

Kleding:

- Witte turnschoentjes en/of witte voetbekleding mag worden gedragen. (dit was voorheen verplicht)
- Kort broek (nauw sluitend) mag worden gedragen (dit was al in Nederland toegestaan, nu internationaal)

Warming-up:

- Warming-up voor wedstrijd bestaat uit ONE-touch (was two-touch)

Begin van de oefening:

- Na het startteken van hoofdjury moet binnen 20 seconden eerste element zijn afgezet. Indien niet dan volgt een penalty van 0,2 punt (was 0.3 punt)
- Duurt het langer dan 61 seconden dan mag de springer niet meer oefening springen. Hierdoor is er sprake van DNS (did not start) (nieuw in reglement)
- Na starten van 1^e element spreken of geven van enig signaal door eigen coach, penalty van 0.6 punt. (was 0.9 punt)
- Oefening is begonnen als met een voet de DMT wordt aangeraakt. Indien dit niet het geval is, mag er op teken van hoofdjury opnieuw gestart worden.

Herhaling van elementen:

- In Q1 (2 reeksen) mogen elementen niet worden herhaald, ook niet in een andere zone. Bij herhaling wordt er geen moeilijkheid gegeven voor herhaalde element. Bij herhaling van sprongen zonder saltorotatie volgt een penalty (alleen voor NL)
- In Q2 (1 reeks) mogen elementen uit Q1 worden herhaald in een andere zone. Bij herhaling wordt er geen moeilijkheid gegeven voor herhaalde element. Bij herhaling van sprongen zonder saltorotatie volgt een penalty (alleen voor NL)
- In Finale mogen elementen worden herhaald, ook in dezelfde zone al Q1 en Q2. Hierbij geldt wel dat voor F1 en F2 dezelfde regel geldt als in Q1.

Onderbreking van de oefening:

- Iets anders aanraken dan de trampolinemat resulteert niet in een onderbreking van de oefening. Hiervoor wordt een penalty gegeven van 0,2 punt (was 0.3 punt)

Score:

- Uitvoering maximaal 20 punten. Uitvoering wordt beoordeeld door 6 (of 4) uitvoeringsjuryleden waarbij de 2 middelste cijfers tellen. (was 30 punten, 3 middelste van 5 juryleden).
- Score = Uitvoering (max. 20 punten) + moeilijkheid – penalty

Landingszone penalty's

- Landen in zone B (geel): 0,6 punt (was 0.9 punt)
- Landen in zone C (blauw): 1,0 punt (was 1,5 punt)
- Raken of stappen van zone A naar B of C of zone B naar zone C: 0.2 punt (was 0.3 punt)

Gebrek aan stabiliteit na landing:

- Direct omdraaien naar jury voordat stabiliteit is getoond: 0.3 punt aftrek (was 0.1 punt)
- Verder de aftrekken onveranderd