



HUDDINGE
GYMNASTIKFÖRENING

**I samarbete med Gymnastikförbundet Öst
välkomnar vi er till**

RegionTrean och RegionFyran

PM 2

17 december 2022 i Storängshallen!



Information

Information och upplysningar lämnas av:

TTK Öst eller Mikaela Abrahamsson

Tel: 0704404428

E-mail: tavling@huddingegf.se

Besök gärna Huddinge GF: <https://www.huddingegf.se/start/?ID=391872>
där det senaste angående tävlingen står.

Hålltider

Kl.	07:00	Hallen öppnar
Kl.	07:45	Ledarmöte Nivå 3
Kl.	08:00	Domarmöte
Kl.	08:00	Förträning
Kl.	08:40	Defilering
Kl.	09:00	Tävlingsstart
Kl.	10:10	Prisutdelning
Kl.	10:40	Ledarmöte Nivå 4
Kl.	10:55	Förträning
Kl.	11:20	Domarmöte
Kl.	12:00	Defilering
Kl.	12:20	Tävlingsstart
Kl.	14:25	Prisutdelning

ACKREDITERING

Att vara ackrediterad innebär att vara registrerad som deltagare i truppen; som föreningsansvarig, tävlande gymnast, reservgymnast eller ledare. Ackreditering ska ske av ansvarig ledare på plats i sekretariatet så snart som möjligt efter att truppen är på plats i hallen (men absolut senast 1,5 tim innan tävlingsstart).

Vid ackreditering ska följande lämnas in:

- **Deltagarlista**

Deltagarlistan ska fyllas i i onlinesystemet för bedömningsunderlag (Tariff), skrivs ut och signeras av ansvarig tränare för att lämnas in vid ackrediteringen. Observera att gymnasterna ska skrivas i samma ordning som de står på Pensumlistan.

Enligt Utbildningskrav Tävling ska en mottagare ha giltig licens för säkerhetspassning på tumbling som motsvarar den nivå som gymnasterna tävlar på. På trampett från fri voltrotation ska två mottagare stå på nedslagsbädden varav en mottagare ska ha giltig licens för säkerhetspassning som motsvarar den nivå som gymnasterna tävlar på. Tränarnas utbildningsnivå fylls i på deltagarlistan.

• Tävlingslicens

Alla gymnaster ska ha giltig tävlingsförsäkring.

Vid ackreditering skall ansvarig ledare bevisa att alla gymnaster har en giltig tävlingslicens genom att visa upp ett utdrag från Pensums register. Utdraget ska endast innehålla aktuella gymnaster (inte hela föreningens gymnaster). Gymnaster som saknar tävlingslicens kommer inte att bli ackrediterade och får inte ställa upp i tävlingen.

Ansvarig ledare skriver sin signatur på ackrediteringsblanketten som finns hos arrangörens ackrediteringsansvarig när alla blanketter lämnats in och utdrag från Pensums register visats upp.

Om ackreditering inte görs i tid i enlighet med ackrediteringsreglerna (se Tävlingsbestämmelser Trupp) så sker ingen ackreditering och truppen nekas deltagande i tävlingen.

Bedömningsunderlag

På samtliga region- och rikstävlingar lämnas bedömningsunderlag in digitalt via <http://tariff.sporteventsystems.se/User/Login>



Varje förening har eller kommer att få inloggningsuppgifter och instruktioner om hur bedömningsunderlagen fylls i skickade till föreningens officiella mailadress. Samma inloggning används för alla tävlingar och alla lag från samma förening. Kontakta er egen förenings kansli för att få era inloggningsuppgifter. Om ert kansli mot förmodan inte fått inloggningsuppgifterna hör av er till trupp@gymnastik.se.

Ansvarig ledare för respektive trupp ska fylla i bedömningsunderlagen online i god tid inför tävlingen. Exakt 1,5 timme före tävlingsstart för respektive pool kommer arrangören att skriva ut alla bedömningsunderlag för den aktuella poolen. Inga ändringar i underlagen kan göras online efter det.

