



Inbjudan

Guldpokalen

Steg 1 –10

Regionspokalen

CoP Youth, Junior och Senior

**28 november
2026**

**Åkeshovs
Idrottshall**



Stockholm Top Gymnastics

Information



Datum

28 november

Plats

Åkeshovs Idrottshall, Bergslagsvägen 60, Bromma (T-bana Åkeshov, grön linje)

Tävlingsklasser

Svenska stegserierna steg 1-10, (Svenska stegserierna version 2.1 2026-09-09)

Regionspokalen (version 2026) och Code of Points Youth, Junior och Senior. (version 2025-2028).

Svenska stegserierna, Steg 1-4:

Lägst ålder från 7 år (född 2019 eller tidigare) för gymnaster lokalt och i närliggande regioner. Lägst 10 år, född 2016 eller tidigare för övriga.

Tävlingsform: Individuell mångkamp.

Alla gymnaster belönas med en deltagarmedalj.

Svenska Stegserierna, Steg 5-10:

Lägst ålder från 7 år (född 2019 eller tidigare) för gymnaster lokalt och i närliggande regioner. Lägst 10 år, född 2016 eller tidigare för övriga.

Tävlingsform: Individuell mångkamp och grentävling.

Vid fem eller fler startande delas grenmedaljer ut till 1:a, 2:a och 3:e plats. Vid tre till fyra startande delas endast 1:a plats ut. Resterande gymnaster delar på fjärdeplats och får deltagarmedaljer.

Regionspokalen: Lägst ålder från 10 år för gymnaster lokalt och närliggande regioner. Lägst ålder 11 år för övriga.

Tävlingsform: Individuell mångkamp och grentävling.

Vid fem eller fler startande delas grenmedaljer ut till 1:a, 2:a och 3:e plats. Vid tre till fyra startande delas endast 1:a plats ut. Resterande gymnaster delar på fjärdeplats och får deltagarmedaljer.

Code of Points Youth (USM-regler): 13-15 år

Tävlingsform: Individuell mångkamp och grentävling.

Vid fem eller fler startande delas grenmedaljer ut till 1:a, 2:a och 3:e plats. Vid tre till fyra startande delas endast 1:a plats ut. Resterande gymnaster delar på fjärdeplats och får deltagarmedaljer.

Code of Points Junior: 13-17 år

Tävlingsform: Individuell mångkamp och grentävling.

Vid fem eller fler startande delas grenmedaljer ut till 1:a, 2:a och 3:e plats. Vid tre till fyra startande delas endast 1:a plats ut. Resterande gymnaster delar på fjärdeplats och får deltagarmedaljer.



Code of Points Senior: Från 16 år

Tävlingsform: Individuell mångkamp och grentävling.

Vid fem eller fler startande delas grenmedaljer ut till 1:a, 2:a och 3:e plats. Vid tre till fyra startande delas endast 1:a plats ut. Resterande gymnaster delar på fjärdeplats och får deltagarmedaljer.

Lagtävling i varje del

Hela föreningen deltar i laget. Fina lagpriser.

Anmälan

Anmäl via Gymnastikförbundets tävlingsanmälningssystem (TA).

<https://tavlingsanmalan.gymnastik.se>.

Sista anmälningssdag 28 oktober. Vid många anmälningar kan vi komma behöva begränsa antalet deltagare.

Anmälningssavgift: 300 kr/gymnast. Faktureras efter anmälningstidens utgång. Efter att anmälningstiden gått ut betalar man för alla gymnaster man anmält såvida man inte kan uppvisa läkarintyg eller annat giltigt skäl.

Preliminära tider

Tider sätts efter sista anmälningssdag och kommer meddelas via PM 1, när vi vet antalet anmälda.

Lägre klasser tävlar på morgon (steg 1-4) och högre klasser eftermiddag/kväll.

