

Fysiska

# TÄVLINGAR

## TÄVLINGSINFORMATION & TEKNISKT REGLEMENTE TRUPP

Mellansvenska

2022-01-01

**Mellansvenskas tävlingsinformation & tekniskt reglemente  
kräver följande komplement från Gymnastikförbundet:**

- Nationellt bedömningsreglemente nivå 3-6 (Nat. BR) inkl. bilagor
- Tävlingsbestämmelser nivå 3-6
- Bedömningsreglemente nivå 7-9 inkl. bilagor
- Tävlingsbestämmelser nivå 7-9
- Tekniskt reglemente
- Redskapsreglemente

# INNEHÅLLSFÖRTECKNING

<b>DEN GYLLENE REGLEN</b> .....	3
<b>1 ALLMÄNNA BESTÄMMELSER</b> .....	3
1.1 Benämningar .....	3
1.2 Tävlingsssystem .....	3
1.2.1 Tävlingsnivåer .....	3
1.2.2 Tävlingar .....	4
1.3 Tävlingsdeltagande .....	4
1.3.1 Begränsningar/dispenser .....	4
1.3.2 Ackreditering .....	5
1.4 Genomförande av tävling .....	5
1.4.1 Segrare och placering .....	5
1.4.2 Mottagning vid trampett och tumbling .....	6
1.4.3 Redskap .....	6
1.4.4 Musik .....	7
1.5 Regler och bedömning .....	7
1.5.1 Domare .....	7
<b>2 TEKNISKT REGLEMENTE</b> .....	8
2.1 Tävlingsanmälan .....	7
2.1.1 Anmälningsavgifter/efteranmälan .....	7
2.1.2 Betalning .....	8
2.1.3 Antal lag/klass för att klassen genomförs .....	8
2.2 Arrangemang av tävling .....	8
2.2.1 Regionstävling .....	8
2.2.2 Föreningstävling .....	8
2.2.3 PM .....	8
2.2.4 Protester .....	8
2.3 Regler för ledare .....	8
2.3.1 Allmänt .....	8
2.3.2 Klädsel .....	8
2.4 Tävlingsjury .....	9
2.5 Övrigt .....	10
2.6 Kontaktuppgifter .....	9
2.6.1 Gymnastikförbundet Mellansvenska .....	9
2.6.2 Trupptävlingskommittén (TTK) Mellansvenska .....	9
<b>3 BILAGOR</b> .....	11
Tävlingsregler .....	11
Bedömnings- el. Omdömesunderlag .....	11
Deltagarlista .....	11
Redskapsskiss .....	11
Överslag till liggande med bräda till mattberg .....	<b>Fel! Bokmärket är inte definierat.</b>

# DEN GYLLENE REGLEN

Övningsvalet och kompositionen i ett program ska aldrig försvåras på bekostnad av det stilmässiga och tekniska utförandet

## 1 ALLMÄNNA BESTÄMMELSER

Tävlingsreglerna för Gymnastikförbundet Mellansvenska är framtagna i ett samarbete mellan alla regioners trupptävlingskommittéer. Ändringar av dessa tävlingsbestämmelser kan endast göras i samråd med övriga regioners trupptävlingskommittéer.

### 1.1 Benämningar

Benämningar som används genomgående i Mellansvenskas regelsamling är:

Nivåer      RegionsNian (Grencup)  
                 RegionsÅttan (Grencup & Mångkamp)  
                 RegionsSjuan (Grencup & Mångkamp)  
                 RegionsSexan (Grencup & Mångkamp)  
                 RegionsFemman (Grencup & Mångkamp)  
                 RegionsFyran (Grencup & Mångkamp)  
                 RegionsTrean (Grencup & Mångkamp)

Klasser      Öppen, Äldre, Herr

Grenar      Fristående  
                 Matta/Tumbling  
                 Hopp/Trampett

### 1.2 Tävlingsystem

Gymnastikförbundet Mellansvenska strävar efter att erbjuda en stor bredd på tävlingsutbudet som tillåter att gymnaster på olika nivåer har möjlighet att tävla.

