

PM: Svenska Cupen 1

Aerobic gymnastics

Västerås Gymnastikförening och Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till Svenska Cupen 1 den 21 mars 2026 i Västerås.

Information från arrangörsföreningen och specifikt för tävlingen:

Tävlingsklasser

Open A: Individuell dam /Par/ Trio

• Senior 18 år och äldre • Junior 15–17 år • Ungdom 13-14 år

Information

Välkomna till årets första tävling, Svenska Cupen 1 i Västerås.

Mer information kan fås genom:

Tävlingsledare

Corina Constantin
0729 382 998
corina@vgf.nu

Föreningskansliet

www.vgf.nu
021-13 84 94
kansliet@vgf.nu

Viktiga datum

8 februari	Anmälan till tävlingen stänger
8 mars	Sista dag att skicka in beställning för kost
vecka 8	PM går ut, inklusive detaljerat tidschema och startordning
15 mars	Deadline för musikuppladdning i SES - 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

Bellevuestadion
Slånbärgsgatan 2
722 23 VÄSTERÅS.

Så här kommer du till VGF-hallen, Bellevuestadion med buss från Centralen. Busslinje 2 (mot Norra Gryta) eller busslinje 6 (mot Rönnby). Hållplatsen vid Bellevuestadion heter Apalby.

Tävlingsgolv

Tävlingen utförs på Gymnova golv (ID 663).

Tävlings- och träningstider

Tider som ska framgå av tidsschemat:

Lördag 21 mars:

- 08.30 - 10.00** Incheckning
- 09.00 - 10.00** Open Floor
- 09.45 - 10.00** Ledarmöte (Coaches meeting)
- 10.00 - 11.20** Domarmöte (Judges meeting)
- 11.15** Defileringssträning (practice run-on 2x8 AMP)
- 11.30** Defilering (Run-on)
- 11.35** Starttid för tävlingen (Competition start)
- 15.32** Tävlingslut (Competition ends)
- 15.50** Prisutdelning (Award ceremony)

Förträningsschema

Fredag 20 mars

- 11.00 - 11.30** Nokian Voimisteluseura Finland
- 11.30 - 12.30** Turku Turun Urheiluliitto Finland

Lördag 21 mars

- 10.00 - 10.06** Ale Aerobic och Dansstudio (3st)
- 10.06 - 10.20** GK Motus-Salto (7st)
- 10.20 - 10.32** Hyllie GF (6st)
- 10.32 - 10.38** Perform Aerobic Gymnastics Club (3st)
- 10.38 - 10.58** Trelleborg Gymnastics & Dance Club
- 10.58 - 11.08** Vänersborg GF (5st)
- 11.08 - 11.12** Västerås GF (2st)

Startordning

Se bifogad fil.

Musik

Musik laddas upp i Sport Event Systems - Tariff under tidsperioden lördagen den 7 mars och söndagen den 15 mars. Logga in via - <https://tariff.sporteventsystems.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 aerobic@gymnastik.se.

Mat

Mat finns för beställning, se bifogat beställningsformulär. Cafeteria med fika och enklare mat finns i byggnaden. Arrangören står för mat till domare under pågående tävling. Anmäl eventuella allergier senast den 8 mars till corina@vgf.nu.

Tävlingskläder

Beställ enkelt dina tävlingskläder med tävlingslogga via <https://vgf.profilieriet.se/collections/svenskacupen>. I sortimentet finns t-shirts, hoodies, gymmapåse m.m , alla med tävlingslogga. Beställningen levereras direkt på tävlingsdagen om välja leverans i "butik"

Logi

Västerås:

- **Goodmorning Hotell** (160m bort från hallen) - hotell med övernattnig i rum för upp till 3 personer. Frukost ingår. Vid bokning ange "Västerås Gymnastikförening" för rabatterat pris. Tel: 021-120220, mail: bokning.vasteras@gmorninghotels.se I [Hemsida](#)
- **Rocklunda Stugby** (550m bort från hallen) - boende i stuga med 8 sängplatser, toalett, dusch samt pentry. Boka vi denna länk - Ange rabattkod rs-vgf så får ni 10% rabatt på bokningen: [Hemsida](#)

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.

Entré

60 kr/vuxen

30 kr barn 2-16 år.

0-1 år Gratis

Tävlingsgymnaster går in gratis.

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.

Domare

Domarmöte genomförs den 21 mars klockan 10.00 i VGF's klubbрум (Trappan upp vid VGF's kansli).

Lista på domare som dömer.

Maria Qvarfort

Vera Brice-Nicolson

Pinja Kinnunen

Simon Hartmann Petersen

Ella Sofia Hartmann-Petersen

Elin Rye Kiel

Ullakarin Othzen

Tävlingsjury

Gymnastikförbundets representant: Marie Andersson, ATK-representant

Tävlingsledare: Corina Constantin

Huvuddomare: Maria Qvarfort

Www

Besök gärna vår hemsida, www.vasterasgf.se.

Information från Gymnastikförbundet:

Tävlingsregler

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

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>

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**