

Upphoppet 2024

16-17 november



PM 2

Information

Jessica Gustafsson 0704-527501 eller gftempogymnastik@gmail.com
Information finner ni även på hemsidan: www.gftempo.se

Tävlingshall

Kungsbacka Sporthall
Kungsbacka Sportcenter 2B
434 50 Kungsbacka

HALLEN ÖPPNAR KL 07.15

Vägbeskrivning

Från söder – Kör E6 mot Göteborg. Sväng av avfart 59 mot Onsala, Kungsbacka. Sväng höger mot Kungsbacka. Fortsätt rakt fram i ca 1 km. Sväng höger mot sportcenter. Följ vägen. Efter ca 1 km ser ni en skylt där det står simhall/sporthall.

Från norr – Kör E6 mot Malmö. Sväng av avfart 59 mot Onsala, Kungsbacka. Sväng vänster mot Kungsbacka. Fortsätt rakt fram i ca 1 km. Sväng höger mot sportcenter. Följ vägen. Efter ca 1 km ser ni en skylt där det står simhall/sporthall.

Inträde

En entré på 60 kr/person kommer att tas ut. Barn 6-15 år 40 kr/person. **Vi tar bara Swish! Vänligen informera era grupper om detta.**

Kiosk

Vi har en kiosk där vi säljer bl.a korv med bröd, toast, kaffe, dricka, frukt, bullar och godis. **Vi tar bara Swish! Vänligen informera era grupper om detta. Kiosken öppnar kl. 7.45.**

Ackreditering

Vid ankomst lämnar ledaren bedömningsunderlag till sekretariatet, **senast en timme före tävlingsstart**. Det ska vara sex exemplar i varje gren.

På deltagarlistan ska gymnasterna stå i samma ordning som på utdraget från Pensum/Tydliga. OBS! Endast aktuella gymnaster i det ackrediterade laget ska stå på utdraget från Pensum/Tydliga, ej hela föreningen.

Tävlingsregler och bedömningsreglemente

Hittar ni på vår hemsida www.gftempo.se samt länkarna nedan.

Nivå 6-9

<https://www.gymnastik.se/verksamheter/truppgymnastik/regler/regionala-tavlingsregler-6-9>

Nivå 3-5

<https://www.gymnastik.se/verksamheter/truppgymnastik/regler/bedomningsreglementen/nivatavlingar-3-5>

<https://www.gymnastik.se/verksamheter/truppgymnastik/regler/regionala-tavlingsregler-3-5>

Bedömningsunderlag och deltagarlistor

Nivå 3-5

<https://www.gymnastik.se/verksamheter/truppgymnastik/regler/deltagarlistor-och-bedomningsunderlag>

Nivå 6-9

<https://www.gymnastik.se/verksamheter/truppgymnastik/regler/regionala-tavlingsregler-6-9>

Tävlingsledning

Jessica Gustafsson - TTK Väst

Eva Falk - Tävlingsledare GF Tempo
samt överdomare i respektive gren.

Musik (läs noga)

Musik ska mejlas in senast fredagen den 1 november till följande adress
musikgftempo@gmail.com

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 förening, nivå och lagnamn i ämnesraden i mailet.**

Filerna ska vara namngivna enligt följande:

startnummer.nivå.förening.lagnamn.redskap och vara i mp3 format.

Exempel: 4.nivå 5.GF Tempo.Cerise.trampett

Har vi inte fått in musik den 1 november så väljer vi tävlingsmusik åt er. Tänk på att ta med reservmusik om filen inte fungerar. Det är ej tillåtet med sång/text i musiken!

Vill man inte ha egen musik så löser vi det åt er. Maila då bara till oss!

Tävlingsstart

Lördagens tävlingen startar med defilering kl.8.55 för nivå 9, kl.11.55 för nivå 8, kl.15.15 för nivå 7 yngre samt kl.18.30 för nivå 5.

På söndagen startar tävlingen med defilering kl.8.45 för nivå 7 äldre pool 1, kl.11.45 för nivå 7 äldre pool 2, kl.14.50 för nivå 6 pool 1 samt kl.17.20 för nivå 6 pool 2.

Redskap

Redskapsuppställningen är fast och truppledaren ansvarar för att redskapen har rätt inställning. Det är ert ansvar att lämna redskapsinformation till redskapsansvariga inne i hallen.

I hallen finns:

- Eurogym tumblinggolv + ansatsklossar
- Eurogym elittrampett (32 fjädrar)
- Eurogym elittrampett (36 fjädrar)
- Rantzow röd
- Dorado trampett (36 fjädrar)
- Eurogym hoppbord
- Ansatsmatta
- Crashmatta (som tillval)
- Satsbräda
- Plint 6-delars
- Tumblingklossar
- Mattberg, förhöjd ansats, station från höjd, station för handståendefall enligt redskapsreglemente för nivå 6-9
- På nivå 6-9 kommer vi att använda ett airfloor som förhöjd ansats på en av hoppuppställningarna.

