

Eskilstuna Gymnastikförening

hälsar er välkomna till



SPARBANKSPOKALEN

Stegserier 1 – 8, Riks- och Regionspokal,

Starsserierna

13–14 maj 2023



Vilstahallen, Eskilstuna

I samverkan med Eskilstuna Gymnastikförenings huvudsponsor,
Sparbanken Rekarne, välkomnar vi till tävling i Kvinnlig
Artistisk Gymnastik.

Sparbanken
Rekarne





Tävlingsinformation

Datum: 13-14/5 - 2023

Plats: Vilstahallen Eskilstuna, Eskilstuna Gymnastikförening
Vilsta Sport & Fritidscenter, Vasavägen 81, 633 58 Eskilstuna

Tävlingshallen är bredvid gymnastikhallen, uppvärmning sker i träningshallen

Lördagen den 13 maj

Stegserier 5-6

8⁰⁰ - 8³⁰ Fri uppvärmning i träningshallen
8¹⁰ - 8¹⁵ Tränarmöte
8²⁰ - 8⁵⁰ Domarmöte i lilla hallen
8³⁰ - 9⁴⁰ Schemalagd förträning
9⁵⁰ - 9⁵⁵ Defilering
9⁵⁵ - 12⁴⁰ Tävling

Stegserier 7-8, Riks- och Regionspokal (USM o UM, se sep inbjudan på SvGF)

13⁰⁰ - 13³⁰ Fri uppvärmning i Träningshallen
13¹⁰ - 13¹⁵ Tränarmöte
13²⁰ - 13⁵⁰ Domarmöte i lilla hallen
13³⁰ - 14⁴⁰ Schemalagd förträning
14⁵⁰ - 14⁵⁵ Defilering
15⁰⁰ - 17⁴⁵ Tävling

Söndagen den 14 maj

Stars serier Järn-Brons

8⁰⁰ - 8³⁰ Fri uppvärmning i träningshallen
8¹⁰ - 8¹⁵ Tränarmöte
8²⁰ - 8⁵⁰ Domarmöte i lilla hallen
8³⁰ - 9³⁰ Schemalagd förträning
9⁴⁰ - 9⁴⁵ Defilering
9⁴⁵ - 12³⁰ Tävling

Steg 1-4, Stars serier Silver - Diamant

13⁰⁰ - 13³⁰ Fri uppvärmning i Träningshallen
13¹⁰ - 13¹⁵ Tränarmöte
13²⁰ - 13⁵⁰ Domarmöte i lilla hallen
13³⁰ - 14³⁰ Schemalagd förträning
14⁴⁰ - 14⁴⁵ Defilering
14⁴⁵ - 17³⁰ Tävling

Detta är preliminära tider!!!

Tider sätts efter sista anmälningdag och kommer att meddelas via PM 1.

Tävlingsform

Steg 1-4, Järn - Silver: Alla vinnare

Steg 5-8, Riks- och Regionspokal, Guld - Diamant: Individuell mångkamp samt grenseger där det är 5 eller fler gymnaster.



Stegserierna finns hos Svenska Gymnastikförbundet

<https://www.gymnastik.se/Verksamheter/Kvinnligartistiskgymnastik/Domare/Mallar/>

Starsserierna, finns hos

Gymnastikförbundet Mellansvenska

<https://www.gymnastik.se/Regioner/gymnastikforbundetmellansvenska/tavling/tavlingsinriktning/Kvinnligartistiskgymnastik/STARS-serierna/>

Ålder: Fri ålder med lägsta ålder det år man fyller 7 år

***OBS!** Om ni avanmäler/ stryker en gymnast efter sista anmälningsdatum blir ni dock tvungna att betala anmälningsavgiften. Detta på grund av att kostnaderna för tävlingen utgår ifrån sista anmälningsdatum.*

Anmälan

görs till event@eskilstunagf.se

Sista anmälningsdag är den 3/4-2023

Format: Förnamn, efternamn, förening, födelseår, tävlingssteg samt medföljande domare med rätt utbildning för de tävlande. Gärna via ett Excelark. För avsaknad av domare debiteras en straffavgift enligt SvGF regler.

Anmälningsavgift

Anmälningsavgiften **300: -/gymnast**

Domare

1 domare per påbörjad 4 gymnaster

Steg 1–4, Järn – silver: minst steg 1 domare

Steg 5–6, Guld – Diamant: minst steg 2 domare

Steg 7–8, Riks- och Regionspokal: minst steg 3 domare

Deltagande förening ska anmäla en (1) domare per påbörjat 4-tal gymnaster.

Tävlingsregler

Samtliga tävlingsregler finns att hämta på www.gymnastik.se under rubriken verksamheter – kvinnlig artistisk gymnastik – regler. Eventuella frågor kan skickas till kvag@gymnastik.se

Tävlingslicens

Föreningarna ansvarar för att gymnasterna har giltig tävlingslicens.

Sparbanken
Rekarne



Friståendemusiken ska mailas in till event@eskilstunagf.se senast den 24/4-2023 i mp3 format.

Märk musiken med namn, klass, förening



Redskap

Hopp: Gymnova, satsbrädor Spiet
Barr: Gymnova och Jansen Fritzen
Bom: Gymnova och Spieth
Fristående: Spieth

EGF Kansli:

Meta Halldén event@eskilstunagf.se

Tävlingsledare

Meta Halldén event@eskilstunagf.se, 0706716423

Boende

Vilsta Sporthotell

Tel 016-51 30 80

632 29 Eskilstuna

Fax 016-51 30 86

info@vilstasportshotel.se

**POKALER TILL ALLA TÄVLANDE!
VARMT VÄLKOMNA MED ER
ANMÄLAN!**

Sparbanken
Rekarne



Sparbanksstiftelsen
Rekarne



Eskilstuna
logistik



Eskilstuna
kommun

VOLVO
Construction Equipment



Eskilstuna Energi & Miljö

Biltjänsten
Serrander Bil AB



Eskilstuna-Kuriren

Canon



Gymnastik-
förbundet

SÖRMLANDSIDROT
TTEN

**VERA
Sport**



VILSTA
SPORTHOTELL
ESKILSTUNA



SVENSK KROPPSTERAPI



Advokatgruppen Mellansverige

Advokat Carlos Costa

**Eko-Priser
Mälardalen AB**