



# PM:

# RG-stjärnan Vår

# Rytmisk gymnastik

**Södertälje Gymnastik och Sportförening och Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till RG-stjärnan Vår 27 mars till 5 april 2025 i hybrid form med fysisk tävling i Södertälje den 5 april.**

## Tävlingsklasser

Trupp fristående: klass Mini, Yngre

Trupp handredskap: klass Mini, Yngre, Mellan, Äldre

Duo handredskap: Klass Yngre, Mellan, Äldre

Individuellt handredskap: Klass Yngre Gul, Yngre Blå, Mellan Gul, Mellan Blå, Äldre Blå

Öppna klassen (endast Uttryck bedöms)

Tävlingen bedöms enligt fria reglementet med två försök per program där det med högst poäng räknas. Gymnast kan delta i max två program. Dessa program ska vara i olika tävlingsklasser. Det går bra att delta i ett digitalt program och ett fysiskt. För att delta fysiskt måste gymnasten vara född 2015 eller äldre. Digital tävling är öppen från det år gymnasten fyller 7 år.

Observera att tävlingsklasserna vid behov kan justeras, tex om vi får många strykningar. Då delas gymnasterna in efter ålder och tävlingserfarenhet. Målet är att skapa så jämna tävlingsklasser som möjligt.

OBS! Individuella gymnaster som tävlar fysiskt har *endast ett försök!* För att skapa så jämna förutsättningar som möjligt så har individuella klasserna delats in i gul och blå klass. Gul klass för de som har liten erfarenhet och träningsmängd och blå klass för de som tränar mer och har vana av tävling

## Information

RG-stjärnan Vår kommer att hållas som en hybrid tävling. Den som vill tävla digitalt filmas av sin ledare i sin träningshall under en tävlingsvecka (27 mars – 3 april) och ledaren

ansvarar för att ladda upp inspelningen på youtube (beskrivning skickas separat)  
Bedömning av digitala program görs den 4 april. Resultaten meddelas inte direkt utan sparas till den fysiska tävlingen och läggs sedan in när den fysiska tävlingen är över. På så sätt tävlar digitala bidrag med de fysiska. Digitala deltagare får medalj av sin egen förening.

Mer information kan fås genom: rgstjarnan@gmail.com

Tävlingsledare	Föreningskansliet/annan instans
Maria Lönn 073 646 4148 rgstjarnan@gmail.com	Helena Lönn Farías 070 4974927 helena.lonn.farias@gmail.com

## Viktiga datum

vecka 11 PM går ut, inklusive detaljerat tidschema och startordning  
28 mars Deadline för inlämning av musik (endast fysisk tävling)

3 april kl 22 Deadline för uppladdning av digitala tävlingsprogram

*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.*

## Tävlingens start och slut

Start klockan 11.00. Tävlingshallen öppnar kl 9 för uppvärmning och förträning. Trupper och duos kommer att ha möjlighet till schemalagd förträning på tävlingsmattan.

## Tävlingshall

Wasa Sporthall, Prosten Linders väg 2 151 61 Södertälje. Parkering finns utanför hallen.

## Tävlingsgolv & takhöjd

Tävlingsmatta och förträningmatta finns. Läktare för publik

## Tävlings- och träningstider

Domar-Ledarmöte kl 10

Uppvärmning/förträning 9 – 10.45. Tävlingshallen öppnar kl 9 för uppvärmning och förträning. Trupper och duos kommer att ha möjlighet till schemalagd förträning på tävlingsmattan.

Tävlingsstart med defilerings kl 11

Preliminär sluttid kl 15.30

## Förträningsschema

Separat förträningsschema kommer senare



## Startordning

Bifogas i två upplagor. En startordning för den fysiska tävlingen och en som gäller för hela RG-stjärnan.

## Musik

Musik till fysiska tävlingen mejlas till [rgstjarnan@gmail.com](mailto:rgstjarnan@gmail.com) senast den 28 mars. Märk musiken med gymnastens/truppens namn, förening, tävlingsklass

## Entré

En lägre entréavgift kommer att tas ut för publik

## Webbsändning

Tävlingen kommer förhoppningsvis att livestreamas via Gympabubblan Play - <https://www.gympabubblanplay.se/>. OBS! Meddela arrangören om du har gymnaster som inte ska filmas.

## Resultat

Resultaten kommer att sammanställas och meddelas ledarna. Varje ledare ansvarar för hur resultaten delges de egna gymnasterna och ska följa riktlinjerna för barn -och ungdomsgymnastiken.

## Mat

Enklare café finns i hallen och flera matställen och köpcentrum finns i nära anslutning till hallen. *Arrangören står för fika till domare under pågående tävling.*

## 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](mailto:sport@scandichotels.com).

Hotell Vindeus ligger på gångavstånd från hallen och har gratis frukost.

## Domare/ledare

Två uppsättningar av domare kommer att döma. 4 stycken dömer de helt digitala klasserna och 7 andra domare turas om att döma de fysiska och de blandade klasserna.

Alla domare och ledare ska ha på sig ledar/-domar-identifiering vid alla tillfällen på tävlings- och träningsytor. Dessa hmtas i cafét vid entrén

## 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](mailto:rg@gymnastik.se) eller [rgstjarnan@gmail.com](mailto:rgstjarnan@gmail.com)

## 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 2025!**

## 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.*

## Varmt välkomna!



————— Våra huvudsponsorer —————

**CRAFT** 

**tydliga**<sup>®</sup>

**svedea**

————— Våra sponsorer —————

**UNISPORT** 

**VERA**  
**Sport**

**Scandic**