#### 1.2.1 Tävlingsnivåer

Vi utgår från Gymnastik-/utvecklingsmodellen från Svenska Gymnastikförbundet med fokus på de blå och röda stadierna/pusselbitarna.

### RegionsNian/Åttan/Sjuan- "Träna på att träna (och tävla)"

För gymnaster som tränar på att tävla. Resultaten står inte i centrum.

### RegionsSexan-Trean - "Träna och tävla"

För gymnaster som vill tävla, men inte på yttersta prestationsnivå (Svenska Mästerskap och internationell nivå) eller är på väg till nästa nivå.



#### 1.2.2 Tävlingar varje termin

<b>RegionsNian Öst + Väst</b> (Grencup)	Öppen klass	7 år uppåt
<b>RegionsÅttan + RegionsSjuan</b> (Grencup & Mångkamp)	Öppen Klass	8 år uppåt
	Äldre klass	10 år uppåt
<b>Mellansvenska Mästerskapen</b> (Grencup & Mångkamp)		
- RegionsSexan	Öppen klass & Herrklass	10 år uppåt
- RegionsFemman	Öppen klass	10 år uppåt
- RegionsFyran	Öppen klass & Herrklass	10 år uppåt
- RegionsTrean	Öppen klass	10 år uppåt

#### 1.3 Tävlingsdeltagande

En gymnast kan endast tävla i en trupp i samma klass. Samtliga gymnaster ska inneha aktuell tävlingslicens för att ha rätt att tävla.

##### 1.3.1 Begränsningar/dispenser

Gymnast kan medverka på en regional nivå och sedan på en annan nationell nivå på en termin.

Gymnast kan endast tävla på en regional nivå (t.ex. RegionsSjuan) per termin.

Två generella dispenser (gymnaster) mellan två olika regionala nivåer (nivå 3-9) på en termin.

Gymnast ska fylla angiven ålder under kalenderåret. Inga åldersdispenser ges.

### 1.3.2 Ackreditering – fysiska tävlingar

Att vara ackrediterad innebär att vara registrerad som deltagare i truppen, som gymnast eller ledare. Ackreditering innebär att truppen blir registrerad för deltagande i tävlingen. Ackreditering ska ske av ansvarig ledare på plats.

#### *Handlingar för ackreditering*

- Deltagarlista lämnas in komplett ifylld och undertecknad av ledare. Notera att vid grencuper lämnas en deltagarlista per gren. Antal ackrediterade kan aldrig överstiga det maximala antal som anges per tävling.
- Vid deltagande i mångkamp kan man till exempel inte dela det ackrediterade laget i två vid en gren. Då deltar man bara i grencuperna.
- Bedömningsunderlag (gäller endast nivå 3-8) i 6 exemplar för varje gren, ifyllda med symboler från svårighetstabell
- Omdömesunderlag (gäller endast i nivå 9) i 3 exemplar för varje gren, ifyllda med text
- Pensumlista lämnas in, endast för de tävlande gymnasterna och inte hela föreningen.
- Ledarens licenskort visas upp

#### *Tid för ackreditering*

- På RegionsNian gäller ackreditering senast 60 minuter före varje pools tävlingsstart.
- På RegionsSjuan-Åttan samt Sexan-Trean gäller ackreditering senast 90 min före tävlingsstart.

#### *Utebliven ackreditering*

- Laget äger inte rätt att tävla om ovanstående inte uppfylls.

## 1.4 Genomförande av fysisk tävling

Tävlingarna arrangeras med direkt final. Om antalet tävlande trupper är många delas tävlingen upp i pooler. Trupperna lottas in i de olika poolerna.

