

PM1: USM

Truppgymnastik

ABGS och Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till USM den 30 till 31 maj 2026 i Göteborg.

Mer information kan fås genom:

Tävlingsledare	ABGS kansli
Karin Tholin	usmtrupp2026.se
0720-857590 usmtrupp2026@gmail.com	0704-209071 kansli@abgs.net

Information från arrangörsföreningen och specifikt för tävlingen:

Viktiga datum

30 april	Efteranmälan till tävlingen stänger
30 april	Sista dag att skicka in beställning för kost, logi, kläder
11 maj	Sista dag för betalning
vecka 19	PM2 går ut, inklusive definitivt tidschema och startordning
24 maj	Deadline för musikuppladdning, mer information i PM2
30 och 31 maj	Bedömningsunderlag & deltagarlista i SES – Tariff, 2h innan tävlingsstart

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

Tävlingshallen är Kviberg Park, Kvibergs Port 6, 415 27 Göteborg. [Så här kommer du till tävlingshallen.](#)

Förträningshall för lördagens kvaltävling (damer) är Serneke Prioritet arena, Krutvägen 2-4. Det är ca 150 meter att gå mellan de två arenorna.

För att ge kunna ge så många lag som möjligt en möjlighet att tävla kommer kvaltävlingen i damklassen att arrangeras under lördagen med tävling och förträning i två olika hallar. Tävlingsredskapen kommer att vara likvärdiga i de båda hallarna, men förträning i tävlingshallen kommer att erbjudas på fredagen för att alla lagen ska kunna förbereda sig på bästa sätt.

Observera att det råder totalförbud mot glitterspray och liknande produkter i båda hallarna.

Förträning och tävlingstider

Se nedan och gällande [arrangörsreglemente](#).

Eventuella frågor angående tidsschema och startordning hänvisas till trupp@gymnastik.se.

Preliminärt tidsschema

Fredag 29 maj erbjuds öppen förträning i tävlingshallen Kviberg park för alla damlag kl. 15.30- 20.50, se tider i bilaga 5. Tiderna är fördelade med hänsyn till resväg och vilken pool laget tävlar i.

Ledarsamling för alla lag i damklassen sker fredag kl 21.00 i tävlingshallen

Lördag 30 maj

Pool 1

Kl. 08:30 – 10:10 Förträning
Kl. 10:25 Defilering
Kl. 10:30 Tävlingsstart
Kl. 12:20 Pool 1 slut

Pool 2

Kl. 11:30 – 13:10 Förträning
Kl. 13:25 Defilering
Kl. 13:30 Tävlingsstart
Kl. 15:20 Pool 2 slut

Pool 3

Kl. 13:50 – 15:30 Förträning
Kl. 15:45 Defilering
Kl. 15:50 Tävlingsstart
Kl. 17:40 Pool 3 slut

Pool 4

Kl. 16:50 – 18:30 Förträning
Kl. 18:45 Defilering
Kl. 18:50 Tävlingsstart
Kl. 20:40 Pool 4 slut

Söndag 31 maj

Direktfinal Herr och Mix

Kl. 08:15 Ledarsamling
Kl. 08:30 – 10:00 Förträning
Kl. 10:10 Defilering
Kl. 10:20 Tävlingsstart
Kl. 12:00 Final slut
Kl. 12:10 Prisutdelning

Final Dam

Kl. 12:25 Ledarsamling
Kl. 12:40 – 14:00 Förträning
Kl. 14:05 Defilering
Kl. 14:15 Tävlingsstart
Kl. 16:10 Final slut
Kl. 16:20 Prisutdelning

Anmälda lag

Se bilaga 1.

Kvalificering till final

Det är 10 lag som kvalificerar sig till finalen i USM Dam. I Herr och Mixed är det direktfinal.

Anmälan och beställningar

Bekräftelse på anmälan och beställningar ska vara arrangörsföreningen tillhanda senast den 30 april. Mailas till usmtrupp2026@gmail.com. Anmälan och beställningar är bindande.

Arrangören äger rätt att neka för sent inkomna beställningar av kost och logi eller ta ut en förseningsavgift om 500:-/trupp. Se bilaga 2. I bilaga 3 visar de kläder som finns för försäljning.

Deltagarkort etc hämtas ut i informationscentralen vid ankomst.

Informationscentralen i Kviberg Park är öppen:

Fredag 29 maj klockan 15.30-21.00

Lördag 30 maj klockan 07.30-21.00

Söndag 31 maj klockan 07.30-14.30

Slutgiltig startordning

Slutgiltig startordning tas fram av Gymnastikförbundets nationella kansli den 4 maj. Skillnaderna från den preliminära lottade startordningen kommer att vara marginella.

