



# TÄVLINGSBESTÄMMELSER RYTMISK GYMNASTIK 2023

# TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

## INNEHÅLLSFÖRTECKNING

FÖRORD.....	3
1. ALLMÄNA TÄVLINGSBESTÄMMELSER .....	4
1.1 Nationella tävlingar.....	4
2. INBJUDAN OCH PM.....	4
2.1 Startordning .....	4
3. ANMÄLNINGSRUTINER .....	4
3.1 Efteranmälan .....	4
3.2 Strykningar .....	5
4. DOMARE .....	5
4.1 Uttagning av domare.....	5
4.2 Anmälan domare.....	5
4.3 Utebliven domare .....	5
4.4 Resa, kost och logi.....	5
4.5 Klädsel på samtliga nationella tävlingar i Sverige.....	6
5. TÄVLINGSDELTAGANDE .....	6
5.1 Musik.....	8
5.2 Protest.....	9
6. TÄVLINGSGENOMFÖRANDE .....	9
6.1 Representant från Gymnastikförbundet .....	9
6.2 Allmänt.....	9
6.3 Defilerings.....	11
6.4 Prisutdelningar .....	11
6.5 Kvalificering .....	12
6.6 Redskapsbestämmelser.....	12
6.7 Utbildningskrav .....	13
6.8 Passare/mottagare/ledare .....	13
7. BEDÖMNING .....	13
8. Tävlingskalender .....	14
7.2 RG stjärnan digital tävling .....	14
7.3 Riksserien 1 .....	14
8.1 Vårpokalen Syd och Vårpokalen Nord.....	15
8.2 Riksserien 2 .....	17
8.3 SM individuellt och JSM trupp .....	18
8.4 RG stjärnan digital tävling .....	19
8.5 Riksserien 3 .....	20
8.6 Lag-JSM och lag-SM .....	21
8.7 JSM individuellt och SM trupp .....	22
8.8 Höstpokalen Syd och Höstpokalen Nord .....	23
BILAGOR .....	25

## FÖRORD

Tävlingsbestämmelser rytmisk gymnastik (RG) är framtagna av Gymnastikförbundets tävlingskommitté för rytmisk gymnastik (RTK) och godkända av Gymnastikförbundets verksamhetschef för Träning & tävling (tillika ansvarig för tävlingsverksamheten). Förändringar under innevarande giltighetsperiod kan endast göras av RTK alternativt verksamhetschef för träning & tävling.

Följande dokument ska läsas ihop med Tävlingsbestämmelser

- Tekniskt reglemente
  - Gymnastikförbundets anvisningar för barn och ungdomsgymnastik
  - Arrangörsreglemente
  - Bedömningsreglemente/Code of Points 2022-2024 (CoP)
  - Redskapsreglemente
  - Nordiska regler för duo/trio 2022-2024
  - Fria bedömningsreglementet
- 
- Bilaga 1 - Ungdomskrav
  - Bilaga 2 - Ungdomstrupp anpassade regler
  - Bilaga 3 - Utbildningskrav

# TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

## 1. ALLMÄNA TÄVLINGSBESTÄMMELSER

### 1.1 Nationella tävlingar

I rytmisk gymnastik är följande tävlingar klassificerade som Gymnastikförbundets Nationella tävlingar: Svenska Mästerskapen (SM, JSM), Lag-SM & Lag-JSM, Riksserien, Pokalenserien, RG-stjärnan. Olika tävlingar innefattar olika tävlingsklasser individuellt, duo/trio (DT), trupp, lag.

## 2. INBJUDAN OCH PM

Senast två (2) månader före respektive nationell tävling ska en inbjudan publiceras på [gymnastik.se](http://gymnastik.se) med information om tävlingsdatum, plats (ort och lokal), arrangör, anmälningsavgifter, sista anmälningsdag och eventuella avvikelser från bedömningsreglementet och andra tävlingsbestämmelser. Gymnastikförbundet mailar ut inbjudan till alla föreningar med verksamhet inom rytmisk gymnastik, efter inbjudan publiceras all information enbart på hemsidan och meddelas inte via mail.

Senast fem (5) veckor före respektive nationell tävling ska PM från arrangören publiceras på [www.gymnastik.se](http://www.gymnastik.se) med information om bl.a. tävlingsplatsens adress, preliminärt program för tävlingens genomförande, antal anmälda i respektive klass samt logialternativ inklusive kostnader för såväl mat som logi.

### 2.1 Startordning

Lottning av startordning görs av Gymnastikförbundet efter sista anmälningsdag. När lottningen är gjord är det inte möjligt att byta startordning. När startordningen är klar publiceras den på [www.gymnastik.se](http://www.gymnastik.se)

Vid gemensamt SM kan lottningen eventuellt göras vid annat tillfälle.

## 3. ANMÄLNINGSRUTINER

Information om anmälningsförfarande, efteranmälan, strykningar och avgifter finns i Tekniskt reglemente *Sektion 1 - 2.2 Anmälningsrutiner* samt *Sektion 7 – Särskilda bestämmelser för rytmisk gymnastik*.

