

PM

Dalby GF och GF Syds Trupptävlingskommitté hälsar dig välkommen till

RegionNian

Datum: 26–27/9 - 2026

Plats: Idrottshallen Lund (Högevall)

INFORMATION

Information och upplysningar lämnas av: Ida Leander-Pehrson

Tel: 070-355 07 74, ida.leander-pehrson@gymnastik.se

HÅLLTIDER LÖRDAG

Kl. 07:30	Hallen öppnar
Kl. 08:30	Domarmöte
Kl. 09:00	Ledarmöte Pool 1
Kl. 09:10	Förträning Pool 1
Kl. 09:35	Defilering Pool 1
Kl. 09:40	Tävlingsstart Pool 1
Kl. 11:05	Avslutning Pool 1
Kl. 11:15	Ledarmöte Pool 2
Kl. 11:25	Förträning Pool 2
Kl. 11:50	Defilering Pool 2
Kl. 11:55	Tävlingsstart Pool 2
Kl. 13:10	Avslutning Pool 2
Kl. 13:25	Ledarmöte Pool 3
Kl. 13:35	Förträning Pool 3
Kl. 14:00	Defilering Pool 3
Kl. 14:05	Tävlingsstart Pool 3
Kl. 15:30	Avslutning Pool 3

HÅLLTIDER SÖNDAG

Kl. 07:30	Hallen öppnar
Kl. 08:30	Domarmöte
Kl. 09:00	Ledarmöte Pool 1
Kl. 09:10	Förträning Pool 1
Kl. 09:40	Defilering Pool 1
Kl. 09:45	Tävlingsstart Pool 1
Kl. 11:19	Avslutning Pool 1
Kl. 11:30	Ledarmöte Pool 2
Kl. 11:40	Förträning Pool 2
Kl. 12:10	Defilering Pool 2
Kl. 12:15	Tävlingsstart Pool 2
Kl. 13:50	Avslutning Pool 2

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.

FÖRTRÄNING OCH TÄVLING

Förtränings- och tävlingstider, se **Bilaga 1 Lördag** och **Bilaga 1 Söndag**.

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

Varje lag har förträning 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.

Ingen förträning i fristående. Ledarna får efter förträningen på hopp visa gymnasterna friståendeytan. Det finns inte möjlighet att öva på friståndet utan ledarna visar gymnasterna var ytan är, besvarar eventuella frågor och lämnar sedan golvet.

När det under tävling är lagets tur att tävla får ledarna följa gymnasterna in på friståendeytan och visa var de ska starta för att sedan snabbt lämna golvet.

ACKREDITERING/BEDÖMNINGSUNDERLAG

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 ifylld och underskriven deltagarlista med födelsedata (6 siffror), se bilaga 2.
- Bedömningsunderlag i 3 exemplar per gren, se bilaga 3. Ifyllda med symboler från svårighetstabeller enligt Bedömningsreglemente nivå 6–9, inkl. bilagor se: [Regionala tävlingsregler 6-9 | Svenska Gymnastikförbundet](#)

REDSKAPSINFORMATION

Hallen kommer att vara utrustad med: Mattvåd, Ansatsklossar + Tjockmatta (station), 1 trampett 28 fjädrar, 1 trampett 32 fjädrar, Satsbräda, 1 plint, 4st ansatsklossar (för förhöjd ansats) + anloppsmatta, landningsyta + mattberg 60/90/120.

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 och satsbräda får tas med, och måste då finnas tillgänglig för samtliga lag under hela förträningen och tävlingen för den egna poolen. Obs! Se Svenskans 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 Sandra Malmberg och Melker Lindner, arrangörens representant Ida Leander-Pehrson 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 Idrottshallen Lund. Adress: Högevallsgata 1, 222 29 Lund

Då det är ont om parkering precis vid hallen, rekommenderar vi att använda Parkeringshus Arena Park bara en kort bit ifrån.

INTRÄDE

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

FÖRSÄLJNING

Försäljning av fika, kaffe/te, dricka och toast kommer att erbjudas i vårt café.

DEFILERING

Defilering sker i startordning enligt Fristående, föreningsvis. 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. Friståendemusik skickas in digitalt. Friståendemusik ska skickas till kansliet@dalbygf.se i mp3 eller mp4 format. **OBS! Länkar till ex. spotify accepteras ej.**

Musiken ska vara inskickad **senast 17/9**.

Reservmusik tas med på ett USB-minne eller en enhet som kan kopplas till AUX.

BADGES

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.

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 [Dalby Gymnastikförening](http://DalbyGymnastikforening.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 DALBY GF!