

# Inbjudan: SM-veckan 2025 i Norrköping

## Tricking

**Norrköpings GF och Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till SM den 28 juni i Norrköping under SM-veckan.**

Mer information kan fås genom:

<b>Tävlingsledare</b>	Info kommer senare
<b>Nationella kansliet</b>	Maria Gottberg, +4686996404 parkour@gymnastik.se

### Viktiga datum:

3 april	Anmälan till tävlingen öppnar
18 maj	Sista dag för anmälan och inlämning av videokvalfilm
v. 22	Svar från Gymnastikförbundet om du blivit uttagen att tävla SM
2 juni	Alla kvalade finalister publiceras på gymnastik.se
6 juni	PM skickas ut till uttagna inklusive mått på banan
15 juni	Säkerställ tävlingslicens

*Det är viktigt att respektera deadlines för arrangörsföreningens skull. Men deadlines kan skjutas upp av arrangören om omständigheter kräver det.*

## Anmälan

Anmälan görs genom att skicka in intresseanmälan att delta tillsammans med ett videokval/en submission film där du visar dina rörelser. Filmen ska vara minst 30–60 sekunder, och inte ha äldre klipp än från två år tillbaka. Den får innehålla delar från både inomhus- och utomhusmiljö. Övningarna ska utföras på plan yta, ej lutande. Inomhus får övningarna utföras på fristående golv, inte airtrack eller tumblingolv etc.

Lägg upp film på Youtube/Instagram eller annan plattform och skicka länk till oss. Ej nedladdningsbar länk, endast stream.

Filmen ska visa:

- Svårighet på trick
- Svårighet på transitions
- Längd på combos
- Kreativitet/innovation i trick
- Variations och combos
- Utförande och kontroll
- Bra flow mellan trick
- Variation, d.v.s. att man behärskar en bra bredd av trick och sätt att använda dem i combos

Anmälan ska innehålla följande uppgifter; För- och efternamn, person nr, adress, ort och post nr, föreningstillhörighet, kontaktuppgifter via mail och telefon, kontaktuppgifter till anhörig (vid ev. skada), och länk till submission film.

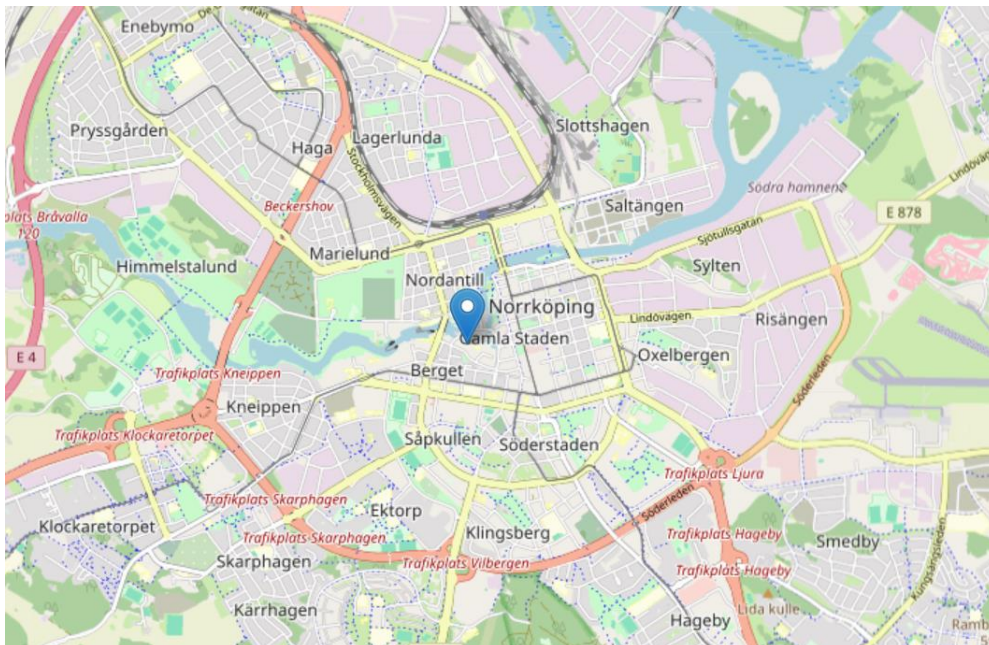
[Anmälan gör du här](#), senast den **18 maj klockan 23.59**.

Totalt finns det 16 platser. Din anmälan innebär inte automatiskt att du får delta på SM. Under v.22 får du återkoppling från Gymnastikförbundet om du har blivit uttagen att delta på SM 2025.

Har du frågor, kontakta [parkour@gymnastik.se](mailto:parkour@gymnastik.se)

## Tävlingsområde

Tävlingen kommer preliminärt att hållas i Värme kyrkan.



