



Grentävling · Mångkamp · 8·7·6·5·4·3/2

Varbergsklassen

11-12 maj 2019 i Trestegets idrottscentrum

Varbergs GIF Gymnastikförening
hälsar alla tävlande lag
varmt välkomna till oss:

Lördagen den 11 maj och söndagen den 12 maj 2019

PM2

Information

Info och upplysningar lämnas på mail: tavling.gymnastik@varbergsgif.se eller tel. 070-5438802 (saknar du svar på mejl så kolla gärna din skräppost).

Kontakt under tävlingshelgen:

Elisabeth Thelne	076-808 80 67
Linn Dickinson	076-843 93 38
Siri Östlund	073-092 67 75

Hemsida

På föreningens hemsida www.gymnastik.varbergsgif.se kommer ni att hitta all information om tävlingen såsom tävlingsbestämmelser, PM, förträningstider, startordning mm.

Entré och kiosk

Entréavgift för vuxen 60:- (en dag) 100:- (två dagar), barn 5-15 år 40:- (en dag) 60:- (två dagar), barn under 5 år gratis. Vi tar Swish och kontant.

Kiosk kommer att finnas på plats. Där kan man köpa toast, korv med bröd, frallor, dricka, kaffe, frukt, fika och godis.

Tävlingsledning

Maria Johansson - Varbergs GIF GF
samt överdomare i respektive gren.



Hallen

Tävlingen genomförs i Varbergs idrottscenter Tresteget som ligger i Trönninge. Den består av tre hallar, varav vi kommer att vara i friidrottshallen. Det är en stor hall som möjliggör att alla redskap står framme i alla tre grenarna hela tiden. Där kommer även finnas en anvisad yta för uppvärmning samt gymnaster.

OBS! Det är förbjudet att äta i tävlingshallen. All mat hänvisas till omklädningsrum och entré. Det är även skoförbud i byggnaden. Alla gymnaster/ledare/domare måste ta av sig sina ytter skor på anvisad plats vid entrén. Publik som går in via entré och direkt till läktare behöver inte ta av sig skorna. Innegymnastiskor är tillåtet i tävlingshallen.

Inne i tresteget finns även en idrotts hall och en trupp gymnastikhall. Dessa hallar kommer vi inte ha tillträde till under tävlingshelgen (förutom dem som har hyrt dem separat).

Adressen är Kockatorpsvägen 3. Se bifogad vägbeskrivning.

Hallen öppnar 7:15 båda dagarna.

Det finns gott om plats för publik på läktaren. Hallen kan upplevas kall, så ta gärna med en extra tröja.

Parkering

Det finns tre mindre (avgiftsfria) parkeringar i anslutning till hallen. Vi hänvisar alla bilar till grusplanen bakom hallen om alla parkeringar är slut. Skyltar kommer finnas på plats.

Omklädningsrum

Tillgång till omklädningsrum finns, men eftersom det är många gymnaster på tävlingen ber vi alla att byta om så mycket som möjligt hemma. Lämna inga värdesaker i omklädningsrummen! Varje ansvarig ledare ser till att sin trupp/ förening plockar upp och städar efter sig.

Anmälda lag

Lista på anmälda lag bifogas.

Ackreditering

Vid ankomst (senast 1,5 h innan tävlingsstart) anmäler ledaren truppen till informationen i entrén. Ledaren lämnar in bedömningsunderlag i 6 exemplar, deltagarlista och utdrag från Pensum försäkring. Bedömningsunderlag och deltagarlista laddas ner från Svenska gymnastikförbundets hemsida:

<http://www.gymnastik.se/tavling/tavlingsinriktning/Trupp gymnastik/Regler/bedomningsunderlag/>. På deltagarlistan ska gymnasterna stå i samma ordning som på utdraget från Pensum. OBS! Endast aktuella gymnaster i det ackrediterade laget ska stå på utdraget från Pensum, ej hela föreningen.



