

PM1: Rikstreaan Öppen klass 13 år och äldre

Truppgymnastik

Västerås Gymnastikförening och Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till Rikstreaan öppen klass 13 år och äldre den 23 till 24 maj 2026 i Västerås.

Mer information kan fås genom:

Tävlingsledare

Malin Sevelin
070-351 59 77
malin@vgf.nu

Föreningskansliet

vasterasgf.se
021-13 84 94
kansliet@vgf.nu

Information från arrangörsföreningen och specifikt för tävlingen:

Viktiga datum

23 april	Efteranmälan till tävlingen stänger
19 april	Sista dag att skicka in beställning för kost & logi
22 maj	Sista dag för betalning
vecka 18	PM2 går ut, inklusive definitivt tidschema och startordning
17 maj	Deadline för musikuppladdning, mer information i PM2
23 maj	Bedömningsunderlag & deltagarlista i SES – Tariff, 2h innan tävlingsstart

Det är viktigt att respektera deadlines för arrangörsföreningens skull. Fyll i samtliga handlingar noga. Obs! Arrangören äger rätt att neka för sent inkomna beställningar av kost eller ta ut en förseningsavgift om 500 kr/förening. Beställningar är bindande.



Tävlingshall

Expandia Arena
Vasagatan 89
722 23 Västerås

Förträning och tävlingstider

Se nedan och gällande [arrangörsreglemente](#).

Eventuella frågor angående tidsschema och startordning hänvisas till trupp@gymnastik.se.

Preliminärt tidsschema

Lördag 23 maj

Pool 1

Kl. 07:45	Ledarsamling
Kl. 08:00-09:10	Förträning
Kl. 09:15	Defilering
Kl. 09:20	Tävlingsstart
Kl. 11:55	Pool 1 slut

Pool 2

Kl. 12:15	Ledarsamling
Kl. 12:30-13:40	Förträning
Kl. 13:45	Defilering
Kl. 13:50	Tävlingsstart
Kl. 16:25	Pool 2 slut

Pool 3

Kl. 16:35	Ledarsamling
Kl. 16:50-18:00	Förträning
Kl. 18:05	Defilering
Kl. 18:10	Tävlingsstart
Kl. 20:45	Pool 3 slut

Söndag 24 maj

Final

Kl. 08:45	Ledarsamling
Kl. 09:00-10:40	Förträning
Kl. 10:50	Defilering
Kl. 11:00	Tävlingsstart
Kl. 12:50	Final slut
Kl. 13:00	Prisutdelning

Anmälda lag

Se bilaga 1.

Kvalificering till final

Det är 10 lag som kvalificerar sig till finalen i Rikstrea Öppen klass 13 år och äldre.

Anmälan och beställningar

Bekräftelse på anmälan och beställningar ska vara arrangörsföreningen tillhanda senast den 19 april. Mailas till malin@vgf.nu. Anmälan och beställningar är bindande. Arrangören äger rätt att neka för sent inkomna beställningar av kost och logi eller ta ut en förseningsavgift om 500:-/trupp. Se bilaga 2.

Deltagarkort etc hämtas ut i ackrediteringen vid ankomst.

Informationscentralen & ackreditering i Expandia Arena är öppen:

Fredag 22 maj klockan 18.00-21.00

Lördag 23 maj klockan 07.30-20.30

Söndag 24 maj klockan 08.30-13.00

Slutgiltig startordning

Slutgiltig startordning tas fram av Gymnastikförbundets nationella kansli den 24 april. Skillnaderna från den preliminära lottade startordningen kommer att vara marginella.

Administrativ avgift

Arrangören äger rätt att ta ut en administrativ avgift om 700 kr/trupp (för tävlingar med max 18 gymnaster). Administrativ avgift ska betalas utav alla lag oavsett om man beställer mat och/eller logi. Administrativ avgift betalas per lag. Se beställningsblanketten, bilaga 2.

Kost och logi

I arrangörsföreningens regi

Vi erbjuder följande:

Fredag	kl. 18:00-20:00	Middag – Kyckling, dragonsås & rostad potatis
Lördag	kl. 06:30-09:00	Frukost - Frukostbuffé
	kl. 10:30-13:30	Lunch – Pasta & köttfärssås
	kl. 17:00-21:30	Middag – Korvstroganoff med ris
Söndag	kl. 06:30-09:00	Frukost - Frukostbuffé
	kl. 11:00-14:00	Lunch – Pastasallad

Lunch och middag sker i Expandia Arena B-hall som ligger på höger sida av byggnaden på bottenplan. Undantag för middag fredag som serveras på Rocklunda restaurang & bistro, Vasagatan 71.