### 3.1 Efteranmälan

Efteranmälan är tillåtet till fyra (4) veckor innan tävlingen förutsatt att arrangören tillåter i mån av plats. Förfrågningar om efteranmälan skickas till [rg@gymnastik.se](mailto:rg@gymnastik.se).

Vid godkänd efteranmälan får gymnast/trupp delta i tävlingen mot erläggande av en efteranmälningsavgift.

- 200kr per individuell gymnast
- 500kr per DT/trupp/lag.

Efteranmälningsavgiften tillfaller arrangörsföreningen.

# TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

## 3.2 Strykningar

Eventuella strykningar görs på [www.indta.se](http://www.indta.se). Efter sista anmälningdatum skall strykningar meddelas till [rg@gymnastik.se](mailto:rg@gymnastik.se) samt arrangören. Vid återbud som görs efter lottning av startordning tas anmälningavgiften ut. Detta gäller ej om läkarintyg kan uppvisas.

Vid strykning innan anmälningstiden gått ut:

Gör strykningen via anmälningssystemet.

Vid strykning efter anmälningstiden gått ut, men innan startlista publicerats:

Föreningen/tränaren för den/de som ska strykas mailar [rg@gymnatik.se](mailto:rg@gymnatik.se) och arrangören. Läkarintyg ska skickas in för att föreningen inte ska behöva betala anmälningavgiften.

Vid strykning efter anmälningstiden gått ut, men efter startlista publicerats:

Föreningen/tränaren för den/de som ska strykas mailar förbundet, arrangören samt övriga anmälda föreningar i den aktuella klassen (detta gäller dock endast trupp och DT där det kan vara relativt få anmälda, som önskar få ta del av informationen så tidigt som möjligt). Läkarintyg ska skickas in för att föreningen inte ska behöva betala anmälningavgiften.

## 4. DOMARE

### 4.1 Uttagning av domare

Domare utses av RTK som eftersträvar en så bred föreningsrepresentation som möjligt. För uttagning och tillsättning av domare, se respektive tabell för respektive tävling. Vid SM och JSM samt Lag-SM ska en koordinator-domare ingå i domarstaben. Denna domare utses av tävlingskommittén i samband med att övriga domare tillsätts.

### 4.2 Anmälan domare

De föreningar som har gymnaster som vill tävla på Pokalenserien, ska i samband med anmälan av gymnaster, även anmäla en domare (minst regionsdomare) för att döma denna klass. Förbundet kommer lotta fem (5) av de anmälda domarna till att döma. Domaren behöver inte "tillhöra" den egna föreningen, men en och samma domare kan inte anmälas från flera föreningar. Den förening som anmäler domaren ska även stå för domarens kostnader.

### 4.3 Utebliven domare

Vid utebliven domare på Pokalenserien åläggs föreningen att betala en avgift a 1500 kronor som tillfaller arrangören och ska täcka arrangörens kostnader för att ta in en annan domare.

### 4.4 Resa, kost och logi

Domarna ansvarar själva för bokning av resor, kost (utanför tävlingsschemat) och logi. Gymnastikförbundet bekostar resa, kost och logi för uttagna förbundsdomare. Arrangören står för måltider och fika under pågående tävling.

# TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

Anmälande förening bekostar resa, kost och logi för de domare som är anmälda att döma Pokalenserien.

## 4.5 Klädsel på samtliga nationella tävlingar i Sverige

Mörkblå eller svart kjol/byxa (ej jeans), vit skjorta med slips alternativt vit blus, topp, piké eller dylikt samt mörkblå eller svart kavaj/jacka är obligatorisk klädsel på alla nationella tävlingar.

## 5. TÄVLINGSDELTAGANDE

### Allmänt

Gymnaster som saknar giltig tävlingslicens får inte ställa upp på tävlingar.

Ansvarig tränare skall bevisa att alla gymnaster har en giltig tävlingslicens genom att på tävlingsdagen kunna styrka detta genom utdrag från Pensums register till arrangören. Pensumlistan ska endas visas upp för arrangören inte lämnas in. Gymnaster som saknar giltig tävlingslicens kommer inte att få ställa upp i tävlingen.

Arrangörsföreningen skriver avtal med Gymnastikförbundet. Arrangörsreglementet ska följas och rekommenderad sluttid för tävlingar är cirka klockan 14.00 på söndagen så gymnaster/tränare/domare har möjlighet att ta sig hem. Tidigaste starttid för tävlingar är klockan 09.00 och möjlighet till minst en timmes uppvärmning ska finnas inför start. Tiderna ska följas i möjligaste mån där hänsyn även måste tas till antalet deltagare och klasser på tävlingen, samt domares möjlighet till paus.

### Åldersindelning

**Seniorer:** 16 år och äldre (2007 och tidigare)

**Juniorer:** 13-15 år (2008-2010)

**Ungdom:** 10-12 år (2011-2013) (ungdom gäller regionala tävlingar samt Pokalenserien)

Angivna åldrar innebär från och med resp. till och med det kalenderår vederbörande uppnår stipulerad ålder

### Klädsel på gymnaster

Se i det internationella reglementet Code of Points, Art 5. Dress of gymnasts (Individual and group). På svenska tävlingar tillämpas inte avdrag för att underdräkt delvis är synlig eller för att tävlingsdräkt har delar av trosorna i hudfärgat material. Det är tränarens ansvar att se till att tävlingsdräkten är lämplig och har rätt passform. I övrigt ska dräkten följa bestämmelserna i Code of Points, exempelvis är det inte tillåtet med LED-lampor eller att ha lösa handledsdekorationer/bendekorationer.

