



RG-stjärnan höst 2024

Inbjudan till digital tävling

Välkommen till tävling!

Södertälje Gymnastik och Sportförening och Gymnastikförbundet anordnar RG-stjärnan för alla RG-föreningar som vill tävla digitalt enligt Fria reglementet.

När: under **vecka 42** med bedömningsdag **20 oktober**

Var: I den egna hallen under en träning eller ihop med annan förening.

Hur: programmen filmas av ledarna och läggs upp i en spellista på Youtube och bedöms i efterhand.

Sista anmälningsdag: 10 oktober



Så här går tävlingen till

Under en tävlingsvecka filmar deltagande föreningar sina program.

Alla deltagare filmas två gånger och ledaren väljer ut det program som ska bedömas.

Filmningen kan ske i den egna hallen under en träning eller ihop med andra grupper eller föreningar i en gemensam hall.

Filmerna laddas upp i en spellista på youtube enligt medföljande instruktion.

Filmerna kan läggas ut på Youtube **från torsdag den 17 oktober kl. 18.00**. För att underlätta en rättvis bedömning, tänk på att:

- Hela tävlingsytan/mattan behöver synas
- Filmen behöver hålla god ljud-och bildkvalitet, provfilma gärna först
- Filma så att ovidkommande ljud eller andra störande inslag, tex ljud från publik, undviks

När resultaten är klara meddelas ledarna som får införskaffa egna medaljer och hålla prisutdelning på hemmaplan.

Bedömning

Domare bör ha gått den domarkurs för fria reglementet som ger behörighet att döma enligt fria. Det går också bra att sitta med och lyssna på bedömningarna för att lära.

Domare och medlyssnare anmäler sig i samband med anmälan av gymnasterna.

Obs! I kategorin Uttryck så dömer vi inte "ansikte", dvs hur gymnasterna uttrycker sig i minspel, leende, etc eftersom detta är svårt att fånga på film.



Anmälan, gymnaster

För gymnasterna, ange:

- Namn eller truppsnamn
- Antal deltagare (duo, trio eller förväntat antal deltagare i trupp)
- Födelseår
- Träningsmängd, antal timmar och tillfällen per vecka, tex 90 min 2 ggr/v
- Tävlingsvana: ovan, viss tävlingsvana, van vid tävling
- Handredskap
- Längd på programmet

Anmälan, domare

För domare ange:

- Namn
- Roll i föreningen
- Önskemål om kategori att döma och om en vill döma ihop med någon kollega
- Önskemål att endast sitta med och lyssna

Anmälningarna lägger ledarna in själva i ett Google Drive-ark

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1kFHyy0phDoNP-DZquFVpNm_FZMk4vKGT/edit?usp=sharing&ouid=115775462766541939424&rtpof=true&sd=true

OBS! Tävlingsförsäkring behövs även för denna typ av digital tävling.

OBS, OBS! Tänk på att varje deltagande förening behöver bidra med minst en domare. Om föreningen deltar med många program behövs fler domare, riktlinje ca 1 domare per 10 program.

Vid frågor, kontakta rgstjarnan@gmail.com



RG-stjärnan Praktisk information

Filma och lägga upp program på Youtube

Vi kommer att använda Youtube som samlingsplats för alla våra tävlingsbidrag. Varje förening behöver göra två saker:

1. Ladda upp alla filmer på Youtube.
2. Skapa en spellista och lägga in filmer i den. Youtube har numera en spärr som gör att endast 10 filmer kan läggas i en spellista. Har man fler filmer så får de läggas i olika spellistor

Länk till spellistan delas sedan med berörda domare och tävlingsledare.

För att ladda upp video:

- Döp filmen med förening, namn på gymnast eller trupp och handredskap eller fristående
- Gör videon olistad
- I alternativet "välj målgrupp", klicka i "nej, den är inte avsedd för barn"

Skapa spellista

- Döp listan till Föreningens namn + RG-stjärnan Höst - 24
- Gör spellistan olistad
- Klistra in länken i dokumentet "Spellistor" på driven och mejla den till arrangören.

Vid problem, kika gärna på dessa instruktioner:

[How to Upload Videos on YouTube – YouTube](#)

[How To Make A Playlist On YouTube – YouTube](#)

Får ni problem så kontakta helena.lonn.farias@gmail.com

Filmning

Filmningen kan göras med filmkamera, digitalkamera eller vanlig mobilkamera, det viktiga är att hela mattan syns och att ljudet blir hyfsat bra.

Programmen filmas två gånger och ledaren väljer ut den bästa filmen och lägger upp i sin spellista.



RG-stjärnan Praktisk information

Medaljer, prisutdelning, foto

För att beställa den gemensamma RG-stjärnan-medaljen, kontakta Per hos Hallmans. www.hallmans.se

Medaljen kostar ca **15 kr** inkl. moms och då ingår blågult band, RG-stjärnanbild och gravyr. Varje förening kontaktar själv Per och meddelar hur många medaljer och vilka valörer som behövs och betalar frakt själv.

Prisutdelning håller sedan varje grupp eller förening själv i sin hemmahall.



Per Blomström
HALLMANS.nu

Vår butik och växel har öppet Måndag-Fredag kl 09,00-16,00.

Direkt: 08-580 80 188
Växel: 08-580 80 180
Hallmans Försäljnings AB
Svandammsvägen 18
126 34 HÄGERSTEN