Administrativ avgift

Arrangören äger rätt att ta ut en administrativ avgift om 600 kr/trupp (för tävlingar med max 14 gymnaster). Administrativ avgift ska betalas utav alla lag oavsett om man beställer mat och/eller logi. Administrativ avgift betalas per lag. Se beställningsblanketten, bilaga 2.

Kost och logi

I arrangörsföreningens regi

Vi erbjuder följande:

Fredag	kl. 18.00-21:00	Middag	Spagetti och köttfärsås
Lördag	kl. 06:30-09:30	Frukost	Gröt,yoghurt,flingor,bröd,pålägg
	kl. 11:00-14:00	Lunch	Kyckling med pasta
	kl. 17:30-21:15	Middag	Tacos
Söndag	kl. 06:30-09:30	Frukost	Gröt,yoghurt,flingor,bröd,pålägg
	kl. 11:00-14:00	Lunch	Köttbullar, potatis, sås, lingonsylt

kl. 11:00-15:00 (söndag) Matpaket Ostfralla, drickyoghurt, bar

Lunch och middag serveras i Kviberg skola som ligger nära tävlingshallen och de lag som tävlar samtidigt som maten serveras kan hämta mat i matlådor och ta med till hallen.

Logi (inklusive frukost) sker i Gamlestadsskolan som ligger Larsmäsetorg 3, ca 20-25 min promenad från tävlingshallen. Observera att detta är en annan skola än vad som angavs i inbjudan. Ta med egen sov utrustning (luftmadrass/ liggunderlag, sovsäck och kudde). Vid skadegörelse kan föreningen bli ersättningskyldig. OBS! Minst en ledare som har fyllt 18 år ska bo tillsammans med gymnasterna.

Respektera de lag som ska upp tidigt och tävla i pool 1/final, tänk på att i hålla ljudnivån nere efter kl. 22:00. Det råder totalförbud mot glitterspray och liknande produkter i skolan.

Skolan öppnar kl. 17:00 och då går det att få tillgång till klassrummen. Klassrummen ska vara städade och lämnas senast kl. 10:00 den 31 maj

Beställning av kost (inklusive specialkost), logi sker på beställningsblanketten. Kostnaderna för detta inbetalas samtidigt med övriga avgifter. Vid för sent inkommen beställning äger arrangören rätt att neka truppen kost och logi.

Lunch 120 kr
Middag 120 kr
Matpaket 85 kr

Logi i skolsal inklusive frukost 185 kr

Hotell/vandrarhem

För dig som önskar logi på vandrarhem eller hotell rekommenderar vi:

[Kviberg Park Hotel & Conference](#)

[Kviberg Vandrarhem](#)

[Apple Hotel & Konferens](#)

[Scandic Backadal](#)

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

Logi för domare är bokad är bokad på Kviberg Park Hotel & Conference ca 150 m från tävlingshallen:

[Kviberg Park Hotel & Conference](#)

Vi räknar med att ni som är domare tar er med egen hand till hotellet och annars behöver ni kontakta oss via usmtrupp2026@gmail.com. Efter avslutad tävling på söndagen säkerställer vi transport för de domare som har behov av det till tågcentral eller flygplats.

Digitalt ledarmöte

Söndagen den 24 maj kl 21 genomförs ett digitalt ledarmöte där minst en ledare från varje lag behöver delta. På mötet får ni praktisk information om tävlingshelgen så att alla ska känna sig så förberedda som möjligt. Länk till mötet kommer i samband med PM2.

Redskapsinformation

Tävlingshall samt förträningshall kommer att vara utrustad med:

LEG Tumblinggolv, 8st ansatsklossar, 1x 36 fjädrar Dorado, 1 x 32 fjädrar Dorado, fristående golv med 8st mattvåder á 14m.

En redskapsskiss finns i bilaga 4. Observera att tävlande förening endast har rätt att medföra en egen trampett. Om truppen medför egen trampett ska den vara tillgänglig för alla tävlande trupper under den egna poolen. Om trampetten inte kommer att finnas kvar under övriga pooler/final ska trampetten avlägsnas från hallen direkt efter egen pool. *Observera att egen trampett som används i samband med förträning i annan hall under lördagen behöver flyttas till tävlingshallen direkt efter avslutad förträning (ca 150 m).*

Ansvarig ledare ska kontrollera [redskapsreglementet](#) inför tävlingen, bland annat för att vara säker på att den egna trampetten är godkänd.

I samband med förträningen kontaktar respektive trupps ledare redskapsansvarige om sina redskapsönskemål, uppställning och eventuell hjälp under tävlingen. Det är ledaren som är ytterst ansvarig för att redskapen står rätt inför varje tävlingsframträdande.

Transport

Vi uppmanar alla deltagande att åka kollektivt och det finns flera olika alternativ från centrala Göteborg. Hållplatserna Kviberg (spårvagn 6, 7, 11) och Kvibergsskolan (buss 58, 519) är bara en kort promenad från tävlingshallen.

