

1. Gruppindelning & nivåer

- Träningsgruppen är indelad i tre nivåer per pass.
- Färgerna för terminen är:
 - o Gul / Ljusgrön / Grön
 - o Ljusblå / Blå / Lila (*Vissa grupper benämns även som rosa/orange/blå/lila – detta är endast namnändringar, strukturen är densamma.*)
- Grupperna är i nuläget fastställda.
- Januari är en "ångervecka" för tränarna om man ser att ett barn hamnat på fel nivå (mycket utveckling både i kropp och knopp sker under lovet).
- I övrigt sker inga gruppbyten mitt i terminen, och byten görs med försiktighet och noggrann övervägan bland ledarna. .

2. Tävlingar VT 2026

- Två tävlingar planeras: en i mars och en i april.
- Sista anmälningssdag till mars-tävlingen är 31 januari.
- Nytt för i år är ett Tävlingskontrakt:
 - o Ska läsas av både föräldrar och gymnaster
 - o Finns i *SportAdmin*, skickas via mejl och ligger även på hemsidan

3. Kommunikation & information

- Maila gärna alla frågor till tränarna, stora som små – hellre mejl än att ta det i hallen.
- Det finns nivåföräldrar som fungerar som en mellanled mellan tränare och föräldrar.
- En Messengergrupp finns för snabb och praktisk information (inte för längre diskussioner).
- Bilder från julshowen finns upplagda på hemsidan.

4. Föräldraengagemang

- Redskapsschema:
 - o Se mejl skickat 15/12
 - o Fyll i vilka dagar/tider ni kan hjälpa till
 - o Om inget fylls i blir man tilldelad tider
- Är du i hallen är alltid extra hjälp med redskapen tacksamt

5. Träning, hälsa & säkerhet

- Träningen innehåller även styrka och rörlighet.

- Vid skador:
 - o Föräldrar får tejpa hemma
 - o Sök gärna hjälp hos sjukgymnast för att förebygga framtida skador
- Smycken:
 - o Inga örhängen, detta ska isf tejpas. Kommer en gymnast med små örondobbar kommer vi inte påpeka det men skaderisken finns.
 - o Inga smycken alls på tävling
- Upplägg i hallen:
 - o Gruppen som tränar före stannar ibland kvar något längre på onsdagar för styrka/avslut
 - o Samtidigt värmer nästa grupp upp – detta sker parallellt och samordnat

6. Attityd & lagkänsla

- Det förekommer ibland negativ attityd mellan barnen.
- Föräldrar uppmuntras att:
 - o Prata med sina barn
 - o Stärka pepp, respekt och laganda

7. Styrelseinformation (kort)

- Styrelsen utreder möjligheten att köpa in klubbägda tävlingsdräkter som kan hyras av föräldrar.
- Arbetet fortsätter med att få tillgång till en ny/utvecklad hall:
 - o Valemyskolan ska byggas om
 - o Styrelsen jobbar för att SGK ska vara medr och utveckla hallen.