Tider	Tävlingsstart	Akreditering	Ledarmöte
Brisen pool 1 (lördag):	08:55	07:30	07:40
Brisen pool 2 (lördag):	11:40	10:10	10:20
Tornadon (lördag):	14:45	13:15	13:15
Stormen (lördag):	17:55	16:25	16:35
Kulingen pool 1 (söndag):	09:00	07:30	07:40
Kulingen pool 2 (söndag):	12:25	10:55	11:05
Orkanen (söndag):	16:15	14:45	14:40
Tromben (söndag):	16:15	14:45	14:40

Ledarmöte

Samling i redskapsrummet under sekretariatet.

Domare

Domarna samlas i domarrummet för möte samma tid som respektive klass har akrediteringstid. Domarrummet ligger på andra våning ovanför kiosken vid entrén. Vi kommer erbjuda alla domare lunch. Meddela senast **fredag 3 maj** om du behöver någon specialkost.

Vi vet att många av er föreningar har svårt att hitta domare, men vi ber er att hjälpas åt. Har ni fler domare i er förening som kan tänka sig att ställa upp och döma så hör av er. Det finns flera föreningar som gärna betalar deras arvode. För att tidsschemat ska hålla krävs det domare som täcker alla passen, för tillfället saknas det till de flesta passen. Domare som dömer får en bonus och delar på den straffavgift som de lag som saknar domare får betala. Vi saknar även bekräftelse från flera domare på att de kommer och dömer sitt/sina pass. Vänligen bekräfta detta via mejl snarast.

Tävlingsbestämmelser

Tävlingsbestämmelser hittar ni på vår hemsida. De läses tillsammans med Svenska Gymnastikförbundets bedömningsreglemente senaste version.

Förtydligande/svar på inkomna frågor

Klass Kulingen och Stormen:

Komposition 2.3.5.1 Gällande felaktig placering: Då avdrag endast görs för de 6 sista gymnasterna (per varv) tillåts stegringsfel bland de gymnaster som inte räknas som de 6 sista. Exempel på godkänt varv (som också uppfyller krav på handvolt samt använder sin möjlighet till mellansteg);

- startvolt, hjulning (2 gymnaster)
- rondat, salto (2 gymnaster)
- hjulning, chassé, handvolt (3 gymnaster)
- startvolt, handvolt (2 gymnaster)
- handvolt, frivolt (1 gymnast)

Komposition 2.3.1.8, 3.3.1.8 Gällande övningskrav: Det räcker att de sista 6 utför övningskraven (förutom i alla-lika-varvet då det gäller samtliga). För att främja att så många som möjligt ska kunna medverka på så många varv som möjligt är tilläggsövningar godkända i denna klass. Exempel på godkänt varv som uppfyller övningskrav handvolt:

- kullerbytta, hjulning (4 st)
- utför handvolt-frivolt (6 st)

Exempel på godkända varv:

Varv 1; (alla lika, uppfyller övningskrav flickis)

- rondat flickis (6 gymnaster)

Varv 2; (uppfyller övningskrav handvolt samt använder möjlighet till mellansteg)

- hjulning, chassé, rondat (4 gymnaster), hjulning, chassé, handvolt (6 gymnaster)

Varv 3; (uppfyller krav på 3 moment om det utförs utan mellansteg)

- kullerbytta, kullerbytta, hjulning (5 gymnaster), rondat, flickis, flickis (5 gymnaster)

Klass Kulingen

Komposition 2.3.1.8. Gällande övningskrav tumbling:

Ett varv ska innehålla en flick-flack eller handvolt. För att uppfylla kravet går det bra att använda sig av både flick-flack och handvolt i samma varv. Ett varv med 5 handvolter och 1 flick-flack uppfyller övningskravet på tumbling.

Hårspray

Eftersom det finns gymnaster med allergier är det förbjudet att ta med och använda hårspray under dagen.

Musik (läs noga)

Musik ska **mejlas in senast fredag 3 maj** till följande adress

musik.tavling.gymnastik@varbergsgif.se Ett mail per lag (dvs 1-3 låtar per mail, har flera lag samma musik skickas flera mail med samma låtar, men olika namngivna). Skriv klass, förening och lagnamn i ämnesraden.

Filerna ska vara namngivna enligt följande: startnummer.klass.förening.lagnamn.redskap och vara i mp3 format.

