

NY GRUPPSTRUKTUR ENLIGT GYMNASTIKFÖRBUNDETS UTVECKLINGSMODELL

- Från och med HT25



UTMANINGAR I NULÄGET

Spretig nivå i grupperna =>

- Nybörjare rakt in i grupperna
- Träningsplanering
- Tävlingsnivå
- Ambition

Obefintliga krav eller riktlinjer kring tävling i våra olika grupper =>

- Orättvist mellan grupperna.
- Alla får inte samma möjlighet att träna och tävla

Begränsade möjligheter att välja mer eller mindre träning =>

- Svårt att erbjuda SM- och landslagssatsning
- Svårt att erbjuda anpassad nivå åt alla håll
- Svårt att träna med olika ambition
- Svårt att få till kul träning

MÖJLIGHETER MED DET NYA SYSTEMET

- Tydligare förväntningar på både gymnaster och ledare
 - Lättare att erbjuda rimlig och relevant träning
 - Möjlighet att träna mindre utan alla krav och förväntningar
 - Möjlighet att träna mer och utmanas mot högre mål
 - Större flexibilitet kring åldrarna i de olika grupperna för att skapa mer enhetliga grupper
- 
- Several white lines of varying lengths and angles are positioned on the right side of the slide, extending from the middle towards the bottom right corner.

Gröna grupper

Gymnastikens grunder och lekfull träning. Introduktion till truppgymnastiken

Inga förväntningar att tävla

Blå grupper

Motsvarar våra Truppgupper idag

Träna för att träna och ha roligt och röra på sig.

Tävlingsdeltagande är frivilligt, precis som idag

Okej att inte delta på alla träningar för att kunna multiidrotta osv

Röda grupper

Mer fokus på tävling, hög närvaro och aktivt deltagande på träningarna.

Fler träningstillfällen och längre träningar

Uttalat vilken nivå man bör tävla på i de olika grupperna

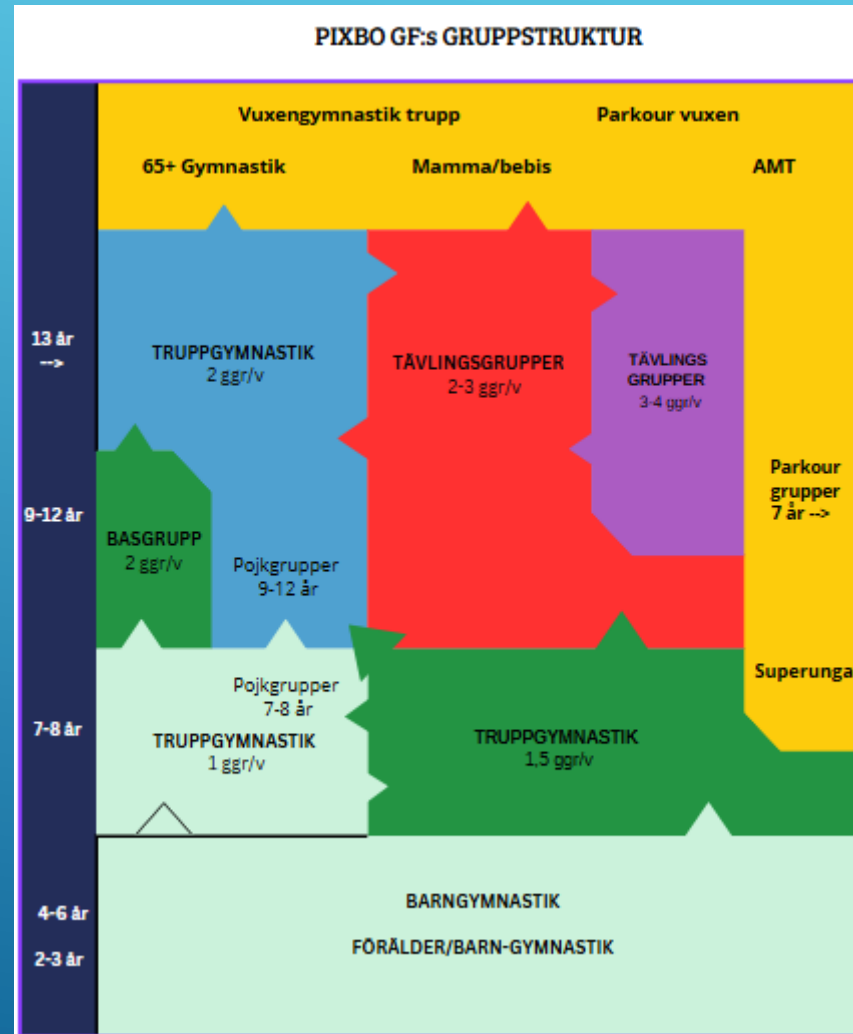
Lila grupper

Mål mot USM/JSM/SM med kunskapskrav och intresseanmälan

DAGENS GRUPPSTRUKTUR

ÅLDER	GRUPPTYP	
13 -->	R-grupper	R-grupper Mixtruppen
9-12	Truppgymnastik	
4-8	Barngymnastik	
2-4	Förälder/barngymnastik	

