

Checklista vid tävling i Region SYD

För dig som ledare på tävlingar i Truppgymnastik
i Region SYD

Detta dokument är ett stöd till dig som ledare och hjälper dig med vad du bör tänka på inför och under tävlingar i GF SYD. Dokumentet kan användas som stöd för samtliga tävlingar men det är ingen regelbok.

Förberedelser inför tävlingen

- Läs igenom det aktuella bedömningsreglementet för den nivå ni ska tävla. För nivå 3–5 är detta "Nat. BR" ("Nationella bedömningsreglementet") och för nivå 6–9 är detta "Bedömningsreglementet Nivå 6–9". Läs även Tävlingsbestämmelser Syd, tävlingsregler och PM för aktuell tävling. Se till att ha senaste versionen.

OMDÖMES-/BEDÖMNINGSUNDERLAG:

- Fyll i rätt antal omdömes- eller bedömningsunderlag per lag och per gren (se PM). Rätt symboler finns i svårighetstabellerna som ni hittar på GF Syds hemsida. *Välj övningar som gymnasterna behärskar och inte det ni önskar att de kan göra.* Läs den Gyllene Regeln!
- **OBS!** Vid tävlingar på nivå 3–5 fylls bedömningsunderlagen i digitalt i Tariff. Därefter ska de skrivas ut och lämnas in under ackrediteringen.

DELTAGARLISTA:

- Fyll i och skriv under en deltagarlista per lag (och per gren vid grencuper) med alla gymnaster och ledare.
- **OBS!** Vid tävlingar på nivå 3–5 fylls deltagarlistan i digitalt i Tariff. Därefter ska de skrivas ut och lämnas in under ackrediteringen.
- En ledare ska stå som ansvarig på deltagarlistan. Denne måste inneha de licenser som krävs för de övningar som gymnasterna gör. Genom att fylla i och underteckna deltagarlistan försäkrar föreningen att alla gymnaster som är med och tävlar har giltig tävlingslicens. Dessutom intygar föreningen att ledaren har licens på rätt nivå för att passa gymnasterna på trampett och tumbling (vid tävlingar då tumbling används).

MUSIK:

- Skicka in eventuell musik till arrangören. Läs i PM om den ska skickas in och i så fall hur och när de behöver den.

ÖVRIGT:

- Be gymnasterna fixa håret innan ni kommer till tävlingen så undviker vi hårspray i hallen, det kan finnas personer med allergi.

När du kommer till tävlingen

ACKREDITERING:

- Lämna in deltagarlistor och bedömningsunderlag enligt senaste tid för ackreditering (se PM). Görs inte detta mister man sin starträtt. Pensumlista krävs inte på tävlingar i GF Syd.

LEDARMÖTE:

- Närvara på ledarmötet som hålls av TTK och arrangerande förening. Är man minsta osäker på något är detta rätt tillfälle att fråga.
- Dubbelkolla förträningslista och startlistor så de stämmer.

Förträning

- Visa hänsyn till de andra lagen ni delar redskap med. Förträningen är till för att gymnasterna ska få prova redskapen samt få en överblick om hur det kommer att gå till på tävlingen.

REDSKAPSSKISS:

- Lämna redskapsskiss till redskapsansvarig innan eller direkt efter förträningen.

Under tävling

- Det är ledarnas ansvar att kolla att redskapsfunktionärerna har tagit fram rätt redskap t.ex. trampett, satsbräda och rätt antal delar av plinten inför er tur att tävla.

KLÄDSEL:

- Alla gymnaster ska ha likadan klädsel.
- Ledare som befinner sig på tävlingsområdet ska vara klädda i föreningsrepresentativa kläder.

MOTTAGNING:

- **Trampett:** Vid voltrotation ska två tränare (och endast två) agera säkerhetspassare och stå med båda fötterna på landningsbädden. Det räcker att en av ledarna innehar licens för de övningar som gymnast utför. Ev. övriga tränare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen. Vid tävling ska endast övningar som gymnast behärskar väl, och som endast kräver säkerhetspassning, utföras.
- Vid överslag till liggande får en till två ledare stå mellan trampett/satsbräda och hoppredskap. Ev. övriga ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.
- **Tumbling:** Det ska alltid finnas en tränare i nära anslutning till landningsområdet för att ingripa. Vid fria rotationer ska en tränare (och endast en) agera säkerhetspassare på landningsområdet eller tumblinggolvet. Ev. övriga tränare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen. Vid tävling ska endast övningar som gymnast behärskar väl, och som endast kräver säkerhetspassning, utföras.

TÄNK PÅ!

- Du är på tävlingen för gymnasternas skull
- Ni ska ha kul tillsammans
- Du ska finnas som en trygg vuxen och hjälpa alla barn i hallen att få en härlig upplevelse av tävlingen
- Inom gymnastiken är vi noga med att alla prestationer är lika värda oavsett placering

Stort lycka till!

Vid frågor får du gärna kontakta oss på TTK SYD alternativt Gymnastikförbundet Syd

ttksyd@gymnastik.se

syd@gymnastik.se