



PM

GK Splitt och GF Syds Trupptävlingskommitté hälsar dig välkommen till

Regionåttan

Datum: 16-17 Mars

Plats: Köpingsbro Sporthall

INFORMATION

Information och upplysningar lämnas av: Frida Holgersson och Shiralee McGowan Tel: 0702-486928 . Mejl: Kansli@gksplitt.se

HÅLLTIDER LÖRDAG

Kl. 07:30	Hallen öppnar
Kl. 08:13	Domarmöte
Kl. 08:20	Ledarmöte Pool 1
Kl. 08:30	Förträning Pool 1
Kl. 09:08	Defilering Pool 1
Kl. 09:13	Tävlingsstart Pool 1
Kl. 10:37	Avslutning Pool 1

HÅLLTIDER SÖNDAG

Kl. 08:00	Hallen öppnar
Kl. 08:35	Domarmöte
Kl. 08:50	Ledarmöte Pool 1
Kl. 09:00	Förträning Pool 1
Kl. 09:30	Defilering Pool 1
Kl. 09:35	Tävlingsstart Pool 1
Kl. 10:27	Avslutning Pool

Då vi oftast är många lag på våra regiontävlingar ber vi er respektera våra hålltider. Ange inte för tidig samlingstid till era gymnaster/föräldrar. Tänk dock på ackrediteringstider för ansvarig ledare, se nedan.



FÖRTRÄNINGSG- OCH TÄVLINGSTIDER

Förträningss- och tävlingstider, se bilaga 1.

Ett utskick görs av arrangören. Vid ändringar pga. strykning etc. meddelas dessa på ledarmötet på tävlingsdagen.

Varje lag har 1 min förträning på fristående utan musik och 2,5 min per redskap i matta och hopp. Förträningen är till för att gymnasterna ska få prova redskapen samt få en överblick om hur det kommer att gå till på tävlingen.

ACKREDITERING/BEDÖMNINGSUUNDERLAG

Ackreditering innebär att truppen blir registrerad för deltagande i tävlingen.

- Ackreditering sker senast 1 timme före poolens tävlingsstart.

Vid ackrediteringen ska ansvarig ledare lämna in:

- Kompletta ifyllda och underskrivna deltagarlista med födelsedata (6 siffror), se bilaga 2.
- Bedömningsunderlag i 6 exemplar per gren, se bilaga 3. Ifyllda med symboler från svårighetstabeller, se mall på www.gymnastik.se/syd.

Hallen kommer att vara utrustad med:

Airtrack

Ansatsbana till Airtrack är av airtrack karaktär på 4 meter

Landningsbädd till airtrack är från Unisport

Upphöjd station är byggd av ansatsklossar till en tjockmatta

Landningsbädd till trampett är från Unisport

Uppbyggnad kommer göras av plintar och bänkar (90cm) 120 cm uppfylls genom att lägga upp en tjockmatta till. (Kommer inte finnas någon ansatsvåd till uppbyggnaden)

Upphöjd ansats är av airtrack karaktär på 8 meter

Trampetter: 32-fjädrade trampetter av olika karaktär

Bord från PE-redskaber

7-Delad plint

Redskapsskiss, se bilaga 4. Fyll i och lämna till redskapsansvarig på tävlingen.

I samband med förträningen kontaktar respektive trupps ledare redskapsansvarige om sina önskemål, uppställning och eventuell hjälp under tävlingen. Det är ledaren som är ytterst ansvarig för att redskapen står rätt inför varje tävlingsframträdande.

Trampett får tas med, och måste då finnas tillgänglig för samtliga lag under hela förträningen och tävlingen för den egna poolen. Obs! Se Svenskas Redskapsreglemente för nivå 6-9 så att redskapen som tas med är godkända.



REGLEMENTEN OCH BESTÄMMELSER

Detta material finns på Gymnastikförbundets hemsida: www.gymnastik.se, och www.gymnastik.se/syd. Det är ledarens ansvar att kontrollera på hemsidan att man har den senaste versionen av reglementen och bestämmelser.

TÄVLINGSJURY

Tävlingsjuryn består av Gymnastikförbundet Syds TTK representanter Cecilia Hjelm och Marie Lindström, arrangörens representant Frida Holgersson samt överdomare i respektive gren.

LICENSER

Alla gymnaster ska ha tävlingslicens. Genom att fylla i och underteckna deltagarlistan försäkrar föreningen att alla gymnaster är licensierade. Dessutom intygar föreningen att ledaren har licens på rätt nivå för att passa gymnasterna på trampett.

DOMARE

Gymnastikförbundet Syds Trupptävlingskommitté tillsätter domare.

TÄVLINGSHALL

Tävlingen sker i Köpingsbro Sporthall. Adress: Fredriksbergsvägen 4, 271 72 Köpingsbro

INTRÄDE

Inträde för publik: 80 kr. Barn under 7 år gratis.

FÖRSÄLJNING

Försäljning i hallen kommer det t.ex. finnas Kaffe, the, läsk, vatten, sugrörsdrickor, toast, frallor, frukt, godis, mm

DEFILERING

Defilering sker i startordning. Ta gärna med fana och/eller skylt.

SJUKVÅRD

Sjukvårdskunnig personal kommer att finnas till hands i hallen.

MUSIK

Musik behövs inte till matta och hopp, spellista ordnas av arrangerande förening. Fristående musik skickas in digitalt. Musik kan skickas till Dexter@gksplitt.se, Döp låten till förening, startordning, redskap. Skickas in senast 8 Mars. Reservmusik tas med på ett USB-minne eller en enhet som kan kopplas till AUX.

BADGE/KNAPP

Samtliga deltagare får en badge/knapp som delas ut till lagen i varje pools avslutning.



Det är inte tillåtet att dela ut egna medtagna medaljer eller annan yttre belöning. Detta får i så fall ske i egen hall på hemmaplan. Det är meningen att gymnasten ska fokusera på sin egen prestation och motivationen ska komma inifrån.

STRYKNINGAR

Strykningar görs i så god tid som möjligt till arrangören, se information ovan, och till TTK Syd på ttksyd@gymnastik.se

RESULTAT

Med anledning av RFs riktlinjer för Barn- och Ungdomsidrott så kommer det inte längre publiceras resultat på regionala tävlingar. Inga poäng delges eller redovisas på plats eller online. Resultatet kommer heller inte att publiceras på hemsidan, men skickas per mejl till ansvarig för anmälan efter tävlingen. Detta är bara en del i det arbete GF Syd håller på med just nu för att förstärka ett livslångt idrottande, där resultat ges liten uppmärksamhet. De vill med tävlingsgymnastiken i regionen stimulera till kvalitativ och långsiktig idrottslig utveckling och motverka toppning och utslagning.

WWW

Besök gärna vår hemsida www.gksplitt.se

SLUTLIGEN

Önskar vi dig lycka till med träning och förberedelser inför tävlingen. Glöm inte att ta med ett gott humör och vänligen lämna hallen i det skick den var i när ni kom.

BILAGOR

1. Förtränings- och tävlingstider
2. Deltagarlista
3. Bedömningsunderlag
4. Redskapsskiss

Bilaga 1 är bifogad detta PM, övriga bilagor hittar ni på www.gymnastik.se/syd under menyerna *Verksamheter - Truppgymnastik – Tävlingsbestämmelser – Regiontävlingar*

VARMT VÄLKOMNA ÖNSKAR GK SPLITT

Glöm inte att följa oss på Sociala medier och tagga oss när ni lägger ut inlägg från tävlingen!

@Gksplitt