

Inbjudan: Höstpokalen Nord

Rytmisk gymnastik

GCF Uppsala och Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till Höstpokalen Nord den 2 december 2023 i Uppsala.

Höstpokalen Nord vänder sig till föreningar i följande regioner: Öst, Mellansvenska, Uppsvenska, Mitt, Norr.

Tävlingsklasser

Lagtävling: Ett lag består av 3-6 gymnaster som kör totalt 6 stycken program. Ungdomsgymnaster får köra fristående. En gymnast kan endast ingå i ett lag.

Separat tävling för DT och trupp med följande klasser:

DT senior:	Valfritt redskap (2 försök)
DT junior:	Valfritt redskap (2 försök)
DT ungdom:	Valfritt redskap (2 försök)
Seniortrupp:	Valfritt redskap (2 försök)
Juniortrupp:	Valfritt redskap (2 försök)
Ungdomstrupp:	Fristående (2 försök)

Fria klassen trupp och DT Valfritt redskap (1 försök)

För redskap i respektive klass, se [tävlingsbestämmelserna](#). För tävlingsupplägg, se [arrangörsreglementet](#) punkt 3.3.

Information

Inga individuella poäng redovisas i lagtävlingen. Laget får en gemensam totalpoäng. För DT ungdom och ungdomstrupp och utnämns en vinnare, övriga lag kommer på delad andra plats och alla tilldelas en medalj och diplom. För Junior- och Seniortrupp samt DT junior och DT senior ges placering 1-3, övriga kommer på delad fjärde placering. För fria klassen gäller placering 1-3, övriga kommer på delad fjärde placering. Klasserna delas in efter anmälan enligt bestämmelserna i fria bedömningsreglementet.

Mer information kan fås genom:

Tävlingsledare

Malin Hed
076 – 311 91 22
Hed.malin@gmail.com

Föreningskansliet/annan instans

www.gcfuppsala.se
018 – 22 50 25
info@gcfuppsala.se



Viktiga datum

5 november Anmälan till tävlingen stänger
10 november PM går ut, inklusive detaljerat tidschema och startordning
17 november 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.



Anmälan

Anmälan görs på <https://tavlingsanmalan.gymnastik.se>. Sista anmälan är den 5 november.

Anmälningsavgiften vid samtliga nationella tävlingar är 550 kr/individuell gymnast, 650 kr/duo/trio, 1 100 kr/trupp, 1 300 kr/lag. Anmälningsavgiften faktureras av Gymnastikförbundet efter genomförd tävling.

Administrativ avgift

Utöver tävlingsavgiften tillkommer en administrativ avgift om 50 kr/individuell gymnast samt 25 kr/gymnast i duo/trio/trupp. Den administrativa avgiften faktureras av Gymnastikförbundet tillsammans med anmälningsavgiften (och tillfaller sedan arrangörsföreningen).

Musik

Musik mailas till uppsalamusik@outlook.com senast den 17 november. Märk musiken med gymnastens namn + klass + förening + redskap.

Tävlingsstart och slut

Tävlingsstart klockan 09.00. Tävlingshallen öppnar en timma innan tävlingsstart för uppvärmning och förträning.

Preliminär körordning:

08.00 hallen öppnar
09.00 tävlingsstart duo och trio
tävlingsstart lagtävling, grupp 1
lunch
tävlingsstart lagtävling, grupp 2
prisutdelning alla klasser

Tider för alla klasser kommer att specificeras efter sista anmälan. Tävlingen kommer att avslutas senast klockan 17.00.

Tävlingshall

Fyrishov, B-hall
Idrottsgatan 2
753 33 Uppsala

Tävlingsgolv & takhöjd

Tävlingsmatta beige från Speith. Takhöjd cirka 10 meter.

Mat

Restaurang finns på Fyrishov.

Logi

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.

Domare

I samband med anmälan till Höstpokalen Nord ska föreningen även anmäla en domare (minst regionsdomare) för att döma. Gymnastikförbundet kommer lotta fem av de anmälda domarna till att döma.

Arrangören står för mat till domare under pågående tävling.

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.

Särskilda avsteg

I tävlingsklassen junior BAS individuellt är det inte tillåtet att göra hopp med bakåtböjningar från och med 2023, se samtliga undantag som görs från Code of Points i tävlingsbestämmelserna under punkt 6.2 för samtliga tävlingsklasser.

Tävlingslicens

Varje förening ansvarar för att anmälda deltagare har giltig tävlingslicens.

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 2023!

Korrekt uppförande

Gymnaster, domare, tränare och andra ledare förväntas följa punkt 2.6 i Tekniskt reglemente. Vänligen ta del av all information [här](#).

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

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.

PM

PM skickas ut via mail efter sista anmälningsdagen!

Varmt välkomna!



Våra huvudsponsorer

CRAFT  **tydliga**[®] **svedea**

Våra sponsorer

unisport 

Scandic

VERA
Sport

 **folkspel**