### 1.4.1 Segrare och placering

#### *Diplom, medaljer och pokal*

På RegionsNian utses ingen placering/segare. Vid avslutningsceremonin delas medalj ut till alla tävlande gymnaster och laget får ett omdöme om sitt framträdande.

På RegionsÅttan och RegionsSjuan, öppen klass utses ingen placering/segrar. Ledaren får lagets egna poäng och en snittpoäng per redskap inom klassen. Vid avslutningsceremonin delas medalj ut till alla tävlande gymnaster.

I alla klasser från 10 år delas medaljer ut till de deltagande gymnaster och en föreningsrepresentant som placerar sig 1:a, 2:a och 3:a. De lag som ställer upp i alla grenar

tävlar också i mångkamp. I den mångkampen delas en pokal ut till laget på placering 1, 2 & 3. Resultatlista skickas ut till ledaren efter tävlingen.

Vid lika resultat delas placering. Det innebär t ex att vid delat silver utges ingen brons utan nästa placering är nr 4.

#### *Ceremonier*

Alla lag i aktuell tävlingsomgång defilerar innan tävlingsstart. Gymnaster och ledare ska vara klädda i föreningsrepresentativa kläder eller tävlingsdräkt/tävlingskläder.

På RegionsNian hålls en liten ceremoni/avslutning efter varje pool där medalj delas ut.

På RegionsÅttan till RegionsTrean sker prisutdelning i direkt anslutning till avslutad tävling. Prisutdelning sker i omvänd placeringsordning, dvs brons, silver och guld.

#### 1.4.2 Mottagning vid hopp/trampett och matta/tumbling

Hänvisar till Svenska Gymnastikförbundets Utbildningskrav bilaga 4.

TTK Mellansvenska kontrollerar vid ackrediteringen om ledaren har rätt licens.

##### *Förtydligande mottagning hopp/trampett*

Vid voltrotation ska två tränare (och endast två) agera säkerhetspassare och stå med båda fötterna på landningsbädden. Vid grundhopp räcker det med en tränare med båda fötterna på landningsbädden. Ev. övriga ackrediterade 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.

##### *Förtydligande mottagning matta/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 ackrediterade 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.

##### *Förtydligande mottagning "överslag till liggande" och andra plinthopp*

Vid överslag till liggande och andra plinthopp ska en till två ledare stå vid landningen, det är tillåtet att en av dem står mellan satsbräda och plint. Ev. övriga ackrediterade ledare ska vara placerade i anslutning till ledet vid ansatsen.

#### 1.4.3 Redskap

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 Gymnastikförbundets Redskapsreglemente så att redskapen som tas med är godkända.

#### 1.4.4 Musik

Välj passande musik till gymnastens ålder.

All musik ska vara instrumental. I musiken kan mänsklig röst finnas om den används som ett instrument, t ex nynna eller vissla, men ska vara utan ord, även om vi inte vet vad orden betyder. Musiken får inte ta slut under framträdandet så se till att den är tillräckligt lång.

### 1.5 Regler och bedömning

Tävlingar arrangerade av Gymnastikförbundet Mellansvenska bedöms enligt Bedömningsreglemente nivå 7-9 och Svenska Gymnastikförbundets Nationella Bedömningsreglemente Trupp (Nat. BR) med bilagor.

#### 1.5.1 Domare

Domare vid grentävling RegionsNian

1-3 starter/förening – 1 domare

4 starter/förening eller fler – 2 domare

I denna klass ska domarna lämna ifrån sig ett omdöme till varje start istället för poäng.

Domare vid grentävlingar/mångkamp (RegionsÅttan till RegionsTrean)

1-6 starter/förening/dag - 1 domare

7-10 starter/förening/dag - 2 domare

11-20 starter/förening/dag - 3 domare

21- starter/förening/dag – 4 domare

Om laget ställer upp i mångkamp, dvs alla tre grenarna är det samma sak som att anmäla tre starter.

