

PM: Riksserien 1

Rytmisk gymnastik

Södertälje Gymnastik och sportförening och Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till Rikstävling 1 den 31 januari till 1 februari, 2026 i Södertälje.

Information från arrangörsföreningen och specifikt för tävlingen:

Tävlingsklasser

Lördag 31 januari

Junior Bas 2012 – Tunnband, Boll

Junior Bas 2010–2011 – Tunnband, Boll

Junior FIG 2010–2011 – Tunnband, Boll, Band (NM kval). 8 bästa går till final och kör Kägler.

DT Junior – 2/3 Bollar

Juniortrupp

Seniortrupp

Söndag 1 februari

Senior Bas – Tunnband, Boll

Senior FIG – Tunnband, Boll, Kägler, Band (NM kval).

DT Senior – 2/3 Bollar

NM kvaltävling 2 för 7 gymnaster i Seniorer FIG (4 redskap) samt 11 gymnaster i Juniorer FIG 2010–2012.

Information

Mer information kan fås genom:

Tävlingsledare

Tom Wandell

rg@sgsf.se

072 236 53 15

Föreningskansliet

kansli@sgsf.se

Viktiga datum

21 december Anmälan till tävlingen stänger

Vecka 1 PM går ut, inklusive detaljerat tidschema och startordning

12 januari Deadline för musikuppladdning (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.

Tävlingshall

Södertäljehallen, ingång sker via Södertälje IP. Parkering vid Curlinghallen.

Idrottsvägen 3, 152 40 Södertälje

Gå in vid grindarna till Södertälje IP. Promenera längs med vänster sida av löparbanorna på IP. Fortsätt framåt och håll vänster om Södertäljehallen fram till entrén, det kommer att finnas markeringar så att ni går rätt.

Tävlingsgolv & takhöjd

Takhöjd: 10 meter.

Tävlingsgolv: 2 RG-mattor (tävling- och förträningssmatta) och några separata mattvåder. Södertäljehallen är en kombinerad gymnastik- och friidrottshall. Inga ytterskor får beträda golven.

Tävlings- och träningstider

Lördag 31 januari

08:00 - Hallen öppnar för uppvärmning/förträning

09:00 - Domar/Ledarmöte (konferensrum en trappa upp från hallen)

10:00 - **TÄVLINGSSTART** Junior Bas 2012 - Tunnband, Boll

11:15 - Paus

11:30 - Junior Bas 2011–2010 – Tunnband, Boll

13:00 - Lunch

13:10 - Prisutdelning Junior Bas 2012 & Junior Bas 2011-2010

13:45 - Junior FIG 2010–2012 + Kval till NM – Tunnband, Boll, Band (NM kval).

(Placering 1–8 går till final och kör kaglor.)

16:15 - Paus

16:30 - FINAL Junior FIG (8:a bästa räknat på resultat från redskap 1 och 2)

17:00 - Paus - Förträning för enbart DT Junior

17:15 - DT Junior – 2/3 Bollar

18:35 - Paus - Förträning för Juniortrupp och Seniortrupp

18:50 - Juniortrupp & Seniortrupp

19:15 - **Prisutdelning**

Söndag 1 februari

07:30 - Hallen öppnar för uppvärmning/förträning

09:00 - Senior Bas Grupp 1 – Tunnband, Boll

10:10 - Senior Bas Grupp 2 – Tunnband, Boll

11:15 - Lunch

11:45 - Senior FIG – Tunnband, Boll, Kaglor, Band (NM kval).

14:05 - Paus - Förträning DT Senior

14:20 - DT Senior – 2/3 Bollar

15:00 - **Prisutdelning**

Förträningsschema

Hallen öppnar 08:00 på lördagen och 07.30 på söndagen för förträning. Under tävlingens gång kommer vi vid tidsöverskott att ge möjlighet för extra förträning.

Startordning

Finns bifogat med PM.

Musik

Musik laddas upp via Sport Event Systems i programmet Tariff under tidsperioden 1-12 januari.

Logga in via - <http://tariff.sporteentsystems.se/User/Login>.

Varje förening har eller kommer att få inloggningsuppgifter och instruktioner om hur musiken laddas upp till föreningens officiella mailadress. Samma inloggning används för alla tävlingar och för alla gymnaster från samma förening. Kontakta er egen förenings kansli för att få era inloggningsuppgifter. Om ert kansli mot förmodan inte har eller fått inloggningsuppgifterna hör av er till rg@gymnastik.se.

Mat

I hallen kommer det att finnas ett enklare café. I närheten av hallen finns enklare restauranger med utbud såsom sushi och pizza. Dessutom finns det Coop inom gångavstånd.

Arrangören står för mat till domare under pågående tävling.

Logi

Förslag på boende:

- **Quality Hotel Park Södertälje** - ca 15 minuters promenad till hallen. Ligger vid Södertälje station så nära för de som kommer med pendeltåg eller vill åka buss till hallen. Länk - <https://www.strawberry.se/hotell/sverige/sodertalje/quality-hotel-park-sodertalje/>
- **The Dock Hotel**, ca 15 min promenad till hallen. Detta är ett nytt hotell som ligger mitt i Södertälje centrum. Länk - <https://www.thedockhotel.se/hotell>

För er som kommer med bil är Best Western Plus Skogshöjd och Ad Astra by Elit två alternativ, som med bil ligger nära hallen.

- **Best Western Plus Skogshöjd** – <https://www.bestwestern.se/hotell/best-western-plus-skogshojd-88263>
- **Ad Astra by Elit** - <https://www.elite.se/hotell/sodertalje/ad-astra-by-elite/>
- **Scandic Södertälje** är ett billigare alternativ i anslutning till motorvägen. Scandic är Gymnastikförbundet partner för boende på tävlingar, konferenser och event. Hotellkedjan har ett attraktivt sporterbjudande till föreningar som väljer att bo på hotell i samband med tävling. Läs mer här: <https://www.scandichotels.se/alltid-pa-scandic/sport> eller kontakta sport@scandichotels.com. Länk till hotellet - <https://www.scandichotels.com/sv/hotell/scandic-sodertalje>

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 lördag 31 januari klockan 09.00 i konferensrummet en trappa upp från hallen. 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 i sekretariatet vid ankomst till hallen.

Uttagna domare:

Emma Sandell	Sofie Enderin
Malin Hed	Sarah Brandt
Eliška Cupr	Meja Engdahl
Johanna Pennbrant	Bodil Björklund
Jenny Engdahl	Alessandra Cislaghi

Entré

80 kr för vuxen/ dag

30 kr för barn/ dag

Biljetten köps på plats via swish, ej möjligt att betala med kontanter eller kort.

Webbsändning

Tävlingen livestreamas via Gympabubblan Play: <https://www.gympabubblanplay.se/>. Sändningen är kostnadsfri.

Inom gymnastiken har streaming av tävlingar och andra events blivit ett mycket uppskattat verktyg för gymnaster och supportrar för att följa och sprida sporten. Gymnastiken ska vara en tillgänglig idrott, så även för de med skyddad identitet. Om ni har deltagare med skyddad identitet finns möjlighet att kontakta Gymnastikförbundet, för att hitta en lösning tillsammans med vårdnadshavare, förening och eventuellt streamingföretag.

Tävlingsjury

Gymnastikförbundets representant: Ida Rodriguez Magdalena, RTK

Tävlingsledare: Tom Wandell

Samt överdomare

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 2026!

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**