

Datum: 7-8 maj. Vilken dag respektive klass tävlar avgörs efter att anmälningstiden gått ut. West Coast Tornado (WCT), nivå 2/3, genomförs lördag eftermiddag/kväll för att möjliggöra resa för lag från andra regioner.

Plats: Tävlingen genomförs i Tresteget - Trönninge idrottscentrum, i Varberg.

Anmälan: Sker senast 25 mars genom formulär på föreningens hemsida.

www.gymnastik.varbergsgif.se

Avgift: 300:-/lag/gren + 85:-/gymnast

Vid efteranmälan tillkommer en avgift på 500:-/lag/gren.

Strykningar efter sista anmälningsdag betalar hela anmälningsavgiften.



Vid många anmälda lag i samma klass kommer lagen delas upp i pooler. Vid uppdelning i pooler kommer vi i första hand ta hänsyn till gymnasternas ålder. Tanken är mindre pooler/klasser så att inte gymnasterna behöver stanna på tävlingen så länge och att man i första hand tävlar mot jämnåriga lag om det är möjligt.

Om för många lag anmäler sig kan vi bli tvungna att sätta ett stopp för antal tävlande lag. Det är i så fall tidpunkt för anmälan som avgör vilka lag som får tävla.

Domare: Vid anmälan ska domare anges. Domare tillsätts och bekostas av deltagande förening enligt följande och ska anmälas när man anmäler sina lag.

1-3 lag = 1 domare

4-6 lag = 2 domare

7 och fler lag = 3 domare

Det är det totala antalet lag/dag från varje förening som räknas ihop och avgör antal domare. En domare dömer samtliga pass under en tävlingsdag. För de föreningar som saknar en eller flera domare tas en straffavgift ut på 2000:-/domare. Pengarna fördelas sedan på de domare som dömt tävlingen. Det är tillåtet att en domare byter dag, om det underlättar för att fler ska kunna döma tävlingen.

Resultat/Medaljer:

Nivå 7-8: Alla gymnaster får varsin medalj. Lagen blir upppropade i bokstavsordning och får komma fram och hämta sina medaljer. Efter tävlingen kommer en fullständig resultatlista att mejlas ut.

Nivå 3-6: Medaljer delas ut till plats 1-3 i samtliga grenar och klasser. Övriga lag kommer på 4:e plats och ropas upp i bokstavsordning. Efter tävlingen kommer en fullständig resultatlista att mejlas ut.

Tävlingsbestämmelser

För nivå 7 och 8 gäller förbundets [regionala tävlingsregler](#).

För nivå 4, 5 och 6 gäller förbundets [regionala tävlingsregler för nivå 3-6](#).

Se nedan undantag/förtydliganden.

Friståendeövningen genomförs på mattvåder i friidrottshallen.



	Åttan	Sjuan
Tävlingsform	Grentävling Fast svårighetsvärde. Bedöms efter Regionala tävlingsregler nivå 7-9	Grentävling Fast svårighetsvärde. Bedöms efter Regionala tävlingsregler nivå 7-9
Ålder och kön	Från 7 år och uppåt. En öppen klass (ej uppdelad flickor/pojkar). Antalet flickor/damer respektive pojkar/herrar kan variera inom truppen.	Från 7 år och uppåt. En öppen klass (ej uppdelad flickor/pojkar). Antalet flickor/damer respektive pojkar/herrar kan variera inom truppen.
Antal gymnaster	6 - 18 gymnaster/varv Max 30 stycken/lag	6 - 18 gymnaster/varv Max 30 stycken/lag

