

KM 2023



PM2

Version 1: 01/03-2023

**Öjersjö GF
VÄLKOMNAR TILL
Klubbmästerskap 2023
26 Mars 2023**

INFORMATION

All information kommer att publiceras på [hemsidan](#).

Rubrik: Arrangemang → Klubbmästerskap 2023

TÄVLINGSSHEMA

Tävlingsschema, förträningstider och startordning finns bifogat sist i dokumentet. Det är varje ledares ansvar att kontrollera att laget har noterats i rätt klass och rätt grenar. Kontrollera också att laget har ett förträningstillfälle på tumbling och ett på trampett. Notera att hallen öppnar kl 8:00 vilket därmed är den tidigaste samlingstiden.

MUSIK

För Nivå 9-7 så väljer vi musiken för tumbling och trampett vilket innebär att ni inte behöver skicka in några låtar för dessa grenar.

För Nivå 6 och uppåt skickas all musik in senast 5 Mars till trupp.ojersjogf@gmail.com

Musik för fristående skickas in av samtliga klasser till trupp.ojersjogf@gmail.com

TÄVLINGSBESTÄMMELSER OCH KLASSER

Vi följer de regionala tävlingsreglerna för alla nivåer, därmed även klassindelningen.

Information för nivå 6-9 finner ni [här](#)

Information för nivå 3-5 finner ni [här](#)

Vi kommer att använda oss av tävlingsbestämmelser och Bedömningsreglementet för nivåerna nian –sexan version 2.0 januari (2023) och Nationellt bedömningsreglemente Trupp version 3.0 (*uppdaterad 2022-12-21*) för femman – trean.

Vi följer de olika tävlingsbestämmelserna med undantag för åldersindelning, antal gymnaster och klädsel. Alla klasser på tävlingen är öppna, alltså inte indelat efter kön. Lägsta ålder är från det året man fyller 8 (född 2015).

LAG

För att få ett större utbud av lag är maxgränsen 10 gymnaster/lag. Detta innebär att den ordinarie träningsgruppen behöver delas upp för att uppnå kravet.

Minst 4 gymnaster/varv.

BEDÖMNINGSUNDERLAG OCH TÄVLINGSLICENS.

Varje tävlande lag skall förbereda och lämna in bedömningsunderlag, 6 kopior för varje gren senast 1,5 h före tävlingsstart och en deltagarlista. Bedömningsunderlag och blanketter för deltagarlista finns på hemsidan under fliken KM23.

TÄVLINGSHALL

Tävlingen sker i Öjersjö Idrottshall, Tallmossevägen 10, 433 50 Öjersjö.

KOSTNAD

Alla lag som ställer upp tävlar gratis.

OBS: KM ingår inte i lagets fria tävling/termin, det är därmed okej att tävla KM samt en till tävling denna terminen.

PRISUTDELNING

Prisutdelningen sker i direkt anslutning till avslutad klass. Samtliga klasser kommer att följa [Gymnastikförbundets rekommendationer kring resultat och prisutdelning.](#)

TÄVLINGSKLÄDER

Krav på tävlingsdräkter utgår och vi uppmuntrar istället att deltagande trupper klär sig enhetligt i shorts/tights och linne/t-shirt. Det kommer inte att bli några avdrag på klädsel.

Ledare skall ha på sig föreningsrepresentativa sport/träningskläder.
Övrigt behöver inte klädseln vara lika mellan olika ledare för samma lag.

REDSKAP

Tumbling: Tumbling, inklusive redskap till de uppbyggnader som erbjuds i region nian-sjuan

Trampett/Hopp: Eurogym trampet 36 fjädrar, Eurogym trampet 32 fjädrar, Rantzow trampett, Pegasus, plint, satsbräda, mattberg (två tjockmattor högt för kullerbytta och tre tjockmattor högt för rygglandning, mer info i tävlingsreglerna).

Fristående: Fristående-golv i alla klasser.

DOMARE

Vi eftersträvar: I alla klasser kommer tyckarbedömning att tillämpas.
Möte inför tävlingen kommer att hållas onsdagen 8/3 klockan 18-19.30 för alla domare.

GYMNASTER OCH LEDARE

Omklädningsrum finns men är begränsat, så kom ombytta. Gymnasterna kommer att sitta på golvet och uppmanas att inte gå upp på läktaren under tävlingen. Var noga med att inte ha smycken eller klocka på vid tävling, gäller både ledare och gymnaster. Ledarmöte kommer att hållas i samband med förträningen för varje klass.

MÖTE

Möte inför tävlingen kommer hållas onsdagen 8/3 klockan 17-18 för alla huvudledare.
Möte för de som ska sitta domare hålls samma dag klockan 18-19:30.

PUBLIK

All publik betalar entré då avsikten är att sitta på läktaren och njuta av all härlig gymnastik.
Entréavgift: 50 kr/vuxen, barn under 12 år gratis inträde. Betalas via Swish eller kontant.

Publiken uppmanas att applådera ALLA lag och visa sitt stöd till ALLA gymnaster som gör sitt bästa.

Det kommer att finnas en servering med kaffe, te, dryckor, kakor, frukt, bullar, godis, korv och toast.

