

Skaraborgscupen 2023



Lördagen den 18 november i Mariestad

PM2

Mariestads Gymnastikklubb hälsar er välkomna till årets upplaga av Skaraborgscupen.

I år deltar:

Mariestads Gymnastikklubb (MGK), Skövde Gymnastikförening (SGF), Tidaholms Gymnastiksällskap (TGS), Art Dance gymnastics Falköping (ADF), Karlsborgs Gymnastikförening (KGF), Vara Gymnastikförening (VGF)

Information

Info och upplysningar lämnas på mail: info@mariestadsgymnastikklubb.se

För frågor under tävlingsdagen, ring Mona Andersson på 076-3292197.

Hemsida

På föreningens hemsida www.mariestadsgymnastikklubb.se kommer ni hitta all information om tävlingen så som tävlingsbestämmelser, PM, förträningstider, startordning mm.

Tävlingshallen

Tävlingen genomförs i Novab Arena (Vadsbohallen) i Mariestad. Adressen är Drottning Kristinas väg 48. OBS! Under dagen kommer det även vara flera innebandymatcher i andra hallar i arenan.

Novab Arena består av 4 hallar som är ihop byggda via en stor korridor (se skiss, bilaga 1).

Vi har tillgång till **Tävlingshallen** (in till vänster från entrén) samt **Tunahallen** (uppvärmnings- och uppehållshall för gymnasterna).

Då det är många deltagande gymnaster förväntar vi oss mycket publik under dagen.

Det är därför viktigt att alla respektera dessa punkter:

- Samling för tävlande lag får ej ske i entrén. I stället får man samlas utomhus, i korridoren, i uppvärmningshallen (Tuna) eller i sitt omklädningsrum (se lista längre ner).
- Gymnaster ska inte vistas på läktaren eller i gången mellan entrén och läktaren.
- Gymnaster får sitta på markerad yta på golvet längst till höger i tävlingshallen.
- Gymnaster går in i hallen via passagen och ut genom omklädningsrum 1, dessa ska alltså vara enkelriktade. Se skissen över Novab arena.
- Gymnaster som har omklädningsrum 2-4 använder endast dörrarna mot korridoren. *Dörrarna mot tävlingshallen ska inte användas men är olåsta då de är utrymningsväg från tävlingshallen.*
- Vi ber föräldrar och anhöriga som kommer för att titta att avvakta med att gå in i hallen tills föregående tävlingspass är slut och publik haft möjlighet att gå ut (framför allt mellan pass 2 & 3 samt mellan pass 4 & 5).

Information för rullstolsburna

Rullstolsburna besökare får gärna höra av sig i förväg för att få information om hur man lättast tar sig fram i Novab arena. Det går också bra att fråga i kiosken under tävlingsdagen. Vid behov av parkeringsplats nära entrén får ni prata med parkeringsvakterna.

Parkering

Parkering finns i anslutning till hallen. Det kommer finnas parkeringsvakter som anvisar vart man får parkera.

OBSERVERA! Med tanke på framkomlighet för räddningstjänsten får parkering endast ske på anvisade och ordinarie parkeringsplatser.

Entré

Entréavgift vuxen 60 kr, barn/ungdom 6-15 år 30 kr.

Man kan betala med Swish (QR-kod finns) eller kontant.

Kiosk

Kiosk kommer finnas i entréhallen. Det kommer säljas smörgåsar, korv och bröd, toast, kaffe/te, dricka, fikabröd, frukt, godis mm. Mjölk-, gluten- och äggfria alternativ finns.

Betalning via Swish (QR-kod finns) eller med kontanter.

Funktionärer

Funktionärer kommer att bära blå t-shirt med MGK-tryck. Fråga dessa om det är något ni undrar över.

Ankomst

Ackreditering

Vid ankomst anmäler ni truppen i entrén. En person från föreningen kommer då även få alla föreningens medaljer.

Ackrediteringen är bemannad följande tider:

Pass 1: 7.15-7.45

Pass 3: 10.15-10.45 (det stog fel tid i förra versionen)

Pass 5: 14.15-14.45

Tidaholms lag TGS Stjärnorna som kommer till pass 2 hämtar sina medaljer i kiosken innan prisutdelningen.

Missar man tiderna får man vända sig direkt till sekretariatet inne i hallen.

Tävlingsförsäkring / tävlingslicens

Deltagande föreningar är ansvariga för att se till att samtliga deltagande gymnaster från föreningen har giltig tävlingsförsäkring/tävlingslicens. Inga deltagarlistor eller försäkringslistor behöver dock lämnas in eller visas upp.

Bedömningsunderlag

Bifogade bedömningsunderlag (se bilaga 2) ska användas för redskapsgrenarna. **Sex exemplar** av de ifyllda underlagen lämnas i entrén i samband med ackrediteringen. (Kopieringsmöjlighet finns inte på plats.)