Se [Reseplaneraren | Västtrafik](#).

Kläder och kommunikation

Profilkläder från tävlingen kommer att kunna beställas via beställningsblanketten och mer information om kläderna finns i bilaga 3.

Uppladdning inför tävlingen sker via vårt Instagramkonto: [usmtrupp2026](#). Där kommer det att finnas utmaningar, flashmob med mera för att få igång en bra stämning och pepp tills vi ses i slutet av maj.

Entré

Biljetter säljs via [Nortic](#) vilket är det system som används av Gymnastikförbundet. För att vara garanterad en plats rekommenderar vi förköp. Informera gärna alla föräldrar så de vet hur försäljning av biljetter går till.

Barn upp till 7 år gratis

1 dagars 150 kr

2 dagars 250 kr

Webbsändning

Tävlingen kommer att livestreamas via Gympabubblan Play:

<https://www.gympabubblanplay.se/>.

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.

PM2

Under vecka 19 mailas PM2 ut med startordning, förträning- och tävlingstider, mattider, etc.

Bilagor

Bilaga 1 – Anmälda lag med preliminär lottad startordning

Bilaga 2 – Anmälan och beställningar (mat, logi, kläder)

Bilaga 3 – Bilder på klädsortiment

Bilaga 4 – Redskapsskiss

Bilaga 5 – Förträningsschema fredag 29 maj (enbart damlag)

Information från Gymnastikförbundet:

Tävlingsregler

Samtliga tävlingsregler finns att hämta på Gymnastikförbundets hemsida:

<https://www.gymnastik.se/verksamheter/truppgymnastik/regler>. Eventuella frågor hänvisas till trupp@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.

Korrekt uppförande

Gymnaster, domare, tränare och andra ledare förväntas följa tekniskt reglemente:

- Uppträda korrekt gentemot varandra och funktionärer och följa Gymnastikförbundets uppförandekod.
- Följa RF:s alkohol- och tobakspolicy (ANDT-policy).
- Följa Gymnastikförbundets antidopingprogram.

Vänligen ta del av all information [här](#).

Domare

Gymnastikförbundet tillsätter domare enligt gällande [bedömningsreglemente](#).

Tävlingslicens och deltagarlista

Varje förening ansvarar för att anmälda deltagare har giltig tävlingslicens.

Innan ackreditering ska deltagande gymnaster fyllas i på deltagarlista i systemet Sport Event Systems - Tariff. Deltagarlistan innehåller även tävlingslicens från Tydliga (tidigare Pensum) på tävlande gymnaster. Vid ackreditering skall ansvarig tränare lämna in utskrivnen och signerad deltagarlistan (som hämtas från Sport Event Systems – Tariff). Deltagarlistan ska endast innehålla aktuella gymnaster och tränare. Gymnaster som saknar tävlingslicens kommer inte att bli ackrediterade och får inte ställa upp i tävlingen.

Systemet Sport Event Systems – Tariff öppnas i samband med att PM2 skickas ut cirka två veckor innan tävling.

Ackreditering

Ackreditering ska göras enligt tävlingsbestämmelserna. Ta del av informationen [här](#).
OBS! Ackreditering ska ske senast två timmar innan aktuell tävlingsomgång.

Regler vid skada

Om en skada uppkommer under tävlingen, som innebär att gymnasten inte kan fullfölja tävlingen och att truppen behöver ändra en svårighet i fristående, har de tillåtelse att göra detta. Ändringen av svårighet sker efter godkännande av Gymnastikförbundets representant baserat på utlåtande från tävlingens sjukvårdare gällande skadan.

Om skada uppkommer under förträning ska ändringen genomföras innan tävlingsstart. Om skada uppkommer efter tävlingsstart ska ändringen genomföras snarast, dock senast innan laget före i startordningen startar sitt framträdande. Justeringen görs i samråd med Gymnastikförbundets representant direkt på bedömningsunderlaget.

Utbildningskrav

I all verksamhet ska Gymnastikförbundets utbildningskrav följas:
<https://www.gymnastik.se/utbildning/utbildningskrav-behorigheter-och-validering/utbildningskrav>

På tumbling ska en mottagare ha giltig behörighet för säkerhetspassning som motsvarar den nivå som gymnasterna tävlar på. På trampett från fri voltrotation ska två mottagare stå på nedslagsbädden varav en mottagare ska ha giltig behörighet för säkerhetspassning som motsvarar den nivå som gymnasterna tävlar på. Tränarnas utbildningsnivå fylls i på deltagarlistan.

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.*

Varmt välkomna!



————— Våra huvudsponsorer —————

CRAFT  **tydliga**[®] **svedea**

————— Våra sponsorer —————

UNISPORT  **VERA**
Sport **Scandic**