

PM: Uppsala Cup

Trampolin

Uppsala Gymnastikförening och Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till Uppsala Cup den 23 till 24 november 2024 i Uppsala.

Tävlingsklasser

Klass 1, 2 och 3 Individuell Trampolin

Klass 1 och 2 Synkron Trampolin

Klass 1 och 2 DMT

Information

Uppsala Cup är den fjärde och sista deltävlingen i Svenska Cupen 2024. Mer information kan fås genom:

Tävlingsledare

Jenny Söderlund
070-5852560
jenny.soderlund@gymnastik.se

TRK-rep

Adam Dahlstedt
070-9709863
adam.dahlstedt@gymnastik.se

Viktiga datum

27 oktober	Anmälan till tävlingen stänger
10 november	Sista dag att nominera Årets...
14 november	Sista dag att skicka in beställning för kost
20 november	Sista dag att skicka in startkort digitalt (senast onsdag samma vecka tävlingen är)
23 november	Kl. 10:00 lämna in vandringspokal för Totala Svenska Cupen i sekretariatet

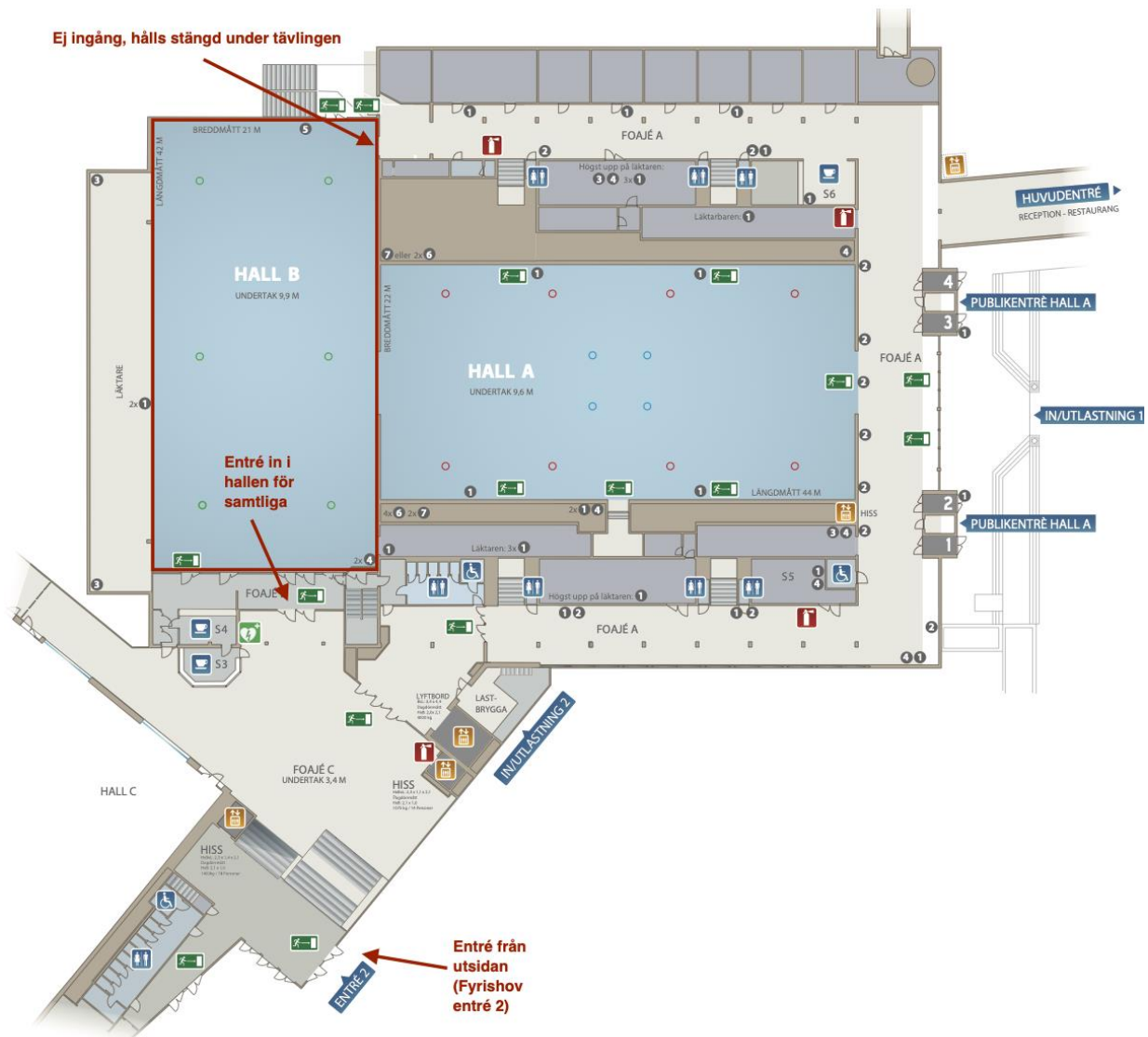
Det är viktigt att respektera deadlines för arrangörsföreningens skull. Fyll i samtliga handlingar noga. Obs! Arrangören äger rätt att neka för sent inkomna beställningar av kost eller ta ut en förseningsavgift om 500 kr/förening. Beställningar är bindande.

