

PM: Juniorcupen och Rikscupen

Kvinnlig artistisk gymnastik

Hammarbygymnasterna och Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till Juniorcupen och Rikscupen den 25 oktober 2025 i Stockholm.

Information från arrangörsföreningen och specifikt för tävlingen:

Tävlingsklasser

Juniorcupen, CoP 2025-2028 (juniorregler)
Rikscupen, Svenska Stegserierna steg 7-10

Information

Juniorcupen

Ålderskrav: 13-17 år

Tävlingsform:

- Individuell mångkamp
- Grenmedaljer
- Lagtävling – hela föreningen tävlar som ett lag. Tre högsta resultaten per redskap räknas till lagpoängen.

Rikscupen

Ålderskrav: 10 år och äldre

Tävlingsform:

- Individuell mångkamp
- Grenmedaljer
- Lagtävling – hela föreningen tävlar som ett lag över alla steg. Tre högsta resultaten per redskap räknas till lagpoängen.



Mer information kan fås genom:

Tävlingsledare

Aleksandra Ristic
070-836 37 84
aleksandra@hammarbygymnasterna.se

Hammarbygymnasterna

<https://www.hammarbygymnasterna.se/>
info@hammarbygymnasterna.se

Viktiga datum

19 oktober Efteranmälan till tävlingen stänger
Vecka 40 PM går ut, inklusive detaljerat tidschema och startordning
11 oktober 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, Barr, Bom och Fristående: Spieth

Tävlings- och träningstider

Rikscupen

08:00 Hallen öppnar
08:30-09:00 Allmän uppvärmning
08:50 Ledarmöte
09:00 Domarmöte
09:00-10:00 Schemalagd förträning
10:05 Defilering
ca 13:15 Prisutdelning

Juniorcupen

13:30-14:00 Allmän uppvärmning
13:50 Ledarmöte
14:00-15:20 Schemalagd förträning
14:00 Domarmöte
15:25 Defilering
ca 19:00 Prisutdelning Juniorcupen

Förträningsschema

Rikscupen

	Hopp	Barr	Bom	Fristående
09:00-09:15	Pool 4	Pool 1	Pool 2	Pool 3
09:15-09:30	Pool 3	Pool 4	Pool 1	Pool 2
09:30-09:45	Pool 2	Pool 3	Pool 4	Pool 1
09:45-10:00	Pool 1	Pool 2	Pool 3	Pool 4

Juniorcupen

	Hopp	Barr	Bom	Fristående
14:00-14:20		Pool 5	Pool 6	
14:20-14:40			Pool 5	Pool 6
14:40-15:00	Pool 6			Pool 5
15:00-15:20	Pool 5	Pool 6		

"30 sekunder"

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

Startordning

Rikscupen

	Hopp	Barr	Bom	Fristående
Rotation 1	Pool 1	Pool 2	Pool 3	Pool 4
Rotation 2	Pool 4	Pool 1	Pool 2	Pool 3
Rotation 3	Pool 3	Pool 4	Pool 1	Pool 2
Rotation 4	Pool 2	Pool 3	Pool 4	Pool 1

Startnr.	Namn	Hopp, Barr, Bom, Fristående	Steg	Pool
1	Vilma Billborn	Sollentunagymnasterna	7	1
2	Saga Fjalestad	Sollentunagymnasterna	7	1
3	Izabelle Paz	Stockholm Top Gymnastics	7	1
4	Emilia Rosell	Stockholm Top Gymnastics	7	1
5	Amanda Åman	Stockholm Top Gymnastics	7	1
6	Greta Gakios	Stockholm Top Gymnastics	7	1
7	Dolores Lilja	Hammarbygymnasterna	7	1
8	Agnes Wannebo	Hammarbygymnasterna	7	1
Startnr.	Namn	Barr, Bom, Fristående, Hopp	Steg	Pool
9	Minea Olzon	Alingsås IF GF	7	2
10	Selina Göransson	Alingsås IF GF	7	2
11	Emma Larsson	Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK	7	2
12	Bianca Melin Liedegren	Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK	7	2
13	Stella Hallgren	Östersundsgymnasterna	7	2
14	Valdy Hellström	Gefle GF	7	2
15	Ella Törn	Tölö GF	7	2
16	Stella Müller	Tölö GF	7	2
17	Emilia Svegelius	Tölö GF	7	2
18	Matilda Johannesson	Alingsås IF GF	8	2
Startnr.	Namn	Bom, Fristående, Hopp, Barr	Steg	Pool
19	Lo Vargas	Stockholm Top Gymnastics	8	3
20	Elsa Boglind	Stockholm Top Gymnastics	8	3
21	Alicia Torhall	Stockholm Top Gymnastics	8	3
22	Alicia Carlström	Stockholm Top Gymnastics	8	3
23	Anna Stelmashchuk	Stockholm Top Gymnastics	8	3
24	Alice Owenius	Stockholm Top Gymnastics	8	3
25	Stella Sjölander	Stockholm Top Gymnastics	8	3
26	Juliette Ersson	Gefle GF	8	3
27	Elsa Odelros	Gefle GF	8	3
Startnr.	Namn	Fristående, Hopp, Barr, Bom	Steg	Pool
28	Vera Oskolkova	GK Motus-Salto	7	4
29	Victoria Cardinali	GK Motus-Salto	7	4
30	Vera Skog	GF Unik	7	4
31	Amanda Karlsson	Västerås GF	7	1
32	Meija Lager	Hammarbygymnasterna	8	4
33	Emilia Cadario Vargas	Hammarbygymnasterna	8	4
34	Isabella Lennell	Västerås GF	8	4
35	Vera Östner	GF Unik	8	4
36	Nina Rajkovic	GK Motus-Salto	9	4