Uppvärmning och Förträning

Vi har tillgång till två hallar under tävlingen. I vår B-hall, på våning två, kan ni värma upp samt förträna på fristående. Övrig förträning sker i A-hallen.

Vid förträning på fristående kan varje lag boka in sig på valfri ledig 5 minuters slot, listan finns på väggen i B-hallen. Anmäl er direkt när ni kommer till tävlingen för att få en tid som passar ert lag. Er friståendemusik kommer finnas tillgänglig på plats. OBS! enbart en 5 minuters-slot per lag.

Domare

På lördag träffas domarna kl.8.00 för nivå 9, kl.11.15 för nivå 8, kl.14.45 för nivå 7 yngre och kl.18.00 för nivå 5.

På söndag träffas domarna kl.8.10 för nivå 7 äldre pool 1, kl.11.15 för nivå 7 äldre pool 2, kl.14.15 för nivå 6 pool 1 och kl.16.45 för nivå 6 pool 2.

Samling vid domarrummet under läktaren inne i A-hallen.

Domaransvarig är Eva Falk. Vi kommer att erbjuda alla domare mat och fika. Meddela, senast söndagen den 3 november, om du behöver någon specialkost. Maila eva.falk77@hotmail.com

Ledarmöte

Lördag kl.8.20 för nivå 9, kl.11.20 för nivå 8, kl.14.45 för nivå 7 yngre och kl.18.00 för nivå 5.

Söndag kl.8.15 för nivå 7 äldre pool 1, kl.11.20 för nivå 7 äldre pool 2, kl.14.20 för nivå 6 pool 1 och kl. 16.50 för nivå 6 pool 2.

Samling i korridorren vid domarrummet.

Defilering

Defilering sker med hela laget.

Defileringsordning enligt följande:

Nivå 9

GF Tempo
GF Kennedy
Kungälvsgymnasterna
Möndal GIF
Rolfstorps GIF
Tölö GF

Nivå 8

GF Tempo
Alingsås IF
Kungälvsgymnasterna
Lingförbundet
Möndal GIF
Rolfstorps GIF
Tölö GF
Varbergs GIF

Nivå 7 yngre

GF Tempo
GF Kennedy
GBG Turn
Kungälvsgymnasterna
NIF Gymnasterna
Vänersborgs GF

Nivå 7 äldre pool 1

GF Tempo
GFN
GF Kennedy
GBG Turn
Kungälvsgymnasterna
Möndal GIF
Rolfstorps GIF
Tölö GF

Nivå 7 äldre pool 2

GF Tempo
Alingsås IF
GFN
GF Kennedy
Lingförbundet
Möndal GIF
NIF Gymnasterna

Nivå 6 pool 1

GF Tempo
GF Kennedy
GBG Turn
Halmstad GF
Tölö GF

Nivå 6 pool 2

GFN
GBG Turn
Gråbo Gymnastikförening
Hindås Gymnastikförening
Lingförbundet
Möndal GIF
Trimgymnastiken

Nivå 5

GF Tempo
Art Dance Gymnastic
GFN
GF Kennedy
Möndal GIF
Rolfstorps GIF
Tölö GF
Vallberga GF
Vänersborgs GF

Prisutdelning

Direkt efter sista tävlingsframträdandet, i varje pool, sätter sig gymnasterna lagvis på golvet för prisutdelning.

Nivå 9: Ingen resultatredovisning sker i hallen, på prisutdelning eller på internet. Ingen rangordning av lagen görs på tävlingen. Medalj ges till samtliga gymnaster. Ledarna får feedback från domarna i samband med prisutdelningen.

Nivå 7 yngre och 8: Ingen resultatredovisning sker i hallen, på prisutdelning eller på internet. Ingen rangordning av lagen görs på tävlingen. Medalj ges till samtliga gymnaster. Resultatlista skickas till föreningarna efter avslutad tävling.

Klass 5-7 äldre: Ledarna delges en fullständig resultatlista efter tävlingens slut. Ingen resultatåtergivning sker i hallen eller på internet. En 1:a, 2:a och 3:a utses och tilldelas medalj. Resterande lag blir 4:or.

Övrigt

Alla funktionärer bär turkos tröja.

Enhetlig klädsel gäller i tävlingen. Inget dräktkrav t.ex. shorts och t-shirt eller linne och leggings går bra i nivå 6-9. Ledare bär föreningskläder.

Varje ledare ser till att sin trupp städar efter sig i omklädningsrummen.

Det kommer att finnas sjukvårdskunnig personal under både förträning och tävling

Bilagor:

Förträningstider
Startordning
Tidsschema
Redskapsönskemål
Anmälda lag



Vi hälsar alla härligt välkomna till oss!