Tävlingshall

Fyrishov, Hall B, Idrottsgatan 2, 753 33 Uppsala

Fyrishov ligger nordöst om centrala Uppsala, ca 2,2 km från Uppsala centralstation och nås enkelt med buss nr 1 eller 10 till hållplatsen Fyrishov, för tidtabell och biljettpriser se vidare på <https://www.ul.se/>. Parkeringar finns i direkt anslutning till Fyrishov en med infart från Idrottsgatan och en längs med infart från Fyrisvallsgatan (avgiftsbelagda).

Ingång till hall B sker från Fyrishov entré 2. Ingen ingång via huvudentrén och korridoren längs hall A, se skiss nedan.



Redskap

4st Eurotramp Ultimate trampoliner 4x4

1st Eurotramp DMT.

Tävlings- och träningstider

Lördag 23 november

08.15-09.00	Akrediteringen är öppen
09.00	Starkorten ska vara inlämnade
09.15	Ledarmöte
09.30	Domarmöte
09.30	Förträning och tävling enligt schema nedan
11.15-14.00	Lunch serveras i hallen

	TRA Podie 1	TRA Podie 2	DMT träning
09.30-10.00 Uppvärmning	Klass 3 flickor startgrupp 1	Klass 3 pojkar startgrupp 1	Fri träning alla klasser
10.00-10.40 Tävling	Klass 3 flickor startgrupp 1	Klass 3 pojkar startgrupp 1	
10.40-11.10 Uppvärmning	Klass 3 flickor startgrupp 2	Klass 3 pojkar startgrupp 2	Fri träning alla klasser
11.10-11.50 Tävling	Klass 3 flickor startgrupp 2	Klass 3 pojkar startgrupp 2	
11.50-12.15 Uppvärmning	Klass 2 flickor	Klass 2 pojkar	Fri träning alla klasser
12.15-12.50 Tävling	Klass 2 flickor	Klass 2 pojkar	
12.50-13.15 Uppvärmning	Klass 1 damer	Klass 1 herrar	Fri träning alla klasser
13.15-13.45 Tävling	Klass 1 damer	Klass 1 herrar	

	DMT podie 1	DMT podie 2
13.45-14.00 Uppvärmning	Klass 2 flickor startgrupp 1	Klass 2 pojkar startgrupp 1
14.00-14.20 Tävling	Klass 2 flickor startgrupp 1	Klass 2 pojkar startgrupp 1
14.20-14.35 Uppvärmning	Klass 2 flickor startgrupp 2	Klass 2 pojkar startgrupp 2
14.35-14.55 Tävling	Klass 2 flickor startgrupp 2	Klass 2 pojkar startgrupp 2
14.55-15.20 Uppvärmning	Klass 1 damer	Klass 2 herrar
15.20-15.40 Tävling	Klass 1 damer	Klass 2 herrar

	Synkron podie 1	Synkron podie 2
15.40-16.10 Uppvärmning	Klass 2 flickor	Klass 2 pojkar
16.10-16.40 Tävling	Klass 2 flickor	Klass 2 pojkar
16.40-17.00 Uppvärmning	Klass 1 damer	Klass 1 herrar
17.00-17.15 Tävling	Klass 1 damer	Klass 1 herrar

19.00 Middag på Vaksalaskolan, med prisutdelning för "Årets"

Söndag 24 november

08.00	Hallen öppnar
08.30-09.50	Förträning för samtliga finalister på trampolin och DMT
08.30-09.40	Domarseminarium
09.55	Samling inför inmarsch för samtliga finalister
10.00	Gemensam inmarsch samtliga finalister (i klubboverall) och öppning av finalerna
10.10-12.30	Finaler enligt schema nedan

	DMT podie 1	DMT podie 2
10.10-10.30 Two-touch + final	Klass 2 flickor	Klass 2 pojkar
10.30-10.50 Inmarsch-two-touch + final	Klass 1 damer	Klass 1 herrar
	TRA Podie 1	TRA Podie 2
10.50-11.15 Inmarsch-one-touch + final	Flickor klass 3	Pojkar klass 3
11.15-11.35 Inmarsch-one touch + final	Flickor klass 2	Pojkar klass 2
11.35-11.55 Inmarsch-one touch + final	Damer klass 1	Herrar klass 1
	Synkron podie 1	Synkron podie 2
11.55-12.15 Inmarsch-one-touch + final	Klass 2 flickor	Klass 2 pojkar
12.15-12.30 Inmarsch-one-touch + final	Klass 1 damer	Klass 1 herrar

12.40-13.15 Inmarsch och prisutdelning för Uppsala Cup och totala Svenska Cupen

Notera att schemat för tävlingen här är preliminär, tävlingen körs på, vi väntar inte in tider.

