

UTTAGNING TILL BRUTTOTRUPPEN

Detta dokument syftar till att sammanfatta allt som rör uttagningen till bruttotruppen inför kommande trupplandslag.

Målet med uttagningen - och hela satsningen på landslag inom trupp – är att skapa så bra förutsättningar som möjligt inför processen mot och prestationen under EM 2020 som p.g.a. covid-19 kommer genomföras december 2021 i Portugal.

Uttagning till trupplandslaget

Första steget på vägen kommer vara uttagningen till bruttotruppen. Under rådande omständigheter ser det lite annorlunda ut för de som kommer in i bruttotruppen nu under våren 2021. Om du får en plats i bruttotruppen förväntas du på egen hand (med hjälp av dina föreningstränare) fortsätta din träning på hemmaplan. Inget bruttotruppsamling kommer hållas innan EM i december. Du kommer efter antagningen behöva skicka in ytterligare film (tillsammans med resten av bruttotruppen) samt att lära dig en kort koreografislinga.

Uttagningskriterierna till bruttotruppen kommer framförallt baseras på stil och teknik men på bruttotruppslägret kommer även följande tas i beaktning:

- Mental förmåga (Förmågan att prestera när det gäller, Högsta/Lägsta-nivå)
- Taktisk förmåga (Hushållning av resurser, formtoppning, upplägg av egen träning)
- Social förmåga (Lagspelare)
- Kulturell/professionell förmåga (Förebild, inställning + prioritering)
- Kontextuell förmåga (Förståelse för samspel mellan förening/förbund och olika roller)

Bruttotruppslägret kommer framförallt inriktas på svårigheter i fristående, grundträning, och fristående koreografi som finns tillgänglig för uttagna bruttotruppsgymnaster.

Uttagning till respektive landslag sker sommaren 2021.

Juniorlandslag

Till juniorlandslaget kan du söka om du är född mellan 2005-2003.

Nya gymnaster söker sig till bruttotruppen via ansökan enligt anvisning.

För gymnaster födda 2003 kan det finnas undantagsfall där medverkan i ett seniorlag kan anses mer gynnsamt än medverkan i juniorlag. Detta är undantag och kommer beslutas enbart av våra High Performance Coaches (HPC) och förbundskapten tillsammans med respektive ledarteam och i samråd med föreningstränare.

Det primära syftet med juniorlandslag är att förbereda gymnasterna för många fler prestationer på förenings- och landslagsnivå genom en lång aktiv karriär. Vår huvudfokus är på insatsen och lärdomarna under processen, inte på det direkta resultatet på mästerskapet i sig.

INSATS ➡ FÖRBEREDELSE ➡ PRESTATION ➡ RESULTAT

Seniorlandslag

Till seniorlandslaget söker man om man är född 2002 eller före.

Nya gymnaster, samt tidigare juniorlandslagsgymnaster, söker sig till bruttotruppen via ansökan enligt anvisning. Tävlingsprestationer under våren 2021 användas som hjälp vid uttagning.

Uttagningskriterier allmänt

Friståendesvårigheter samt uttagningsvarv skall samlas på EN och max 5 minuter lång film som skickas in som youtubelänk senast **31 maj 2021**.

Friståendesvårigheter läggs först i filmen, följt av redskap. Ordningen ska vara fristående, tumbling, trampett på den färdiga filmen. Friståendesvårigheterna ska filmas i en följd (ej hopklippt film).

Uttagningsvarven skall ses som minimum och om man klarar svårare varv får man gärna filma och skicka in dem. Vad gäller friståendesvårigheterna så kan man göra så gott försök man kan även på de svårigheter man inte riktigt klarar av än. Däremot ser vi gärna att man bara kör de akromoment man säkert klarar av nu.

Vilka moment/övningar som ska filmas till ansökan hittar du i dokumenten:

Uttagningskriterier till bruttotrupp 2020 samt Friståendesvårigheter ansökan.

Kom ihåg att dessa uttagningskriterier bara är till för att få en samlad bedömning, en specifik övning kommer inte stå mellan en gymnast och en plats i bruttotruppen. Finns det något enstaka varv eller svårighet man verkligen inte klarar av, så hoppa över den, men se det som ett undantag. Alla varv får utföras till valfritt underlag.

Vi ber om aktuella filmer av god kvalitet för att underlätta arbetet med uttagningen. Filmer som inte är redigerade så att de tydligt visar enbart den aktuella gymnasten i klippet inkluderas inte i bedömningen. Anmälan med personuppgifter och videolänk görs via länk som läggs upp på förbundets hemsida i april.

Vid skador eller andra undantag

Om en gymnast är skadad under uttagningsprocessen önskas en film ihopklippt från tidigare tillfällen. Viktigt är att då datummarkera de olika klippen så det framgår när de är från. Har man svårt att göra sig själv rättvisa via tidigare film önskas dialog mellan föreningstränare och HPC.

Besked

Svar om bruttotruppen kommer till den 20 juni 2021.

Vid frågor eller oklarheter

Frågor som rör landslaget och bruttotruppen ställs till förbundskapten via e-post till: tova.soren@gymnastik.se

Vi ser fram emot er ansökan och önskar stort lycka till med träningen på hemmaplan under hösten!

Tova Sörén

Förbundskapten trupp

UTTAGSKRITERIER, BRUTTOTRUPP 2020/2021

Fristående

Svårigheterna i fristående ska filmas i en följd (utan klippning). Du hittar listan med respektive friständesvårigheter i separata dokument.

Redskap, juniortjejer och juniorkillar

Tumbling

- Hel-start - Framåtvarv (Minst 180°) (Om man är ny på hel-start så går det bra med sträckt volt som start)
- Frivolt öppning - Valfritt bakåtvarv Hel-start – valfritt (Om man är ny på hel-start så räcker en film på en hel-start utifrån läget just nu)
- Hel-start – valfritt (Om man är ny på hel-start så räcker en film på en hel-start utifrån läget just nu)
- Dubbel pik salto (Minimum)

Trampett

- Överslag str 180°
- Dubbel str 180°
- Str Full Half (Minimum)

Redskap, seniordamer

Tumbling

- Hel-start - Framåtvarv (Minst 540°)
- Hel-start - Valfritt bakåtvarv, alternativt Rondat whip – Valfritt bakåtvarv
- Dubbel str salto (Minimum)

Trampett

- Överslag str 540°
- Str Full Half
- Dubbel str 900°

Redskap, seniorherrar

Tumbling

- Hel-start - Framåtvarv (Minst Dubbel 180°) (Om man kör enklare startvolt men svårare slutvolt går detta också bra)
- Hel start - Valfritt bakåtvarv, alternativt Rondat whip – Valfritt bakåtvarv
- Dubbel str salto 720° (Minimum)

Trampett

- Överslag str 900°
- Överslag med dubbel rotation (Om detta är något man har fokuserat på)
- Trippel 180°
- Valfritt varv