



Välkommen till Göteborgs Turnförenings klubbmästerskap för gröna grupper

Söndag 10 december 2023 i Torshallen

Anmälda lag

Mörkgrön 4, ljusgrön 1, mörkgrön 7, mörkgrön 8, ljusgrön 2, ljusgrön 11, mörkgrön 2, ljusgrön 9, ljusgrön 7, mörkgrön 6, ljusgrön 3.

Domare

Lina Gustin med flera.

Detta behöver du som huvudtränare skicka in senast 19 november

- Ett mejl med information om exakt antal tävlande gymnaster till lgustin@hotmail.com
- Swisha 50 kr per gymnast till 0709-756895 (Lina Gustin) och ange vilket lag ni swishar för. Detta är för att vi ska köpa in medaljer till alla deltagande gymnaster.

Detta behöver du skicka in senast 26 november

- Ett mejl till lgustin@hotmail.com med information om vilken trampett ni vill ha. Om ni vill ha Dorado-trampetten, ange vinkel. Vill ni tävla på bord/plint behöver ni meddela vilket varv samt höjd på bordet/plinten.
- En länk eller mp3 med den musik ni vill ha, namnge filen med namn och gren till lina.gustin77@gmail.com

Tävlingsbestämmelser

Tumbling: Två varv på tumbling ska utföras. Båda varven ska innehålla två övningar. Ett varv med två övningar kan ersättas av en enkel handvolt. Mellansteg är tillåtet. Samma varv får inte upprepas, men upprepning av övning är tillåtet - det vill säga att ett varv kan vara kullerbytta-hjulning och ett annat hjulning-hjulning. Alla övningar är värda lika mycket.

Trampett: Två varv på trampett ska utföras. På trampetten är det inget krav på vare sig frivolt eller hoppbord. Upprepning av övning är inte tillåtet - det vill säga att om man har haft ljushopp i ett varv så får man inte ha det i ett annat varv. Det är ok att köra till upphöjt, volt till rygg, sträckt till rygg eller överslag till rygg på mattberg.

Max 18 deltagare per lag, minst 6 gymnaster per varv. Tränarna måste ha rätt utbildning för de övningar som körs. Gymnasterna bör ha enhetliga kläder samt uppsatt hår.. Smycken är inte tillåtna.

Det kommer vara en grentävling vilket innebär att det delas ut pris i varje gren. Medalj utlovas till alla.

Ackreditering

Ackreditering ska göras senast kl. 13.30 i entrén (lämna in när ni kommer). Då ska huvudtränaren lämna in

1. deltagarlista:

<https://www.gymnastik.se/verksamheter/truppgymnastik/regler/deltagarlistor-och-bedomningsunderlag>

2. bedömningsunderlagsamt fristående, tumbling och trampett, fyra exemplar av varje:

<https://www.gymnastik.se/verksamheter/truppgymnastik/regler/regionala-tavlingsregler-6-9>

(Symboler för olika övningar hittar du i bedömningsreglemente

<https://www.gymnastik.se/verksamheter/truppgymnastik/regler/regionala-tavlingsregler-6-9>

Behöver du hjälp eller undrar över något är det bara att höra av dig!)

Defilering

Defilering är att laget går ett varv runt hallen till musik och vinkar till publiken.

Defileringsordning

Startorning på tumbling.

Information till domare

14:00 Samling i spegelsalen för genomgång av domarpapper.

Allmän info

Det kommer att finnas café med hembakade bakverk, toast, kaffe, te, läsk med mera. Caféet öppnar kl 14.00. Innan prisutdelningen bjuds det på en uppvisning av gula grupper. Det utgår ingen tränarersättning denna dag.

Entrépriser

Vuxna 50 kr, barn upp till 15 år 20 kr, betalas med swish. Barn under 6 år gratis.

Prisutdelning

När sista tävlingslaget kört klart sitt redskap behöver domarna lite tid att få allt i ordning inför prisutdelningen. Då kommer gula grupper ha en uppvisning. Alla tävlingsgymnaster sitter vid sidan om och kollar. När uppvisningen är slut sätter sig alla lagen på tävlingsytan redo för prisutdelning. Vi kommer att presentera 3:a, 2:a och 1:a i alla tre grenarna tumbling, trampett och fristående. De vinnande lagen kommer och ställer sig på prispallen och får medaljer. Alla andra lag får en delad 4:e plats, ställer upp sig på en lång rad och vi delar ut medaljer till

dem. Därefter tar vi ett gemensamt foto alla tillsammans, som kommer publiceras på sociala medier. Den som inte vill synas i sociala medier kan då ta ett steg åt sidan.

Frågor

Har du frågor, kontakta Lina Gustin, lgustin@hotmail.com

Program

Ledaremöte	13.45
Förträningen	14.00
Defiliering	15.00
Tävlingsstart	15.10
Uppvisning	17.00
Prisutdelning	17.10

Förträning

(5 min per redskap)

Förträning 5 minuter per redskap	tumbling	trampett	fristående
14.00	Mörkgrön 4	Ljusgrön 1	Mörkgrön 7
14.05	Mörkgrön 8	Ljusgrön 2	Ljusgrön 11
14.10	Mörkgrön 2	Ljusgrön 9	Ljusgrön 7
14.15	Mörkgrön 6	Ljusgrön 3	Mörkgrön 4
14.20	Ljusgrön 1	Mörkgrön 7	Mörkgrön 8
14.25	Ljusgrön 2	Ljusgrön 11	Mörkgrön 2
14.30	Ljusgrön 9	Ljusgrön 7	Mörkgrön 6
14.35	Ljusgrön 3	Mörkgrön 4	Ljusgrön 1
14.40	Mörkgrön 7	Mörkgrön 8	
14.45	Ljusgrön 11	Mörkgrön 2	Ljusgrön 9
14.50	Ljusgrön 7	Mörkgrön 6	Ljusgrön 3

15.00 Defilering

15.10 Tävlingsstart

Lottad startordning

Startnummer	tumbling	trampett	fristående
1	lg3		
2		lg7	
3			mg7

4	mg4		
5		lg11	
6			lg1
7	lg2		
8		lg9	
9			mg8
10	mg6		
11		mg2	
12			lg3
13	lg7		
14		mg7	
15			mg4
16	lg11		
17		lg1	
18			
19	lg9		
20		mg8	
21			mg6
22	mg2		
23		lg3	
24			lg7
25	mg7		
26		mg4	
27			lg11
28	lg1		
29		lg2	
30			lg9
31	mg8		
32		mg6	
33			mg2

Tävlingen avslutas med en uppvisning av gula grupper, därefter prisutdelning.

Slut cirka 17.30

VARMT VÄLKOMNA!

Vi ses!

Med vänlig hälsning Trupp Röd 2