

PM: Riksmästerskapen

Kvinnlig artistisk gymnastik

Stockholm Top Gymnastics och Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till Riksmästerskapen den lördag den 18 april 2026 i Stockholm, Bromma.

Information från arrangörsföreningen och specifikt för tävlingen:

Tävlingsklasser

Svenska stegserierna version 1.1 2026, Steg 7-10

Information

- Individuell mångkamp
- Grentävling
- Lagtävling. Hela föreningen tävlar som ett lag över alla steg. De tre högsta resultaten per gren räknas till lagpoängen.

Mer information kan fås genom:

Tävlingsledare	Föreningskansliet
Maria Malmberg	kansli@stockholm-top.se
070- 696 22 01	
kanslitavling@stockholm-top.se	www.stockholm-top.se

Viktiga datum

Vecka 14 PM går ut, inklusive detaljerat tidschema och startordning
5 april Deadline för inlämning av musik

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

Åkeshovs Idrottshall, Bergslagsvägen 60, Bromma. Grön Linje från T-centralen mot Åkeshov, Vällingby eller Hässelby.

Redskap

Hopp: Spieth
Barr: Spieth/Gymnova
Bom: Spieth
Fristående: Spieth

Tävlings- och träningstider

9.00 Träningshallen öppnar
13.00 Allmän uppvärmning
13.15 Tränarmöte
13.30 Schemalagd förträning på redskapen
13.45 Domarmöte
15.00 Defilerings
15.10 Tävlingsstart
19.00 Prisutdelning

Förträningsschema

Schemalagd förträning 20 minuter per redskap.

	Hopp	Barr	Bom	Fristående
13.30-13.50	Pool 4	Pool 1	Pool 2	Pool 3
13.50-14.10	Pool 3	Pool 4	Pool 1	Pool 2
14.10-14.30	Pool 2	Pool 3	Pool 4	Pool 1
14.30-14.50	Pool 1	Pool 2	Pool 3	Pool 4

"30 sekunder"

Under tävlingen har gymnasten rätt till två uppvärmningshopp och 30 sekunders käll i bom och fristående samt 50 sekunder på barr (inkl preparation av barrholmarna).

Startordning

Förträning: Barr-Bom-Fristående-Hopp

Tävling: Hopp-Barr-Bom-Fristående

Pool	Startnummer	Förening	Gymnast	Steg
1	1	GF Unik	Vera Skog	Steg 7
1	2	GF Unik	Leonie Wurm Johansson	Steg 7
1	3	Tölö GF	Stella Müller	Steg 7
1	4	Tölö GF	Ella Törn	Steg 7
1	5	Tölö GF	Emilia Svegelius	Steg 7
1	6	Sundsvallsgymnasterna GK	Bianca Melin Liedegren	Steg 7
1	7	Sundsvallsgymnasterna GK	Alma Olsson	Steg 7
1	8	Umeå GF	Noomi Carnerus	Steg 7
1	9	Umeå GF	Elwina Wennstedt	Steg 7
1	10	GK Motus-Salto	Cliona Newell	Steg 7
1	11	GK Motus-Salto	Victoria Cardinali	Steg 7
1	12	GK Motus-Salto	Iris Stahl	Steg 7
1	13	GK Motus-Salto	Tindra Svensson	Steg 7
1	14	GK Motus-Salto	Vera Oskolkova	Steg 7
1	15	GK Motus-Salto	Selma Ortega Bengtsson	Steg 7

Förträning: Bom-Fristående-Hopp-Barr

Tävling: Barr-Bom-Fristående-Hopp

Pool	Startnummer	Förening	Gymnast	Steg
2	16	Hammarbygymnasterna	MariaDolores Lilja	Steg 7
2	17	Hammarbygymnasterna	Skilla Löndqvist	Steg 7
2	18	Västerås GF	Rut Ersberg	Steg 7
2	19	Västerås GF	Amanda Karlsson	Steg 7
2	20	Lulegymnasterna	Stina Lundmark Brorson	Steg 7
2	21	Falu Gymnastikklubb	Iris Enström	Steg 7
2	22	Falu Gymnastikklubb	Denise Westman	Steg 7
2	23	Uddevalla GP	Molly Umeland	Steg 7
2	24	Uddevalla GP	Dorsa Bashirinia	Steg 7
2	25	Uddevalla GP	Cornelia Karlsson	Steg 7
2	26	Uddevalla GP	Ella Ödman	Steg 7
2	27	All Star Gymnastics GF	Ingrid Hågstrand Hellner	Steg 7
2	28	All Star Gymnastics GF	Signe Jensen	Steg 7
2	29	All Star Gymnastics GF	Emelie Westerberg	Steg 7
2	30	Gefle GF	Valdy Hellström	Steg 7

