

# Inbjudan: Höstpokalen

## Kvinnlig artistisk gymnastik

**Gefle Gymnastikförening och Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till Höstpokalen den 30 november 2024 i Gävle.**

### Tävlingsklasser

Rikspokalen, Svenska pokalensserierna 2022–2024 version 1.0

### Information

Höstpokalen 2024, valfria serier på Rikspokalen. Mångkamp där de som placerar sig på plats 1–24 tas ut till 2025 års Aspiranterna. Åldersgräns från 13 år.

Mer information kan fås genom:

Tävlingsledare

**Gefle GF**

[www.geflegymnastik.se](http://www.geflegymnastik.se)

Emma Näs  
076-3242116

[gavlebocken@geflegymnastik.se](mailto:gavlebocken@geflegymnastik.se)

### Viktiga datum

20 okt	Anmälan till tävlingen stänger
1 nov	Sista dag för domare att skicka in kost/matpreferenser
vecka 45	PM går ut, inklusive detaljerat tidschema och startordning
12 nov	Deadline för inlämning av musik

*Det är viktigt att respektera deadlines för arrangörsföreningens skull. Fyll i samtliga handlingar noga.*



## Anmälan

Anmälan görs på <https://tavlingsanmalan.gymnastik.se>. Sista anmälan är den 20 oktober.

*Anmälningsavgiften vid samtliga nationella tävlingar är 600 kr per gymnast. Anmälningsavgiften faktureras av Gymnastikförbundet efter genomförd tävling. Därutöver ger arrangören rätt att ta ut en administrativ avgift om 100 kr/gymnast, som faktureras tillsammans med anmälningsavgiften.*

## Musik

Fristående musiken mejlas till [gavlebocken@geflegymnastik.se](mailto:gavlebocken@geflegymnastik.se) senast den 12 november. Märk musiken med gymnastens namn och förening.

## Preliminära tider

### Subdivision 1 lördag

08.00 Tävlingshall öppnar  
08.15 Uppvärmning  
08.20 Ledarmöte  
08.30 Domarmöte  
08.50-09.50 Schemalagd förträning på redskap  
10.00 Defilering

### Subdivision 2 lördag

13.30 Uppvärmning  
13.35 Ledarmöte  
14.15-15.15 Schemalagd förträning på redskap  
15.25 Defilering  
18.20 Prisutdelning

Observera att detta är preliminära tider som kan komma att ändras.

## Tävlingshall

Tävlingshallen hittar ni på arenaområdet Gavlehov som tillhör stadsdelen Sätra (3,2 km från centrum) Adress: Gavlehovsvägen 19, 806 33 Gävle

## Redskap

Hopp – Gymnova hoppbord, Gymnova satsbrädor  
Barr – Gymnova  
Bom – Gymnova  
Fristående - Spieth

## Mat

Arrangören står för mat till samtliga domare under Höstpokalen. Vänligen mejla in dina matpreferenser till [gavlebocken@geflegymnastik.se](mailto:gavlebocken@geflegymnastik.se) senast den **1 november**.

Det kommer att finnas korb, toast och fika till försäljning i Arenan. Närmaste matbutik är Lidl som ligger på ca 10 minuters gångavstånd. Restaurang Testebo finns att äta på och ligger mitt emot Lidl. De serverar mat, pizza och husmanskost. [www.restaurangtestebo.nu](http://www.restaurangtestebo.nu)

## Logi

Logi för domare som är uttagna av Gymnastikförbundet är bokad på Scandic Hotell CH. (3 minuter gångavstånd från Centralstationen)

Scandic är Gymnastikförbundet partner för boende på tävlingar, konferenser och event. Hotellkedjan har ett attraktivt sporterbjudande till föreningar som väljer att bo på hotell i samband med tävling. Läs mer här: <https://www.scandichotels.se/alltid-pa-scandic/sport> eller kontakta [sport@scandichotels.com](mailto:sport@scandichotels.com).

## Domare

Deltagande förening ska anmäla en domare per påbörjat 4-tal gymnaster till Höstpokalen. Gymnastikförbundet tar ut D1-domare i varje redskap till Höstpokalen.

Avgift för saknad domare är 3 000 kr/domare och faktureras av Gymnastikförbundet efter genomförd tävling.

## Tävlingsregler

Samtliga tävlingsregler finns att hämta på Gymnastikförbundets hemsida:

<https://www.gymnastik.se/verksamheter/kvinnlig-artistisk-gymnastik/regler>. Eventuella frågor kan skickas till [kvag@gymnastik.se](mailto:kvag@gymnastik.se).

## Tävlingslicens

Varje förening ansvarar för att anmälda deltagare har giltig tävlingslicens.

## Utbildningskrav

I all verksamhet ska Gymnastikförbundets utbildningskrav följas:

<https://www.gymnastik.se/utbildning/utbildningskrav-behorigheter-och-validering/utbildningskrav>.

## Korrekt uppförande

Gymnaster, domare, tränare och andra ledare förväntas följa punkt 2.6 i tekniskt reglemente. Vänligen ta del av all information [här](#).

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

## 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.*

## **PM**

PM skickas ut via mejl och läggs upp på hemsidan tre veckor innan tävlingen.

**Varmt välkomna!**



\_\_\_\_ Våra huvudsponsorer \_\_\_\_\_

**CRAFT** 

**tydliga**<sup>®</sup>

**svedea**

\_\_\_\_ Våra sponsorer \_\_\_\_\_

**UNISPORT** 

**VERA**  
**Sport**

**Scandic**