

PM: Julpokalen Syd

Rytmisk gymnastik

C4-gymnasterna och Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till Julpokalen Syd den 13 december 2025 i Kristianstad.

Information från arrangörsföreningen och specifikt för tävlingen:

Tävlingsklasser

Lagtävling:

Ett lag består av tre till sex gymnaster som kör totalt sex stycken program.

Ungdomsgymnaster får köra fristående. En gymnast kan endast ingå i ett lag.

Separat tävling för DT och trupp:

- DT Junior
- DT Senior

Information

Mer information kan fås genom:

Tävlingsledare

Sarah Brandt
Sarah.magnusson95@hotmail.com

Föreningskansliet

C4-gymnasterna.se
C4-gymnasterna@hotmail.com

Viktiga datum

- | | |
|------------|--|
| 2 november | Anmälan till tävlingen stänger |
| vecka 46 | PM går ut, inklusive detaljerat tidschema och startordning |
| 4 december | 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

Kristianstad Arena, Västra Storgatan 69, 291 54 Kristianstad.

Arenan ligger 10 minuters gångväg från Kristianstad centrum och ca 20 minuters gångväg från Kristianstad C.

Tävlingsgolv & takhöjd

Beige FIG-godkänd RG-matta av märket Pastorelli.
Fri takhöjd.

Tävlings- och träningstider

Tävlingsstart klockan 10:00. Tävlingshallen öppnar 08.15 för uppvärmning och förträning.

09.30	Domar- och ledarmöte
10.00 – 11.00	Omgång 1
11.15 – 12.15	Omgång 2
12.30 – 13.30	Omgång 3
13.30 – 14.15	Lunch
14.15 – 15.00	Omgång 4 - DT junior/senior
ca 15.10	Prisutdelning

Startordning

Se dokument.

Musik

Musik mailas till C4gymnasterna.musik@gmail.com senast den 4 december. Märk musiken med namn, redskap, förening och tävlingsklass.

Mat

Cafeterian kommer hållas öppen där bland annat toast kommer säljas.
Arrangören står för mat till domare under pågående tävling.

Logi

Vi tipsar om Quality Hotel Grand Kristianstad och Nordic Choice Hotels.

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/ledare

Kombinerat Domar- och ledarmöte genomförs den 13 december klockan 09.30 i källarlokalen. Ledare uppmanas att delta på domarmötet. Arrangören står för mat till domare under pågående tävling.

Alla domare och ledare ska ha på sig ledar/-domar-identifiering vid alla tillfällen på tävlings- och träningsytor. Dessa hämtas ut vid inträdet.

Uttagna domare:

Sarah Brandt
Anna-Karin Sjögren Palwankar
Åsa Nyqvist
Matilda Westin

Entré

Vuxna 100kr
Barn 20 kr

Fotograf

Det kan komma att finnas fotograf på plats. Vill du som gymnast eller ledare inte vara med på bild, hör av dig till arrangörsföreningen.

Tävlingsjury

Gymnastikförbundets representant: Ida Rodriguez Magdalena, RTK
Tävlingsledare: Sarah Brandt
Samt överdomare D1

Information från Gymnastikförbundet:

Tävlingsregler

Samtliga tävlingsregler finns att hämta på Gymnastikförbundets hemsida: <https://www.gymnastik.se/verksamheter/rytmisk-gymnastik/regler>. Eventuella frågor kan skickas till rg@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.

Observera specifikt den nya bilagan om tillåtna kroppssvårigheter och uppdaterade åldersklasser för 2025.

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.

Resultat

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

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>.

Var uppmärksam på nya utbildningskrav för rytmisk gymnastik 2025!

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

Sverige är fortsatt i säkerhetsläge 4 efter att Säpo meddelade ett försämrat säkerhetsläge i Sverige den 27 juli 2023. Såväl Säpo som regeringen betonar dock att allmänheten inte ska behöva vara rädd – men vara medveten om att det är ett allvarligt läge och manar till vaksamhet. 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**