

# PM2 Gösta Cup 2023

## 1-2 april



### Information

All information och tillhörande dokument hittar ni på vår hemsida:  
[Goteborgsgymnasterna.se/gosta-cup/](http://Goteborgsgymnasterna.se/gosta-cup/)

### Tävlingshall

Lundenhallen  
Kärralundsgatan 3  
416 56 Göteborg

Närmsta busshållsplats är Lundenskolan, dit går buss 60.  
Begränsad parkering finns kostnadsfritt utanför hallen.

### Tävlingsklasser & tider

#### Lördag 1 april

##### **Klass Nian**

Hallen öppnar 08.00  
Ledarmöte 09.00  
Förträning 09.10  
Defilering 10.20  
Tävlingsstart 10.30  
Prisutdelning ca. 11.20

##### **Klass Åttan pool 1**

Ledarmöte 12.00  
Förträning 12.10  
Defilering 13.20  
Tävlingsstart 13.30  
Prisutdelning ca. 14.40

##### **Klass Åttan pool 2**

Ledarmöte 15.30  
Förträning 15.40  
Defilering 17.00  
Tävlingsstart 17.10  
Prisutdelning ca. 18.20

#### Söndag 2 april

##### **Klass Sjuan äldre**

Hallen öppnar 08.00  
Ledarmöte 09.00  
Förträning 09.10  
Defilering 11.10  
Tävlingsstart 11.20  
Prisutdelning ca. 13.30

##### **Klass Sexan**

Ledarmöte 14.00  
Förträning 14.10  
Defilering 15.40  
Tävlingsstart 15.50  
Prisutdelning ca. 17.20

## Ackreditering

Ackrediteringen är stationerad i entrén med märkt skylt. Vid ankomst (senast 1 timme innan tävlingsstart) anmäler ledaren truppen till ackrediteringen. Följande ska också lämnas vid ackrediteringen:

- Bedömningsunderlag i sex exemplar per gren
- Utdrag av pensum. OBS! Endast aktuella gymnaster i det ackrediterade laget ska stå på utdraget från Pensum, ej hela föreningen.
- Deltagarlista för samtliga gymnaster och ledare som ska delta under tävlingen. På deltagarlistan ska gymnasterna stå i samma ordning som på utdraget från Pensum.

## Omklädningsrum

Omklädningsrummen är märkta med lag-namn och delas av minst två trupper så tänk på att lämna utrymme i det fall ni delar rum med ett annat lag. Lämna ej värdesaker i omklädningsrummen under tävlingsdagen, det finns begränsat antal skåp en trappa upp där man kan låsa in värdesaker, då behöver man ta med eget hänglås.

## Ledarmöte

Ledarmöte hålls vid redskapsfunktionärernas bord i anslutning till trampettlandningen. Minst en ledare från vardera lag ska vara med på ledarmötet.

### Tider för ledarmöte - Lördag

kl. 09.00 för klass Nian

kl. 12.00 för klass Åttan pool 1

kl. 15.30 för klass Åttan pool 2

### Tider för ledarmöte - Söndag

kl. 09.00 för klass Sjuan äldre

kl. 14.00 för klass Sexan

## Musik

Musik ska skickas in på mail senast måndag den 27/3 till [gostacup@goteborgsgymnasterna.se](mailto:gostacup@goteborgsgymnasterna.se)

Ett mail per lag (dvs 1-3 låtar per mail, har flera lag samma musik skickas flera mail med samma låtar, men olika namngivna). Skriv förening, nivå och lagnamn i ämnesraden i mailet. Filerna ska vara namngivna enligt följande: startnummer.klass.lagnamn.redskap och vara i mp3 format. Har vi inte fått in musik den 27/3 så väljer vi tävlingsmusik åt er. Tänk på att ta med reservmusik om filen inte fungerar. Det är ej tillåtet med sång/text i musiken. Vill man inte ha egen musik så löser vi det åt er.

## Förträning

Var noga med att hålla era tider under förträningen, missad tid ersätts ej med annan tid. Redskapsfunktionärer är behjälpliga med framplock av de redskap ni vill använda under förträningen men ni tränare är ansvariga att det blir rätt.

## Defilering

Defilering sker med hela laget. Defileringsordning är efter startordning, lappar med defileringsordning kommer sitta uppe i hallen vid tävling.

## Tävling

Se till att vara klara och vistas i spelargången två lag innan det är er tur, för att tävlingen ska kunna flyta på så smidigt som möjligt. Våra inkastare meddelar sen när ni får springa in på tävlingsgolvet.

## Prisutdelning

Prisutdelning enligt Gymnastikförbundets rekommendationer kring resultat & ceremonier

### Klass Nian

Ingen resultatredovisning sker i hallen, på prisutdelning eller på internet. Ingen rangordning av lagen görs på tävlingen. Medalj ges till samtliga gymnaster. Ledarna får feedback från domarna i samband med prisutdelningen.

