



Inbjudan: Höstcupen och Svenska Cupen

Kvinnlig artistisk gymnastik

Västerås gymnastikförening och Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till Höstcupen och Svenska Cupen lördagen den 21 november 2026 i Västerås.

Tävlingsklasser/ Information

Höstcupen: Svenska Stegserierna steg 7–10. Individuell mångkamp. Grenmedaljer delas ut baserat på mångkampsresultatet. Hela föreningen tävlar som ett lag över alla steg. De tre högsta resultaten per redskap räknas till lagpoängen.

Svenska Cupen: CoP 2025–2028, 16 år och äldre. Individuell mångkamp, Grenmedaljer delas ut baserat på mångkampsresultat. Lagtävling (5-5-3)

Mer information kan fås genom förbundets hemsida.

Christer Andersson

VGF Kansli

070-309 7050
crip@vgf.nu

www.vgf.nu
021-138494
kansliet@vgf.nu

Viktiga datum

11 oktober	Anmälan till tävlingen stänger
25 oktober	Sista dag att skicka in beställning för kost för domarna.
Vecka 44	PM går ut, inklusive detaljerat tidschema och startordning
15 November	Deadline för musikuppladdning via Tariff

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.

Anmälan

Anmälan görs på <https://tavlingsanmalan.gymnastik.se>. Sista anmälan är den 11 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

Friståendemusiken laddas upp via Sport Event Systems i programmet Tariff, mer information kommer i PM.

Preliminära tider

Höstcupen:	Tävlingsstart 10:00
Domarmöte	09:00
Generell uppvärmning:	08:15-08:45
Redskaps uppvärmning:	08:45-09:45
Defilering:	09:55
Tävlingsstart:	10:00-12:30
Prisutdelning:	ca 12:30

Svenska Cupen:	Tävlingsstart 15:00
Domarmöte	13.50
Generell uppvärmning:	13:00-13:30
Redskaps uppvärmning:	13:30-14:50
Defilering/tävlingsstart	15:00
Tävlingsstart:	15:00-18:00
Prisutdelning:	ca 18:00

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

Tävlingshall

Bellevue stadion, Slånbärsgatan 2, Västerås.

Redskap

Alla redskap är Gymnova.

Hopp sker till hård landning i MD grop.

Resultat

Finns tillgängligt via live score/ Sport eventsystems.

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** Aktiva och ledare ska delges de egna aktivas poäng under tävlingens gång, till exempel via whiteboardtavla vid domarbordet. En fullständig resultatlista ska presenteras efter tävlingens slut.

Gymnasterna belönas med guld-, silver- och bronsmedalj/plakett. Vid fyra eller färre startande tilldelas alla medaljer guld, silver och brons. Gymnaster under 10 år tillåts delta utom tävlan och tilldelas deltagarmedalj vid prisutdelning. Det är önskvärt att alla gymnaster får medalj/plakett.

Mat

Bellevue har en kafeteria med lättare förtäring som korv och toast samt fikabröd.

Mat till domare

Arrangören står för mat till de D1 domare som först dömer Höstcupen och sedan ska döma Svenska Cupen på eftermiddagen.

Vi erbjuder sallad i lite olika former så svara med en siffra 1–4 vad ni önskar så ska vi lösa det.

Mejla till mig före 25 oktober crip@vgf.nu vad ni önskar.

- 1: Pastasallad med kyckling.
- 2: Pastasallad med ost och skinka.
- 3: Pastasallad med räkor.
- 4: Pastasallad Vegetarisk.

Logi

Vi kan rekommendera **Rocklunda stugby** för övernattning, stugor för boende upp till 8 personer. Det ligger på andra sidan gatan ca 200 meter från arenan.

Bokning via: <https://online.bookvisit.com/accommodation/list?channelId=afca9ccd-7e2b-48c0-880a-eeb56d649333>

Ange kod: rs-vgf

Good Morning hotell som ligger precis bredvid arenan:

Ange: Västerås Gymnastikförening

Mail: bokning.vastera@godmorninghotels.se 021–120220

OBS! Minst en ledare som har fyllt 18 år ska bo tillsammans med gymnasterna.

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>.

Domare

Deltagande förening ska anmäla en domare per påbörjat 4-tal gymnaster till samt Höstcupen.

Gymnastikförbundet tar ut samtliga domare till Svenska Cupen,

Avgift för saknad domare är 4 000 kr/domare och faktureras av Gymnastikförbundet efter genomförd tävling.

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.

Tävlingslicens

Varje förening ansvarar för att anmälda deltagare har giltig tävlingslicens.

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.*

Varmt välkomna till Västerås!





Våra huvudsponsorer

CRAFT  **tydliga**[®] **svedea**

Våra sponsorer

UNISPORT  **VERA**
Sport **Scandic**