Juniorcupen

	Hopp	Barr	Bom	Fristående
Rotation 1	Pool 5	Pool 6		
Rotation 2	Pool 6	Pool 5		
Rotation 3			Pool 5	Pool 6
Rotation 4			Pool 6	Pool 5

Startnr.	Namn	Hopp, Barr, Bom, Fristående	Pool
37	Evelina Stjerna	Tidaholms GS	5
38	Chloé Ragell	Hammarbygymnasterna	5
39	Elsa Hedlund	Hammarbygymnasterna	5
40	Ida Norin	Hammarbygymnasterna	5
41	Juli Junholt	Alingsås IF GF	5
42	Thilda Brandin	Alingsås IF GF	5
43	Elly Ryman	Alingsås IF GF	5
44	Julia Gakios	All Star Gymnastics GF	5
45	Vilhelmina Torssell	GF Unik	5
46	Filippa Hallquist	GF Unik	5
47	Leonie Wurm Johansson	GF Unik	5
48	Dagmar Torssell	GF Unik	5
49	Emilia Lennell	Västerås GF	5
50	Maja Haglund	Västerås GF	5
Startnr.	Namn	Barr, Hopp, Fristående, Bom	Pool

51	Sigrid Dahlström	Stockholm Top Gymnastics	6
52	Elin Ahlbäck	Stockholm Top Gymnastics	6
53	Elvina Dahlborg	Stockholm Top Gymnastics	6
54	Aelya Lamagnere	Stockholm Top Gymnastics	6
55	Stina Karvonen	Vänersborgs GF	6
56	Astrid Stor	Vänersborgs GF	6
57	Astrid Lagerlöf	Vänersborgs GF	6
58	Rosa Abrahamsson	Vänersborgs GF	6
59	Agnes Bergqvist	Vänersborgs GF	6
60	Elvira Åhlund	Vänersborgs GF	6
61	Wilma Ödling	Umeå GF	6
62	Elwina Wennstedt	Umeå GF	6
63	Alice Norberg	Umeå GF	6
64	Ellinor Lehmann	GK Motus-Salto	6

Musik

Friståendemusiken mailas till kvag@hammarbygymnasterna.se senast den **11 oktober**. Märk musiken med namn, klass och förening.

Resultat

Resultaten redovisas live på <http://score.sporteventsystems.se>. Efter tävlingen publiceras resultaten på Gymnastikförbundets hemsida.

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

Cafeterian i Åkeshovs sim- och idrottshall har öppet. Det är 10 minuters promenad till Brommaplan med restauranger och affärer. *Arrangören står för mat till domare under pågående tävling.*

Logi

First Hotel Brommaplan, tel. 08-26 26 20, www.firsthotels.se/brommaplan/

Scandic Alvik, tel. 08-517 661 00, www.scandichotels.se/hotell/sverige/stockholm/scandic-alvik

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>

Entré

Entré: Biljetter köps i dörren. Vuxna 100 kr; Barn (8–17 år) 50 kr; Barn under 7 år går in gratis.

Domare

Domarmöte genomförs den 25 oktober klockan 09:00 för Rikscupen och 14:00 för Juniorcupen i spegelsalen. Arrangören står för mat till domare under pågående tävling.

Rikscupen

Hopp

D1/E1	Mattias Hörnsten
D2/E2	Pia Rothe
E3	Henrik Norborg
E4	Karin Petranders

Bom

D1	Erika Folestad
D2/E1	Filip Montelin
E2	Petra Petranders
E3	Anna-Lena Malm

Barr

D1	Elisabeth Boltemo
D2/E1	Josephine Göransson
E2	Dulce Vargas Florencia
E3	Malene Thunberg
E4	Kristin Vargas

Fristående

D1	Tina Hultén
D2/E1	Rebecca Eriksson Lyrdal
E2	Annika Krylén
E3	Amanda Rosell

Juniorcupen

Hopp/Bom

D1	Elisabeth Boltemo
D2/E1	Ylva Aspenberg
E2	Sigrid Risberg
E3	Tina Hultén
E4	Mattias Hörnsten
E5	Zara Svensson

Barr/Fristående

D1	Filip Montelin
D2/E1	Adina Rumbutis
E2	Erika Folestad
E3	Ewa Fryxell
E4	Rebecca Eriksson Lyrdal
E5	Victoria Göransson

Tävlingsjury

Gymnastikförbundets representant: Tova Jönsson nationell kommitté för kvinnlig artistisk gymnastik tova.jonsson@gymnastik.se

Tävlingsledare: Aleksandra Ristic

Samt D1-domare i aktuellt redskap

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:

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