Musik

Mailas till kanslitavling@stockholm-top.se i samband med anmälan, dock senast den 15 november.

Vänligen namnge låten med gymnastens namn, förening och tävlingsklass.

Cafeteria och omklädningsrum

Finns i Åkeshovshallen. Vid Brommaplan, ca 10 minuters promenad, finns restauranger

Domare

Rätt licens krävs till rätt steg för de anmälda gymnasterna. Steg 1 domare eller högre för steg 1-4, Steg 2 domare eller högre för steg 5-6 samt Steg 3 domare eller högre för resterande klasser. En domare per påbörjat 4-tal gymnaster med rätt utbildning. Saknar man domare så debiteras en avgift på 2 000 kr/saknad domare.

- En domare per 6 gymnaster för steg 1-4 namnges i samband med anmälan
- En domare per 4 gymnaster för steg 5-6 samt Klubbpokalen namnges i samband med anmälan
- En domare per 4 gymnaster för steg 7-10, CoP och Pokalenserierna namnges i samband med anmälan



Anvisningar för barn och ungdomsgymnastik

I februari 2022 lanserades Anvisningar för barn- och ungdomsgymnastik, ett konkret stöd och vägledning för föreningar, ledare och enskilda medlemmar då utvecklingsmodell, uppförandekod och barnkonventionen ska omsättas i praktisk idrottslig verksamhet. Utifrån anvisningarna ska resultathantering i kvinnlig artistisk gymnastik skötas enligt nedan:

Svenska Stegserierna

På Steg 1–4 görs en helhetsbedömning vid varje redskap av gymnastens framträdande. Domarna ska inte basera bedömningen enbart på enskilda detaljer, utan ta hänsyn till helheten.

Resultatet är av mindre vikt. Det viktigaste är att gymnasterna får en positiv upplevelse av tävlingarna. Gymnasterna belönas med en deltagarmedalj. Inga resultat nämns under tävlingens gång. Tränarna ges en fullständig resultatlista utan rangordning efter tävlingens slut.

På Steg 5–6 ska aktiva och ledare delges de egna aktivas poäng under tävlingens gång, till exempel via whiteboardtavla vid domarbordet. Inga resultatlistor visas under tävlingens gång eller på internet. Tränarna ges en fullständig resultatlista efter tävlingens slut.

Gymnasterna belönas med guld-, silver- och bronsmedalj/plakett, resterande delar på fjärde plats. Vid fyra eller färre startande tilldelas alla medaljer guld, silver och brons. Alla gymnaster får medalj/plakett.

På Steg 7–10, Regionspokalen, CoP, ska aktiva och ledare delges de egna aktivas poäng under tävlingens gång, till exempel via whiteboardtavla vid domarbordet. En fullständig resultatlista ska presenteras efter tävlingens slut.

Gymnasterna belönas med guld-, silver- och bronsmedalj/plakett. Vid fyra eller färre startande tilldelas alla medaljer guld, silver och brons. Gymnaster under 10 år tillåts delta utom tävlan och tilldelas deltagarmedalj vid prisutdelning. Alla gymnaster får medalj/plakett.

Tävlingsregler

Samtliga tävlingsregler finns att hämta på Gymnastikförbundets hemsida:
<https://www.gymnastik.se/verksamheter/kvinnlig-artistisk-gymnastik/regler>.

Tävlingslicens

Varje förening ansvarar för att anmälda deltagare har giltig tävlingslicens.

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 på gymnastikförbundets hemsida.

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.

PM

PM skickas ut via mail till respektive föreningsrepresentant

Vid frågor/ Tävlingsledning

Tävlingsledare: Maria Malmberg, mobil: 070 – 696 22 01, mail: kanslitavling@stockholm-top.se

Domaransvarig: Erika Folestad, mobil: 070 – 661 25 69. Maila: erika.folestad@ki.se

VARMT VÄLKOMNA!



HELA SVERIGES GLASMÄSTARE