

PM1: Eskilstuna 2026 Nordfemman

Truppgymnastik



IK EskilstunaGymnasterna och Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till Nordfemman den 7/11 till 8/11 2026 i Eskilstuna.

Mer information kan fås genom:

Tävlingsledare	Föreningskansliet
Saga Thomsen Lejon 076-911 30 45	www.ikeg.se 016- 51 51 51 info@ikeg.se
Lea Morell 072-027 23 89 tavling@ikeg.se	

Information från arrangörsföreningen och specifikt för tävlingen:

Viktiga datum

7/10	Efteranmälan till tävlingen stänger
18/10	Sista dag att skicka in beställning för kost, logi, kläder
31/10	Sista dag för betalning
Vecka 42	PM2 går ut, inklusive definitivt tidsschema och startordning
1/11	Deadline för musikuppladdning, mer information i PM2
7-8/11	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

Skjulstahallen, Sättargatan 3, 632 29 Eskilstuna. Du kan ta dig till hallen med buss via linje 4 och stiger av vid hållplats "Skjulsta". Det finns även fri parkering i anslutning till hallen samt vid Skjulstaskolan.

Förträning och tävlingstider

Se nedan och gällande [arrangörsreglemente](#).

Eventuella frågor angående tidsschema och startordning hänvisas till tavling@ikeg.se

Preliminärt tidsschema

Lördag 7 november

Pool 1

Kl. 08:40	Ledarsamling
Kl. 09:00-10:30	Förträning
Kl. 10:40	Defilering
Kl. 10:45	Tävlingsstart
Kl. 12:10	Pool 1 slut

Pool 2

Kl. 12:10	Ledarsamling
Kl. 12:30-14:10	Förträning
Kl. 14:20	Defilering
Kl. 14:25	Tävlingsstart
Kl. 16:00	Pool 2 slut

Pool 3

Kl. 16:00	Ledarsamling
Kl. 16:20-18:00	Förträning
Kl. 18:10	Defilering
Kl. 18:15	Tävlingsstart
Kl. 19:30	Pool 3 slut

Söndag 8 november

Final

Kl. 9:40	Ledarsamling
Kl. 10:00-11:40	Förträning
Kl. 11:50	Defilering
Kl. 12:00	Tävlingsstart
Kl. 13:35	Final slut
Kl. 13:50	Prisutdelning

Anmälda lag

Se bilaga 1.

Kvalificering till final

Det är 10 lag som kvalificerar sig till finalen i Nordfemman.

Anmälan och beställningar

Bekräftelse på anmälan och beställningar ska vara arrangörsföreningen tillhanda senast den 18 oktober. Mailas till tavling@ikeg.se. 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. (Information om kost, logi, klädförsäljning)

Deltagarkort etc hämtas ut i tävlingshallen vid ackrediteringen vid ankomst. För logi i skolsal erläggs en depositionsavgift om 300 kr.

Informationscentralen i Skjulstahallen är öppen:

Fredag 6 november klockan 17.00-20.00

Lördag 7 november klockan 08.00-20.00

Söndag 8 november klockan 09.00-14.00

Slutgiltig startordning

Slutgiltig startordning tas fram av Gymnastikförbundets nationella kansli den 8 oktober. 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 av 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. 17:00-20:00	Middag	Köttbullar, potatis och brunsås
Lördag	kl. 06:30-09:30	Frukost	Frukostbuffé
	kl. 11:00-15:00	Lunch	Kycklinggryta med pasta
	kl. 17:00-21:00	Middag	Tacos
Söndag	kl. 07:00-10:00	Frukost	Frukostbuffé
	kl. 12:00-15:00	Lunchpaket	Pastasallad med kyckling

Kost och logi sker i Skjulstaskolan som ligger på Skjulstagatan 3, 350 meter från tävlingshallen. Ta med egen sov utrustning (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 hålla ljudnivån nere efter kl. 22:00.

Skolan öppnar på fredagen kl. 17:00 och då går det att få tillgång till klassrummen. Klassrummen ska vara städade och lämnas senast kl. 12:00 den 8 november.

Beställning av kost (inklusive specialkost) och logi 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.

Frukost 85 kr
Lunch 110 kr
Middag 110 kr
Lunchpaket 110 kr

Logi i skolsal 125 kr

Hotell/vandrarhem

För dig som önskar logi på vandrarhem eller hotell rekommenderar vi: Vilsta sporthotell och Arena Hotell.

För mer info:

https://drive.google.com/file/d/1-UctdbEzRNjIrwZKfTegc9quMJmnNkX1/view?usp=share_link

Domare

Logi för domare är bokat på Plaza Hotel, Drottninggatan 9, 632 18 Eskilstuna

Transportmedel: Kollektivtrafik med buss linje 4, alternativt om det önskas skjuts så går det att lösa med tävlingsledningen. Har ni egen bil och lediga platser kan ni höra av er till tävlingsledningen så vi kan planera samåkning.

Redskapsinformation

Hallen kommer att vara utrustad med:

- **Tumblinggolv Unisport**, inkl säkerhetsmatta med täckt fodral.
- **Trampett**, inkl säkerhetsmatta
 - 1 st 32 fjädrar MD
 - 1 st 36 fjädrar MD
 - 1 st 36 fjädrar Dorado
 - 1 st hoppbord Tarpan

En redskapsskiss finns i bilaga 4. 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.

Transport

Det går enkelt att ta sig från Eskilstuna Centrum till tävlingshallen med buss, linje 4. Gå av vid hållplatsen "Skjulsta". Ladda ner appen "Sörmlandstrafiken" för att enkelt söka resa och köpa biljett.

Kläder

Linne, t-shirt och hoodie finns till försäljning, mer information kring beställning kommer.

Entré

Endagars: 150kr

Tvådagars: 250kr

Barn 0-7 år går in gratis.

Biljetter köps i entrén.

Webbsändning

Tävlingen livestreamas via Gympabubblan Play: <https://www.gympabubblanplay.se/>. Sändningen kostar 99kr.

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 42 mailas PM2 ut med startordning, förträning- och tävlingstider, mattider, etc.

Bilagor

Bilaga 1 – Preliminär lottad startordning

Bilaga 2 – Anmälan och beställningar (mat och logi)

Bilaga 4 – 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:

- 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](#).

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