

INBJUDAN

Viking Open

Ungdom, Junior & Senior

Söndagen den 23 november 2025

Vikingahallen, Lidingö

Varmt välkomna!

Tävlingsledare	Viktiga datum	
Mikaela Wahlstedt	2025-08-31	Anmälan öppnar
070-448 66 30	2025-10-01	Anmälan stänger, PM1 med anmälda lag & prel. tidsschema skickas ut.
VikingOpenLidingo@gmail.com	2025-11-01	PM2 med slutgiltigt tidsschema
	2025-11-16	Deadline add ladda upp musik



Tävlingens syfte

Viking Open har syftet:

- Att låta många gymnaster få tävla.
- Att erbjuda ett tillfälle att få bedömning av fristående enligt Svenska CoP.
- Att erbjuda ett tävlingsmål sent under höstterminen till ett snällt underlag.

Anmälan senast 1 oktober

- [Anmälan sker via detta formulär.](#)
- Anmälan senast 1 oktober 2025 (först till kvarn gäller).
- Anmälningsavgiften är 700 kr per gren.

Vänligen notera att tävlingsanmälan är bindande från 1 oktober. Strykning efter 1 oktober resulterar i fakturerad anmälningsavgift.

Domaranmälan senast 1 oktober

Varje deltagande lag anmäler 1 utbildad domare utbildad i CoP (i undantagsfall Steg 3) senast den 1 oktober. Om ingen domare anmäls, tillkommer en avgift på 2000:-/trupp. Domare ersätts med arvode på 450kr/klass. [Domaranmälan görs här.](#)

Tävlingsbestämmelser & Bedömning

Varje gren är en egen tävling. Olika gymnaster kan ingå i lagen i de olika grenarna och man kan ha flera lag i varje gren.

Obs! Fristående bedöms enligt Svenska CoP med C, D, & E poäng. I redskap bedöms endast E-poäng.

Ålder & kön	• Ungdom 13-15 år, Junior 15-18 år, Senior 17+ år • Undantag/dispens kan göras för 3 gymnaster i en trupp. • Dam, herr, mixed tävlar i samma klass.
Antal gymnaster	• 6-18 gymnaster / gren
Fristående	• Tävling på friståendeväder. • Bedömning enligt Svenska CoP med C, D och E-poäng.
Tumbling & Trampett	• Tävling till MD-grop med landningsbädd. "Semilandning" • Bedömning enligt Svenska CoP men <i>endast</i> E-poäng (utförande). Samtliga gymnaster bedöms. Avdragen delas med antal gymnaster och multipliceras med 6. • Övningskrav enligt USM/JSM/SM (eftersom C inte bedöms så är övningskraven endast en riktlinje för att få en hög kvalitet på tävlingen)
Bedömningsunderlag	• Fristående: 8 st bedömningsunderlag skrivs ut och lämnas in. • Redskap: Inga underlag behövs.

Tävlingshall

Vikingahallen, Bodalsvägen 47, 181 36, Lidingö. Vi rekommenderar att åka kollektivt till tävlingshallen då det är ont om parkeringar.

Kollektivt: Lidingöbanan från Ropsten till Bodals Station (7 min), 300 meter gång.

Bil: Parkering finns vid Bodals station med infart från Södra Kungsvägen. 92 platser, 300 meter gång.

Preliminärt tidsschema

Vi välkomnar lag från utanför Stockholmsområdet, vår målbild är att anpassa schemat så att ni hinner resa.

Redskapsinformation

Redskapsskiss skickas ut i PM1. Hallen kommer att vara utrustad med följande redskap:

- Fristående: 8 st mörkblå våder, kortsida fram.
- Tumbling
 - Tumblinggolv, LEG
 - MD-grop med landningsbädd
 - 8st LEG ansatsklossar
 - Toppmatta (valfri)
- Trampett
 - Bord Tarpan
 - Dorado 36, Dorado 32
 - MD-grop med landningsbädd
 - Toppmatta (valfri)
- *Airtrack:* Vi kan eventuellt erbjuda airtrack i Seniorsklassen, vi tar slutgiltigt beslut baserat på intresse i anmälan och meddelar beslut i PM1.

Licens

Alla deltagande gymnaster skall ha tävlingslicens vilket intygas av en ledare via anmälan till tävlingen. Ledare ska ha licenser i enlighet med Svenska Gymnastikförbundets riktlinjer.