Frukost serveras på Rudbeckianska gymnasiet för de som övernattar där samt på Expandia Arena B-hall för de som övernattar på Apalbyskolan och Skallbergsskolan.

Logi sker på Rudbeckianska gymnasiet, Skallbergsskolan & Apalbyskolan. Ta med egen sovutrustning (luftmadrass/ liggunderlag, sovsäck och kudde).

Eftersom tävlingen är full så räknar vi med att många kommer att boka logi i skolsal. Vi behöver sprida ut oss på fler skolor för att kommunen av brandsäkerhetsskäl inte tillåter alla att bo på samma skola. Alla klassrum har ett maxantal boende och de flesta lag kommer att bli tilldelade två klassrum var. Vi fördelar alla lag på skolor i bästa möjliga mån utifrån bland annat antal deltagare i varje grupp samt vilken pool laget tävlar i.

OBS! På grund av brandsäkerhetsskäl kan vi ta emot begränsat antal boende lag – först till kvarn gäller. Logi i skolsal bokas endast genom att skicka in ifylld beställningsblankett.

Vid skadegörelse kan föreningen bli ersättningsskyldig. OBS! Minst en ledare som har fyllt 18 år ska bo tillsammans med gymnasterna.

Respektera de lag som ska upp tidigt och tävla i pool 1/final, tänk på att i hålla ljudnivån nere efter kl. 22:00. *Brandskyddsronde kommer att genomföras i sovsalarna i samtliga skolor av funktionär i samband med läggning ca 21:30-22:00.*

Skolorna öppnar kl. 18:00 och då går det att få tillgång till klassrummen. Klassrummen ska vara städade och lämnas senast kl. 10:00 den 24 maj.

Beställning av kost (inklusive specialkost), logi och eventuella entrébiljetter sker på beställningsblanketten. Kostnaderna för detta inbetalas samtidigt med övriga avgifter. Vid för sent inkommen beställning äger arrangören rätt att neka truppen kost och logi.

Lunch: 124 kr

Middag: 124 kr

Logi i skolsal inkl. frukost: 187 kr

Entrébiljett för extra deltagare utöver ackrediterade gymnaster & ledare: 60 kr

Hotell/vandrarhem

För dig som önskar logi i stugor eller hotell rekommenderar vi [Rocklunda stugby](#) (ange koden rs-vgf för 10% rabatt) eller [Good Morning hotell](#) (ange kod VGF2025 för 5% rabatt) som båda ligger i nära anslutning till arenan.

Vi har också en rabattkod med 20% rabatt för boende på HOTEL PLAZA & HOTEL ESPLANADE i mån av plats. Dessa hotell ligger centralt i Västerås.

[HOTEL PLAZA](#) bokas direkt med hotellet till info@plazavasteras.se alternativt 021-10 10 10 Obs! Uppge bokningskod "VGF" för att erhålla det reducerade priset.

[HOTEL ESPLANADE](#) bokas direkt med hotellet till info@esplanadevasteras.se alternativt 021-10 10 10 Obs! Uppge bokningskod "VGF" för att erhålla det reducerade priset.

Med Scandic Sports så får gymnaster, ledare och domare en helt annan standard än det hårda golvet i skolsalen, till ett förmånligt pris. Vila i sköna sängar, god frukostbuffé och tillgång till konferensrum för taktiksnack. Scandic Sports ger de bästa förutsättningar att prestera på topp helt enkelt! Använd Gymnastikförbundets avtalskod (D359102282) och var med och bidra till en kickback på alla bokningar som görs. Läs mer om Scandic Sports här. <https://www.gymnastik.se/om-oss/samarbetspartners/scandic>.

Domare

Logi för domare är bokat på Scandic Västerås.

Meddela malin@vgf.nu senast 10 maj om hjälp med transport behövs mellan centralstation & hotell på fredagen. Övrig åkning under helgen hjälper arrangören till med vid behov.

Redskapsinformation

Hallen kommer att vara utrustad med:

Trampetter – MD 32, MD 36

Hoppbord

Tumbling LEG

Friståendeväder, 9 stycken

En redskapsskiss finns i bilaga 3. Observera att tävlande förening endast har rätt att medföra en egen trampett. Om truppen medför egen trampett ska den vara tillgänglig för alla tävlande trupper under den egna poolen. Om trampetten inte kommer att finnas kvar under övriga pooler/final ska trampetten avlägsnas från hallen direkt efter egen pool.

Ansvarig ledare ska kontrollera [redskapsreglementet](#) inför tävlingen, bland annat för att vara säker på att den egna trampetten är godkänd.

I samband med förträningen kontaktar respektive trupps ledare redskapsansvarige om sina redskapsönskemål, uppställning och eventuell hjälp under tävlingen. Det är ledaren som är ytterst ansvarig för att redskapen står rätt inför varje tävlingsframträdande.

