



Gymnastikföreningen Wermdö

Glädje Gemenskap Utveckling



PM2

**Wermdö vår cup
5–6 april
Nivå 5–8 öppen klass**



Gymnastikföreningen Wermdö

Glädje Gemenskap Utveckling

Tävlingsansvarig: Jonas Forsberg

Jonas.Forsberg@gfwermdo.se

Lördag 5 april

15:30 Tillgång till omklädningsrum öppnar **utifrån**

16:00 Hallen öppnar för gymnaster och ledare

16:30 Förträning börjar och hallen öppnar för publik

Söndag 6 april

07:00 Tillgång till omklädningsrum öppnar **utifrån**

07:30 Hallen öppnar för gymnaster och ledare

08:00 Förträning börjar och hallen öppnar för publik

Nivå 8

Enbart feedback lappar ges från domare. Ingen poäng tilldelas. Bedömningsunderlag behöver ej lämnas in. (feedbacken utgår från reglementet).

Nivå 7

Ni behöver skriva ut bedömningsunderlag för er nivå. Dessa lämnas in i samband med ackreditering. Feedbacklappar och poäng delas ut till ledare. Inga poäng eller placering kommer att presenteras.

Nivå 6–5

Ni behöver skriva ut bedömningsunderlag för er nivåtävling, 5st/redskap. Dessa lämnas in i samband med ackrediteringen.

Uppvärmning och förträning

Uppvärmning sker innan förträning vid fristående yta eller annan ledig plats i hallen men får inte utföras på övriga redskap.



Gymnastikföreningen Wermdö

Glädje Gemenskap Utveckling

Under förträningen kommer del av ansats till trampet eller trumling att krocka något med fristående ytan.

Defilering

Indefilering vid tävlingsstart sker från höger till vänster sida av hallen (dörrar kommer vara uppmärkta).

Defilering vid prisutdelning, för samtliga klasser, sker också från vänster med uppställning framför publiken på led i startordning. Detta för att underlätta och effektivisera prisutdelning.

Tävlingshall:

Ösbyskolans sporthall

Ösby skolväg 10

134 43 Värmdö

Det finns ett begränsat antal parkeringsplatser i anslutning till tävlingshallen. Vi har pratat med kommunen och ni behöver vid detta tillfälle inte betala parkeringsavgift.

Musik

Varje lag ska skicka in sin musik som MP3-fil. Musiken skickas via e-post till

Jonas.forsberg@gfwermdo.se senast **28/3**. Märk filen med

Nivå_Förening_Lagnamn_Redskap. Musiken ska vara utan sång enligt bedömningsreglementet.

Publikinfo

Vi har en kontantfri tävling och betalningen sker genom swish eller kortbetalning i samband vid inpassering. Begränsat antal publikplatser så se till att vara i tid.

Kostnaden är:

100kr (vuxen, +18år)

80kr ungdom

Barn under 6år (gratis)

Det kommer att finnas en cafeteria med enklare förtäring, samt olika drickes alternativ.