

Mälarögymnasterna välkomnar er till

# Mini-Cupen

17 september 2022

En nybörjartävling för såväl gymnaster, tränare och domare  
Här kommer PM1

## Om tävlingen

Minicupen är en lättsam tävling som passar de som inte har tävlat eller bedömt så mycket förut. På denna tävling tränar vi på att tävla och vi lovar ett glatt och varmt klimat för alla. Alla får medalj i 9an, 8an och 7an yngre, och i 7an äldre (10 år och äldre) koras en 1:a, 2:a och 3:a i varje gren och får valörmedaljer. Resterande hamnar på en 4e plats och får även de ett pris. Detta enligt Gymnastikförbundets anvisningar för barn och ungdomsgymnastik.

## Kontakt

[info@malaromoves.se](mailto:info@malaromoves.se)

## Anmälan

Sista anmälningsdag för tävlingen är söndag 21 augusti.

Anmälan görs på Mälarö Moves hemsida under fliken Minicupen.

Anmälningsavgiften är 1200 kr/lag om man deltar i alla tre grenar, annars 500kr/gren.

Man måste alltså inte delta i alla 3 grenar.

## Klasser

Våra öppna klasser är öppna för flicklag, pojklag och mixlag där alla tävlar mot alla under samma förutsättningar. Vi har klasserna 9, 8 och 7.

**MG-nian** - alla får medalj

**MG-åtta** - alla får medalj

**MG-sjuan yngre 8-10 år** - alla får medalj

**MG-sjuan äldre från 10 år** - medalj till 1:an, 2:an och 3:an i varje gren, resterande blir 4:a och får även de en medalj

## Bedömning

Vi följer Gymnastikförbundets tävlingsbestämmelser för nivå 7-9. Ni hittar länken till dessa här:

<https://www.gymnastik.se/globalassets/svenska-gymnastikforbundet-gymnastiken-traning-och-tavling/dokument/truppgymnastik/reglementen/tavlingsbestammelser-niva-7-9-version-1.2-januari-2022.pdf>

**Enda avsteget från Gymnastikförbundets tävlingsbestämmelser är antal gymnaster. Vi tillåter 25 gymnaster i samtliga klasser.**

Bedömningsreglemente, svårighetstabeller och andra dokument vi utgår från hittar du här:

<https://www.gymnastik.se/Verksamheter/Truppgymnastik/Regler/regionalatavlingsregler7-9/>

I fristående finns möjligheten att välja att ha två friståendegrupper som kör sitt fristående bredvid varandra. I detta fall bedöms endast en av grupperna. Båda kör på golv utan mattvåder.

Önskar ni ha bedömning på båda får ni anmäla två separata fristående lag och då göra två separata anmälningar.

I 9an och 8an är det okej att ha en dans istället för fristående, men detta bedöms då inte utan är bara en möjlighet för gymnasterna att få träna på att köra inför publik.

OBS. Mattvarv genomförs på airtrack eller mattvåd, EJ tumbling.

### **Kläder på tävlingen:**

I bedömningsreglementet på sida. 11 kan du läsa mer om kläder, men här är ett utdrag:

”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.

### **Informationsträff**

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

### **Tävlingslicens**

Alla gymnaster som deltar måste ha en giltig tävlingslicens. Ett utdrag från Pensum skall tas med och visas upp i samband med ackrediteringen (anmälan när man kommer till hallen). Pensumlistan ska vara i samma ordning som deltagarlistan. Detta för att det går fortare för oss att kontrollera. Lagen behöver även ha ledare med giltiga licenser för de övningar som gymnasterna utför.

### **Domare/tyckare**

Varje lag behöver anmäla en domare/tyckare.

Eftersom MiniCupen är en nybörjatävling även för domare är det okej att vara utbildad. Någon erfarenhet av gymnastik är självklart önskvärt, men på MiniCupen är vi hjälpsamma och lär oss tillsammans. Är man osäker som domare är MiniCupen ett perfekt tillfälle att öva på att döma en tävling.

Vi kommer att ha ett digitalt Zoom-möte innan tävlingen för alla anmälda tyckare/domare så att de får samlad info inför tävlingen.

Anmälan av domare/tyckare görs genom ett formulär på Mälarö Moves hemsida under fliken Minicupen.

Anmälan av domare ska ske senast 3 veckor innan tävlingen.

En avgift på 1 000kr debiteras de lag som inte anmäler domare/tyckare.

### **Musik**

Musik för de grenar ni ska delta i skickar ni in senast 3 veckor innan tävlingen till:

[musik.minicupen@gmail.com](mailto:musik.minicupen@gmail.com)

Musiken ska vara i mp3-format.

Skicka gärna alla tre grenars musik i samma mail. Namnge låtarna med gren och lag.

### **Mälaröhallen är vår tävlingshall**

Mälaröhallen är en modern hall ute på Ekerö. Vi har en stor golvyta med fräscha redskap.

De trampetter vi har är LEG 28 fjädrar, Dorado 32, 36 och 40 fjädrar.

Mälaröhallen har en stor läktare för publik och i anslutning till läktaren finns MG café. Här säljer vi kaffe, fika, korb, dricka och mer. Man betalar med swish eller kontanter.



**PM1**

Adress:

Björkuddsvägen 104  
178 34 Ekerö  
Sverige

**Parkering**

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

**PM2**

PM2 med info om hålltider och annat praktiskt inför tävlingsdagen skickas ut cirka 2 veckor innan tävlingen.

**Vi ses i höst!**

