

RIKSTREAN

DAM 13-16 ÅR 2026



PM1: Rikstreaan Dam 13-16 år

Truppgymnastik

Järfällagymnasterna och Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till Rikstreaan Dam 13-16 år den 25 till 26 april 2026 i Järfälla.

Mer information kan fås genom:

Tävlingsledare

Sofia Hernborg
0760212959
sofia@jarfallagymnasterna.se

Föreningskansliet/annan instans

www.jarfallagymnasterna.se
0760212959
kansli@jarfallagymnasterna.se

Information från arrangörsföreningen och specifikt för tävlingen:

Viktiga datum

25 mars	Efteranmälan till tävlingen stänger
20 mars	Sista dag att skicka in beställning för kost & logi
31 mars	Sista dag för betalning
vecka 14	PM2 går ut, inklusive definitivt tidschema och startordning
18 april	Deadline för musikuppladdning, mer information i PM2
25 april	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

Jakobsberg Sporthall, Mjölnavägen 13, 17741 Järfälla.

Just nu pågår stora ombyggnationer runt och intill sporthallen vilket gör det svåråtkomligt med bil. Vi rekommenderar att man samåker, väljer kommunala transportmedel eller parkerar i närområdet. Både skola för logi och tävlingshall ligger på gångavstånd från pendeltåg. Mer info om detta kommer i PM2.

Förträning och tävlingstider

Se nedan och gällande [arrangörsreglemente](#).

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

Preliminärt tidsschema

Lördag 25 april

Pool 1

Kl. 09:15 Ledarsamling
Kl. 09:30-11:30 Förträning
Kl. 11:40 Defilering
Kl. 11:50 Tävlingsstart
Kl. 14:00 Pool 1 slut

Pool 2

Kl. 14:10 Ledarsamling
Kl. 14:25-16:25 Förträning
Kl. 16:35 Defilering
Kl. 16:45 Tävlingsstart
Kl. 19:00 Pool 2 slut

Söndag 26 april

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.

Anmälan och beställningar

Bekräftelse på anmälan och beställningar ska vara arrangörsföreningen tillhanda senast den 20 Mars. Beställningar görs via vår hemsida: [Rikstreaan Järfälla VT26 | Järfällagymnasterna](#).

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.

Deltagarkort etc hämtas ut i informationscentralen vid ankomst.

Informationscentralen i **Jakobsberg Sporthall** är öppen:

Fredag 24 april klockan 18.00-21.00

Lördag 25 april klockan 08.00-19.00

Söndag 26 april klockan 08.00-13.00

Slutgiltig startordning

Slutgiltig startordning tas fram av Gymnastikförbundets nationella kansli den 26 mars. 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. Administrativ avgift ska betalas utav alla lag oavsett om man beställer mat och/eller logi. Administrativ avgift betalas per lag.

Viktig information

Det förbjudet att spraya hårspray/glitterspray i någon av lokalerna på grund av att hallen inte tillåter något glitter alls. Vi ber er att inte spraya glitter/lämna glitter efter er och att detta efterföljs under hela tävlingshelgen. Det är viktigt för oss i Järfällagymnasterna att kunna få möjlighet att vara i denna att vara i hallen vid fler tillfällen och inför framtida arrangemang.

Kost och logi

I arrangörsföreningens regi

Vi erbjuder följande (preliminär meny, mindre förändringar kan ske):

Fredag	kl. 18.00-20.00	Middag	Korvstroganoff med ris
Lördag	kl. 07.00-09.00	Frukost	
	<i>Bröd, smör, ost, grönsak, filmjolk, lättmjolk, havrekuddar och musli</i>		
	kl. 11.30-13.30	Lunch	Spaghetti med köttfärsås
	kl. 17.30-19.30	Middag	Kyckling med currysås och ris
Söndag	kl. 07.00-09.00	Frukost	
	<i>Bröd, smör, ost, grönsak, filmjolk, lättmjolk, havrekuddar och musli</i>		
	kl. 07.00-09.00 (utlämning)	Lunch (to-go)	Pastasallad med kyckling

Kost och logi sker i Kvarnskolan som ligger precis intill sporthallen. Ta med egen sovutrustning (luftmadrass/ liggunderlag, sovsäck och kudde). 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.

