



RIKS 1&2
2018
Järfälla

PM 1

Järfällagymnasterna och Gymnastikförbundets Trupptävlingskommitté

Hälsar er välkomna till

Rikstvåan dam 13år och äldre
Rikstvåan Herr 13år och äldre
Rikstvåan mix 13år och äldre
Riksettan Dam, Herr och Mix 15år och äldre

25/5-27/5 2018
I Jakobsbergssporthall

Information

Tävlingsledare:
Emmelie Jansson
Tel 08-580 368 48
E-mail kansli@jarfallagymnasterna.se

Tävlings- och träningstider

Se bilaga 1 och gällande Arrangörsreglemente.

Anmälda lag

Se bilaga 2.

Anmälan och beställningar

Bekräftelse på anmälan och beställningar ska vara oss tillhanda senast den 22e April. Insändes per mail. Anmälan och beställningar är bindande. Arrangören äger rätt att neka för sent inkomna beställningar av kost och logi eller ta ut en förseningsavgift på 500:-/trupp. Se bilaga 3 (Anmälan och Beställningar).

Redskapsinformation

Hallen kommer att vara utrustad med:
Tumblinggolv + nedslag
Trampett + Nedslag
Hoppbord
Dämpningsmattor
Friståendeväder

Det kommer även att finnas en Dorado 36 fjädrar och en Eurogym 40 fjädrar

Redskapsskiss hittar ni i bilaga 4. Observera att tävlande förening endast har rätt att medföra egen trampett. Om truppen medför egen trampett ska den vara tillgänglig för alla tävlande trupper under den egna poolen. Om trampetten inte kommer att finnas kvar under övriga pooler/final ska trampetten avlägsnas från hallen direkt efter egen pool.

Ansvarig ledare ska kontrollera Redskapsreglementet inför tävlingen, bland annat för att vara säker på att den egna trampetten är godkänd.

I samband med förträningen kontaktar respektive trupps ledare redskapsansvarige om sina redskapsönskemål, uppställning och eventuell hjälp under tävlingen. Det är ledaren som är ytterst ansvarig för att redskapen står rätt inför varje tävlingsframträdande.

Reglementen och bestämmelser

Detta material finns på Gymnastikförbundets hemsida: www.gymnastik.se. Det är ledarens ansvar att ta del av samtliga reglementen och bestämmelser samt att kontrollera på hemsidan att man har den senaste versionen av dessa inför varje tävling.

Ledarsamling

Se tidsschema för helgen (bilaga 1).

Slutgiltig startordning

Slutgiltig startordning tas fram på Gymnastikförbundets kansli, tävlingsavdelningen. Skillnaderna från den preliminära lottade startordningen kommer att vara marginella.

Tävlingslicens/Utbildningskrav

Alla gymnaster ska ha giltig tävlingsförsäkring.

Vid ackreditering skall ansvarig ledare bevisa att alla gymnaster har en giltig tävlingslicens genom att visa upp ett utdrag från Pensums register. Utdraget ska endast innehålla aktuella gymnaster (inte hela föreningens gymnaster) och gymnasterna ska skrivas i denna ordning även på deltagarlistan. Gymnaster som saknar tävlingslicens kommer inte att bli ackrediterade och får inte ställa upp i tävlingen. Deltagarlistan ska fyllas i, i onlinesystemet för bedömningsunderlag, skrivas ut och signeras av ansvarig tränare:

<http://www.gymnastik.se/tavling/tavlingsinriktning/Truppgymnastik/Regler/bedomningsunderlag/>

Enligt Utbildningskrav Tävling ska en mottagare ha giltig licens för säkerhetspassning på tumbling som motsvarar den nivå som gymnasterna tävlar på. På trampett från fri voltrotation ska två mottagare stå på nedslagsbädden varav en mottagare ska ha giltig licens för säkerhetspassning som motsvarar den nivå som gymnasterna tävlar på. Tränarnas utbildningsnivå fylls i på deltagarlistan.

Domare

Gymnastikförbundet tillsätter domare enligt gällande Bedömningsreglemente Trupp för Trupptävlingar.

PM 2

Under vecka 19 kommer PM 2 att sändas ut och innehåller startordning, träningstider, mattider etc.

Hämtning av material

Deltagarkort och deltagarplaketter etc. hämtas ut vid ankomst i Sporthallen. Om man bor i skolsal erläggs depositionsavgift på 500:- vid ankomsten för eventuell städning av logi.

Tävlingshall

Tävlingarna kommer att ske i Jakobsbergs sporthall. Skiss på hallen bifogas (se bilaga 4). Samtliga lag skall vara ute ur sporthallen senaste kl. 22:30.

Träningshall

Uppvärmning kommer att ske i sporthallens B och C hall som ligger i direkt anslutning till A-Hallen. B och C hallen kommer ej att vara utrustade med redskap.

