

HIT ZERO-regler

Gældende pr. 1. oktober 2025

Cheerleading er i en rivende udvikling i Danmark. Forbundet ønsker at understøtte klubbernes udvikling ved at skabe en kultur og tradition for, at alle hold og klubber øger fokus på at levere sikre og rene rutiner til konkurrencer, hvor niveauet samtidig passer til holdet (dvs. være level appropriate). Formålet ved konkurrencedeltagelse, skal således ikke blot være at vinde, men også at levere en sikker, ren og fejlfri rutine, som samtidig passer til holdets niveau (level appropriate).

Nedenstående HIT ZERO-regler er gældende for både opvisnings- og konkurrencehold og gælder for alle aldersgrupper, kategorier og rækker indenfor Cheerleading. Performance Cheer er ikke omfattet af HIT ZERO-konceptet.

HIT ZERO-konceptet blev indført fra sæsonen 2020/2021.

HVORDAN OPNÅR ET HOLD EN HIT ZERO-RUTINE?

En HIT ZERO-rutine opnås ved, at et hold udfører en sikker og ren rutine. En sikker og ren rutine opnås ikke, hvis der sker brud på sikkerhedsregler (safety violations) eller der indgår usikkerheder (bobbles) eller fald (falls) i rutinen, dvs. ved:

ATHLETE FALL	
This includes the following:	This does NOT include the following:
• Hand, hands or head down in tumbling or jump skills • Knee or knees down in tumbling or jump skills • Tumbling transitions in and/or out of building skills	• An athlete that trips while walking during a transition

BUILDING BOBBLE	
This includes the following:	This does NOT include the following:
• Base or spotter drops to the performance surface during a building skill • Top person sits back onto the base/spotter and is pushed back up into the stunt/skill • Lowering of a stunt (not timing issues) i.e. extended position to prep level etc. • Pyramid skills that would fall without the bracer or bracers support	• An omitted skill • Drop in body position by top person • Balance check by top person • Hand or hands of the top person come in contact with the performance surface during a cradle

- Both feet of the top person come in contact with the performance surface during a cradle (excluding one foot) - Excessive movement by bases	
--	--

BUILDING FALL	
This includes the following:	This does NOT include the following:
- Drops to a cradle position - Drops to a load in position - Drops to a prone position - Drops to the performance surface	Top person is set out of a building skill, transitions and drops to the performance surface (this includes tripping while walking)

OTHER RULE	
This includes the following:	This does NOT include the following:
- External spotter(s) assists during skills (not in the event of a drop - see building fall), this includes: - Assisting building skills - Adjusting building skills - Assisting tumbling skills - Adjusting tumbling skills	Counting counts during the whole/parts of a routine (exhibition teams only)

SAFETY VIOLATION	
This includes the following:	This does NOT include the following:
- Skill(s) performed out of level - Skill(s) performed out of general safety guidelines - Skill(s) performed out of possible country specific rule, such as uniform rules, coed inclusion rule, etc. - Rule violations such as time limit violations (minimum or maximum time for cheer/chant or music portion), etc.	

HVORDAN BLIVER EN HIT ZERO-RUTINE BEDØMT?

Holdets rutine bliver bedømt ud fra samme praksis som tidligere, dvs. ud fra ICUs (International Cheerleading Union) score sheet og af dommere udpeget af DAFF.

DAFF afgør ved hver konkurrence, om bedømmelsen af et hold ud fra HIT ZERO-konceptet skal varetages af dommerpanelet (scoring judges), sikkerhedsdommeren (safety judge) eller HIT ZERO-dommere.

Procedure når HIT ZERO bedømmes af "Scoring judges"

HIT ZERO-konceptet skal anses som et supplement til dommernes votering, hvorfor dommernes hovedfokus fortsat skal være på skriftlig tilbagemelding og pointgivning og dermed den endelige rangering af holdene.

Efter holdets rutine er afsluttet, foretager dommerne en ultrakort votering af, om holdet har udført en HIT ZERO-rutine eller ej. Scoring judges vurderer udelukkende om rutinen har haft usikkerheder (bobbles) eller fald (falls), hvorfor vurderingen af regelbrud (safety violations) altid varetages af safety judge.

For at forhindre, at tidsplanen skrider mere end højst nødvendigt, gennemgår dommerpanelet ikke videomateriale fra holdets rutine ved tvivlstilfælde om usikkerheder (bobbles) eller fald (falls). Har minimum én dommer (scoring judge) noteret en usikkerhed (bobble) eller et fald (fall) anses holdet ikke for at have udført en HIT ZERO-rutine.

Vurderingen af regelbrud varetages altid af den af DAFF udpegede safety judge(s), hvor der ved tvivlstilfælde vil blive anvendt videomateriale fra holdets rutine.

