PM2

GF Wermdö och Gymnastikförbundet Östs
trupptävlingskommitté
hälsar dig

VÄLKOMMEN TILL

REGIONSMÄSTERSKAPEN 2026 ÖST

5-6 december 2026

Värmdö

Information
Information och upplysningar lämnas av:
Tävlingsledare: Sandra Törnvall
Tel: 0737359042
E-mail: kansli@gfwermdo.se

TTK Öst kontaktuppgifter:
ttkost@gymnastik.se

Besök gärna vår hemsida gfw.se där det senaste angående tävlingen står.

SVENSK GYMNASTIK Gymnastikförbundet ÖST

HÅLLTIDER

Lördag - 5 december	Ledarsamling	Förträning start	Förträning slut	Defilering	Tävling start	Tävling slut
RegionFemman pool 1	08:15	08:30	09:30	09:40	09:50	11:35
RegionFemman pool 2	11:40	11:55	12:55	13:05	13:15	15:00
RegionFyran pool 1	15:05	15:20	16:14	16:25	16:35	18:09
RegionFyran pool 2	18:15	18:30	19:18	19:30	19:40	21:04

Söndag - 6 december	Ledarsamling	Förträning start	Förträning slut	Defilering	Tävling start	Tävling slut	Prisutdelning
RegionTrean, RegionSexan, RegionSjuan	08:10	08:25	10:25	10:30	10:40	13:17	13:30
RegionFemman final	13:40	13:55	14:43	14:50	15:00	16:24	16:39
RegionFyran final	16:50	17:05	17:53	18:00	18:10	19:34	19:50

Viktig information

Det förbjudet att spraya hårspray/glitterspray i någon av lokalerna på grund av att hallen inte tillåter något glitter alls. Vi ber er att inte sprayar glitterspray/lämnar glitter efter er och att detta efterföljs under hela tävlingshelgen. Det är viktigt för oss i Gymnastikföreningen Wermdö att kunna få möjlighet att vara i hallen vid fler tillfällen och inför framtida arrangemang.

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 Hemmesta sporthall (uppvärmningshallen) så snart som möjligt efter att truppen är på plats (men absolut senast 1,5 timmar innan tävlingsstart).

Vid ackreditering ska följande lämnas in:

- **Deltagarlista**
  Deltagarlistan ska fyllas i onlinesystemet för bedömningsunderlag (Tariff), skrivas ut och signeras av ansvarig tränare för att lämnas in vid ackrediteringen.

  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. Detta kontrolleras endast genom deltagarlistan i Tariff, ej på plats. Därmed behöver ni inte ta med någon utskriven lista.

Ansvarig ledare skriver sin signatur på ackrediteringsblanketten som finns hos arrangörens ackrediteringsansvarig när alla blanketter lämnats in.

Om ackreditering inte görs i tid i enlighet med ackrediteringsreglerna (se Tävlings-bestämmelser 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, senast 2 timmar innan tävlingsstart. 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 i bedömningsunderlaget..

Final
Efter att kvalet är klart ”flyttas” bedömningsunderlagen från kvalklassen till finalklassen i systemet. Om man vill göra ändringar i underlagen inför finalen går man in i finalklassen och gör ändringarna. Exakt 1,5 timme före tävlingsstart kommer arrangören att skriva ut alla bedömningsunderlag för finalen.

Det ska inte lämnas in en ny deltagarlista inför finalen utan den som lämnades in inför kvalet gäller. Om en ackrediterad reserv ska bytas in ska denna ändring markeras på den inlämnade deltagarlistan.

Entré/Publik

Vuxna		endagars	120kr
Ungdom	7-17 år	endagars	60kr
Barn	0-6 år	endagars	0kr

Biljetter säljs endast på plats, endast betalning med Swish. Vi är noggranna med att inte överstiga antalet som får vistas i hallen samtidigt och kan därför komma att stoppa publik till t.ex. pool 2 innan pool 1 är klar.

Du som ledare ansvarar för att gymnasterna inte sitter på publikläktaren. I mån av plats kan gymnaster titta på tävlingen från balkongen.

Parkering
Se karta för fri parkering i närområdet. Det kommer finnas funktionärer som hjälper er på parkeringsplatserna närmast hallen för att få ett så smidigt flöde som möjligt.

Åka kommunalt
Bussar går från Slussen och närmaste busshållplats är Kolvik.

Cafeteria
Cafeteria kommer att finnas och kommer endast ta emot Swishbetalningar.

Närområdet
På gångavstånd finns en Coopbutik, restauranger och promenadspår i skogen.

TÄVLINGSINFORMATION

Tävlingens genomförande
Se Tävlingsbestämmelser Trupp för denna tävling. Alla reglementen och bestämmelser finns på Gymnastikförbundets hemsida https://www.gymnastik.se/tavling/tavlingsinriktning/Truppgymnastik/Regler/Regionalaregler/ 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.

Tävlingsordning
Lördag:
- Regionfemman pool 1 och 2
- Regionfyran pool 1 och 2

Söndag:
- Regiontrean, Regionssexan, Regionssjuan
- Regionfemman final
- Regionfyran final

Tävlingshall
Tävlingarna kommer att ske i Värmdö sporthall, Motionsvägen 23
Hallen öppnar 07:00 både lördag och söndag

Uppvärmningsyta
Uppvärmning och tid mellan redskapen sker i närliggande Hemmesta sporthall, cirka 100 meters gångväg utomhus mellan hallarna. I tävlingshallen kommer ni kunna hänga av er ytterkläder i ett omklädningsrum medan ni tävlar.

Tävlingsjury
TTK-representant: Hilda Claesson
Tävlingsledare: Sandra Törnvall
Överdomare i respektive gren.

Domare
Gymnastikförbundet Öst tillsätter domare.

Ledarsamling
En digital ledarsamling genomförs inför tävlingen. Anslut här den 30/11 kl 19:00-20:00. Ledarmöte sker även på plats, se bilaga 1

Redskap
Följande redskap kommer att finnas tillgängliga från förträningstidens början till tävlingens slut:
Tumblinggolv
Klossar
Tjockmattor
Trampett 32 respektive 36 fjädrar
Bord
Nedslagsmatta
Säkerhetsmatta

Redskapsskiss, se bilaga 2. Fyll i och lämna redskapsönskemål på plats 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 och eventuell final.

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 tävlingshallen 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 Sista dag att ladda upp musik är 27 november.

Resultat
Resultaten redovisas inte under tävlingens gång. Efter tävlingens slut så kan alla deltagande lag hämta en resultatlista i sekretariatet. Inga resultat redovisas efter pool 1 i RegionFemman eller RegionFyran. Dessa resultat mailas ut efter pool 2 i respektive klass till deltagande lag.
Resultaten kommer inte redovisas på något annat ställe.

Medaljer
Medaljer delas ut till ettan, tvåan och trean i respektive tävlingsklass.
En medalj per deltagande gymnast och till ackrediterade ledare.

Vid eventuell utrymning
Om en utrymning skulle ske samlas alla lagvis på fotbollsplanen (se karta). Alla ledare har ansvar för att ha kontaktuppgifter till sina ledare, gymnaster samt vårdnadshavare och ska ta ansvar för att räkna ihop dessa.

Avanmälan
Avanmälan efter sista anmälningsdag debiteras full avgift.

Lycka till och välkommen
önskar
GF Wermdö

Bilagor:
1. Förtränings- och tävlingstider
2. Redskapskiss
3. Karta