Det är upp till varje anmäld förening att tillgodose att rätt antal domare deltar; antingen via egna domare eller genom att anlita domare från annan förening. Vi rekommenderar en ersättning för faktiska kostnader som resa, mat, logi. Lista på alla domare i regionen finns på [www.gymnastik.se/mellansvenska](http://www.gymnastik.se/mellansvenska) - tävling - truppgymnastik – truppdomare i Mellansvenska. Man kan även kontakta andra regioner för att få tag på domare.

**Anmälan av domare mailas till [mellansvenskadorare@gmail.com](mailto:mellansvenskadorare@gmail.com)**

Domare ansvarar för bokning av sina egna resor. Reseutlägg ersätts av den förening man dömer för. Arrangerande förening ansvarar för domarnas lunch, förutsatt att de dömer hela dagen.

## 2 TEKNISKT REGLEMENTE

I Tekniska reglementet för GF Mellansvenska finner du allmänna regler för trupptävlingar i region Mellansvenska.

TTK Mellansvenska äger inte rätten att göra ändringar inom nivå 7-9 och 3-6 då dessa ändringar ska gälla inom alla regioner och på nationell nivå. Beslut om ändringar inom nivå 7-9 tas gemensamt av samtliga regionala TTK. Beslut om ändringar inom nivå 3-6 tas på nationell nivå.

Mer detaljerad information om trupp gymnastik och bedömning finns på [www.gymnastik.se](http://www.gymnastik.se).

### 2.1 Tävlingsanmälan fysiska tävlingar

Anmälan görs på GF Mellansvenskas hemsida [www.gymnastik.se/mellansvenska](http://www.gymnastik.se/mellansvenska) under Tävling - Trupp gymnastik - Tävlingsanmälan. Följ anvisningarna där, har du några frågor eller funderingar kring detta är du välkommen att maila TTK Mellansvenska.

#### 2.1.1 Anmälningsavgifter/efteranmälan

Anmälningsavgiften för mångkamp är 1200 kr/lag. Vid grencuper är anmälningsavgiften 400 kr/grenstart. Vid försenad anmälan, dock senast 7 dagar efter att anmälningsdatumet gått ut, blir anmälningsavgiften dubbel per lag och start.

TTK Mellansvenska har rätt att stänga tävlingsanmälan vid 80 anmälda starter på en endagstävling och 220 starter på en tvådagarsstävling, även om det är före sista anmälningsdag. (Ett lag/ett redskap = 1 start) Är tävlingen full går det bra att skriva upp sig på väntelista. Avanmälan går att göra fram till 4 veckor innan tävlingsdatum, görs en avanmälan efter detta kommer avgiften att behöva betalas.

#### 2.1.2 Betalning

I inbjudan framgår det hur den arrangerande föreningen gör med betalningen. Antingen sätts anmälningsavgiften in i samband med anmälan eller så väljer föreningen att fakturera innan tävlingsdagen.

#### 2.1.3 Antal lag/klass för att klassen genomförs

Minst 5 st. lag från 3 olika föreningar måste vara anmälda för att tävlingen/klassen ska bli av. Om klassen blir inställd har laget möjlighet att byta till annan klass. (Detta för att vi ska få ihop domare och för att det ska gå ihop ekonomiskt för arrangerande förening).



## 2.2 Arrangemang av tävling

### 2.2.1 Regionstävlingar

Tävlingarna i GF Mellansvenska arrangeras av ansluten förening på uppdrag av TTK Mellansvenska. Föreningen ansöker arrangemang av tävling genom att mejla TTK Mellansvenska. Datum bestäms i samråd med arrangerande förening och hänsyn försöker tas till hur rikstävlingarna är förlagda.

### 2.2.2 Föreningstävlingar

Eventuella tävlingar där man bjuder in deltagare från andra föreningar i regionen som inte är i TTK Mellansvenskas regi, måste man söka tillstånd för från GF Mellansvenska.

