

JUL-CUPEN

Aerobic Gymnastics

Västerås 29 November 2025



Tävlingsledare

Corina Constantin

0729382998

Mejl: corina@vgf.nu

Web: www.vgf.nu

Viktiga datum

30 oktober Sista anmälningsdag

Vecka 45 PM går ut inklusive detaljerat tidsschema och startlistor.

23 November Deadline för musikuppladdning.

Tävlingshall

Bellevuestadion, Slånbärgsgatan 2, 722 23 VÄSTERÅS

Så här kommer du till VGF-hallen, Bellevuestadion med buss från Centralen.

Busslinje 2 (mot Norra Gryta) eller busslinje 6 (mot Rönnby)

Hållplatsen vid Bellevuestadion heter Apalby.

Tävlingsgolv

Tävlingen utförs på gymnastikhallsgolv.



Preliminära tider

11:00-17.00 (Exakt tidsschema skickas ut tillsammans med PM.)

Tävlingsklasser

Steg 1-3 IW, IM, MP, TR, GR ((inga resultat visas)

Steg 4-5

Openklass A IW, IM, MP, TR, GR

Openklass B IW, IM, MP, TR, GR (inga resultat visas)

Openklass C IW, IM, MP, TR, GR (inga resultat visas)

Aerobic Dance (inga resultat visas)

Aerobic Step (inga resultat visas)

Ålder

Fri ålder med lägsta ålder det år man fyller 7 år. Barn 7-9 år ska tävla så lokalt/regionalt som möjligt och under enkla former. Lite äldre gymnaster från 10 år kan resa lite längre om det behövs.

Anmälan

Domare och Gymnaster anmäls görs på <https://tavlingsanmalan.gymnastik.se/>

Sista anmälningdag är **den 2 november**.

Anmälningsavgiften är 250 kr per person och start.

Anmälningsavgiften faktureras av arrangören när sista anmälningdatum har varit.

Föreningarna ansvarar för att deltagarna har giltig tävlingslicens.

Domare

Varje förening ska bidra med minst en regionsdomare. Vi ser gärna att man anmäler flera regionsdomare, så bedömningen blir så bra som möjligt. Anmälan av domare görs i samband med tävlingsanmälan på <https://tavlingsanmalan.gymnastik.se> och de har samma sista anmälningdatum som tävlande deltagare.

Musik

Musik ska skicka till corina@vgf.nu, mer information om detta kommer i PM.

Svårighetslistor

Svårighetslistor /steg kort lämnas in vid incheckningen. Alla som tävlar i Open B och Open C ska lämna svårighetsformulär. [Länk till svårighetsformulär](#)

Logi

Västerås

• **Goodmorning Hotell** (160m bort från hallen) - hotell med övernattning i rum för upp till 3 personer. Frukost ingår. Vid bokning ange "Västerås Gymnastikförening" för rabatterat pris.

Tel: 021-120220, mail: bokning.vasteras@gmorninghotels.se | [Hemsida](#)

• **Rocklunda Stugby** (550m bort från hallen)- boende i stuga med 8 sängplatser, toalett, dusch samt pentry.

Boka via denna länk - Ange rabattkod rs-vgf så får ni 10% rabatt på bokningen: [Hemsida](#)

Mat

Ica Kvantum samt ChopChop restaurang ligger ca 1,4 km från tävlingshallen. Cafeteria med fika och enklare mat finns i byggnaden. Arrangören står för mat till domare under pågående tävling. Mer info kommer med PM.

Tävlingsregler

Samtliga tävlingsregler finns att hämta på Gymnastikförbundets hemsida:

<https://www.gymnastik.se/verksamheter/aerobic-gymnastics/regler>.

Eventuella frågor kan skickas till aerobic@gymnastik.se.

Tävlingslicens

Varje förening ansvarar för att anmälda deltagare har giltig tävlingslicens via Tydliga.

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.*



**VÄSTERÅS GYMNASTIKFÖRENING
ÖNSKAR ER VARMT VÄLKOMNA!**