\*För deltagande gymnaster i Pokalenserien och RG-stjärnan är det möjligt att tävla i kläder som inte följer bestämmelserna för tävlingsdräkt, så som exempelvis linne och shorts. Klädseln behöver endast vara lämplig för tävling.

# TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

\*Det finns regler som innebär att gymnaster inte får ha tejp, bandage eller skydd som inte harmoniserar med den egna hudens färg. Det är okej om gymnasten har tejp, bandage eller skydd som harmoniserar med klädernas färger och är placerad i förlängning av långa byxben eller armar. Det är ledarens ansvar att tillse detta, det är inte något som tillhandhålls av arrangör eller sjukvårdare.

## **Tillstånd och dispens**

Kan ansökas om i följande fall:

### **Allmänt**

Dispens ska sökas via [rg@gymnastik.se](mailto:rg@gymnastik.se) i samband med att inbjudan till tävlingen publiceras, dock senast i samband med anmälan till tävling. Dispens beviljas eller avslås enligt gällande regler och gäller kalenderåret ut (separat ansökan för varje tävling måste alltså inte göras). En gymnast kan representera en förening individuellt och en annan förening i trupp. Berörda föreningar måste ge sitt samtycke att gymnasten tävlar för två föreningar. Det är möjligt att gymnasten deltar i olika tävlingsklasser för de olika föreningarna vid denna dispens.

### **Trupp**

#### *Junior*

Juniortrupp får söka dispens för max två (2) gymnaster. Det vill säga tre (3) i truppen ska ha rätt ålder. Dispens ges till max en gymnast som är ett (1) år yngre. Dispens ges för en (1) till två (2) gymnaster som är ett (1) år äldre.

#### *Senior*

Seniortrupp får söka dispens för två (2) gymnaster som är ett (1) år yngre. Det vill säga tre (3) gymnaster ska ha rätt ålder.

### **Duo och trio**

#### *Junior*

Juniortrio får söka dispens för en gymnast som är ett (1) år äldre.

Juniorduo kan ej ansöka om dispens för gymnast som är ett (1) år yngre för deltagande på Riksserien, JSM eller Lag-SM. Detta då deltagare ska fylla 13 år det året enligt RFs normer för nationella tävlingar. För tävlan på Pokalserien gäller annan indelning av klasser, se under respektive tävling.

Duo där en gymnast är junior och en gymnast är senior tävlar som seniorduo enligt nedanstående text.

#### *Senior*

Seniorduo och seniortrio får söka dispens för en (1) gymnast som är ett (1) år yngre.

# TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

## Trupp/DT

### *Deltagande på SM*

Rätt att delta i svenska mästerskap har gymnast som uppfyller följande krav:

- **Individuellt**, se tekniskt reglemente.
- **RG Trupp**  
är svensk medborgare eller utländsk medborgare om vederbörande har bott i Sverige under minst ett år inför tävlingen (i trupp gymnastik och grenen trupp i RG får varje trupp ha maximalt två (2) utländska medborgare i laget).
- **DT**
  - **Duo**: ingen gymnast kan vara utländsk medborgare
  - **Trio**: en (1) gymnast kan vara utländsk medborgare för att få tävla officiellt

## Reserver

1. Förening som anmält gymnast som ej kommer till start äger rätt att sätta in reserv om detta meddelas arrangören före tävlingens start.
2. För reserver till mångkamp- samt grenfinaler under JSM och SM se punkt för respektive tävling.
3. För lag-SM och lag-JSM är det möjligt att, vid strykning av en gymnast, fram till tävlingens start ändra laguppställningen om så behövs för att laget ska bli komplett.
4. Seniortrupp som anmäler sex (6) gymnaster ska använda alla gymnaster, dvs alla ska vara aktiva i något program.
5. Ungdomstrupp och juniortrupp kan anmäla sju (7) gymnaster, där en reservgymnast ej behöver delta aktivt under tävlingen. Vid anmälan av sex (6) gymnaster gäller samma sak, en reservgymnast behöver ej delta aktivt.
6. Vid strykning av en gymnast i en trio kan deltagande förening välja att delta som en duo eller sätta in en reservgymnast.
7. Vid strykning av en gymnast i duo kan deltagande förening välja att sätta in en reservgymnast.

## 5.1 Musik

I PM:et framgår hur och när sista dag för att lämna in musik till arrangören är. Om musik lämnas in efter sista dag tas en straffavgift ut a 50 kronor per avsaknad musikfil. Avgiften tillfaller arrangören. Gäller ej RG stjärnan.

### **Tränares ansvar**

Det är tränarens ansvar att skicka in rätt musik och kontrollera att musikfilen är märkt med rätt gymnasts namn, klass, förening och redskap.

