



**hälsar er välkomna till**



**Lördagen och söndagen den 25–26 november 2023**

En tävling där alla gymnaster oavsett kunskapsnivå kan delta.

**PM1**

### **Information**

Tävlingsledare Tranemo GF: Julia Edgren och Alicia Gustafsson

Information finner ni även på hemsidan: [www.tranemogf.se](http://www.tranemogf.se)

Kontakta oss via mejl: [tranancup@tranemogf.se](mailto:tranancup@tranemogf.se)

Kontakta oss via telefon: 0768-160825 eller 0703-332442

**Använd mailadressen i första hand.**

### **Tävlingshall**

Tranemo sim- och idrottshall. Limmaredsvägen 2A, 514 32 TRANEMO

### **Hemsida**

På föreningens hemsida [www.tranemogf.se](http://www.tranemogf.se) kommer ni att hitta all information om tävlingen så som tävlingsbestämmelser, PM, förträningstider, startordning med mera.

## Anmälan

Anmälan görs på följande länk: <https://forms.gle/XXtEU3ayFC2PYJnm9>

Sista anmälningsdag är **den 22 oktober**. Observera att ni behöver göra en anmälan **per lag**. I samband med anmälan anger ni också domare.

Kostnaden att delta är 80 kr/gymnast samt 300 kr/lag/start. Faktura kommer till er förening via mejl.

Anmälan är bindande. Vid efteranmälan är avgiften 500kr/lag/start.

Vid avanmälan efter sista anmälningsdag (22 oktober) ska hela anmälningsavgiften betalas.

## Domare

Vid anmälan ska domare anges. Domare tillsätts och bekostas av deltagande förening enligt följande och ska anmälas när man anmäler sina lag.

1–3 lag = minst 1 domare

4–5 lag = minst 2 domare

6–7 lag = minst 3 domare

8 lag eller fler = minst 4 domare

Det är det totala antalet lag/dag från varje förening som räknas ihop och avgör antal domare. Prata därför ihop er i föreningen så ni vet hur många domare ni behöver. En domare dömer samtliga pass under en tävlingsdag. För de föreningar som saknar en eller flera domare tas en straffavgift ut på 2000:-/domare. De domare som dömer heldag får en bonus från dessa pengar. Det är tillåtet att en domare byter dag, om det underlättar för att fler kan döma tävlingen.

Har föreningen ingen domare, ordnar man det via andra föreningar. Utbildade domare går att nås på gymnastikförbundet väst hemsida [www.gymnastik.se/vast](http://www.gymnastik.se/vast). Har ni fler domare i föreningen som kan döma Tranan cup eller om någon domare kan döma båda tävlingsdagarna så skriv gärna med deras namn under kommentarer på anmälan så kan vi lätt hitta vilka domare som är tillgängliga om vi skulle behöva fler.

## Regler och tävlingsbestämmelser

Tävlingen är indelad i sju klasser; Vit (nivå 8), Gul Yngre (nivå 7), Gul Äldre (nivå 7), Grön (nivå 6), Blå (nivå 5), Röd (nivå 4) och Svart (nivå 3). Tranan cup är en grentävling. Tumbling och trampett erbjuds i samtliga klasser. Fristående erbjuds i klasserna för nivå 3–7.

Tävlingsbestämmelser bifogas.

Det är endast tillåtet att varje gymnast deltar i en klass.

## ***Kom ihåg:***

***Övningarna som gymnasterna utför ska vara anpassade till deras kunskap och mognad!***

## Förträning

Se tider i kommande PM. Det finns uppvärmningshall.

## Redskap

Redskapsuppställningen är fast och truppledaren ansvarar för att redskapen har rätt inställning. I samband med förträningen fylls redskapsblanketten i.

I hallen finns: Tumblinguppställning enligt redskapsreglementet, trampett och hoppredskap enligt redskapsreglementet samt tilläggsstationer för nivå 7–8 (klass Vit och Gul) enligt reglementet.

Tumblinggolv används för samtliga klasser. Även friståendeyta finns uppmätt enligt redskapsreglementet (fristående erbjuds i klasserna för nivå 3–7).

Mer specifik information om vilka redskap som finns på tävlingen kommer i PM2.

Under förträning kan det förekomma att två lag vill träna på samma trampett. Vi rekommenderar att ni pratar med dem som ni tränar tillsammans med, alternativt tar med egen trampett för att säkerställa att ni kan förträna på den trampett ni önskar. Arrangören ansvarar inte för detta. Tar ni med egen trampett vill vi att ni meddelar redskapsfunktionärerna när trampetten kommer åka hem så inte något lag förtränar på en trampett som inte finns kvar vid tävling.

## Resultat och prisutdelning

I klass Vit och Gul Yngre delas medalj ut till samtliga gymnaster. Ingen resultatredovisning sker i hallen. Resultatlista skickas ut via mejl efter tävlingen.

I klass Gul Äldre, Grön, Blå, Röd och Svart delas medalj ut till de lag som placerar sig på 1:a, 2:a och 3:e plats. Resterande lag blir 4:or. Poäng delges under tävlingens gång. Fullständig resultatlista skickas ut via mejl efter tävlingen.

## Övrigt

Vi uppmanar er att anmäla era lag i god tid. Vi har ett begränsat antal startplatser till Tranan cup.

Tävlingens preliminära upplägg: Tre-fyra klasser förtränar och tävlar på lördagen och tre-fyra klasser förtränar och tävlar på söndagen. Vilken dag respektive klass tävlar meddelas i PM2.

Vi har kiosk där vi säljer bland annat korv med bröd, hamburgare, kaffe, dricka, smörgåsar och godis.

## PM2

PM2 skickas ut senast två veckor innan tävling. Vilken dag varje klass tävlar meddelas tidigare.

## Länkar:

[Tävlingsregler nivå 3–5](#)

[Tävlingsregler nivå 6–9](#)

[Deltagarlistor & bedömningsunderlag nivå 3–9](#)

## Bilagor:

Tävlingsbestämmelser - Tranan cup 2023