Redskapsönskemål

Bifogade redskapslappar (se bilaga 3) ska skrivas ut, fyllas i och tas med till tävlingen. Den lämnas till "redskapsgubbarna" innan/under förträningen. "Redskapsgubbarna" finns längst in i tävlingshallen.

Medtagna redskap

Medtagna redskap ska finnas tillgängliga för alla under hela tävlingen och tas lättast in i hallen genom en glasdörr till vänster om entrén. Säg till i entrén så öppnar de dörren åt er.

Omklädningsrum

Då det är många gymnaster på plats ber vi er att byta om så mycket som möjligt hemma. Lämna inga värdesaker i omklädningsrummen! Varje ansvarig ledare ser till att sin trupp/förening plockar upp och städar efter sig.

Alla omklädningsrum kommer vara uppmärkta.

Lista omklädningsrum:

1. Genomgång ut från tävlingshallen
2. Karlsborg (KGF) + Tidaholm (TGS) – ingång från korridoren
3. Vara (VGF) – ingång från korridoren
4. Tävlingspass 1-2: Vara (VGF) – ingång från korridoren
Tävlingspass 3-5: Falköping (AGF) – ingång från korridoren
5. Killar från alla föreningar – i källaren i Novab
15. Skövde (SGF) – i källaren i Tunahallen
16. Skövde (SGF) – i källaren i Tunahallen
17. Mariestad (MGK) – i källaren i Tunahallen
18. Mariestad (MGK) – i källaren i Tunahallen
19. Mariestad (MGK) – i Brottningslokalen i källaren i Novab, OBS det finns ej toalett eller duschar!

Hårspray

Då det finns gymnaster med allergier är det förbjudet att spraya hårspray inomhus under dagen. Vill man använda hårspray får man spraya utomhus.

Tävlingen

Dagen är uppdelad i fem pass. Se bifogat schema/startlista (bilaga 4) samt lista på deltagande lag (bilaga 5).

Då det är en lång dag med många deltagande lag är det väldigt viktigt att alla lag är beredda när det är deras tur att förträna och tävla.

Under tävlingen ska nästa lag gå in och ställa sig redo vid ansatsen/stationen direkt när laget innan på samma redskap är klara.

Exempel: Om lag 1 är på airtrack och lag 2 är på trampett ska lag 3 gå in och ställa sig redo vid airtrack när lag 1 är klara, dvs samtidigt som lag 2 hoppar trampett.

Det är också viktigt att gymnasterna springer tillbaka mellan varven, inte står still och väntar in musiken mm. Extra viktigt är detta i Nivå 9 där vi har lag med väldigt många gymnaster.

Vi har beräknat 4 minuter per lag i Nivå 9 och 3 minuter per lag i alla övriga nivåer.

Tävlingsbestämmelser

Se bifogade Tävlingsbestämmelser (uppdaterade, version 231108, bilaga 6) för information om respektive svårighetsklass.

Redskap

Lista över tillgängliga redskap finns med i PM1. Enda justeringen är att tumblinggolv inte kommer att finnas i hallen då endast 2 lag ville använda det (de är informerade om det sen tidigare).

Se även information i förträningsschemat då det blir kortare landningar och ansatsmattor på vissa förträningsstationer (men korrekt längd under tävlingen).

Reskapsuppställning

Se bifogad redskapsskiss (bilaga 7)

Uppvärmning

Tunahallen finns tillgänglig som uppvärmnings- och uppehållshall för gymnasterna under hela dagen. Vi vill därför inte ha någon uppvärmning i korridoren eller i tävlingshallen.

Förträning

Förträningstiderna samt mer information om förträningen finns i separat förträningsschema (bilaga 8).

Nivå 7-9: Varje lag har separat tid på airtrack, stationer (för matta), fria hopp/mattberg 60 cm och mattberg 90/120 cm.

Nivå 4-6: 2-3 lag delar på samma tid på airtrack, på trampett används två olika uppställningar.

OBS! Om båda lagen som förtränar på trampett samtidigt vill använda sig av samma trampett är det de som är på fria hopp som har förtur. Kolla gärna med de ni förtränar samtidigt med i förväg!

Defileringsordning

Varje redskapspass (tävlingspass 1, 3 & 5) inleds med defileringsordning. Alla gymnaster samlas i uppvärmningshallen (Tunahallen) och ställer upp sig två och två 5 minuter innan respektive defileringsordning ska starta.

Defileringsordning:

1. Mariestad (MGK)
2. Falköping (ADF) – ej med på pass 1
3. Karlsborg (KGF) – ej med på pass 3
4. Skövde (SGF)
5. Tidaholm (TGS) – ej med på pass 1 & 5
6. Vara (VGF)

OBS! Det är kort tid mellan förträning och defileringsordning. Därför är det viktigt att titta i schemat och vara förberedd om man behöver gå direkt från förträningen till sin plats i defileringsledet.