Kläder mm.

Merch finns till försäljning via vgf.profileriet.se. Beställ och få paketet direkt hem eller hämta på plats i Arenan. Det går också bra att köpa varor direkt på plats i arenan.

Entré

Entrébiljetter köps i förväg [här](#).

Vuxen 150 kr / dag eller 250 kr för två dagar.

Barn (2-16 år) 75 kr/ dag eller 125 kr för två dagar.

Webbsändning

Tävlingen livestreamas via Gympabubblan Play: <https://www.gympabubblanplay.se/>.

Sändningen är kostnadsfri.

Inom gymnastiken har streaming av tävlingar och andra events blivit ett mycket uppskattat verktyg för gymnaster och supportrar för att följa och sprida sporten. Gymnastiken ska vara en tillgänglig idrott, så även för de med skyddad identitet. Om ni har deltagare med skyddad identitet finns möjlighet att kontakta Gymnastikförbundet, för att hitta en lösning tillsammans med vårdnadshavare, förening och eventuellt streamingföretag.

PM2

Under vecka 18 mailas PM2 ut med startordning, förträning- och tävlingstider, etc.

Bilagor

Bilaga 1 – Preliminär lottad startordning

Bilaga 2 – Bekräftelse på anmälan & beställningsblankett

Bilaga 3 – Redskapsskiss

Information från Gymnastikförbundet:

Tävlingsregler

Samtliga tävlingsregler finns att hämta på Gymnastikförbundets hemsida:

<https://www.gymnastik.se/verksamheter/truppgymnastik/regler>. Eventuella frågor hänvisas till trupp@gymnastik.se.

Det är ledarens ansvar att ta del av samtliga reglementen och bestämmelser samt att kontrollera på hemsidan att man har en senaste versionen av dessa inför varje tävling.

Korrekt uppförande

Gymnaster, domare, tränare och andra ledare förväntas följa tekniskt reglemente:

- a) Uppträda korrekt gentemot varandra och funktionärer och följa Gymnastikförbundets uppförandekod.
- b) Följa RF:s alkohol- och tobakspolicy (ANDT-policy).
- c) Följa Gymnastikförbundets antidopingprogram.

Vänligen ta del av all information [här](#).

Domare

Gymnastikförbundet tillsätter domare enligt gällande [bedömningsreglemente](#).

Tävlingslicens och deltagarlista

Varje förening ansvarar för att anmälda deltagare har giltig tävlingslicens.

Innan ackreditering ska deltagande gymnaster fyllas i på deltagarlista i systemet Sport Event Systems - Tariff. Deltagarlistan innehåller även tävlingslicens från Tydliga (tidigare Pensum) på tävlande gymnaster. Vid ackreditering skall ansvarig tränare lämna in utskriven och signerad deltagarlistan (som hämtas från Sport Event Systems – Tariff). Deltagarlistan ska endast innehålla aktuella gymnaster och tränare. Gymnaster som saknar tävlingslicens kommer inte att bli ackrediterade och får inte ställa upp i tävlingen.

Systemet Sport Event Systems – Tariff öppnas i samband med att PM2 skickas ut cirka två veckor innan tävling.

Ackreditering

Ackreditering ska göras enligt tävlingsbestämmelserna. Ta del av informationen [här](#).

OBS! Ackreditering ska ske senast två timmar innan aktuell tävlingsomgång.

Utbildningskrav

I all verksamhet ska Gymnastikförbundets utbildningskrav följas:
<https://www.gymnastik.se/utbildning/utbildningskrav-behorigheter-och-validering/utbildningskrav>

På tumbling ska en mottagare ha giltig behörighet för säkerhetspassning som motsvarar den nivå som gymnasterna tävlar på. På trampett från fri voltrotation ska två mottagare stå på nedslagsbädden varav en mottagare ska ha giltig behörighet för säkerhetspassning som motsvarar den nivå som gymnasterna tävlar på. Tränarnas utbildningsnivå fylls i på deltagarlistan.

GDPR

I och med anmälan till tävling godkänner föreningen att kontaktuppgifter till föreningen och ansvarig för anmälan behandlas och lagras av Gymnastikförbundet.

*Ändamål med behandling av personuppgifter i samband med tävlingsanmälan:
Tävlingsadministration, förbunds- och föreningsadministration, avgiftshantering,
licensadministration. Lagringstiden för dina personuppgifter varierar utifrån vad uppgifterna behövs
till. Utgångspunkten är att uppgifter inte ska sparas längre än vad som behövs för aktuellt ändamål.*

Varmt välkomna!



Våra huvudsponsorer



Våra sponsorer