UTVECKLINGSMODELLEN OCH FÄRGERNA



DE NYA GRUPPERNA – 2017 OCH 2018

2017	M17-1 1 gång/v Nivå 9	M17-2 1 gång/v Nivå 9	MP17 1 gång/v Nivå 9	L17 1,5 ggr/v Nivå 9	M17-3 1,5 ggr/v Nivå 9	M17-4 1,5 ggr/v Nivå 9
2018	M18-1 1 gång/v	M18-2 1 gång/v		M18-3 1,5 ggr/v	M18-4 1,5 ggr/v	
	L18-1 1 gång/v	MP18 1 gång/v		L18-2 1,5 ggr/v		

- Gymnasternas val gäller - undantag: lila grupper
- Valet ska baseras på träningsambition
- Från 12 års ålder spelar nivå också roll
- Tydligare info om vad varje grupp fokuserar på inför valet
- Informationen styr också ledarnas arbete med grupperna

DE NYA GRUPPERNA – T- OCH R-TRUPPERNA

Nuvarande grupp/ålder	Ny grupp Blå			Ny grupp Röd			Nya grupper Lila	Ny grupp Basnivå
Fristående:	Alla grupper ingår i rullande schema för friståendeträning i C-hallen eller annan hall 4–5 gånger under terminen			Alla grupper med 2 ggr/veckan ingår i rullande schema för friståendeträning, 5–6 gånger under terminen. Grupperna med 3 ggr/veckan =2 st redskap + 1 friståendeträning varje vecka			2 redskap + 1 fristående+ 1 fyspass	
Mixtruppen R4 R5	B1 1-2 ggr/v á 2 h Nivå 5			R1 3 ggr/v (inkl. frist) 6 h Nivå 4/3			L1 (2010 →) 4 ggr/v 8-9 h Nivå 2/1 Mål JSM/SM	
2011/2010 <i>R6 Blå, R6 Rosa, RP1</i>	B2 2 ggr/v á 2 h Nivå 6			R2 3 ggr/v (inkl. frist) 5,5 h Nivå 5			L2 (2013–2011) 3–4 ggr/v 6-7,5 h Nivå 3/4 Mål USM	
2012/2013 <i>T13, T14, T3, T5, T2</i>	B3 2 ggr/v á 2 h Nivå 7/6	B4 2 ggr/v á 2 h Nivå 7/6		R5 2ggr/v 4,5 h Nivå 6/5	R4 2ggr/v 4,5 h Nivå 6/5	R3 3 ggr/v (inkl. frist) 5,5 h Nivå 5		
2014 <i>T8, T6, T7, T4</i>	B5 2 ggr/v á 1,5 h Nivå 8/7	B6 2 ggr/v á 1,5 h Nivå 8/7		R8 2 ggr/v á 2h Nivå 7	R7 2 ggr/v á 2h Nivå 7 (2014/2015)	R6 3 ggr/v (inkl. frist) 5 h Nivå 7/6 (2014/2015)	G1 2016→ 1–2 pass/v á 1,5 h	
2015 <i>T1, T11, T10, T9</i>	B7 2 ggr/v á 1,5 h Nivå 8	B8 2 ggr/v á 1,5 h Nivå 8		R9 2 ggr/v á 2h Nivå 7				
2016 <i>M16-1, M16-2, M16-3, M16-4, M16-5 L16-1, L16-2</i>	B9 Landv. 2 ggr/v á 1,5 h Nivå 9/8	B10 2 ggr/v á 1,5 h Nivå 9/8	B11 2 ggr/v á 1,5 h Nivå 9/8	R10 2 ggr/v á 1,5h Nivå 8/7		R11 2 ggr/v á 1,5h Nivå 8/7		
Pojkgrupperna	TP1516 fortsätter som befintlig grupp, 2 ggr/v			TP2 fortsätter som befintlig grupp, 2 ggr/v				

NÄSTA STEG

- v. 14 Första informationen ut till gymnaster om struktur och färger, enbart
 - v. 15 Ledarenkät med val av trupp – kommer v. 15
 - v. 17-21 Schemaläggning
 - v. 22 Info till alla grupper som skall välja inför hösten
 - v. 24 Platssläpp för gymnaster som skall välja
 - Uppföljning av gymnasternas val – eventuella ändringar!
- 