

Eskilstuna Gymnastikförening

hälsar er välkomna till



SPARBANKSPOKALEN

Stegserier 1 – 8, Riks- och Regionspokal,

Starsserierna

13–14 maj 2023



Vilstahallen, Eskilstuna

I samverkan med Eskilstuna Gymnastikförenings huvudsponsor,
Sparbanken Rekarne, välkomnar vi till tävling i Kvinnlig
Artistisk Gymnastik.

Sparbanken
Rekarne





Tävlingsinformation

Datum: 13-14/5 - 2023

Plats: Vilstahallen Eskilstuna, Eskilstuna Gymnastikförening
Vilsta Sport & Fritidscenter, Vasavägen 81, 633 58 Eskilstuna

Tävlingshallen är bredvid gymnastikhallen, uppvärmning sker i träningshallen

Lördagen den 13 maj

Stegserier 5-6

8⁰⁰ - 8³⁰ Fri uppvärmning i träningshallen
8¹⁰ - 8¹⁵ Tränarmöte
8²⁰ - 8⁵⁰ Domarmöte i lilla hallen
8³⁰ - 9⁴⁰ Schemalagd förträning
9⁵⁰ - 9⁵⁵ Defilering
9⁵⁵ - 12⁴⁰ Tävling

Stegserier 7-8, Riks- och Regionspokal (USM o UM, se sep inbjudan på SvGF)

13⁰⁰ - 13³⁰ Fri uppvärmning i Träningshallen
13¹⁰ - 13¹⁵ Tränarmöte
13²⁰ - 13⁵⁰ Domarmöte i lilla hallen
13³⁰ - 14⁴⁰ Schemalagd förträning
14⁵⁰ - 14⁵⁵ Defilering
15⁰⁰ - 17⁴⁵ Tävling

Söndagen den 14 maj

Stars serier Järn-Brons

8⁰⁰ - 8³⁰ Fri uppvärmning i träningshallen
8¹⁰ - 8¹⁵ Tränarmöte
8²⁰ - 8⁵⁰ Domarmöte i lilla hallen
8³⁰ - 9³⁰ Schemalagd förträning
9⁴⁰ - 9⁴⁵ Defilering
9⁴⁵ - 12³⁰ Tävling

Steg 1-4, Stars serier Silver - Diamant

13⁰⁰ - 13³⁰ Fri uppvärmning i Träningshallen
13¹⁰ - 13¹⁵ Tränarmöte
13²⁰ - 13⁵⁰ Domarmöte i lilla hallen
13³⁰ - 14³⁰ Schemalagd förträning
14⁴⁰ - 14⁴⁵ Defilering
14⁴⁵ - 17³⁰ Tävling

Detta är preliminära tider!!!

Tider sätts efter sista anmälningdag och kommer att meddelas via PM 1.

Tävlingsform

Steg 1-4, Järn - Silver: Alla vinnare

Steg 5-8, Riks- och Regionspokal, Guld - Diamant: Individuell mångkamp samt grenseger där det är 5 eller fler gymnaster.

Stegserierna finns hos Svenska Gymnastikförbundet

<https://www.gymnastik.se/Verksamheter/Kvinnligartistiskgymnastik/Domare/Mallar/>



Starsserierna, finns hos

Gymnastikförbundet Mellansvenska

<https://www.gymnastik.se/Regioner/gymnastikforbundetmellansvenska/tavling/tavlingsinriktning/Kvinnligartistiskgymnastik/STARS-serierna/>

Ålder: Fri ålder med lägsta ålder det år man fyller 7 år

OBS! Om ni avanmäler/ stryker en gymnast efter sista anmälningdatum blir ni dock tvungna att betala anmälningavgiften. Detta på grund av att kostnaderna för tävlingen utgår ifrån sista anmälningdatum.

Anmälan

görs till event@eskilstunagf.se

Sista anmälningdag är den 3/4-2023

Format: Förnamn, efternamn, förening, födelseår, tävlingssteg samt medföljande domare med rätt utbildning för de tävlande. Gärna via ett Excelark. För avsaknad av domare debiteras en straffavgift enligt SvGF regler.

Anmälningavgift

Anmälningavgiften **300: -/gymnast**

Domare

1 domare per påbörjad 4 gymnaster

Steg 1–4, Järn – silver: minst steg 1 domare

Steg 5–6, Guld – Diamant: minst steg 2 domare

Steg 7–8, Riks- och Regionspokal: minst steg 3 domare

Deltagande förening ska anmäla en (1) domare per påbörjat 4-tal gymnaster.

Tävlingsregler

Samtliga tävlingsregler finns att hämta på www.gymnastik.se under rubriken verksamheter – kvinnlig artistisk gymnastik – regler. Eventuella frågor kan skickas till kvag@gymnastik.se

Tävlingslicens

Föreningarna ansvara för att gymnasterna har giltig tävlingslicens.

Anvisningar för barn- och ungdomsgymnastik

Barn ska tävla så lokalt som möjligt och under enkla former. Inom discipliner med stor geografisk spridning behöver vi fortsatt hitta mötesplatser. Som ledare är det viktigt att se till gymnastens mognad när tävlingar väljs ut så att en eventuell resa blir en positiv upplevelse för gymnasten. Ta del av Stegserierna och/eller Pokalenserien för mer information om prisutdelningar och resultathantering. Läs anvisningarna i sin helhet här:

<https://www.gymnastik.se/om-oss/svensk-gymnastik-vill/trygg-gymnastik/anvisningar-for-barn--och-ungdomsgymnastik>



Musik

Friståendemusiken ska mailas in till event@eskilstunagf.se senast den 24/4-2023 i mp3 format.

Märk musiken med namn, klass, förening

Redskap

Hopp: Gymnova, satsbrädor Spieth
Barr: Gymnova och Jansen Fritzen
Bom: Gymnova och Spieth
Fristående: Spieth

EGF Kansli:

Meta Halldén event@eskilstunagf.se

Tävlingsledare

Meta Halldén event@eskilstunagf.se, 0706716423

Boende

Vilsta Sporthotell

Tel 016-51 30 80

632 29 Eskilstuna

Fax 016-51 30 86

info@vilstasporthotel.se

**POKALER TILL ALLA TÄVLANDE!
VARMT VÄLKOMNA MED ER
ANMÄLAN!**

Sparbanken
Rekarne



Sparbanksstiftelsen
Rekarne



KFAST

Eskilstuna
logistik



Eskilstuna
kommun

V O L V O



Eskilstuna Energi & Miljö

Biltjänsten
Serrander Bil AB



Gymnastik-
förbundet



Sörmland

Canon



VILSTA
SPORTHOTELL
ESKILSTUNA

VERA
Sport



Advokatgruppen Mellansverige

Advokat Carlos Costa

Eko-Priser
Mälardalen AB