



hälsar er varmt välkomna till



lördagen och söndagen den 7–8 november 2026

PM1/Inbjudan

Information

Tävlingsledare Tranemo GF: Julia Edgren och Lovis Ambjörnsson

Information finner ni även på hemsidan: www.tranemogf.se

Kontakta oss via mejl: tranancup@tranemogf.se

Kontakta oss via telefon: 0768-160825, 0760-429544

Använd mailadressen i första hand.

Tävlingshall

Tranemo sim- och idrottshall. Limmaredsvägen 2A, 514 32 TRANEMO

Hemsida

På föreningens hemsida www.tranemogf.se kommer vi löpande lägga upp all information om tävlingen, så som tävlingsbestämmelser, PM1 och PM2, förträningstider, startordning med mera.

Anmälan

Anmälan görs på följande länk: <https://forms.gle/8oHyj7HR1ZJrCsBBA>

Sista anmälningsdag är fredag **den 18 september**. Observera att man max kan anmäla **3 lag** på en anmälan. Vill ni anmäla fler får ni göra ytterligare en anmälan. I samband med anmälan anger ni också domare.

Kostnaden att delta är 85 kr/gymnast samt 300 kr/lag/start. Faktura kommer till er förening via mejl. Anmälan är bindande. Vid efteranmälan är avgiften 500kr/lag/start. Lag som stryker sig efter sista anmälningsdag (18 september) betalar **hela** anmälningsavgiften. Ingen reducering i kostnad för antal anmälda gymnaster sker efter sista anmälningsdag.

Domare

Vid anmälan ska domare anges. Domare ska anmälas när man anmäler sina lag och tillsätts och bekostas av deltagande förening enligt följande:

1–3 lag = minst 1 domare

4–5 lag = minst 2 domare

6–7 lag = minst 3 domare

8–10 lag = minst 4 domare

11 lag eller fler = minst 5 domare

Det är det totala antalet lag/dag från varje förening som räknas ihop och avgör antal domare. Prata därför ihop er i föreningen så ni vet hur många domare ni behöver. Domares utbildningsnivå ska matcha nivån på anmälda lag. Dvs anmäler man lag till nivå 6-9 räcker det att domare har utbildning för nivå 6-9. Om man anmäler lag till nivå 3-5 ska domaren ha utbildning för att döma nivå 3-5 (dvs minst steg 2).

En domare dömer samtliga pass under en tävlingsdag eller motsvarande. För de föreningar som saknar en eller flera domare tas det ut en straffavgift på 2000 kr per domare (1000 kr per domare om man kan bidra med en 6-9-domare men man egentligen ska ha en 3-5- domare och vi är i behov av det). Pengarna fördelas sedan på de domare som dömt tävlingen.

Har föreningen ingen domare, ordnar man det via andra föreningar. Utbildade domare går att nås på gymnastikförbundet väst hemsida www.gymnastik.se/vast.

Regler och tävlingsbestämmelser

Tävlingen är indelad i sju klasser; Vit (nivå 8), Gul Yngre (nivå 7), Gul Äldre (nivå 7), Grön (nivå 6), Blå (nivå 5), Röd (nivå 4) och Svart (nivå 3). Tranan cup är en grentävling. Tumbling och trampett erbjuds i samtliga klasser. Fristående erbjuds i klasserna för nivå 3–7 (inte nivå 8)

Tävlingsbestämmelser bifogas. Maxantal deltagare per lag är 30 gymnaster, med max 18 gymnaster per varv/fristående. Det rekommenderas att man ställer upp med två lag om möjligt, så att alla gymnaster har möjlighet att medverka på samtliga moment. Det är endast tillåtet att varje gymnast deltar i en klass.

Kom ihåg:

Övningarna som gymnasterna utför ska vara anpassade till deras kunskap och mognad!

Förträning

Se tider i kommande PM. Det finns uppvärmningshall.

Redskap

Redskapsuppställningen är fast och truppleddaren ansvarar för att redskapen har rätt inställning.

Redskapsblanketten ska vara ifylld innan förträningen och eventuella justeringar görs efteråt.

I hallen finns: Tumblinguppställning enligt redskapsreglementet, trampett och hoppredskap enligt redskapsreglementet samt tilläggsstationer för nivå 7–8 (klass Vit och Gul) enligt reglementet.

Tumblinggolv används för samtliga klasser. Även friståendeyta finns uppmätt enligt redskapsreglementet (fristående erbjuds i klasserna för nivå 3–7). Mer specifik information om vilka redskap som finns på tävlingen kommer i PM2.

Under förträning kan det förekomma att två lag vill träna på samma trampett. Vi rekommenderar att ni pratar med dem som ni tränar tillsammans med, alternativt tar med egen trampett för att säkerställa att ni kan förträna på den trampett ni önskar. Arrangören ansvarar inte för detta. Tar ni med egen trampett vill vi att ni meddelar redskapsfunktionärerna när trampetten kommer åka hem så inte något lag förtränar på en trampett som inte finns kvar vid tävling.

Resultat och prisutdelning

I klass Vit och Gul Yngre delas medalj ut till samtliga gymnaster. Ingen resultatredovisning sker i hallen. Resultatlista skickas ut via mejl efter tävlingen.

I klass Gul Äldre, Grön, Blå, Röd och Svart delas medalj ut till de lag som placerar sig på 1:a, 2:a och 3:e plats. Resterande lag blir 4:or. Poäng delges under tävlingens gång. Fullständig resultatlista skickas ut via mejl efter tävlingen.

PM2

PM2 skickas senast ut i slutet av vecka 41. Vilken dag varje klass tävlar meddelas så fort vi har tidschemat klart.

Övrigt

Vi uppmanar er att anmäla era lag i god tid. Vi har ett begränsat antal startplatser till Tranan cup.

Tävlingens preliminära upplägg: Fyra klasser tävlar på lördagen och tre klasser tävlar på söndagen. Vilken dag respektive klass tävlar meddelas senast i PM2, men förhoppningsvis så fort tidsschemat är klart.

Vi kommer ha en kiosk där man kan köpa lättare lunch, fika, dryck, kaffe, frukt och godis.

Länkar:

Regionala tävlingsregler för nivå 6-9 och bedömningsunderlag för nivå 6-9:

[Svenska Gymnastikförbundet - Regionala tävlingsregler 6-9](#)

Bedömningsreglemente nivå 3-5:

[Regionala tävlingsregler nivå 3-5](#)

Tävlingsbestämmelser:

[Tävlingsbestämmelser - Tranan cup 2026](#)

Stort lycka till med förberedelserna & välkomna till Tranan Cup 2026!
Tranemo GF