Ledarmöte

Ledarmöte för pass 1 är kl 07.45.

Ledarmöte för pass 3 är kl. 10.40

Ledarmöte för pass 5 är kl. 14.55

Pass 2 & 4 har inga ledarmöten

Alla ledarmöten är i omklädningsrum 1 (det som är ut passage).

Domare/Tyckare och domarmöte

För varje tävlingspass en förening deltar i behöver man ha följande domare/tyckare. Det går bra att ha samma personer hela dagen eller byta mellan passen.

Pass 1:

- Nivå 9 yngre (7 år+), airtrack: endast feedback till lagen
- Nivå 9 yngre (7 år+), hopp: endast feedback till lagen

Pass 2:

- Show/dans, yngre (7 år+): endast feedback till lagen

Pass 3:

- Nivå 4 & 5 äldre (10 år+), airtrack + hopp: utse placering 1-3 i respektive nivå och redskap
- Nivå 7 & 8 yngre (7 år+), airtrack + hopp: endast feedback till lagen

Pass 4:

- Show/dans, äldre (10 år+): utse placering 1-3

Pass 5:

- Nivå 6, 7 & 8 äldre (10 år+), airtrack: utse placering 1-3 i respektive nivå
- Nivå 6, 7 & 8 äldre (10 år+), hopp: utse placering 1-3 i respektive nivå

Anmäl gärna era domare till oss i förhand till info@mariestadsgymnastikklubb.se

Vi fixar lunch till de domare som är föranmälda (**senast söndag 12/11**) och dömer minst 2 pass under tävlingsdagen. Glöm inte att ange eventuella allergier!

Domarmöte för pass 1 (och 2) är kl 07:45.

Domarmöte för nya domare till pass 2 är kl 9.30

Domarmöte för pass 3 (och 4) är kl 10:45.

Domarmöte för nya domare till pass 4 är kl 13:30.

Domarmöte för pass 5 är kl 15:00.

Domare anmäler sig i ackrediteringen och domarmötet hålls i teorisalen (övervåningen) eller i bordtennislokalen (källaren), under tävlingsdagen vet vi vilken lokal som gäller.

Se bifogat dokument (bilaga 9) rörande bedömning. Skicka detta till era domare innan tävling så att de är förberedda på vad och hur de ska döma. (Kan även vara bra att skicka till ledarna så att de vet hur bedömning kommer göras.)

Musik

Musik till Show/Dans skall mailas in till info@mariestadsgymnastikklubb.se **senast söndag 12 november** i mp3-format. Skriv lagnamn + klass när ni skickar in er musik och ange även om ni vill att musiken startar när laget står på golvet eller innan laget springer in. Döp mailet till "Show musik".

Till tumbling/airtrack och trampett skall ingen musik lämnas in, ert lag kommer få en låt ur en spellista som kommer rulla under tävlingen.

Medaljer och prisutdelning

Samtliga deltagande gymnaster får medalj och dessa lämnas ut till ledare för respektive lag vid ackrediteringen.

Vid prisutdelningarna vill vi att alla gymnaster har sin medalj runt halsen och går in och sätter sig lagvis/föreningsvis på golvet i hallen.

I alla klasser för 7 år och uppåt uppmärksammas alla lag på prisutdelningen och tränarna får skriftlig feedback från domarna efter tävlingen. Inga placeringar utses.

I alla klasser för 10 år och uppåt utses placering 1-3 på prisutdelningen och övriga lag blir delade 4:or.

Vid endast 4 deltagande lag meddelas endast placering 1 och 2 (övriga delad placering 3) och vid 3 deltagande lag meddelas endast placering 1 (övriga delad placering 2).

Nytt för i år är att vandringspokaler används för Skaraborgscupen, dessa delas ut till placering 1-3.

Det innebär att vandringspokalerna delas ut under prisutdelningen så att lagen kan ta kort mm.

Arrangörsföreningarna (MGK, SGF & TGF) får behålla sina vunna vandringspokaler till nästa år men övriga föreningar får lämna in vandringspokalerna innan de lämnar tävlingshallen. Detta för att vi ska vara säkra på att få tillbaka dem till nästa tävling.

Bilagor

1. Skiss Novab Arena
2. Bedömningsunderlag Skaraborgscupen
3. Redskapslappar (8 olika dokument för Airtrack & Trampett på olika nivåer)
4. Schema & Startordning version 231108
5. Deltagande lag Skaraborgscupen 231108
6. Tävlingsbestämmelser Skaraborgscupen 231108
7. Redskapsskiss Skaraborgscupen 2023
8. Förträningsschema + info 231108
9. Bedömningsinstruktioner Skaraborgscupen

Länkar

Regionala tävlingsregler nivå 6-9

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

Bedömningsreglemente nivå 3-5

<https://www.gymnastik.se/verksamheter/truppgymnastik/regler/bedomningsreglementen/nivatavlingar-3-5>

Välkomna till Mariestad!