

Uttagningskriterier JNM 2025

Plats:	Ålborg, Danmark
Datum:	5-8 Juni
Tävlingsformat:	Kvaltävling inkluderat lagtävling, Mixed team final (16 bästa mixade lagen 1 MAG & 1 KvAG), mångkampsfinal, grenfinaler
Villkor:	Ålder 14-15 år (födda 2010 & 2011) Kvaltävling inkluderat lag och mångkampsfinal på lördagen. Grenfinaler på söndagen. Lagformat 5-5-3
Redskap:	Spieth
Deadlines:	Preliminär anmälan 13 januari Definitiv anmäla 5 mars
Uttagningsgrupp:	Landslagsledning

GENERELLT OM JNM OCH UTTAGNINGEN

Gymnastikförbundet har målet att alltid representera med ett lag på JNM, utifrån grundinställningen att gymnasterna ska representera Svenskgymnastik med en god kvalitet och säkert utförande. Tävlingen är ett bra tillfälle för juniorgymnaster att få internationell erfarenhet för att förbereda sig inför till exempelvis EYOF eller JEM.

Att bli uttagen till JNM är inte det samma som att bli uttagen till landslaget.

Uttagning till landslaget följer uppsatta kriterier som finns att läsa på Gymnastikförbundets hemsida. <https://www.gymnastik.se/tavling/landslag/kvinnlig-artistisk-gymnastik/for-aktiva-dokument>

UTTAGNINGSKRITERIER

För uttagning till JNM kommer inga direkta poäng sättas upp. Utgångspunkten är att gymnasterna i största möjliga mån ska uppfylla FIG CoP redskapsspecifika krav. Något undantag kan göras för att se till helheten i ett lagbygge. Om endast individuell gymnast är aktuell bör hon uppfylla alla redskapsspecifika juniorkrav. Kvalitet och säkert utförande kommer premieras framför osäkra tävlingsprogram/ övningar.

I uttagningsprocessen tittar landslagsledningen på följande:

I första hand sker uttagningen till JNM av gymnaster från Juniorlandslaget och Juniorgruppen. Om en gymnast som inte är med i landslag alternativt juniorgrupp men deltar i öppen checkpoint och bedömningen är att hon uppenbart kan stärka JNM laget, så kan gymnasten vara aktuell för en uttagning.

- Strävan att uppfylla redskapsspecifika krav utifrån FIG Code Of Points
- Aktuell prestationsnivå
- Tidigare tävlingserfarenhet
- God kvalitet och säkert utförande
- Poängnivå
- Gymnast som bidrar med positiv laganda
- Prestationer utifrån nedan angivna tillfällen

PRESTATIONSTILLFÄLLEN FÖR UTTAGNINGEN TILL JNM

8–10 jan	2	Gemensamt landslagsläger	Bosön	Samtliga	Gemensam uppstart, screening *Uttagning JNM
22 mars	12	Checkpoint 2	Eskilstuna	Landslag	Checkpoint 2 * Uttagning till JNM
4 april	14	Checkpoint 3	Malmö	Öppen	Checkpoint 3 *Uttagning till JNM
26–27 apr	17	JSM	Västerås	Samtliga	Checkpoint 4 * Uttagning JNM
v.19	19	Ev. landskamp	Ej bestämt	JNM-lag & reserv	*Uttagningstillfälle JNM
v.21	21	Genrep JNM lag	Ej bestämt	JNM aktuella	Förberedande tävling inför JNM

*Landslagsuppdrag som ligger inom tidsgränsen för anmälan till ett mästerskap fungerar alltid som en del i uttagningsprocessen.

GRUNDLÄGGANDE KRAV FÖR ATT VARA UTTAGNINGSBAR

- Vara en god förebild för Svensk Gymnastik och medveten om att representera inte bara sig själv men även Gymnastikförbundet och Sverige på bästa sätt och leva upp till Gymnastikförbundets uppförandekod.
- Ha visat sig kunna fokusera på den egna prestationen såväl som att bidra till en helhet som stärker och lyfter andra på ett bra sätt.
- Ha en fysisk status som anses vara god vid uttagningstidpunkten samt ha en tydlig plan för hur denna ska upprätthållas/förbättras fram mot mästerskapet.
- Vara medveten och ha rimliga förväntningar på sin egen prestationsnivå, tekniskt som mentalt samt en tydlig plan fram mot mästerskapet för hur denna ska uppnås.
- Ha en vardag i balans där träning och tävling ingår i en välfungerande helhet med tillräckligt utrymme för återhämtning.

Kraven ovan gäller fullt ut för seniorgymnaster. För juniorgymnaster anses det tillräckligt med viss insyn i planering och egen förväntan men övriga delar eftersträvas fullt ut.

WILDCARD

En gymnast som av någon anledning inte deltagit på uppsatta kvältävlingarna men som har uppenbar potential att bidra till det bästa laget och utifrån tidigare uppvisade prestationsnivåer, kan undantag göras i uttagningsprocessen.

TRÄNARE

Vid representation med lag utses alltid en huvudansvarig och en assisterande tränare av uttagningsgruppen. I första hand är det någon av de landslagsansvariga som har huvudansvaret vid internationella lagtävlingar. Enligt FIG's regler är det max en manlig tränare på tävlingsgolvet vid lagtävlingar, detta är även en strävan för Gymnastikförbundet. Men om det inte är möjligt utser uttagningsgruppen de två tränare som anses vara för lagets bästa.

Det är viktigt att poängtera att JNM är ett internationellt tävlingstillfälle för gymnaster och mästerskapet kan utgöra det första tillfället där gymnasten inte tävlar med sin normala hemmatränare på golvet. Detta bör adresseras på hemmaplan och ett stort ansvar ligger därför i hemmatränarens roll att förbereda gymnasten inför på bästa sätt. Detta innebär bland annat att stötta och stärka gymnastens tro på sig själv samt förmågan att föra en öppen och ärlig dialog med medföljande tränare och fysio.

FÖR UTTAGNINGEN/ Mats Mejdevi, Landslagschef