



Inbjudan till Avestapokalen

Rytmisk Gymnastik

Söndagen den 12 April 2026

Arrangörer: GF Avestagymnasterna

Dag: Söndagen den 12 April, tider anges i PM.

Plats: Kopparhallen

Adress: Koppardalsvägen 50, 774 41 Avesta, [Kopparhallen - sporthall](#)

Tävlingsklasser

Fria klass individuellt, DT/Trupp fristående:

Yngre 2016-2015

Mellan 2014-2012

Äldre 2011-2010+

Fria klass individuellt, DT/Trupp med handredskap:

Yngre 2016-2015

Mellan 2014-2012

Viktiga datum

- 22 mars** Anmälan till tävlingen stänger
- Vecka 14** PM går ut, tidschema
- 5 april** Deadline för inlämning av musik

Anmälan

Anmäl senast den 22 Mars 2026. Anmälan görs via tävlingskalendern eller via e-mail till avestapokalen@gmail.com

Anmälningsavgifter

Administrativ avgift:

- 200 kr/individuell gymnast
- 350 kr per DT/Trupp

Entréavgift: Vuxen 50 kr, barn 20kr.

Faktureringsinformation mejlas till avestapokalen@gmail.com senast 5 april.
Följande uppgifter ska stå med:

Adress
Postnummer
Ort
E-mail
Org / Föreningsnummer

Tävlingshall

Kopparhallen, Koppardalsvägen 50, 774 41 Avesta, [Kopparhallen - sporthall](#)

Parkering finns i anslutning till idrottshallen. Det finns en stor läktare för publiken (direkt efter entrén ta trappen upp).

Tävlingsgolv & takhöjd

Takhöjd: 9,5 meter. Tävlingsgolv: 2 RG-mattor (tävling – och förträningmatta)

Tävlingens start och slut

Tävling startar ca 10:00. Mer specifika tider kommer i PM.

Musik

Musik mejlas till avestapokalen@gmail.com senast 5 april. Döp musikfilen (mp3) enligt följande: Förening_Klass_Namn_redskap

Exempel: "Avestagymnasterna_YngreDuo_LisaHenriksson_boll

Mat

Café med enklare mat/fika/snacks kommer att finnas på andra våningen överst vid läktaren

Domare

I samband med anmälan ska föreningen även anmäla domare. Domaranmälan mailas till Avestapokalen@gmail.com. Arrangören står för lunch/fika till domare under pågående tävling

Tävlingsbestämmelse

Samtliga tävlingsregler finns att hämta på Gymnastikförbundet hemsida:

[Fria bedömningsreglementet, version 2024-06-29.pdf](#)

Tävlingslicens

Varje förening ansvarar för att anmälda deltagare har giltig tävlingslicens

Frågor och mer information

Vid frågor var vänlig mejla: Avestapokalen@gmail.com, olena.krantz@gmail.com

Tävlingsledning: Olena Krantz (mob.0702504281), Yasmin Nur

Avestagymnasterna hälsar er
VARMT VÄLLKOMNA!