

# Uttagningsbesked europeiska mästerskapen i rytmisk gymnastik 2024

Följande gymnaster har tagits ut för att representera Sverige på EM i Budapest, Ungern.

20 -25 Maj 2024.

## Senior individuellt

Elina Sheremey, GCF Uppsala

Josefine Engstrand, GCF Uppsala

Linnea Magdeburg, GCF Uppsala

## Förberedelse inför mästerskapet

Vi vill påminna kring de grundläggande kraven för att vara uttagningsbar och som förväntas av de uttagna gymnasterna fram till mästerskapet:

- Vara en god förebild för Svensk Gymnastik och medveten om att representera inte bara sig själv men även Gymnastikförbundet och Sverige på bästa sätt.
- Ha visat sig kunna fokusera på den egna prestationen såväl som att bidra till en helhet som stärker och lyfter andra lagmedlem på ett bra sätt.
- Ha en fysisk status som anses vara god vid uttagningstidpunkten samt ha en tydlig plan för hur denna ska upprätthållas/förbättras fram mot mästerskapet. 2023-05-20
- Vara medveten om och ha rimliga förväntningar på sin egen prestationsnivå, tekniskt som mentalt, samt en tydlig plan fram mot mästerskapet för hur denna ska uppnås.
- Ha en vardag i balans där träning och tävling ingår i en välfungerande helhet med tillräckligt utrymme för återhämtning. Om förutsättningarna för de uttagna gymnasterna förändras och de inte har möjlighet att förbereda sig som planerat inför mästerskapet, behöver det omedelbart meddelas till landslagsledningen.

OBS! Uttagningsbeslutet är officiellt endast efter att det har publicerats på gymnastikförbundets hemsida. Fram till dess får inte informationen på något sätt spridas.

Lycka till med alla förberedelser inför EM!

**Med vänliga hälsningar**

Jimmy Ekstedt, Landslagschef

Katarina Jönsson Söderberg, Förbundskapten

Emma Sandell, Landslagstränare