### Klass Åttan

Ingen resultatredovisning sker i hallen eller på prisutdelning. Ingen rangordning av lagen görs på tävlingen. Medalj ges till samtliga gymnaster. Resultatlista skicka till ledarna efter avslutad tävling.

### Klass Sjuan äldre & Sexan

En 1:a, en 2:a och en 3:a utses och tilldelas medaljer. Resterande lag blir 4:or. Det lag som fått högst slutpoäng sammanlagt i alla tre grenar utses till totalsegrare och tilldelas en pokal. Resultatlista skicka till ledarna efter avslutad tävling.

## Domare

Domare samlas i domarrummet 1 timme före tävlingsstart. Detta innebär kl 09.30 på lördag och kl 10.20 på söndag. För att komma till domarrummet går man upp för första trappan till vänster i entrén, går igenom glasdörren och direkt till första dörren på höger sida. Alla domare kommer få lunch och alternativen som finns att beställa skickas ut innan tävlingen. Sista dagen att anmäla specialkost är söndag 19 mars.

## Redskap

Redskapsinformation lämnas in till redskapsansvarig inne i hallen innan förträning. Redskapsinformations-lappar finns länkade på vår hemsida, kommer även finnas utskrivna på plats. Redskapsupställningen är fast och ledaren ansvarar för att redskapen har rätt inställning.

### I hallen finns:

- Airfloor samt ansatsklossar
- Eurogym trampett (32 fjädrar) (mjuk)
- Dorado tekniktrampett (32 fjädrar)
- Dorado trampett (36 fjädrar)
- Eurogym trampett (36 fjädrar)
- Eurogym hoppbord
- Satsbräda
- Plint 6 delar
- Ansatsmatta
- Krashmatta (tillval till trampett- och airfloorlandning)
- Mattberg, förhöjd ansats (4 ansatsklossar), station från höjd, station för handståendefall enligt redskapsreglemente för nivå 6-9

## Övrigt

Enhetlig klädsel gäller på tävlingen. Inget dräktkrav, t.ex. shorts och t-shirt eller linne och leggings går bra. Inget avdrag ges för skydd/bandage.

Ledare bär föreningskläder/sportslig klädsel, glöm inte att ta av lösa föremål som keps, smycken och väska när ni går ut på tävlingsgolvet med ert lag. Det går bra att tejpa örhängen.

Fotograf kommer finnas på plats. Kolla gärna med era gymnaster om det är någon som inte ska/får synas på bild.

Funktionärer bär mörkblå tröja med tryckt "funktionärer" på bröstet. Sjukvårdare finns på plats i anslutning till trampett- och airfloorlandning, de bär röd tröja.

## För publik

Inträde för publik kostar 80 kr för alla från 12 år och uppåt. Vi tar endast swish, informera gärna era grupper om detta.

Vi har en kiosk där vi säljer bl.a korv med bröd, toast, kaffe, dricka, frukt, bullar och godis. Vi tar endast swish i kiosken också.

Det finns begränsat antal kostnadsfria parkeringar utanför hallen. Aimo Park har en parkering på Danska vägen 64. Det är några minuter att gå till Lundenhallen därifrån.

## Dokument

### Tävlingsregler

[Bedömningsreglemente Nivå 6-9 version 2.0](#)

[Tävlingsbestämmelser Nivå 6-9 version 2.0](#)

### Bedömningsunderlag

[Bedömningsunderlag Fristående nivå 6-9](#)

[Bedömningsunderlag Airfloor & Trampett nivå 6-9](#)

[Exempel på hur man fyller i bedömningsunderlag i fristående](#)

[Exempel på hur man fyller i bedömningsunderlag Airfloor & Trampett](#)

### Deltagarlista

[Deltagarlista](#)

### Övriga dokument

Ni hittar följande dokument länkade på vår hemsida [HÄR](#).

- Anmälda lag
- Tider & startordning Klass Nian
- Tider & startordning Klass Åttan pool 1
- Tider & startordning Klass Åttan pool 2
- Tider & startordning Klass Sjuan äldre
- Tider & startordning Klass Sexan
- Redskapsinformation Trampett Klass Nian, Åttan, Sjuan
- Redskapsinformation Airfloor Klass Nian, Åttan, Sjuan
- Redskapsinformation Trampett Klass Sexan

### Kontakt

Tävlingsledare Felicia Cederström

0793-10 19 19

Vid frågor hör i första hand av er till: [gostacup@goteborgsgymnasterna.se](mailto:gostacup@goteborgsgymnasterna.se)

# Varmt välkomna till Gösta Cup 2023!