### **För SM-tävlingar**

Musiken ska lämnas in via online systemet Tariff, Sport Event Systems. Information och inloggningsuppgifter skickas ut till anmälda föreningar av Gymnastikförbundet.



# TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

## **Programtid:**

Programtid juniorer/seniorer ind. samt junior/seniortrupp enligt CoP.

**Duo:** 1.15-1.30 min enligt de nordiskt framtagna reglerna för duo/trio (DT).

**Ungdomstrupp:** rekommenderad 1.30-2.00 min

**Miniortrupp:** rekommenderad 1.30-1.45 min (gäller främst region/landsdelstävlingar)

## **Tidtagning:**

Vid JSM, SM och Lag-SM sker tidtagning av alla program. Tid ska tas med tidtagarur (ej mobiltelefon).

## 5.2 Protest

Vid eventuell protestförfarande, se *Tekniskt reglemente* punkt 1.4.

## 6. TÄVLINGSGENOMFÖRANDE

### 6.1 Representant från Gymnastikförbundet

Vid SM-tävlingar ska en officiell representant från Gymnastikförbundet finnas på plats.

Vid alla nationella tävlingar ska en representant från RTK eller representant utsedd av RTK finnas på plats. Representanten ingår i tävlingsjuryn.

### 6.2 Allmänt

Nedanstående gäller inte för tävlingar på fria reglementet.

#### **Svårighetskrav - individuellt**

##### **Seniorer FIG individuellt**

Följer Code of Points 2022-2024

##### **Juniorer FIG individuellt**

Följer Code of Points 2022-2024

Inga första-års juniorer kan tävla i FIG klassen

##### **Senior BAS individuellt**

Följer Code of Points 2022-2024 med följande undantag:

- En rotation i DER godkänns, värde 0.1
- Inget minimumkrav på DA, maximum 16 (in performance order)
- Maximum 4 risker (DER)
- CoP avdrag enligt punkt 14, endast linjedomaravdrag tillämpas
- Inget avdrag ges för dräkt
- Första års seniorer är en egen klass i senior BAS; gymnaster födda 2006

# TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

## Juniorer BAS individuellt

Följer Code of Points 2022-2024 med följande undantag:

- En rotation i DER godkänns, värde 0.1
- Inget minimumkrav på DA, maximum 12 (in performance order)
- Maximum 3 risker (DER)
- Inga hopp med bakåtböjning är tillåtna
- CoP avdrag enligt punkt 14, endast linjedomaravdrag tillämpas  
- Inget avdrag ges för dräkt
- Klassen delas även in efter åldrar; 2010, 2009, 2008 är separata klasser i junior BAS

## Ungdom

Svårighetskraven för ungdom på regionsnivå får inte vara högre än för juniorer BAS.

Bestämmelser i Sverige för ungdomsklassen regleras i *Bilaga 1 - Ungdomskrav*. Anpassad bedömning tillämpas på Pokalenserien. Varje region beslutar om egna svårighetskrav vid regionala tävlingar.

## Minior individuellt (gäller regionala tävlingar)

Svårighetskraven för minior på regionsnivå måste vara lägre än för juniorer BAS.

Varje region beslutar om egna svårighetskrav.

## Svårighetskrav - Trupp och DT

### Seniortrupp

Följer Code of Points 2022-2024

### Juniortrupp

Följer Code of Points 2022-2024. Redskap under 2023 och 2024 är fem par käglor.

### Ungdomstrupp

#### Fristående och/eller valfritt

Bestämmelser i Sverige för ungdomstrupp regleras i *Bilaga 2 - Ungdomstrupp anpassade regler gällande samarbete*. Antal gymnaster: 5-8 gymnaster (8 gymnaster kan tävla samtidigt på golvet).

### Miniortrupp (gäller region/landsdelstävlingar)

#### Fristående

Varje region beslutar om egna svårighetskrav. Antal gymnaster: 5-8 gymnaster (8 gymnaster kan tävla samtidigt på golvet). Varje region beslutar om egna svårighetskrav.

### Duo/Trio

Bestämmelser för DT regleras i de *Nordiska reglerna för duo/trio*. Svenska nationella tävlingar följer dessa regler. Från och med 2023 är redskapen för duo/trio fasta enligt rotationen för NM-tävlingarna.

# TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

## 6.3 Defilering

Defilering ska genomföras på SM-tävlingar vid lämplig tidpunkt under dagen där flest gymnaster har möjlighet att medverka. Defilering behöver inte genomföras på andra tävlingar.

## 6.4 Prisutdelningar

Prisutdelningar ska följa reglerna för respektive klass (se under varje tävling) i enighet med Gymnastikförbundets anvisningar för barn och ungdomsgymnastik. Prisutdelning sker i direkt anslutning till avslutad tävling efter finalen. Alla gymnaster ska defilera in och ställa upp på golvet. Gymnaster och ledare ska vara klädda i föreningsrepresentativa kläder eller tävlingsdräkt.

Resor hem ska bokas med god marginal från planerad prisutdelning då gymnaster som ställer upp på tävlingen måste medverka vid prisutdelningen. Vid långa tävlingsdagar ska minst två prisutdelningar genomföras.

