

# Fakta om hopprep

## Hur tävlar man i hopprep?

### Lagtävlingen

4 – 5 personer i ett lag

Tävlrar i 6 olika grenar

3 grenar i enkelrep

- 4 x 30 sek snabbhet
- 2 pers. freestyle (pair freestyle), 1 min. och 15 sek.
- 4 pers. freestyle (team freestyle), 1 min. och 15 sek.

3 grenar dubbelrep

- 4 x 45 sek snabbhet
- 3 pers. freestyle, 1 min. och 15 sek.
- 4 pers. freestyle, 1 min. och 15 sek.

Poängen rankas i varje gren. Den sammanlagda totala rankingpoängen bestämmer slutresultatet.

### Vem vinner lagtävlingen?

Lagmedaljer delas ut i varje gren och världsmästare koras i varje gren. Det lag som får högst totalpoäng i alla grenar blir världsmästare.

### Masterstävlingen (individuell)

Tävlrar i 3 grenar

- 30 sek snabbhet (sprint)
- 3 min. snabbhet (uthållighet)
- freestyle, 1 minut och 15 sek.

Poängen rankas i varje gren. Den sammanlagda totala rankingpoängen bestämmer slutresultatet.

### Vem vinner masterstävlingen?

Individuella medaljer delas ut i varje gren och världsmästare koras i varje gren. Den hoppare som får högst totalpoäng i alla grenar blir världsmästare.

### Tripplar (individuell)

Det finns även en fristående extra individuell gren – tripplar, där hopparen utför så många tripplar som möjligt i följd utan att missa. Individuella medaljer delas ut även i denna gren.

### World Cup

World Cup är en showklass med VM-status. Deltagarna ska vara 15 år eller äldre och laget består av högst 16 stycken hoppare. Tävlningstiden kan variera mellan 4 - 8 minuter.



## Världsrekord

### Lagtävlingen enkelrep:

- 4 x 30 sek snabbhet
- 384 hopp, Ungern, damer
- 390 hopp, Australien, mix

### Lagtävlingen dubbelrep:

- 4 x 45 sek snabbhet
- 586 hopp Belgien, damer
- 608 hopp Australien, mix

### Masters:

- 30 sek snabbhet (sprint):
- 102 hopp Belgien, dam
- 105 hopp China, herr
- 3 min. snabbhet (uthållighet):
- 497 hopp China, dam
- 522 hopp Hongkong, herr



FISAC-IRSF  
WORLD ROPE SKIPPING  
CHAMPIONSHIPS  
SWEDEN 2016

Gymnastikförbundet 