### 2.2.3 PM

PM skickas via mail från arrangören (om inget annat anges) senast 2 veckor före tävlingsdatumet. Vid anmälan, se till att mailadressen stämmer dit all tävlingsinformation ska skickas. PM läggs också ut på GF Mellansvenskas hemsida.

### 2.2.4 Protester

Protester mot angiven poäng får inte förekomma. Eventuella protester mot omständigheter som trupp inte råder över ska skriftligen vara inlämnad till tävlingsjuryn senast 15 minuter efter inträffad incident, dock alltid före prisutdelningen eller innan slutresultatet meddelats.

## 2.3 Regler för ledare

Ledare ska uppträda korrekt mot funktionärer, deltagare och publik.

### 2.3.1 Allmänt

Säkerställ att du ackrediterat ditt lag i tid och att du fyllt i bedömningsunderlagen på rätt sätt. Kom i tid till ledarmötet och notera ev. ändringar. Var väl påläst på de aktuella reglerna och se till att alla gymnaster har giltig tävlingslicens. Minst en av lagets ledare ska inneha rätt licenser som krävs för passning inom matta/tumbling och hopp/trampett.

### 2.3.2 Klädsel

Ledare som befinner sig på tävlingsområdet ska vara klädda i föreningsrepresentativa kläder.

## 2.4 Tävlingsjury

Vid varje tävling ska en tävlingsjury bestående av minst tre personer finnas. Ingår i juryn gör: Överdomare i respektive gren, tävlingsledare arrangerande förening, representant för TTK Mellansvenska.

## 2.5 Övrigt

För övrig information så som försäkringar, antidopingarbete, medicinska bestämmelser, ätstörning etc. hänvisar vi till Svenska Gymnastikförbundets Tekniska Reglemente.

## 2.6 Kontaktuppgifter

### 2.6.1 Gymnastikförbundet Mellansvenska

Adress: Karlsgatan 28, 70341 Örebro

Telefon: 019-175565

Mail: [mellansvenska@gymnastik.se](mailto:mellansvenska@gymnastik.se)

Hemsida: [www.gymnastik.se/mellansvenska](http://www.gymnastik.se/mellansvenska)

Personal på kansliet: Alexandra Nyström, Kari Ånberg, Maria Barsoma, Ninni Torstensson.

### 2.6.2 Trupptävlingskommittén (TTK) Mellansvenska

All kontakt sker genom mail till [ttkmellansvenska@gmail.com](mailto:ttkmellansvenska@gmail.com)

Medlemmar i TTK:

<i>Namn</i>	<i>Ansvarsområde</i>
Jenny Lindevall	Bedömningsfrågor
Åsa Andersson	Arrangörsfrågor
Ulla Savolainen	Domartillsättning och bedömningsfrågor
My Isoniemi	Tävlingsfrågor
Alexandra Nyström Pelenius	Administration tävling
Maria Barsoma	Administration utbildning

## 3 BILAGOR

Följande bilagor till tävlingsbestämmelserna finns att hämta på

<https://www.gymnastik.se/Regioner/gymnastikforbundetmellansvenska/tavling/tavlingsinriktning/Truppgymnastik/tavlingsbestammelser/>

- Regionala tävlingsregler

Nationellt bedömningsreglemente nivå 3-6 (Nat. BR) inkl. bilagor

Tävlingsbestämmelser nivå 3-6

Bedömningsreglemente nivå 7-9 inkl. bilagor

Tävlingsbestämmelser nivå 7-9

Tekniskt reglemente

Redskapsreglemente

- Bedömningsunderlag fysiska tävlingar

Ett bedömningsunderlag per gren till de olika tävlingarna för ifyllnad och kopiering.

- Deltagarlista fysiska tävlingar

En deltagarlista per anmält lag för ifyllnad. Undantag om samma uppsättning gymnaster deltar i fler grenar, då lämnas bara en deltagarlista in.

- Redskapsönskemål fysiska tävlingar

En redskapslista per start lämnas till redskapsansvarig vid förträning.