### 6.2.1 Ceremonier, medaljer och priser

Enbart övre halvan av resultatlistan ropas upp i följande klasser: junior 2010, junior BAS och senior BAS. För Pokalserien och tävlingar på fria reglementet ropas endast placering 1-3. Övriga gymnaster ska ropas upp utan inbördes ordning (rekommenderas i startordning). Gymnasterna ropas upp med namn samt föreningstillhörighet.

Detta ska följas även på regionala tävlingar. Gymnaster 10-12 år ska endast ropas upp med placering 1-3 och gymnaster yngre än 10 år ska ropas upp utan placering.

Vid tävlingar som arrangeras nationellt ansvarar arrangören för att beställa och bekosta medaljer som delas ut till platserna guld, silver och brons. Medaljer som delas ut ska vara neutrala eller ha disciplinenligt utseende. Deltagare kan erhålla diplom/plakett som ska vara neutrala eller ha disciplinenligt utseende. Prisutdelning sker i omvänd placerings-ordning, dvs: brons, silver och sist guld. Vid Riksserietävling 3 delas pokal ut till plats 1-3 totalresultatet av serien.

### SM och JSM

Vid JSM och SM erhålls Riksidrottsförbundets SM-tecken. Gymnastikförbundet ansvarar för att beställa och bekosta SM-tecken som sedan skickas till arrangörsföreningen.

Vandringspokal delas endast ut vid SM i klasserna individuellt och lag.

### Delad placering

Vid samtliga nationella tävlingar gäller att vid delad placering delas medalj ut till båda gymnasterna/DT/trupp/lag (upp till tre deltagare). Om fler än tre gymnaster/DT/trupp/lag hamnar på samma slutliga poäng ska FIGs regler om delad placering följas.

# TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

## 6.5 Kvalificering

### 6.3.1 Kvalificeringsregler för grenfinaler

#### **JSM och SM:**

Om max tre gymnaster vid kvalificering till grenfinal hamnar på delad plats på den sista kvalplatsen kvalificerar sig samtliga dessa tre gymnasterna till grenfinalen. Om fler än tre gymnaster hamnar på delad plats på den sista kvalplatsen kvalificerar sig den gymnast/de gymnaster som har högst utförandepoäng (enligt FIG:s bestämmelser).

Under JSM och SM kommer *en* reserv att tas in till mångkamps- samt grenfinal om någon kvalificerad gymnast stryker sig under pågående tävling. Gymnast som är näst på tur och alltså är reserv ska presenteras av arrangören vid upprop av kvalificerade gymnaster till respektive final.

## 6.6 Redskapsbestämmelser

### **Redskapsnormer**

Enligt FIG:s bestämmelser.

<http://www.fig-gymnastics.com/site/rules/app-norms>

Redskapen ska uppfylla normerna enligt FIG:s bestämmelser ovan. Redskapskontroller kommer inte att genomföras för alla gymnaster. Arrangör har dock rätt att kontrollera redskap enligt principen för stickprov under JSM, SM samt Lag-SM.

### **6.4.2 Redskapsordning**

#### **Seniorer individuellt:**

Följer FIG:s bestämmelser 2023: tunnband, boll, käglor, band

#### **Juniorer individuellt:**

Följer FIG:s bestämmelser 2023: tunnband, boll, käglor, band

#### **Ungdom individuellt:**

Följer Sveriges bestämmelser 2023: fristående och band

#### **Seniortrupp:**

Följer FIG:s bestämmelser 2023: 5 tunnband samt 3 band + 2 bollar

#### **Juniortrupp:**

Följer Nordens bestämmelser 2023: 5 par käglor

#### **DT junior:**

Följer Nordiska bestämmelser 2023: 2 par käglor

#### **DT senior:**

Följer Nordiska bestämmelser 2023: 2 tunnband

#### **Ungdomstrupp:**

# TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

Följer Sveriges bestämmelser: 2023: fristående och/eller valfritt redskap

## **Miniortrupp (regionala tävlingar):**

Följer Sveriges bestämmelser 2023: fristående

### **6.4.3 Takhöjd**

Minimum **8 meter** (enligt FIG normer) men med stark rekommendation på högre höjd. Arrangörer som har möjlighet att boka hall med 10 meter i takhöjd kan komma att prioriteras vid SM och Lag-SM. Undantag från detta är Pokalenserien, se redskapsreglemente.

### **6.7 Utbildningskrav**

Vid tävling ska Gymnastikförbundets utbildningskrav (bilaga 3) följas. Det innebär att du som ledare är ansvarig att vara införstådd med och följa kraven. Under 2023 gäller det som står under punkt 6.8.

### **6.8 Passare/mottagare/ledare**

För att träna gymnaster och delta på nationella tävlingar (arrangerade av Gymnastikförbundet) gäller under 2023 att tränaren har steg 1-utbildning, alternativt RG A samt att förkunskapskrav för utbildningen uppfylls:

- Intro Svensk Gymnastik
- Gymnastikens baskurs – träning och tävling
- Åldersanpassad träning för barn och unga
- Från det år du fyller 15 år

Som tränare på nationella tävling behöver du även ha deltagit vid utbildningshelgen den 22-23 oktober 2022 alternativt vid de uppföljningstillfälle som genomförs digitalt under 2023. Om din förening inte uppfyller ovan krav, samverka gärna tillsammans med en annan förening som har tränare som uppfyller samtliga krav.