	Sexan	Femman	Fyran	West Coast Tornado (WCT)
Tävlingsform	Grentävling Fast svårighetsvärde Bedöms efter Nationellt bedömningsreglemente nivå 3-6	Grentävling Svårighetsvärde med tak. Bedöms efter Nationellt bedömningsreglemente nivå 3-6	Grentävling Svårighetsvärde med tak. Bedöms efter Nationellt bedömningsreglemente nivå 3-6	Grentävling Svårighetsvärde med tak. Bedöms efter Nationellt bedömningsreglemente nivå 3-6
Ålder och kön	Från 10 år och uppåt. Dispens ges till enstaka yngre gymnaster. En öppen klass (ej uppdelad flickor/pojkar). Antalet flickor/damer respektive pojkar/herrar kan variera inom truppen.	Från 10 år och uppåt. Dispens ges till enstaka yngre gymnaster. En öppen klass (ej uppdelad flickor/pojkar). Antalet flickor/damer respektive pojkar/herrar kan variera inom truppen.	Från 10 år och uppåt. En öppen klass (ej uppdelad flickor/pojkar). Antalet flickor/damer respektive pojkar/herrar kan variera inom truppen.	Från 13 år och uppåt. Dispens ges till enstaka yngre gymnaster. En öppen klass (ej uppdelad flickor/pojkar). Antalet flickor/damer respektive pojkar/herrar kan variera inom truppen.
Antal gymnaster	6 - 18 gymnaster/varv Max 30 stycken/lag	6 - 18 gymnaster/varv Max 30 stycken/lag	6 - 18 gymnaster/varv Max 30 stycken/lag	6 - 18 gymnaster/varv Max 30 stycken/lag
Undantag Klädsel 4.1	Inget avdrag för störande bandage/stödskydd.	Inget avdrag för störande bandage/stödskydd.	Inget avdrag för störande bandage/stödskydd.	Inget avdrag för störande bandage/stödskydd.

WEST COAST TORNADO *(med undantag från nivå 3 i kursiv stil)*

	FRISTÄENDE
Redskap	Golvyta 14x16 meter. Tävlning sker på mattvåder.
1.3 Komposition	Enligt Nationellt Bedömningsreglemente.
1.4 Svårighet	Följande svårighetsmoment ska utföras: * 1 piruett <i>eller ett stilla handstående BB501</i> * 2 balanser från valfria grupper (om BB501 väljs som alternativ till piruett ska två andra balanser väljas) * 2 hopp (måste väljas från olika grupper (A el B)) * 1 akrobatiskt moment * 1 kombination av 2 moment <i>eller ett andra akrobatiskt moment</i>
1.4.1 Svårighetstak	Framräknat svårighetsvärde kan ej överstiga 2,8 poäng. Övningar hämtas från Bilaga A1– Svårighetstabell Fristående samt alla svårigheter från CoP 2022-2024 som inte finns i Bilaga A1 är godkända att använda. Dessa övningar markeras med CoP + kod och har svårighetsvärde 0,4.
1.5.3.4 Otillåten övning	Inget avdrag.

	TUMBLING	TRAMPETT
Redskap	Tumblinggolv enligt Redskapsreglemente.	Trampett och hoppredskap enligt Redskapsreglemente.
Antal gymnaster/varv	Utförs av 6-18 gymnaster.	Utförs av 6-18 gymnaster.
2.2 Allmänt	Tre olika varv ska utföras. Ett varv ska innehålla minst två olika akrobatiska moment. Två varv ska innehålla minst tre olika akrobatiska moment.	Tre olika varv ska utföras.
2.5.4.1 / 3.5.4.1 Felaktig tid	Ingen tidsgräns.	Ingen tidsgräns.
2.3.1.7 Uteblivet framåt - och bakåtvarv 3.3.1.5 Inget varv med eller utan hoppredskap.	Ett varv ska utföras framåt. Ett varv ska utföras bakåt.	Minst ett varv ska utföras utan hoppredskap. Minst ett varv ska utföras med trampett och hoppbord.
2.3.1.8 / 3.3.1.8 Övningskrav	Ett varv ska innehålla en enkel sträckt frivolt eller salto med eller utan skruv. Avslutande frivolt eller salto i varje varv.	Ett varv ska innehålla en enkel sträckt frivolt med minimum 360° skruv <i>eller en dubbelvolt med minimum 180° skruv i valfri position.</i>
2.4 / 3.4 Svårighet	Övningar hämtas från Bilaga A2 – Svårighetstabell Tumbling Framräknat svårighetsvärde kan ej överstiga 3,1 poäng. Svårighetsvärdet baseras endast på de 6 sista gymnasterna i varvet.	Övningar hämtas från Bilaga A3 – Svårighetstabell Trampett. Framräknat svårighetsvärde kan ej överstiga 3,0 poäng. Svårighetsvärdet baseras endast på de 6 sista gymnasterna i varvet.