

PM1

Mälarögyptnasterna välkomnar er till



19 - 20 oktober 2024

En nybörjartävling för såväl gymnaster, tränare och domare!

Mini Ö-cupen är en lättäm tävling där vi tränar på att tävla till ett glatt och varmt klimat. Pristudelingen sker enligt Gymnastikförbundets anvisningar för barn- och ungdomsgymnastik.

Kontakt

info@malaromoves.se

Nivåer

Alla nivåer är öppna, så flicklag, pojklag och mixedlag tävlar mot varandra. Mini Ö-cupen är en grentävling. Antal gymnaster 6 - 25.

Nian - alla lag får deltagarmedalj

Åttan - alla lag får deltagarmedalj

Sjuan yngre 8 - 10 år - alla lag får deltagarmedalj

Sjuan äldre från 10 år - guld-, silver-, brons- och deltagarmedalj samt pokal till totalseger

Sexan - guld-, silver- och bronsmedalj samt pokal till totalseger

Preliminära tävlingsdagar

Lördag - Sexan och Sjuan

Söndag - Åttan och Nian

Anmälan

Sista anmälningsdag är söndag 15 september eller så länge platserna räcker.

Anmälan görs på Mälarö Moves hemsida under fliken Mini Ö-cupen.

Anmälan är inte fullständig förrän ni har anmält domare och skickat in musik

Anmälningsavgiften är 1400 kr/lag om man deltar i alla tre grenar, annars 600kr/gren.

Man måste alltså inte delta i alla 3 grenar.

PM1

Domare/tyckare

Varje lag behöver anmäla en domare/tyckare.

Mini Ö-cupen är en nybörjatävling även för domare, så kan man sitta med även om man inte hunnit gå någon utbildning. Viss erfarenhet av truppgymnastik är självklart önskvärt, och här på Mini Ö-cupen är vi hjälpsamma och lär oss tillsammans. Är man ny som domare, så är Mini Ö-cupen ett perfekt tillfälle att öva upp sig på! Anmälan av domare/tyckare görs genom ett formulär på Mälärö Moves hemsida under fliken Mini Ö-cupen. Anmälan av domare ska ske i anslutning till anmälan. Om ni inte anmäler domare/tyckare så debiteras ni en straffavgift på 2 000kr.

Musik

Musiken ska vara i mp3 eller mp4 och skickas till: musik@malaromoves.se

Döp musikfilerna till förening_lagnamn_nivå_gren

Redskap

Alla nivåer genomför matta på **airtrack**, mattvåd eller stationer

Trampetter - LEG 28 fjädrar, Dorado 32 fjädrar och Dorado 36 fjädrar.

LEG-ansatsklossar, hoppbord, plint, satsbräda

Inga fristående våder

Alla uppställningar ställs upp enligt redskapsreglementet.

Bedömning

Enligt Gymnastikförbundets tävlingsbestämmelser.

Bedömningsreglemente, tävlingsbestämmelser, bedömningsunderlag och övriga dokument ligger på Mälärö Moves hemsida under fliken Mini Ö-cupen.

I fristående finns möjligheten att ha två friständegrupper som tävlar sitt fristående samtidigt bredvid varandra. I detta fall bedöms endast en av grupperna. Båda lagen kör på golv utan mattvåder. Önskar ni ha bedömning på båda friständelagen anmäler ni två separata tävlingsstarter.

På Åttan och Nian kan man ha en dans istället för fristående, detta bedöms inte utan är bara en möjlighet för gymnasterna att få träna inför publik.

Kläder på tävlingen

Gymnasternas klädsel ska vara idrottslig, väl åtsittande, och liknande för gymnaster i samma lag.

T. ex. svarta shorts och vit t-shirt. Underkläder, skor, logotyper och nyanser på klädsel behöver ej vara identiska. Det finns alltså inga krav på tävlingsdräkter.

Tävlingsförsäkring & deltagarlista

Alla gymnaster ska ha tävlingsförsäkring, detta behöver dock inte visas upp vid ackreditering.

Stickprov kan komma att genomföras och då ska ni kunna visa på att era gymnaster är försäkrade.

Deltagarlista lämnas in vid ackreditering. Genom deltagarlista intygar föreningen att gymnasterna är försäkrade och att ledarna har licens på rätt nivå för att passa gymnasterna på trampett/hopp och airtrack/matta.

PM1

Informationsträff tränare

Vi kommer kalla alla anmälda lag/tränare till en digital informationsträff ca 3 veckor innan tävlingen. Detta för att informera om tävlingen, tolka dokument och bestämmelser tillsammans samt för att finnas tillhands för frågor.

Informationsträff domare

Vi kommer kalla alla anmälda domare till en digital informationsträff ca 3 veckor innan tävlingen. Detta för att informera om tävlingen, tolka dokument och bestämmelser tillsammans samt för att finnas tillhands för frågor.

Tävlingshallen

Mälaröhallen
Björkuddsvägen 100
178 31 Ekerö

Parkering

Utanför hallen finns det parkering och för publik kommer vi även anvisa till andra närliggande parkeringar. Parkeringarna utanför Mälaröhallen är gratis.

PM2

PM2 med info om hålltider och annat praktiskt inför tävlingsdagen skickas ut cirka 3 veckor innan tävlingen.

Vi ses i oktober!