Föreningen och den enskilde tränaren har det yttersta ansvaret för att säkerhetsaspekterna följs.

*Har du annan utbildning som du vill tillgodoräkna dig behöver du söka dispens via Gymnastikförbundets utbildningsavdelning [utbildning@gymnastik.se](mailto:utbildning@gymnastik.se)*

## **7. BEDÖMNING**

Juniorer och Seniorer Bas bedöms enligt Code of Points (CoP) 2022-2024, med avvikelser listade i punkt 6.2. Juniorer FIG och Seniorer FIG bedöms enligt bedömningsreglemente Code of Points (CoP) 2022-2024. Pokalenserien bedöms endast på utförande; tekniskt och artistiskt (Execution) med samma anpassningar som BAS klassen.

RG stjärnan och fria klassen (Pokalenserien) bedöms enligt Fria bedömningsreglementet.

## 8. Tävlingskalender

[Datum och ort för respektive nationell tävling specificeras här.](#)

Angivna åldrar innebär från och med resp. till och med det kalenderår vederbörande uppnår stipulerad ålder

### 7.2 RG stjärnan digital tävling

Tävlingsklasser: enligt Fria bedömningsreglementet

Tävlingsregler: Fria bedömningsreglementet

Tävlingsform: tävlingen genomförs under en vecka, där deltagande föreningar filmar sina program och lämnar in till arrangören. Programmen bedöms sedan av utsedda domare.

Domare: deltagande föreningar ställer upp med minst en domare. Domaren ska vara väl insatt i Fria reglementet.

### 7.3 Riksserien 1

<b>Tävlingsklasser:</b>	Seniorer FIG	tunnband, boll, käglor
	Seniorer BAS	tunnband, boll
	Seniorer BAS 2007	tunnband, boll
	Juniorer FIG 2008-2009	tunnband, boll, käglor
	Juniorer BAS 2008	tunnband, boll
	Juniorer BAS 2009	tunnband, boll
	Juniorer BAS 2010	tunnband, boll
	DT senior	2 tunnband
	DT junior	2 par käglor
	Seniortrupp	enligt CoP
Juniortrupp	5 par käglor	
<b>Tävlingsregler:</b>	FIG-klasser	CoP 2022-2024
	BAS-klasser	CoP 2022-2024 med nationella anpassningar
	DT	Nordiska reglementet för DT
	Trupp	CoP 2022-2024

**Tävlingsform:** Mångkampstävling i alla tävlingsklasser. För BAS-klasser utses placering 1-3 *eller* översta hälften vid fler än 10 deltagare. För FIG-klasser utropas alla deltagare i ordning efter placering. För DT och trupp junior utropas placering 1-3. För DT och trupp senior utropas alla deltagare i ordning efter placering.

# TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

På tävling 3 koras serievinnare i samtliga klasser. Serievinnaren är den med lägst totala placeringssiffra räknat på de två bästa resultaten av de tre deltävlingarna.

**Domare:** Domare tillsätts av RTK.

## 8.1 Vårpokalen Syd och Vårpokalen Nord

Vårpokalen Syd och Vårpokalen Nord arrangeras som två (2) separata tävlingar och arrangeras under en dag.

Syd består av följande regioner: Väst, Sydost, Syd

Nord består av följande regioner: Öst, Mellansvenska, Uppsvenska, Mitt, Norr (Norr har i dagsläget ingen förening)

**Tävlingsregler:** Bedömning enligt COP med nationella anpassningar (se BAS klassen). Endast utförande bedöms; tekniskt och artistiskt (Execution).

**Tävlingsklasser:** Lagtävling Ett lag består av 3-6 gymnaster som kör totalt 6 program

Ungdomsgymnaster får köra fristående. En gymnast kan endast ingå i ett lag.

Separat tävling för DT och trupp med följande klasser:

DT Senior	Valfritt redskap (2 försök)
DT Junior	Valfritt redskap (2 försök)
DT Ungdom	Valfritt redskap (2 försök)
Seniortrupp	Valfritt redskap (2 försök)
Juniortrupp	Valfritt redskap (2 försök)
Ungdomstrupp	Fristående (2 försök)

Separat tävling för fria klassen med bedömning enligt fria reglementet:

Duo/trio/quattro  
Trupp

**Tävlingsformer:** Inga individuella poäng redovisas i lagtävlingen. Laget får en gemensam totalpoäng. För DT ungdom och ungdomstrupp utnämns en vinnare, övriga lag kommer på delad andra plats och alla tilldelas en medalj och diplom. För Junior- och Seniortrupp samt DT junior och DT senior ges placering 1-3, övriga kommer på delad fjärde placering.

## TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

För fria klassen gäller placering 1-3, övriga kommer på delad fjärde placering. Klasserna delas in efter anmälan enligt bestämmelserna i fria bedömningsreglementet.