Ackreditering

Att vara ackrediterad innebär att vara registrerad som deltagare i tävlingen; som föreningsansvarig, tävlande gymnast, ledare eller domare.

Ackreditering är obligatorisk för alla deltagande föreningar och görs i Fyrishov hall B mellan kl. 08.15-09.00 lördagen den 23 november. Föreningar som inte ackrediterar sig nekas deltagande i tävlingen.

Ansvarig föreningsrepresentant signerar att rätt gymnaster, domare och tränare är anmälda och med i startlistorna, kontrollera namnen och meddela eventuella sena strykningar. Startkort som inte är inskickade i förväg ska inlämnas senast vid ackrediteringen.

Ansvarig ledare ska också styrka att alla anmälda deltagare har giltig tävlingslicens i samband med incheckning; genom att visa upp ett utdrag från Tydligas (tidigare Pensum) register till arrangörsföreningen.

Startkort

Startkorten måste vara inskickade till jenny.soderlund@gymnastik.se onsdag den 20 november. Om de inte e-postas ska de lämnas in i samband med ackrediteringen. En förutsättning för deltagande är att startkorten är inlämnade i tid.

OBS! Endast startkorten från Gymnastikförbundets hemsida används:

<https://www.gymnastik.se/Verksamheter/TrampolinochDMT/Regler/arrangorsreglemente/>

Strykningar

Eventuella strykningar görs i tävlingsanmälningssystemet -

<https://tavlingsanmalan.gymnastik.se/>. Efter sista anmälningsdatum skall strykningar även meddelas via mail till trampolin@gymnastik.se.

Om tävlingen

Finalerna startar om från 0, inga poäng tas med från kvalet. Antal finalister fastställs ca kl. 09.30 lördagen den 23 november.

5 eller fler deltagare – 8 till final

8 eller fler deltagare – 6 till final

7 deltagare – 5 till final

6 deltagare – 4 till final

5 deltagare – 3 till final

4 deltagare – 3 till final

3 deltagare – 2 till final

2 deltagare – 2 till final

1 deltagare – 1 till final

Lördag ingen one/two, då alla klasser har uppvärmning direkt före sin tävling. DMT har dessutom fri uppvärmning löpande under lördagen samtidigt som trampolin har uppvärmningar, se tidsschemat.

Alla Finaler har one/two-touch.

Inmarsch vid kvaltävling sker utan presentation inför varje klass, i klubboverall; efter uppvärmningen.

Inmarsch final: Finalen inleds med en gemensam inmarsch för samtliga finalister i klubboverall, presentation föreningsvis. Inmarsch med presentation av varje gymnast inför varje klass sker i klubboverall.

Även prisutdelning sker i klubboverall, inmarsch för samtliga medaljörer.

Tävlingskläderna ska behållas på i tävlingshallen under tävling, annars riskerar gymnasten diskvalificering. Bandage och skydd enligt bedömningsreglementet punkt 6.2.

OBS! Kom ihåg att ta med vandringspokaler för Totala Svenska Cupen till tävlingen. Pokalerna lämnas i sekretariatet senast kl. 10.00 lördag den 23 november.

Startordningen publiceras på www.gymnastik.se och <https://sporttech.io/explore> en vecka innan tävlingsstart. Definitiva startlistor presenteras vid ledarmötet.

Bakgrundsmusik kommer att spelas under tävlingen.

Betalning

Faktura skickas efter tävlingens slut på startavgifter och eventuell matbeställning och betalas med 10 dagar netto.

Entré

Gratis entré till tävlingarna.

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.

Resultat

Resultaten redovisas live på <https://sporttech.io/explore>. Efter tävlingen publiceras resultaten på Gymnastikförbundets hemsida.

Cafeteria

Det kommer finnas café i tävlingshallen med fika, popcorn, dryck, korv med bröd m.m. Betalning sker med Swish.

Mat

Lunch lördag: Lasagne, sallad, bröd och dryck, 130 kr.
Serveras i anslutning till tävlingshallen.

Middag/bankett lördag kl. 19.00, 290 kr
Middagen hålls i matsalen på Vaksalaskolan.
Adress: Vaksala torg, Väderkvarnsgatan 25, Uppsala

Välkomstmingel med alkoholfri dryck och snacks

Middagsbuffé med:

- Salladsbuffé
- Rödvinssås
- Potatisgratäng
- Bearnaisesås
- Kyckling
- Bröd och smör
- Fläskytterfilé/fläskfilé

Efterrätt, kaffe och te.