På tävlingar som tillåter fler än 6 gymnaster ska ni endast fylla i de 6 sista gymnasterna i laget.

Dopingklassade läkemedel

Som gymnast är det viktigt att ha koll på vad som gäller angående dopingklassade läkemedel.

Följ denna instruktion för att ta reda på om de mediciner man tar är dopingklassade:

1. Gå in på <http://www.rf.se/Antidoping/Dopinglistor/>
2. Gå in på Röd-gröna listan
3. Sök på aktuell medicin
4. Då får du fram information om läkemedlet är dopingklassat eller inte.

Ansvarig ledare ska kontrollera vilka regler som gäller för dopingklassade läkemedel och informera sina gymnaster om dessa. Samtliga mediciner måste kontrolleras

enligt ovan. Påtala för era gymnaster de inte får äta några mediciner som inte är kontrollerade enligt ovan (ett vanligt exempel på "misstagsdoping" är att man tar kosttillskott eller en annan familjemedlems hostmedicin som är dopingklassad).

Ska dispens sökas måste detta göras i god tid då handläggningstiden kan vara lång. Ta kontakt med Sandra Törnvall (info@gymnastik.se) om du behöver hjälp med dispensansökan och ytterligare information.

Som förening kan ni ta ställning mot doping och Vaccinera Klubben. Läs mer på: <https://www.rf.se/vaccinera/>

Entré/Publik

Vuxna 100:-

Ungdom 5 – 15 år 50:-

Du som ledare ansvarar för att gymnasterna inte sitter på publikläktaren.

Tävlingsinformation

Tävlingens genomförande

Se Tävlingsbestämmelser Trupp för denna tävling. Alla reglementen och bestämmelser finns på Gymnastikförbundets hemsida

<https://www.gymnastik.se/verksamheter/truppgymnastik/regler/regionala-tavlingsregler-3-6>

Det är ledarens ansvar att ta del av samtliga reglementen och bestämmelser samt att kontrollera på hemsidan att man har den senaste versionen av dessa inför varje tävling.

Tävlingshall

Tävlingarna kommer att ske i Storängshallen.

Tävlingsjury

TTK-representant: Sofie Hellsing

Tävlingsledare: Mikaela Abrahamsson

Överdomare i respektive gren.

Domare

Gymnastikförbundet Öst tillsätter domare.

Ledarsamling

Se Huddinge GF hemsida, <https://www.huddingeqf.se/start/?ID=391872>

Redskap

Följande redskap kommer att finnas tillgängliga från förträningstidens början till tävlingens slut:

- MD-trampett – 36 fjädrar
- Doroado trampett – 36 fjädrar
- Doroado trampett – 32 fjädrar
- Pegasus hoppbord
- Eurogym tumblinggolv

Blankett för redskapsval finns på Huddinge GFs hemsida,
<https://www.huddingegf.se/start/?ID=391872>

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.

Ansvarig ledare ska kontrollera Redskapsreglementet inför tävlingen, bland annat för att vara säker på att den egna trampetten är godkänd. Egna medhavda trampetter ska finnas att tillgängliga för alla lag under det egna kvalet/poolen.

Säkerhetspassning Tumbling och Trampett

Se Tävlingsbestämmelser Trupp.

Defilering

Defilering sker i startordning. Ta gärna med egen fana eller skylt.

Sjukvård

Sjukvårdare kommer att finnas till hands i hallen under både tävling och förträning.

Musik

All musik ska laddas upp i samma system som bedömningsunderlagen fylls i online.
<http://tariff.sporteventsystems.se/User/Login> Alla lag ska ha med sig reservmusik på mobil.

Sista dag för att ladda upp musiken är **lördagen den 10 dec.**

Medaljer

Medaljer delas ut till ettan, tvåan och trean i tävlingen.

www

Besök gärna vår hemsida, <https://www.huddingegf.se/start/?ID=391872>

Lycka till och välkommen!

Bilagor: hittar ni på Huddinge GFs hemsida, <https://www.huddingegf.se/start/?ID=391872>

1. Förtränings- och tävlingstider
2. Redskapskiss