**Ålder:** 10 år och äldre (inga åldersdispenser ges)

**Domare:** Domarpanel bestående av 4 domare, 2 tekniska och 2 artistiska. Deltagande föreningar måste anmäla minst en domare (på regionsnivå). Domaren måste inte tillhöra den egna föreningen, men en domare kan endast representera en förening. Om fler domare, än vad som krävs anmäls tillsätts platserna genom lottnings.

Domare till fria klassen anmäls av deltagande förening i denna klass. Domarpanelen ska bestå av minst fyra domare, en per kategori.



# TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

## 8.2 Riksserien 2

<b>Tävlingsklasser:</b>	Seniorer FIG	boll, käglor, band
	Seniorer BAS	boll, käglor
	Seniorer BAS 2006	boll, käglor
	Juniörer FIG 2008-2009	boll, käglor, band
	Juniörer BAS 2007	boll, käglor
	Juniörer BAS 2008	boll, käglor
	Junior BAS 2010	boll, käglor
	DT senior	2 tunnband
	DT junior	2 par käglor
	Seniortrupp	enligt CoP
	Juniortrupp	5 par käglor
<b>Tävlingsregler:</b>	FIG-klasser	CoP 2022-2024
	BAS-klasser	CoP 2022-2024 med nationella anpassningar
	DT	Nordiska reglementet för DT
	Trupp	CoP 2022-2024
<b>Tävlingsform:</b>	Mångkampstävling i alla tävlingsklasser. För BAS-klasser utses placering 1-3 <i>eller</i> översta hälften vid fler än 10 deltagare För FIG-klasser utropas alla deltagare i ordning efter placering För DT och trupp utropas alla deltagare i ordning efter placering  På tävling 4 koras serievinnare i samtliga klasser. Serievinnaren är den med lägst totala placeringssiffra räknat på de tre bästa resultaten av de fyra deltävlingarna.	
<b>Domare:</b>	Domare tillsätts av RTK.	

## TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

### 8.3 SM individuellt och JSM trupp

**Tävlingsklasser:** Seniorer ind valfritt i kval och final (se notis nedan)  
DT senior 2 tunnband  
Juniortrupp 5 par kägglor

**Tävlingsregler:** CoP 2022-2024 i samtliga klasser utom DT senior där bedömning sker enligt Nordiska reglementet för DT.

**Tävlingsformer:** Fri anmälan för alla klasser.

Seniorer kvalomgång två (2) valfria redskap, 12 bästa till mångkampsfinal med ytterligare två (2) redskap. Mångkampssegrare utses.

Åtta (8) bästa per redskap går till final. Grensegrare utses för varje redskap.

Seniorer Mångkamp och grenfinal, 8 bästa per redskap, grensegrare

DT senior Mångkamp och grenfinal, 6 bästa per redskap med ett försök, grensegrare

Juniortrupp Mångkamp och grenfinal, 6 bästa per redskap, grensegrare

**Domare:** Domare tillsätts av RTK.

Juniortrupp som önskar kvala till Nordiska Mästerskapen 2024 ska ställa upp på denna tävling.

# TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

## Hösttermin

### 8.4 RG stjärnan digital tävling

Tävlingsklasser: enligt Fria bedömningsreglementet

Tävlingsregler: Fria bedömningsreglementet

Tävlingsform: tävlingen genomförs under en vecka, där deltagande föreningar filmar sina program och lämnar in till arrangören. Programmen bedöms sedan av utsedda domare.

Domare: deltagande föreningar ställer upp med minst en domare. Domaren ska vara väl insatt i Fria reglementet.

# TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

## 8.5 Riksserien 3

<b>Tävlingsklasser:</b>	Seniorer FIG Seniorer BAS Seniorer BAS 2007 Juniorer FIG 2008-2009 Juniorer BAS 2008 Juniorer BAS 2009 Juniorer BAS 2010 DT senior DT junior Seniortrupp Juniortrupp	tunnband, käglor, band käglor, band käglor, band tunnband, käglor, band käglor, band käglor, band käglor, band 2 tunnband 2 par käglor enligt FIG CoP 5 par käglor
<b>Tävlingsregler:</b>	FIG-klasser BAS-klasser  DT Trupp	CoP 2022-2024 CoP 2022-2024 med nationella anpassningar Nordiska reglementet för DT CoP 2022-2024
<b>Tävlingsform:</b>	Mångkampstävling i alla tävlingsklasser. För BAS-klasser utses placering 1-3 <i>eller</i> översta hälften vid fler än 10 deltagare För FIG-klasser utropas alla deltagare i ordning efter placering För DT och trupp utropas alla deltagare i ordning efter placering  På tävling 3 koras serievinnare i samtliga klasser. Serievinnaren är den med lägst totala placeringssiffra räknat på de två bästa resultaten av de tre deltävlingarna.	
<b>Domare:</b>	Domare tillsätts av RTK.	

## TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

### 8.6 Lag-JSM och lag-SM

<b>Tävlingsregler:</b>	Seniorlag Juniorlag	CoP 2022-2024 CoP 2022-2024 med nationella anpassningar
<b>Tävlingsklasser:</b>	Seniorer lag Juniorer lag	tunnband, boll, käglor, band tunnband, boll, käglor, band

En förening kan anmäla maximum två (2) lag per klass.