Förträning: Fristående-Hopp-Barr-Bom

Tävling: Bom-Fristående-Hopp-Barr

Pool	Startnummer	Förening	Gymnast	Steg
3	31	Hammarbygymnasterna	Agnes Wannebo	Steg 8
3	32	Hammarbygymnasterna	Elsa Boglind	Steg 8
3	33	Hammarbygymnasterna	Meija Lager	Steg 8
3	34	Västerås GF	Agnes Kumm	Steg 8
3	35	Västerås GF	Isabella Lennell	Steg 8
3	36	Alingsås IF GF	Minea Olzon	Steg 8
3	37	Alingsås IF GF	Matilda Johannesson	Steg 8
3	38	Alingsås IF GF	Selina Göransson	Steg 8
3	39	Umeå GF	Alice Norberg	Steg 8
3	40	Stockholm Top Gymnastics	Anna Stelmashchuk	Steg 8
3	41	Stockholm Top Gymnastics	Emilia Rosell	Steg 8
3	42	Stockholm Top Gymnastics	Alice Owenius	Steg 8
3	43	GF Unik	Dagmar Torszell	Steg 8
3	44	Tidaholms GS	Ebba Elioneri	Steg 8
3	45	Gefle GF	Elsa Odelros	Steg 8
3	46	Gefle GF	Juliette Ersson	Steg 8

Förträning: Hopp-Barr-Bom-Fristående

Tävling: Fristående-Hopp-Barr-Bom

Pool	Startnummer	Förening	Gymnast	Steg
4	47	Hammarbygymnasterna	Emilia Cadario Vargas	Steg 9
4	48	GF Unik	Vera Östner	Steg 9
4	49	GK Motus-Salto	Nina Rajkovic	Steg 9
4	50	Stockholm Top Gymnastics	Emmy Malmberg	Steg 9
4	51	Stockholm Top Gymnastics	Elvina Dahlborg	Steg 9
4	52	Stockholm Top Gymnastics	Sigrid Dahlström	Steg 9
4	53	Stockholm Top Gymnastics	Lo Vargas	Steg 9
4	54	Stockholm Top Gymnastics	Olivia Dahlborg	Steg 9
4	55	Stockholm Top Gymnastics	Elin Ahlbäck	Steg 9
4	56	Stockholm Top Gymnastics	Aelya Lamagnere	Steg 7
4	57	Stockholm Top Gymnastics	Vilma Billborn	Steg 7
4	58	Stockholm Top Gymnastics	Ella Törnblom	Steg 7
4	59	Stockholm Top Gymnastics	Amanda Åman	Steg 7
4	60	Stockholm Top Gymnastics	Greta Gakios	Steg 7
4	61	Tidaholms GS	Edith Nilsson Kjäll	Steg 7
4	62	Norrköpings GF	Ingrid Wigh	Steg 7

Musik

Fristående musiken mailas till kanslitavling@stockholm-top.se senast den 5 april. Märk musiken med gymnastens namn, förening och tävlingsklass.

Resultat

I februari 2022 lanserades [Anvisningar för barn- och ungdomsgymnastik](#), ett konkret stöd och vägledning för föreningar, ledare och enskilda medlemmar då utvecklingsmodell, uppförandekod och barnkonventionen ska omsättas i praktisk idrottslig verksamhet. Utifrån anvisningarna ska resultathantering i kvinnlig artistisk gymnastik skötas enligt nedan:

Svenska Stegserierna

På Sjuan till Tian delges de egna aktivas poäng under tävlingens gång. Resultatet kommer redovisas via sporteventssystem och också via skärmar, samt resultattavla. Länk till [Live Score - Sport Event Systems](#) En fullständig resultatlista presenteras efter tävlingens slut.

Gymnasterna belönas med guld-, silver- och bronsmedalj. Alla gymnaster får deltagarmedalj.

Grenmedaljer delas ut baserat på mångkampresultatet. Vid tre eller fyra startande delas grenguld ut, vid minst fem startande delas grenmedaljer ut.

