHETSGRAD
ENTERTAINMENT VALUE	UNDERHOLDINGSVERDI
ENTRANCE	INNGANG
EXCELLENT	SVÆRT GODT
EXCHANGES	KAST TIL HVERANDRE
EXIT	UTGANG
EXTENDED	UTSTRAKT
FAIR	NOKSÅ BRA
FIGURE 8	ÅTTETALL
FISHTAILS	8-TALLS RULLINGER PÅ HÅNDLEDD
FLASHCARD	OPPVISERBLOKKER
FLAT	FLAT
FLOURISH	ARM SIRKLES, MENS STAVEN GJØR EN LOOP PÅ DIAGONALEN

FOLLOW THROUGH	OVERGANG/FORTSETTELSE
FORWARD	FREMOVER
GENERAL EFFECT	GENERELT INNTRYKK
GOOD	GODT
GRAB	GRIPE
2 HH (HAND HOLD)	HOLDE STAVEN MED BEGGE HENDER
HAND ROLLS	HÅNDRULLING
HIP	HOFTE
HORIZONTAL	HORISONTALT
ILLUSIONS	DYKKERVENDING

INDIAN ARMS	INDIANER ARMER
INSIDE	INNSIDEN
LEFT	VENSTRE
LEFT HAND (LH)	VENSTRE HÅND
LEFT LEG (LL)	VENSTRE FOT
LEVEL	NIVÅ/PLAN
LOOP	SIRKEL M/STAVEN - ARM I BEVEGELSE
LUNGE	UTFALL M/BENA
MAJOR	STØRRE/STOR FEIL
MINOR	MINDRE/LITEN FEIL
MUSIC INTERPRETATION	MUSIKKTOLKNING
OUTSIDE	UTSIDEN
OVERALL PERFORMANCE	HELHETSINNTRYKK
PATTERN CHANGE	MØNSTER/PLANENDRING
POOR	MINDRE GODT
PRESICION & UNISON	PRESISJON & LIKHET
PUSH OFF	FRATRYKK M/FOT I PIRUETTER
RECEPTION	MOTTAK
REVERSE	BAKOVER (BAKLENGS)
REVOLUTION	OMDREINING/ROTASJON
RIGHT (R)	HØYRE
RIGHT HAND (RH)	HØYRE HÅND
RIGHT LEG (RL)	HØYRE FOT

SALUTE	HILSEN
SPEED	TEMPO

SPINS	PIRUETTER
STAGING	VIRTUOSITET
“STAND”	PODIUM
STRAIGHT	RETT
SUPERIOR	FREMAGENDE
TEAM	TROPP
TEAMWORK	SAMARBEID
TECHNICAL MERIT	TEKNISK VERDI
THUMB (T)	TOMMEL
THUMB TO BALL (TTB)	TOMMEL TIL STORE KULEN
THUMB TO TIP (TTT)	TOMMEL TIL LILLE KULEN
THUMB TOSS	TOMMEL KAST
TIMING	BEREGNING/NØYAKTIGHET
TOSS	KAST
TURN OUT	UTVRIDNING AV HOFTE OG FØTTER
URNS	PIRUETTER
UNDERHAND	UNDERARM
UNIFORMITY OF BODY POSITIONS	ENSARTEDE/LIKE KROPPSBEVEGELSER
UTILISATION OF TIME & SPACE	UTNYTTELSE AV TID OG ROM
VARIETY	VARIASJON



VERTICAL	VERTIKAL
VISUAL MUSICALITY	VISUELL/SYNLIG MUSIKALITET
WAIST	MIDJEN
WHIPS	VIPP
WRIST TWIRL	HÅNDEDD DRILL, VERTIKAL ELLER HORIZONTAL SIRKEL M/STAVEN DER ARMEN HOLDES I RO