



Mälarögyptnasterna välkomnar er till

Ö-cupen 2024

20-21 april

Fyran öppen, Femman öppen, Sexan öppen,
Nian öppen & Vuxenklass
(Obs. endast Tumbling)

27-28 april

Sexan öppen, Sexan pojkar, Sjuan öppen,
Sjuan pojkar, Åttan öppen
(Obs. endast airtrack)

Ö-cupen inbjudan

Kontakt

ocupen@malaromoves.se

Anmälan

Sista anmälningdag för lag och domare/tyckare är söndag 24 mars eller så snart anmälan till tävlingen blir full.

Anmälan är fullständig först när både lag och domare/tyckare är anmälda.

Anmälan görs via formuläret på vår hemsida:

<https://www.malaromoves.se/sida/?ID=362731>

Anmälningavgiften är 1400 kr per lag vid deltagande i två eller tre grenar.

Anmäler man ett separat friståendelag blir det en extra avgift på 600 kr.

Vi skickar en faktura till er angivna fakturaadress. Fakturaadressen ska vara en e-mailadress.

Domare/tyckare

Varje lag ska anmäla en domare/tyckare, en domare kan anmäla sig att sitta för flera lag.

En avgift på 2000kr debiteras de lag som anmäler sig utan domare.

Alla domare och tyckare får arvode för sin insats.

Anmälan av domare görs via formuläret på vår hemsida:

<https://www.malaromoves.se/sida/?ID=362731>

För Åttan och Nian går det bra att anmäla en tyckare.

För Sjuan önskas minst Steg 1 domare (i första hand).

För Fyran, Femman och Sexan önskas minst Steg 2 domare (i första hand).

För vuxenklassen önskas en domare med utbildning för den nivå man valt att bli bedömd på.

Nivåer

Nian öppen	7 år och äldre
Åttan öppen	7 år och äldre (kan delas upp i yngre/äldre. Yngre: 7-9 år, äldre: 10 år och äldre)
Sjuan öppen & pojk	8 år och äldre (kan delas upp i yngre/äldre. Yngre: 8-9 år, äldre: 10 år och äldre)
Sexan öppen & pojk	10 år och äldre
Femman öppen	10 år och äldre
Fyran öppen	10 år och äldre
Vuxenklass	18 år och äldre

Lagen kan vara pojklag, flicklag eller blandade lag. Alla tävlar tillsammans i öppen klass.

Bedömning

I samtliga klasser följer vi de senaste regionala tävlingsbestämmelserna och bedömningsreglementen för respektive nivå. Dessa hittar du på www.gymnastik.se samt på www.malaromoves.se.

Ö-cupen tillåter upp till 25 gymnaster/trupp på samtliga nivåer.

Fristående

20-21 april - Fyran, Femman, Sexan, Vuxenklass och Nian - Friståendeväder

27-28 april - Sexan öppen & pojk, Sjuan öppen och pojk och Åttan - Golv

I Sexan 27 - 28 april samt Sjuan, Åttan & Nian finns möjlighet att tävla med två friståendelag samtidigt. Det laget som står till vänster kommer att bli bedömda av domarna och det laget som står till höger får träna på att tävla inför publik. Alla gymnaster i laget får medalj vid eventuell 1-2-3-plats. I detta fall betalar man INTE för något extra friståendelag, utan dessa räknas i samma startanmälan.

I Nian kan man tävla med en annan dans om man inte har ett fristående. Vi ser gärna att man i nian tävlar med en stor trupp i fristående, snarare än två uppdelade grupper.

Redskap

20-21 april - Fyran, Femman, Sexan - Tumbling

20-21 april - Vuxenklass - Tumbling & stationer

20-21 april - Nian - Mattvåd och stationer.

27-28 april - Sexan öppen och pojk - Luftgolv

27-28 april - Sjuan öppen och pojk & Åttan - Luftgolv och stationer

Allt annat enligt Redskapsreglementet

Vi har dubbla uppsättningar av Dorado, 32 och 36 fjädrar. Samt dubbel uppsättning av 28 fjädrad LEG trampetter.

Musik

Musik för de grenar man ska delta i skickas via mail till musik@malaromoves.se senast söndag 7 april. Musiken behöver vara i MP3/MP4-format.

OBS. musiken ska skickas i ett separat mail utan någon annan information.

Om ni inte skickar in musik, så kommer vi att bestämma musik åt er. (Gäller matta & hopp)

Prisutdelning

Nian:

Samtliga deltagande gymnaster tilldelas medalj och ingen rangordning eller poängredovisning sker under tävlingen. Lappar med feedback kommer att delas ut till tränare i samtliga lag.

Åttan:

Om det blir många lag anmälda så kan 8an komma att bli uppdelad i en yngre och äldre pool, beroende på hur gamla gymnasterna är.

I den yngre poolen (7-9 år) får samtliga lag medaljer och feedback. En poängbedömning görs och lagets egna poängar kan vid önskemål ges på plats till tränarna efter tävlingen.

I den äldre poolen (10 år - äldre) kommer de tre första lagen tilldelas valörmedaljer. Resterande lag hamnar på en fjärdeplats och får deltagarmedaljer och feedback. En poängbedömning görs och lagets egna poängar kan vid önskemål ges på plats till tränarna efter tävlingen.

Sjuan:

Om det blir många lag anmälda så kan 7an komma att bli uppdelad i en yngre och äldre pool, beroende på hur gamla gymnasterna är.

7an yngre har samma regler kring prisutdelning som 8an yngre.

7an äldre har samma regler kring prisutdelning som 8an äldre.

Har man enstaka gymnaster som är yngre än majoriteten i ett lag kan undantag göras för att få tävla i en äldre pool, och om man har enstaka äldre gymnaster i ett yngre lag kan undantag göras för att få tävla i en yngre pool.

Maila oss på ocupen@malaromoves.se senast den 21 mars för förfrågan om detta.

Om en pool har endast fyra lag, kommer lagen på tredje och fjärde plats att båda få bronsmedaljer.

Sexan, Femman och Fyran:

De tre första lagen tilldelas valörmedaljer i respektive gren. En poängbedömning görs och resultatlista kan lämnas efter begäran i hallen efter avslutad tävling.

Vuxenklassen:

Anmäl i formuläret vilken nivå ni vill tävla på. Alla vuxenlag kommer sedan att tävla i samma pool och bedöms utifrån den nivå man valt i anmälan. Samtliga lag får medalj och feedback ges till lagen.

Totalvinnare:

I 7an äldre, 6an, 5an och 4an utses även en totalvinnare som utöver medaljer får en pokal. Poängen för alla grenar slås ihop för att ge en totalpoäng. Det lag med högst totalpoäng blir totalvinnare i poolen.

Tävlingshall

Ö-cupen äger rum i Mälaröhallen. En modern hall med stor golvyta, läktare och bra gymnastikredskap.

Adress:

Björkuddsvägen 100
Ekerö

PM2

PM2 med mer information om tävlingen skickas ut senast 2 veckor innan tävling.

Vi ses på Ö-cupen 2024!