Dommernes afgørelse, om et hold har udført en HIT ZERO-rutine eller ej, er endelig, hvorfor afgørelsen ikke er til diskussion med trænere eller lignende. Bemærk, at trænere altid vil blive kontaktet i forbindelse med mulige eller faktiske regelbrud i pausen ved DAFFs konkurrencer, hvor regelbrud vil blive afklaret, hvorfor dommernes endelige afgørelse udelukkende skal ses i relation til usikkerheder (bobbles) og/eller fald (falls).

Procedure når HIT ZERO bedømmes af "Safety judge"

HIT ZERO-konceptet skal anses som et supplement til scoring judges votering, hvorfor hovedfokus for safety judge fortsat skal være at sikre, at holdene overholder alle gældende regler.

For at forhindre, at tidsplanen skrider mere end højst nødvendigt, gennemgår safety judge først videomateriale fra holdets rutine ved tvivlstilfælde om regelbrud (safety violations). Såfremt safety judge ikke har noteret regelbrud i forbindelse med den faktiske præsentation foran dommerne, men hvor der er noteret tvivlstilfælde vedrørende usikkerheder (bobbles) og/eller fald (falls), gennemgår safety judge videomateriale til afklaring heraf.

Afgørelsen fra safety judge, om et hold har udført en HIT ZERO-rutine eller ej, er endelig, hvorfor afgørelsen ikke er til diskussion med trænere eller lignende. Bemærk, at trænere altid vil blive kontaktet i forbindelse med mulige eller faktiske regelbrud i pausen ved DAFFs konkurrencer, hvor regelbrud vil blive afklaret, hvorfor den endelige afgørelse fra safety judge udelukkende skal ses i relation til usikkerheder (bobbles) og/eller fald (falls.)

Procedure når HIT ZERO bedømmes af "HIT ZERO-dommere"

HIT ZERO-dommere udvælges af DAFF. HIT ZERO-dommers ansvar er at vurdere HIT ZERO i henhold til gældende HIT ZERO-regler og forholder sig ikke til, om udførte skills er lovlige eller ulovlige (dette er safety judge opgave). HIT ZERO-dommere bedømmer udelukkende holdet på baggrund af udførelsen.

For at forhindre, at tidsplanen skrider mere end højst nødvendigt, gennemgår HIT ZERO-dommerne først videomateriale fra holdets rutine ved tvivlstilfælde.

Afgørelsen fra HIT ZERO-dommerne, om et hold har udført en HIT ZERO-rutine eller ej, er endelig, hvorfor afgørelsen ikke er til diskussion med trænere eller lignende.

HVORDAN BLIVER EN HIT ZERO-RUTINE ANERKENDT?

Opnår et hold en HIT ZERO-rutine anerkendes dette ved, at

- Det anføres på den samlede resultatliste, som offentliggøres, at holdet har opnået en HIT ZERO rutine enten via et logo eller af beskrivende karakter og
- Holdets udøvere modtager et HIT-ZERO badge

AFSLUTTENDE BEMÆRKNINGER

Input til HIT ZERO-konceptet er altid velkommen og konstruktive forslag bedes fremsendt på daff@daff.dk.

VERSIONSSTYRING	
Version	Tilpasninger
1 af 01.08.2020	HIT ZERO-konceptet er udviklet og implementeret.
2 af 01.08.2022	Tilpasning af athlete fall, building bobble, building fall og safety violations, herunder opstilling i tabelformat. Tilføjelse af afsnit vedr. baggrund for opdatering af konceptet og underliggende regler i konceptets første afsnit, ajourføring af afsnittene "Hvordan bliver en HIT-ZERO-rutine anerkendt?" og "Afsluttende bemærkninger" til faktiske forhold.
3 af 01.08.2024	Ensretning af HIT ZERO-regler for opvisnings- og konkurrencerækkerne og sammenlægning i et samlet dokument. Afsnit under Building Bobble slettes: " <i>Drops to the performance surface from a nugget, thigh stand and/or waist level style stunt on to their feet (not timing issues</i> ", idet denne i forvejen er dækket ind under Building Fall (Drops to the performance surface) samt konsekvensrettelse af "Other Rule". Tilføjelse af procedure i tilfælde af, at HIT ZERO-bedømmelsen varetages af HIT ZERO-dommere.

4 af 01.10.2025	I version 3 fremgik det, at "safety violation" ikke var en del af bedømmelsen for HIT ZERO for opvisningsrækkerne. Ajourføringen består af en præcisering af, at der ikke er forskel på bedømmelsen af HIT ZERO mellem opvisnings- og konkurrencerækkerne. Ajourføringen har ingen praktisk betydning, da praksis i sæson 2024/25 har været, at der ikke er gjort forskel på bedømmelsen af HIT ZERO for opvisnings- og konkurrencerækkerne. Ajourføringen medfører blot, at reglerne nu afspejler praksis. Ingen øvrige ændringer.
-----------------	--