FÖRTRÄNING

VIKTIGT- Då detta kommer vara en stor tävling med många klasser, Förträning på fredagen kommer att erbjudas till de lag som tävlar under lördagen (alltså ingen fristående förträning under lördagen). De lag som tävlar under söndagen kommer att ha förträning i fristående under lördag kväll (alltså ingen fristående förträning under söndagen).

Kost och logi

Kost sker i Järfälla Gymnasium och logi sker i Kvarnskolan + ev en närliggande skola till, beroende på antal övernattande lag. Ta med egen sovutrustning (luftmadrass/ liggunderlag, sovsäck och kudde). Vid skadegörelse kan föreningen bli ersättningskyldig. OBS! Minst en ledare som har fyllt 18 år ska bo tillsammans med gymnasterna. Det finns EJ duschar i skolorna, endast i sporthallen.

Anmälan om kost och logi sker på beställningsblanketten. Kostnaderna för detta kommer att faktureras. Vid för sent inkommen beställning åger arrangören rätt att neka truppen kost och logi.

Samtliga lag som övernattar kommer behöva vara ute ur skolan kl 11:00 på söndagen.

Matsedel och mattider

Vi erbjuder följande:

Fredag	kl. 17:00-19:00	Middag
Lördag	kl. 06:30-09:00	Frukost
	kl. 11:00-13:00	Lunch
	kl. 18:00-20:00	Middag
Söndag	kl. 06:30-09:00	Frukost
	kl. 11:00-13:00	Lunch (Matpaket kan hämtas)

Från kl. 15:00 Kommer det att finnas möjlighet att hämta ut matpaket i sporthallen

Matsedel hittar ni i bilaga 6.

Laktosfria, glutenfria och vegetariska alternativ kommer att finnas och ska beställas i förväg.

Vandrarhem/Hotell.

För er som önskar logi på vandrarhem eller hotell rekommenderar vi:

Welcome Hotell Barkarby

<http://www.welcomehotel.se/default-sv.html>

Hoom Home & Hotel

<http://www.hoomhotel.com/boka>

Hotellet erbjuder er att boka en lägenhet för 600 kr/natten. I varje lägenhet kan man bo upp till 3 personer. (I varje lägenhet finns två enkelsängar och en bäddsoffa)

Bokningen görs genom att mejla info@hoomhotel.com eller på telefon 08-678 80 60.
Ange koden: " JGRIKS"

Scandic är Gymnastikförbundet partner gällande boende på tävlingar, konferenser och event. Hotellkedjan har ett attraktivt sporterbjudande till föreningar som väljer att bo på hotell i samband med tävling. Läs mer här: <https://www.scandichotels.se/alltid-pa-scandic/sport>, eller hör av dig till sport@scandichotels.com

Logi för domare är bokad på Welcome Hotell Barkarby.

Kommunikationer

Så här kommer du till Jakobsbergs sporthall. Karta bifogas (se bilaga 5).

Från Stockholms central tar du pendeltåget mot Kungsängen eller Bålsta och kliver av i Jakobsberg. Jakobsbergs sporthall ligger på 10 minuters promenad från jakobsbergs pendeltågstation. Karta bifogas (se bilaga 5)

För er som väljer att bo i Barkarby finns pendeltåg eller bussar mellan Jakobsberg och Barkarby. Med bil tar det ca 5 minuter.

För information när pendeltåg och bussar går titta på www.sl.se eller ring till SL-info på tel. 08-6001000. Bra kartor och vägbeskrivningar kan du också hitta på www.eniro.se

T-shirts, tröjor och deltagarplaketter

Kläder och plaketter finns till försäljning och kan beställas på Beställningsblanketten (se bilaga 3). Bilder på kläder hittar ni i bilaga 7.

Besök gärna vår hemsida, www.jarfallagymnasterna.se

Anmälningavgift

Gymnastikförbundet fakturerar anmälningavgiften när tävlingen gått av stapeln.

Administrativ avgift

Arrangören äger rätt att ta ut en administrativ avgift på 700 kr/trupp. Beställningsblankett, bilaga 3.

Kom ihåg:

Ifyllda handlingar ska vara Järfällagymnasterna tillhanda senast den 22 April. Fyll i samtliga handlingar noga.

OBS! Beställningarna är bindande och för sent inkomna beställningar kan nekas.

Slutligen...

önskar vi dig lycka till med träning och förberedelser inför tävlingen. Vi ser fram emot att få träffa er och uppleva spännande tävlingar.

VARMT VÄLKOMNA!

Järfällagymnasterna!

Bilagor:

- | | |
|---------------------------------------------|---------------------|
| 1. Tävlings- och träningsschema | 5. Karta |
| 2. Anmälda lag | 6. Matsedel |
| 3. Bekräftelse på anmälan/Beställningslista | 7. Bilder på kläder |
| 4. Skiss över tävlingshallen | |

PM

stadium®



PENSUM

CATEA

VERA
Sport

svedea

UNISPORT



 folkspel

Scandic

Partners till

Gymnastikförbundet 