Musik som kommer in senare debiteras med 50:-/låt, för det merarbete som detta medför.

Tänk på att ta med reservmusik om filen inte fungerar. Vi har ej tillgång till CD men en fil på mobilen fungerar bra.

Det är ej tillåtet med sång/text i musiken!

Redskap

LEG tumblinggolv + springklossar

Mattvåd, smal (endast för klass Brisen)

Satsbrädetrampett (endast för klass Brisen), kan användas istället för trampett, ej satsbräda.

Tumblingklossar framför trampetten, 4 stycken totalt 8 m (endast för Brisen och Kulingen).

32 fjädrar MD Eurogym

32 fjädrar Dorado (vit)

36 fjädrar MD Eurogym

36 fjädrar Dorado (grön + gul)

40 fjädrar Dorado (röd)

Hoppbord LEG (Pegasus modell)

Stratum-satsbräda

VM-satsbräda

Klipp-satsbräda

Plint 6-del, lång modell (gul)

Ansatsmatta

Landningsbädd efter plint, ca 12 cm hög.

Landningsbädd "Happy landing" som tillval

Mattberg trampett, 3 tjockmattor hög ca 90 cm (endast för Brisen och Kulingen)

Mattberg satsbräda, 2 tjockmattor hög ca 60 cm (endast för Brisen och Kulingen)

Fristående tävlingen genomförs på fristående golv (mattvåder) eftersom det inte går att köra fristående direkt på det golv som finns i tävlingshallen. Det kommer bli förträning på fristående så att alla lag har möjlighet att testa golvet innan tävling.

Meddela senast 1 vecka innan tävlingsstart om ni vill använda er av mattberg/klossar till trampetten. Vi kommer inte att bygga upp något berg om ingen ska använda det.

Redskapsönskemål lämnas till redskapsskötare vid ankomst/i samband med förträning. Det kommer att finnas redskapsskötare som ställer fram redskap efter era önskemål när det är er tur att tävla, men varje ledare ansvarar för att det stämmer.

Funktionärer

Alla funktionärer bär röd eller vit tröja.

Förträning

Enligt bifogat schema.

Förträning på fristående sker samtidigt som tumbling och trampett. På tumbling delar två lag på samma tid. Trampetten körs på två olika uppställningar. En uppställning för fria hopp och en för bord/plint + satsbräda. Efter halva tiden byter lagen uppställning. Om båda lagen som förtränar på trampett samtidigt vill använda sig av samma trampett är det fria hopp som har förtur.

Defilerings

Alla gymnaster ställer upp i entrén för defilerings, 10 minuter innan tävlingsstart. Defilerings sker lagvis efter startordningen i tumbling. Tänk på att förbered era gymnaster i god tid.



Prisutdelning

Direkt efter sista tävlingsframträdandet sätter sig gymnasterna lagvis på friståendegolvet för prisutdelning.

I klass Brisen får alla gymnaster medalj. Placering 1-3 i varje gren meddelas, övriga hamnar på 4:e plats. Inga poäng redovisa. Pris delas ut till placering 1-3 i mångkamp. I övriga klasser delas medaljer ut till placering 1-3 i varje gren samt pris till placering 1-3 i mångkamp. Vid uppdelning i pooler delas medaljer och pris ut i samtliga pooler.

Resultat

Resultat uppdateras kontinuerligt under tävlingen på vår hemsida www.gymnastik.varbergsgif.se Här hittar ni även startlista och information om tävlingen som kan vara bra att ha som publik. Dela gärna med er av länken till de som kan tänkas komma och titta på tävlingen.

Fullständigt resultat finns på vår hemsida senast 1 vecka efter tävlingen.

Betalning

Faktura skickas ut efter tävlingen till varje förening. Vänligen betala snarast.

Avanmälan

Anmälningsavgiften är bindande. Eventuella strykningar efter att anmälningstiden gått ut återbetalas ej.

Bilagor

Förträningstider
Startordning
Tidsschema
Anmälda lag
Redskapsönskemål
Information till föräldrar/publik
Vägbeskrivning
Att tänka på som ledare (från TTK Väst)

Välkomna och lycka till med förberedelserna!
Varbergs GIF GF