## Ramtider

**Observera att detta är en preliminär dag, och preliminära tider, som kan komma att justeras. Definitiva tider presenteras i senare PM. Men inom kort kommer vi få bekräftat själva tävlingsdagen av SVT.**

## Preliminär tävlingsdag 28 juni

16.00-19.30	Tävlingsdag inkl. förträning på banan samt prisutdelning och fotografering
16.00-17.30	Förträning
18.00-19.00	Tävling, SVT sändning

## Tillgång till tävlingsbana

Värmekyrkan kommer vara öppen för förträning från 16.00 och fram till 17.30.

## Tävlingsdeltagande

Alla deltagare som är fyllt 13 år under 2025 får delta i rikstävlingar, tjejer och killar tävlar mot varandra. Se även tekniskt reglemente.

## Tävlingsgolv

Fristående golv, minst 12 x 6 meter, plus säkerhetsavstånd.

## Logi

Med Scandic Sports så får gymnaster, ledare och domare en helt annan standard än det hårda golvet i skolsalen, till ett förmånligt pris. Vila i sköna sängar, god frukostbuffé och tillgång till konferensrum för taktiksnack. Scandic Sports ger de bästa förutsättningar att prestera på topp helt enkelt! Använd Gymnastikförbundets avtalskod (D359102282) och var med och bidra till en kickback på alla bokningar som görs. Läs mer om Scandic Sports här. <https://www.gymnastik.se/om-oss/samarbetspartners/scandic>

## Information från Gymnastikförbundet:

### Tävlingsregler

Samtliga tävlingsregler finns att hämta på Gymnastikförbundets hemsida:

[Regler | Svenska Gymnastikförbundet](#)

### Tävlingsgenomförandet

En tävling avgörs med hjälp av battels. I en battle tävlar deltagarna mot varandra under en begränsad tid. Under denna begränsade tid gäller det för deltagarna att överträffa sin motståndares trick och kombinationer. Deltagaren som vinner battlen går vidare i ett slutspelsträd.

## Bedömning

Deltagaren bedöms för sin prestation genom en helhetsbedömning. Efter battlen visar domarna sitt resultat genom att dom signalerar den deltagare som de anser vunnit battlen. För att deltagaren ska gå vidare till nästa runda måste hen ha en majoritet av domarnas röster. Om domarna inte kan komma till ett enhetligt beslut avgörs batteln genom en extra battle.

### Kreativitet:

- Ovanliga övergångar mellan trick
- Samma trick upprepas sällan
- Nya och/eller ovanliga trick utförs
- Skruvar, sparkar, volter och markrörelser blandas

### Svårighetsgrad:

- Trick utförs med en svår setup
- Trick innehåller många skruvar, volter och sparkar
- Trick utförs med svåra variationer
- Svåra övergångar mellan trick

### Utförande:

- Deltagaren landar trick
- Trick utförs med säkerhet och god marginal
- Deltagaren visar bra kontroll i luften och i landningarna
- Trick är stora och graciösa
- Trick kopplas samman och flyter ihop med varandra

Vid frågor gällande tävlingsbestämmelser Parkour kontakta: [parkour@gymnastik.se](mailto:parkour@gymnastik.se)

## Tävlingslicens

Varje förening ansvarar för att anmälda deltagare har giltig tävlingslicens.

Tävlande skall kontakta Nationella parkourkommittén, sin hemförening, Gymnastikförbundet eller arrangör av tävling för att få hjälp med tävlingsförsäkring. Detta skall ske senast två veckor innan tävlingen.

## Korrekt uppförande

Gymnaster, domare, tränare och andra ledare förväntas följa tekniskt reglemente:

- a) Uppträda korrekt gentemot varandra och funktionärer och följa Gymnastikförbundets uppförandekod.
- b) Följa RF:s alkohol- och tobakspolicy (ANDT-policy).
- c) Följa Gymnastikförbundets antidopingprogram. Vänligen ta del av all information [här](#).

## Utbildningskrav

I all verksamhet ska Gymnastikförbundets utbildningskrav följas:

<https://www.gymnastik.se/utbildning/utbildningskrav-behorigheter-och-validering/utbildningskrav>

## GDPR

I och med anmälan till tävling godkänner föreningen att kontaktuppgifter till föreningen och ansvarig för anmälan behandlas och lagras av Gymnastikförbundet.

Ändamål med behandling av personuppgifter i samband med tävlingsanmälan: Tävlingsadministration, förbunds- och föreningsadministration, avgiftshantering, licensadministration. Lagringstiden för dina personuppgifter varierar utifrån vad uppgifterna behövs till. Utgångspunkten är att uppgifter inte ska sparas längre än vad som behövs för aktuellt ändamål.

## Varmt välkomna!



————— Våra huvudsponsorer —————

**CRAFT**  **tydliga**<sup>®</sup> **svedea**

————— Våra sponsorer —————

**UNISPORT**  **VERA**  
**Sport** **Scandic**