FRÅGOR

Eventuella frågor skickas till trupp.ojersjogf@gmail.com

Tävlingsledare: Emma Andersson och Anna-Marija Gasovska
Öjersjö GF - trupp.ojersjogf@gmail.com

VARMT VÄLKOMNA!



Deltagande Lag på nivå 9		
15 Röd Lag 1	Nivå 9	Matta, Trampett
15 röd 2	Nivå 9	Matta, Trampett
7-9 vit lag 1	Nivå 9	Matta, Trampett
7-9 vit Lag 2	Nivå 9	Matta, Trampett
15 vit	Nivå 9	Matta, Trampett
14 mini Röd	Nivå 9	Matta, Trampett, Fristående
14 mini Blå	Nivå 9	Matta, Trampett, Fristående
14 SVART Lag 1	Nivå 9	Matta, Trampett, Fristående
14 SVART Lag 2	Nivå 9	Matta, Trampett, Fristående

FÖRTRÄNING			
Tid	TUMBLING	TRAMPETT 1	TRAMPETT 2
9:00	15 röd lag 1 + 15 vit	7-9 vit 1	14 mini röd
9:10	14 svart 1 + 15 röd lag 2	7-9 vit 2	14 mini blå
9:20	7-9 vit 1 + 14 mini röd	15 röd lag 1	15 vit
9:30	14 mini blå	15 röd lag 2	14 svart lag 1
9:40			14 svart lag 2
BYTE PÅ TRAMPETT SKER EFTER HALVA TIDEN			

STARTORDNING			
STARTNUMMER	TUMBLING	TRAMPETT	FRISTÅENDE
1	15 Röd Lag 1		
2		14 SVART Lag 1	
3			14 mini röd
4	15 röd 2		
5		14 SVART Lag 2	
6			14 mini blå
7	7-9 vit lag 1		
8		14 mini Röd	
9			14 svart 1
10	7-9 vit Lag 2		
11		14 mini Blå	
12			14 svart 2
13	15 vit		
14		15 Röd Lag 1	
15	14 mini Röd		
16		15 röd 2	
17	14 mini Blå		
18		7-9 vit lag 1	
19	14 SVART Lag 1		
20		7-9 vit Lag 2	
21	14 SVART Lag 2		
22		15 vit	

Deltagande Lag på nivå 8 & 7			
6-8 pojkar	Nivå 7	Matta, Trampett	
7-9 rosa lag 1	Nivå 8	Matta, Trampett, Fristående	
7-9 rosa lag 2	Nivå 8	Matta, Trampett, Fristående	
7-9 Svart	Nivå 7	Matta, Trampett, Fristående	
7-9 Grön Lag 1	Nivå 8	Matta, Trampett, Fristående	
7-9 Grön Lag 2	Nivå 8	Matta, Trampett, Fristående	
FÖRTRÄNING			
Tid	TUMBLING	TRAMPETT	
12:30	6-8 pojkar	7-9 Grön Lag 1	
12:38	7-9 rosa lag 1	7-9 Grön Lag 2	
12:46	7-9 Svart	7-9 rosa lag 1	
12:54	7-9 rosa lag 2	6-8 pojkar	
13:02	7-9 Grön Lag 1	7-9 rosa lag 2	
13:10	7-9 Grön Lag 2	7-9 Svart	
13:18	Förträning slut		
STARTORDNING			
STARTNUMMER	TUMBLING	TRAMPETT	FRISTÅENDE
1	6-8 pojkar		
2		7-9 rosa lag 1	
3			7-9 svart
4	7-9 grön 1		
5		7-9 rosa lag 2	
6			7-9 grön 2
7	7-9 rosa lag 1		
8		7-9 svart	
9			7-9 grön 1
10	7-9 rosa lag 2		
11		7-9 grön 2	
12			7-9 rosa lag 1
13	7-9 svart		
14		7-9 grön 1	
15			7-9 rosa lag 2
16	7-9 grön 2		
17		6-8 pojkar	

Deltagande Lag på nivå 6 & 5			
4-5 röd Lag 1	Nivå 5	Matta, Trampett, Fristående	
4-5 röd Lag 2	Nivå 5	Matta, Trampett, Fristående	
4-5 Svart	Nivå 5	Matta, Trampett, Fristående	
6-8 rosa	Nivå 6	Matta, Trampett, Fristående	
FÖRTRÄNING			
Tid	TUMBLING	TRAMPETT	
16:00	4-5 röd 1	4-5 svart	
16:10	6-8 rosa	4-5 röd 2	
16:20	4-5 svart	4-5 röd 1	
16:30	4-5 röd 2	6-8 rosa	
STARTORDNING			
STARTNUMMER	TUMBLING	TRAMPETT	FRISTÅENDE
1	4-5 röd 1		
2		4-5 svart	
3			4-5 röd 2
4	6-8 rosa		
5		4-5 röd 1	
6			4-5 svart
7	4-5 röd 2		
8		6-8 rosa	
9			4-5 röd 1
10	4-5 svart		
11		4-5 röd 2	
12			6-8 Rosa