

ÖSTERSUNDSGYMNASTERNA

INBJUDER

till

NORRLANDSMÄSTERSKAPEN

NORRLANDSPOKALEN

ÖSTERSUNDSPOKALEN 1-8

Lördag 18 november 2017

i

Östersund Arena



Hej Gymnastikvänner

Vi hälsar er välkomna den 18 november. Ta chansen att tävla i en av Sveriges nyaste och finaste hallar, Östersund Arena, som ligger ca 2 km utanför Östersunds centrum.

Tävlingsklasser: Norrlandsmästerskapen, CoP: öppen endast för gymnaster från Norrland
Norrlandspokalen, svenska rikspokalensserier: öppen endast för gymnaster från Norrland
Regionspokal, svenska regionspokalensserier: öppen för alla gymnaster
Gymnastikförbundets Svenska stegserier 1-8: öppen för alla gymnaster
Se aktuell version på [Svenska gymnastikförbundets hemsida](#)

Tävlingsform: Individuell mångkamp. Grensegrar i steg 5-8 samt i NM och NP och Regionspokalen(beroende på antalet deltagare)

Steg: **Norrlandsmästerskapen(NM) och Norrlandspokalen(NP)**

Dag: Lördag 18 november 2017

Uppvärmning: kl. 08.30-09.00

Förträning: kl. 09.00-10.00 Schemalagd förträning.

Tävlingsstart: kl. 10.10

Ledarmöte: kl. 08.30

Domarmöte: kl. 09.00

Prisutdelning: ca. kl. 12.30

Steg: **Regionspokalen och Östersundspokalen steg 1-8**

Dag: Lördag 18 november 2017

Uppvärmning: kl. 13.40-14.10

Förträning: kl. 14.10-15.10 Schemalagd förträning.

Tävlingsstart: kl. 15.20

Ledarmöte: kl. 13.40

Domarmöte: kl. 14.00

Prisutdelning: kl. 17.45

Anmälan: Sker på [Region Mitt hemsida](#) **Sista anmälningsdag är 20 oktober 2017**
Antalet startande är begränsat. Föreningen ansvarar för att gymnasterna har rätt licens.

Anmälningsavgift: 250kr/gymnast faktureras efter anmälningstiden har gått ut.

PM och startlistor: Mailas ut till anmälda föreningar efter anmälningstidens utgång.

Domare: Anmäls för respektive nivå
CoP+ Rikspokalen fm
Steg 1-8 och Regionspokalen em
Vi räknar med att alla steg 3 domare dömer både fm och em.

1-4 gymnaster = 1 domare, 5-8 gymnaster = 2 domare osv.

Antalet domare gäller per tävling.

Förening med domare har förtur, om man inte har domare så kan man ev. starta ändå efter godkännande av tävlingsledningen, men erlägger då en domaravgift på 1000 kr per antalet erfordrade domare. Det är ej tillåtet att dela på domare från olika föreningar. Ange domarnamnen vid anmälan och deras mail adresser samt steg de är licenserade för. Domare måste kunna uppvisa godkänd licens för att döma enligt gällande regler. Inga dispenser ges för utbildade domare.

Mat: Restaurang med dagens lunch finns i Arenan. ICA Maxi finns på 5 min promenadavstånd.

Logi: [Ledkrysset vandrarhem](#) tfn.063-10 33 10

[Scandic City](#) tfn.063-57 57 00

[Turistbyrån](#) tfn.063-701 17 00

Frågor: Anja Andersson
Tfn. 070-377 45 65

76anan@gmail.com
[ostersundsgymnasterna.se](mailto:76anan@gmail.com)

Vi kommer även att ha en gemensam träningsdag för er som vill stanna kvar och träna på söndagen den 19 november. Det finns en egen anmälan för den på [Region Mitt hemsida](#).



Välkomna!