Skolan öppnar kl. 18.00 och då går det att få tillgång till klassrummen. Klassrummen ska vara städade och lämnas senast kl. 11.00 den 26 april.

Beställning av kost (inklusive specialkost), logi sker via beställningsformuläret på vår hemsida: [Rikstreaan Järfälla VT26 | Järfällagymnasterna](#). Kostnaderna för detta inbetalas samtidigt med övriga avgifter. Vid för sent inkommen beställning äger arrangören rätt att neka truppen kost och logi.

Frukost 60 kr
Lunch 120 kr
Middag 120 kr
Lunchpaket 85 kr

Logi i skolsal 125 kr

OBS! Vi har en begränsning i hur många lag vi kan ta emot för övernattnig, se till att skicka in era beställningar i god tid för att säkra logi i skolsal. I de fall vi får fler önskemål om övernattnig än vi kan ta emot kommer de med längst resväg att prioriteras.

Hotell/vandrarhem

För dig som önskar logi på hotell rekommenderar vi nedan, se även erbjudande och bokningskod:

Hoom home & Hotel Järfälla

Bruttovägen 15, 175 43 Järfälla

<https://www.hoomhotel.com/jarfalla/>

För att få ta del av aktuellt erbjudande bokar ni via växel på tel 0770 550 04 00 alt. via e-postadress jarfalla@hoomhotel.se, välj Järfälla och bokningskod: RIKSTREAN

Pris per studiolägenhet (1 - 3 personer)

1 - 3 nätter: 800 kr/natt

Welcome Hotel Barkarby

Notarievägen 5, 177 46 Järfälla

<https://www.welcomehotel.se/>

bokningskod "sport2026"

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 Welcome Hotel Barkarby.

Behöver du som domare hjälp med att ta dig till/från tävlingen så ta kontakt med sofia@jarfallagymnasterna.se. Både hotell och tävlingshall ligger på gångavstånd från pendeltåg.

Redskapsinformation

Hallen kommer att vara utrustad med:

Fristående golv LEG
Tumbling golv LEG
Trampet – Eurogym 32, Dorado 36
Hoppbord Tarpan
Landningsområde
Extra dämpningsmattor

En redskapsskiss finns i bilaga 2. 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.

Kollektion

Kollektion finns till försäljning på hemsidan: [Rikstreaan Järfälla VT26 | Järfällagymnasterna](#)
All beställning görs individuellt och levereras direkt hem till beställaren. Leveranstiden är ca 30 dagar.

Entré

Vuxen	1 dag - 125 kr	2 dagar – 175 kr
Barn 5-15 år	1 dag – 75 kr	2 dagar – 105 kr
Barn under 5 år går in gratis		

Biljetter säljs via Nortic: [Boka biljetter till Rikstreaan Dam 13-16 år 2026](#)

Du får en QR-kod vid betalning som du visar i vår entré.

Webbsändning

Vi jobbar på att möjliggöra livestreaming av tävlingen. Mer information kommer i PM2.

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.

Fotograf

Järfällagymnasterna kommer att ha en fotograf på plats under delar av tävlingsdagen som kommer fotografera tävlingen. Vill du som gymnast eller ledare inte vara med på bild, hör av dig till arrangörsföreningen kansli@jarfallagymnasterna.se.

Möjlighet att köpa bilder/kortare filmer på dig/ditt lag kommer att finnas efter tävlingens slut.

PM2

Under vecka 14 mailas PM2 ut med startordning, förträning- och tävlingstider, mattider, etc.

Bilagor

Bilaga 1 – Preliminär lottad startordning

Bilaga 2 – 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 _____

CRAFT  **tydliga**[®] **svedea**

____ Våra sponsorer _____

UNISPORT  **VERA**
Sport **Scandic**