Beställning av mat görs senast torsdag 14 november, skickas till jenny.soderlund@gymnastik.se. Glöm ej att anmäla allergier och specialkost, vegetariskt alternativ finns, men måste anmälas i förväg. Ange även fakturaadress inkl. e-post dit ni vill ha fakturan skickad.

Logi

Best Western Uppsala

<https://www.bestwestern.se/hotel/88275>

Ange att ni ska vara med på Uppsala Cup i trampolin så får ni 10% rabatt vid bokning av detta hotell, gäller vid bokning direkt till hotellet.

Scandic Uplandia

<https://www.scandichotels.com/hotels/sweden/uppsala/scandic-uplandia>

Scandic Uppsala Nord

<https://www.scandichotels.se/hotell/sverige/uppsala/scandic-uppsala-nord>

Fyrishovs stugby och camping

<https://fyrishov.se/infor-besoket/boende/>

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.

Kvällsaktivitet

Under banketten på lördag kväll kommer det bland annat delas ut priser för årets gymnast, prestation, förebild och glädjespridare. Glöm inte bort att nominera de personer du tycker ska få priserna i år, nominering görs via denna länk, senast 10 november:

<https://forms.office.com/pages/responsepage.aspx?id=bi1b644CTUW4eAwFWtvrKrd92i56TdBEmwLkfGskFqIUQUVDU1ExNU9MQjhSSVUxTjNHTE1NMVQzVC4u&route=shorturl>.

Domare

Obligatoriskt domarmöte för alla anmälda domare i tävlingsshallen på Fyrishov hall B, lördag kl. 09.30. Plats meddelas på morgonen. Preliminära domarlag presenteras på <https://sporttech.io/explore> senast en vecka innan tävlingsstart. Anmälda domare finns på <https://tavlingsanmalan.gymnastik.se/>.

- Mörka (svarta, mörkblå eller grå) långbyxor eller kjol samt vit blus, skjorta, topp eller tröja.
- Upp till kan man även bära en mörk kavaj eller kofta.
- Gymnastikförbundets profilkädrer rekommenderas.
- Klädseln ska vara proper men behöver ej vara "uppklädd".
Träningsoverall eller liknande är ej tillåtet

Söndag kl. 08.30-09.40 inbjuder TrK till ett domarseminarium som leds av Alex Frejemark. Det blir analys av filmer från lördagens kval och övningsbedömning på video, med tid för diskussion och reflektioner. Det är frivilligt att delta, men alla domare på plats uppmanas starkt att vara med. Exakt plats för seminariet meddelas på domarmötet.

Ledare

Obligatoriskt ledarmöte med minst en representant från varje förening, i tävlingsshallen lördag, kl. 09:15.

Tränare/ledare som befinner sig på tävlingsområdet ska enligt tekniskt reglemente vara klädd i föreningsrepresentativ klubbdräkt.

Tävlingsjury

Gymnastikförbundets representant: Adam Dahlstedt, trampolintävlingskommittén

Tävlingsledare: Jenny Söderlund

Huvuddomare: Aktuell huvuddomare för respektive klass

Tävlingsregler

Samtliga tävlingsregler finns att hämta på Gymnastikförbundets hemsida:

<https://www.gymnastik.se/verksamheter/trampolin-och-dmt/regler>. Eventuella frågor kan skickas till trampolin@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.

Tävlingslicens

Varje förening ansvarar för att anmälda deltagare har giltig tävlingslicens. Gymnaster som saknar giltig tävlingslicens får inte ställa upp i tävlingen.

Utbildningskrav

I all verksamhet ska Gymnastikförbundets utbildningskrav följas:

<https://www.gymnastik.se/utbildning/utbildningskrav-behorigheter-och-validering/utbildningskrav>.

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.

Angående säkerhetsläget i Sverige

Sverige är fortsatt i säkerhetsläge 4 efter att Säpo meddelade ett försämrat säkerhetsläge i Sverige den 27 juli 2023. Såväl Säpo som regeringen betonar dock att allmänheten inte ska behöva vara rädd – men vara medveten om att det är ett allvarligt läge och manar till vaksamhet. Såväl arrangörsföreningen som Gymnastikförbundet har som uppdrag att säkerställa beredskap och omhändertagande om något mot förmodan skulle hända.

Ledare på plats skall ha kontaktuppgifter för föreningens deltagare.

Lycka till med träning och förberedelser inför tävlingen. Vi ser fram emot att välkomna er alla till Uppsala och finalen i Svenska Cupen 2024.

Varmt välkomna!



————— Våra huvudsponsorer —————

CRAFT  **tydliga**[®] **svedea**

————— Våra sponsorer —————

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