Mat

Café finns i Åkeshovshallen. Det är ca 10 minuters promenad till Brommaplan med restauranger och affärer. Arrangören står för mellanmål och fika till domare under pågående tävling

Logi

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>

Förslagsvis Scandic Alvik: <https://www.scandichotels.se/hotell/sverige/stockholm/scandic-alvik>

Entré

Entré vuxen 100 kr, Ungdom 7-17 år 50 kr, Barn under 7 år går in gratis. Biljetter köps i dörren.

Webbsändning

Ingen webbsändning av tävlingen sker.

Fotograf

Vi kan komma att fotografera och lägga ut på föreningens sociala medier. Vill du som gymnast eller ledare inte vara med på bild, hör av dig till arrangörsföreningen kanslitavling@stockholm-top.se

Domare

Domarmöte hålls lördagen den 18 april kl. 13.45. Arrangören bjuder på mellanmål i form av smörgås och fika samt ser till att domarna får förtäring under tävlingens gång.

Hopp	Namn	Förening	Barr	Namn	Förening
D1	Victoria Göransson	SvGF	D1	Lina Johnsson	SvGF
D2/E1	Mattias Hörnsten	Hammarbygymnasterna	D2	Sigrid Risberg	Lulegymnasterna
E2	Vera Brice-Nicolson	Västerås GF	E1	Matilda Borg Wigh	Norrköpings GF
E3	Amanda Rosell	Stockholm Top Gymnastics	E2	Josephine Göransson	Alingsås IF GF
E4	Karin Petranders	GF Unik	E3	Linda Törnblom	Stockholm Top Gymnastics
E5	NN	Falu GK	E4	Dulce Vargas Florencia	Hammarbygymnasterna
			E5	Mirtha Ortega	GK Motus-Salto

Bom	Namn	Förening	Fristående	Namn	Förening
D1	Pia Rothe	SvGF	D1	Filip Montelin	SvGF
D2/E1	Ewa Fryxell	Sundsvallsgymnasterna GK	D2/E1	Adina Rumbutis	All Star Gymnastics GF
E2	Rebecca Eriksson Lyrdal	Tölö GF	E2	Kristin Vargas	Stockholm Top Gymnastics
E3	Celia Stahl	GK Motus-Salto	E3	Cajsa Högbom	Umeå GF
E4	Henrik Nohrborg	Stockholm Top Gymnastics	E4	Ewa Helsinger Kallryd	Tidaholms GS
E5	Jacqueline Dahl	Uddevalla GP	E5	Polina Björk	Gefle GF

Tävlingsjury

Gymnastikförbundets representant: Anna-Lena Malm, KTK.

Annalena.malm@gymnastik.se

Tävlingsledare: Maria Malmberg. Domaransvarig: Erika Folestad.

Samt D1-domare i aktuellt redskap

WWW

Besök gärna vår hemsida, <https://www.stockholm-top.se>

Information från Gymnastikförbundet:

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.

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.

Tävlingslicens

Varje förening ansvarar för att anmälda deltagare har giltig tävlingslicens. *Ansvarig ledare ska vid incheckning styrka att alla anmälda deltagare har giltig tävlingslicens i samband med incheckning; genom att visa upp ett utdrag från Tydligas (tidigare Pensum) register till arrangörsföreningen. Gymnaster som saknar giltig tävlingslicens får inte ställa upp i tävlingen.*

Korrekt uppförande

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

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

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

Utbildningskrav

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

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.

Angående säkerhetsläget i Sverige

Säkerhetspolisen sänkte den 23 maj 2025 terrorhotnivån från högt hot till förhöjt hot, från fyra till tre på en femgradig skala. Såväl Säpo som regeringen förmedlar samma råd som tidigare: lev som vanligt men var uppmärksam. I och med detta har Polisens nationella inriktning om väskförbud vid större arrangemang tagits bort. Såväl arrangörsföreningen som Gymnastikförbundet har som uppdrag att säkerställa beredskap och omhändertagande om något mot förmodan skulle hända.

Ledare på plats skall ha kontaktuppgifter för föreningens deltagare.

Slutligen önskar vi er lycka till med träning och förberedelser inför tävlingen. Vi ser fram emot att få träffa er alla och uppleva spännande tävlingar.

Varmt välkomna!



____ Våra huvudsponsorer _____

CRAFT

tydliga[®]

svedea

____ Våra sponsorer _____

UNISPORT

VERA
Sport

Scandic