

PM1

KM 2025



**Enebybergsgymnasterna
VÄLKOMNAR TILL
Klubbmästerskap 2025
22 nov - 23 nov 2025**

Välkomna till årets KM!

Tävlingen riktar sig till alla grupper i Enebybergsgymnasterna. Syftet med tävlingen är att skapa föreningskänsla och att låta alla gymnasterna tävla under trygga former. För våra yngsta gymnaster är detta ett bra tillfälle att få prova på en tävling innan eventuell tävling mot andra föreningar. För gymnaster som tävlar på andra tävlingar i Stockholmsområdet eller utanför är KM ett bra tillfälle att testa tävlingsvarv och fristående inför vårens kommande tävlingar.

Tillsammans gör vi KM till en riktigt rolig och trevlig tävlingsdag där alla hjälps åt och hejar på varandra!

Anmälan

Anmäl senast **22:e oktober 2025** ([Länk](#))

Fyll i önskemål om redskap senast **9:e november 2025** ([Länk](#))

Ladda upp musik för redskap och fristående **senast 9:e november 2025** ([Länk](#))

Tävlingshall

Tävlingarna sker i Danderyds gymnasium, Rinkebyvägen 4, 182 36 Danderyd

Klasser

Våra tävlingsklasser är öppna (det vill säga, flickor, pojkar och blandade grupper är välkomna).

BAS7-grupper tävlar i Klass A.

Vi erbjuder följande klasser:

- Klass A - från 7 år
- Klass Nian och Klass Åttan yngre (8-9 år)
- Klass Nian och Klass Åttan äldre (från 10 år)
- Klass Sjuan och Klass Sexan äldre (från 10 år)
- Klass Femman och Fyran (från 13 år)

Bedömningsreglemente och tävlingsbestämmelserna

Klass A och Klass Nian - Sexan

Bedömning sker enligt [Bedömningsreglemente nivå 6-9 version januari 2025](#) och tävlingsbestämmelserna enligt [Enebybergsgymnasterna KM 2025 Tävlingsregler](#).

Klass Femman - Fyran

Bedömning sker enligt [Nationellt bedömningsreglemente Trupp version 3.0](#) och tävlingsbestämmelserna enligt [Enebybergsgymnasterna KM 2025 Tävlingsregler](#).

Det är viktigt att ni innan anmälan läser igenom tävlingsbestämmelserna för respektive klass så att ni väljer den klass som passar ert lag bäst.

Fristående

Alla lag är välkomna att ställa upp med ett eller flera friståendelag. Friståendelagen behöver inte vara samma som redskapslagen. Ställer gruppen upp med fler friståendelag är det gruppens bästa resultat som räknas och eventuella medaljer delas ut till hela gruppen och inte enbart de gymnaster som deltog i friståendet.

Licenser

Ledare som passar ska ha utbildning (licens) för de övningar gymnasterna utför.

Domare

Föreningen tillsätter domare efter bästa förmåga och med varierad utbildning. Domarna kommer också att lämna feedback till alla tränare.

Prisutdelning

Prisutdelningen sker i direkt anslutning till varje klass. Samtliga klasser kommer att följa [Gymnastikförbundets rekommendationer för resultat och ceremonier](#).

Klädsel

Flickor: gymnastikdräkt/linne/t-shirt i enhetlig färg, cykelbyxor/tights i enhetlig färg (det är ok att vissa har dräkt och vissa har linne i motsvarande färg).

Pojkar: shorts/bygelbyxor i enhetlig färg och t-shirt/linne/body i enhetlig färg.

Smycken och klockor är inte tillåtet av säkerhetsskäl (nytagna hål i öronen skall tejpas över med hudfärgad tejp av säkerhetsskäl) - gäller både gymnaster såväl som ledare. Tejp och skydd är tillåtet. Ledare skall vara klädda i ledarkläder.

Långt hår skall vara uppsatt.

Tider

Schemat sätts efter anmälningstidens slut och skickas ut i PM2.

PM 2

PM 2 skickas ut via mail cirka två veckor innan tävlingen med startordning och förträningstider.

Musik till redskap och fristående

För matta och hopp: Alla som tävlar från klass Sjuan och uppåt behöver ladda upp sin egen musik ([Länk](#)) som MP3-/MP4-fil, **senast den 9 november**.

För fristående: Alla som tävlar i fristående behöver ladda upp sin egen musik ([Länk](#)) som MP3-/MP4-fil, **senast den 9 november**.

Namn på musikfil:

Märk filen med klass, lagnamn samt namn på gren som man tävlar på.

- KlassXX-lagnamn-matta.mp3
- KlassXX-lagnamn-hopp.mp3
- KlassXX-lagnamn-fristående.mp3

Musik för Klass A ([KM klass A,9](#)), Klass Nian ([KM klass A,9](#)) och Klass Åttan ([KM klass 8 Enebybergsgymnasterna](#)) ordnas av tävlingsledningen. Om ni vill träna till musik innan tävlingen, klicka på respektive klass så kommer du till en Spotifylista.

Lag som inte skickar in musik, eller skickar in den för sent, kommer att tävla till musik vald av tävlingsledningen.

Information

Vid frågor vänd er till: kansliet@enebybergsgymnasterna.se

VARMT VÄLKOMNA!