Ett lag består av minst tre (3) och maximum åtta (8) gymnaster. Ett lag kör totalt åtta (8) program: Två (2) tunnbandsprogram, två (2) bollprogram, två (2) kägelpå program och två (2) bandprogram. Laget anmäls med gymnast och vilket redskap som gymnasten kör. En gymnast kan endast ingå i ett lag. En gymnast kan som max köra 3 program i laget (gäller både junior och senior).

Inga dispenser kring ålder ges.

**Tävlingsform:** Till lagets totala poäng räknas ett (1) poäng per redskap, samt ytterligare två (2) högsta poäng (ej tidigare inräknade). Två (2) poäng räknas bort från lagets totala poäng.

För juniorlag utses placering 1-3.  
För seniorlag utses placering 1-3. Samtliga placeringar presenteras dock.

**Domare:** Domare tillsätts av RTK.

# TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

## 8.7 JSM individuellt och SM trupp

### Tävlingsklasser:

Juniorer 2008	4 redskap: Tunnband, boll, käglor, band
Juniorer 2009	3 redskap: 2 valfria + band
Juniorer 2010	2 redskap: valfritt + band
DT junior	2 par käglor
Seniortrupp	enligt FIG CoP

### Tävlingsregler:

CoP 2022-2024 i samtliga klasser utom DT junior där bedömning sker enligt Nordiska reglementet för DT.

### Tävlingsformer:

Fri anmälan för alla klasser. Mångkampssegrare utses för varje juniorklass, junior DT samt seniortrupp.

Sex (6) bästa per redskap i juniorer 2008 går till grenfinal.  
Grensegrare utses för varje redskap.

Sex (6) bästa DT samt trupp i mångkampen går till grenfinal.

Juniorer 2008	Mångkamp 4 grenar samt grenfinal, 6 bästa per redskap
Juniorer 2009	Mångkamp 3 grenar
Juniorer 2010	Mångkamp 2 grenar
DT junior	Mångkamp och grenfinal, 6 bästa per redskap med ett försök, grensegrare
Seniortrupp	Mångkamp och grenfinal, 6 bästa per redskap, grensegrare

### Domare:

Domare tillsätts av RTK.

Seniortrupp som önskar kvala till Nordiska Mästerskapen 2024 ska ställa upp på denna tävling.

# TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

## 8.8 Höstpokalen Syd och Höstpokalen Nord

Vårpokalen Syd och Vårpokalen Nord arrangeras som två (2) separata tävlingar och arrangeras under en dag.

Syd består av följande regioner: Väst, Sydost, Syd

Nord består av följande regioner: Öst, Mellansvenska, Uppsvenska, Mitt, Norr (Norr har i dagsläget ingen förening).

**Tävlingsregler:** Bedömning enligt COP med nationella anpassningar (se BAS klassen). Endast utförande bedöms; tekniskt och artistiskt (Execution).

**Tävlingsklasser:** Lagtävling Ett lag består av 3-6 gymnaster som kör totalt 6 stycken program.

Ungdomsgymnaster får köra fristående. En gymnast kan endast ingå i ett lag.

Separat tävling för DT och trupp med följande klasser:

DT senior	Valfritt redskap (2 försök)
DT junior	Valfritt redskap (2 försök)
DT ungdom	Valfritt redskap (2 försök)
Seniortrupp	Valfritt redskap (2 försök)
Juniortrupp	Valfritt redskap (2 försök)
Ungdomstrupp	Fristående (2 försök)

**Tävlingsformer:** Inga individuella poäng redovisas i lagtävlingen. Laget får en gemensam totalpoäng. För DT ungdom och ungdomstrupp och utnämns en vinnare, övriga lag kommer på delad andra plats och alla tilldelas en medalj och diplom. För Junior- och Seniortrupp samt DT junior och DT senior ges placering 1-3, övriga kommer på delad fjärde placering.

För fria klassen gäller placering 1-3, övriga kommer på delad fjärde placering. Klasserna delas in efter anmälan enligt bestämmelserna i fria bedömningsreglementet.

**Ålder:** 10 år och äldre (inga åldersdispenser ges)

**Domare:** Domarpanel bestående av 4 domare, 2 tekniska och 2 artistiska. Deltagande föreningar måste anmäla minst en domare (på regionsnivå). Domaren måste inte tillhöra den egna föreningen, men en domare kan endast representera en förening. Om fler

## TÄVLINGSBESTÄMMELSER – RYTMISK GYMNASTIK 2023

---

domare, än vad som krävs anmäls tillsätts platserna genom lottning.

Domare till fria klassen anmäls av deltagande förening i denna klass. Domarpanelen ska bestå av minst fyra domare, en per kategori.



## BILAGOR

Tekniskt reglemente  
Anvisningar för barn- och ungdomsgymnastiken  
Arrangörsreglemente  
Redskapsreglemente  
Ungdomskrav  
Ungdomstrupp anpassade regler gällande samarbete  
Utbildningskrav