

PM2: USM

Truppgymnastik

ABGS och Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till USM den 30 till 31 maj 2026 i Göteborg.

Mer information kan fås genom:

Tävlingsledare	ABGS kansli
Karin Tholin	usmtrupp2026.se
0720-857590 usmtrupp2026@gmail.com	0704-209071 kansli@abgs.net

Information från arrangörsföreningen och specifikt för tävlingen:

Viktiga datum

11 maj	Sista dag för betalning
24 maj	Sista dag för att skicka in lagbild och musik till inspring
24 maj	Deadline för musikuppladdning i SES - Tariff
24 maj	Ledarmöte via teams
30 och 31 maj	Bedömningsunderlag & deltagarlista i SES – Tariff, 2h innan tävlingsstart

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

Tävlingshallen är Kviberg Park, Kvibergs Port 6, 415 27 Göteborg. [Så här kommer du till tävlingshallen.](#)

Förträningshall för lördagens kvaltävling (damer) är Serneke Prioritet arena, Krutvägen 2-4. Det är ca 150 meter att gå mellan de två arenorna.

För att kunna ge så många lag som möjligt en möjlighet att tävla kommer kvaltävlingen i damklassen att arrangeras under lördagen med tävling och förträning i två olika hallar. Tävlingsredskapen kommer att vara likvärdiga i de båda hallarna, men förträning i tävlingshallen kommer att erbjudas på fredagen för att alla lagen ska kunna förbereda sig på bästa sätt.

Observera att det råder totalförbud mot glitterspray och liknande produkter i båda hallarna.

Förträning och tävlingstider

Se bilaga 1 och gällande [arrangörsreglemente](#).

Eventuella frågor angående tidsschema och startordning hänvisas till trupp@gymnastik.se.

Fredag 29 maj erbjuds öppen förträning i tävlingshallen Kviberg park för alla damlag kl. 15.30- 20.50, se tider i bilaga 1. Tiderna är fördelade med hänsyn till resväg och vilken pool laget tävlar i.

Anmälda lag

Se bilaga 1.

Slutgiltig startordning

Slutgiltig startordning togs fram av Gymnastikförbundets nationella kansli den 4 maj. Skillnaderna från den preliminära lottade startordningen är marginell.

Kvalificering till final

Det är 10 lag som kvalificerar sig till finalen i Dam. I Herr och Mixed är det direktfinal.

Anmälan och beställningar

Bekräftelse på anmälan och beställningar är inskickade av alla lag (deadline var den 30 april)

Deltagarkort samt beställda kläder hämtas ut i informationscentralen i tävlingshallen vid ankomst.

Informationscentralen i Kviberg Park är öppen:

Fredag 29 maj klockan 15.30-21.00

Lördag 30 maj klockan 07.30-21.00

Söndag 31 maj klockan 07.30-14.30

Kost och logi

I arrangörsföreningens regi

Vi erbjuder följande:

Fredag	kl. 18.00-21:00	Middag	Spagetti och köttfärssås
Lördag	kl. 06:30-09:30	Frukost	Gröt,yoghurt,flingor,bröd,pålägg
	kl. 11:00-14:00	Lunch	Kyckling med pasta
	kl. 17:30-21:15	Middag	Tacos
Söndag	kl. 06:30-09:30	Frukost	Gröt,yoghurt,flingor,bröd,pålägg
	kl. 11:00-14:00	Lunch	Köttbullar, potatis, sås, lingonsylt
	kl. 11:00-15:00 (söndag)	Matpaket	Ostfralla, drickyoghurt, bar

Lunch och middag serveras i Kviberg skola som ligger nära tävlingshallen. Det är många lag som har beställt mat och för att få en fungerande logistik behöver alla följa det tidsschema för luncherna som finns framtaget i bilaga 3. För middagarna finns inget tidsschema men vi önskar att det endast är tävlande lag i pool 4 dam som äter efter kl. 20.30.

Tävlande lag i dam pool 2 lördag samt dam final söndag hämtar packade matlådor i matsalen på avsett tid.

Logi (inklusive frukost) sker i Gamlestadsskolan som ligger vid Larsmässetorg 3, ca 20-25 min promenad från tävlingshallen. Se bilaga 2. Ta med egen sovutrustning (luftmadrass/ liggunderlag, sovsäck och kudde). Vid skadegörelse kan föreningen bli ersättningskyldig. **OBS! Minst en ledare som har fyllt 18 år ska bo tillsammans med gymnasterna.** Vi vill göra er uppmärksamma på att det är förbjudet att plocka ner speglar från toaletterna.

Respektera de lag som ska upp tidigt och tävla i pool 1/final, tänk på att hålla ljudnivån nere efter kl. 22:00. Det råder totalförbud mot glitterspray och liknande produkter i skolan.

Skolan öppnar kl. 17:00 och då går det att få tillgång till klassrummen. Klassrummen ska vara städade och lämnas senast kl. 10:00 den 31 maj.

Redskapsinformation

Tävlingshall samt förträningshall kommer att vara utrustad med:

LEG Tumblinggolv, 8st ansatsklossar, 1x 36 fjädrar Dorado, 1 x 32 fjädrar Dorado, fristående golv med 8st mattvåder á 14m.

En redskapsskiss finns i bilaga 4. Observera att tävlande förening endast har rätt att medföra en egen trampett. Om truppen medför egen trampett ska den vara tillgänglig för alla tävlande trupper under den egna poolen. Om trampetten inte kommer att finnas kvar under övriga pooler/final ska trampetten avlägsnas från hallen direkt efter egen pool. *Observera att egen trampett som används i samband med förträning i annan hall under lördagen behöver flyttas till tävlingshallen direkt efter avslutad förträning (ca 150 m).*

Ansvarig ledare ska kontrollera [redskapsreglementet](#) inför tävlingen, bland annat för att vara säker på att den egna trampetten är godkänd.

Inför tävlingen vill vi att alla lag fyller vårt formulär för [redskapsönskemål](#) som även finns som bilaga 5. Vid frågor eller justeringar under tävlingsdagen kontaktas redskapsansvarig på plats. Det är ledaren som är ytterst ansvarig för att redskapen står rätt inför varje tävlingsframträdande.

Tävlingsjury

TTK-representant: Fia (Sofia) Svegander, ttk@gymnastik.se

Tävlingsledare: Karin Tholin

Överdomare i respektive gren.

Domare

Logi för domare är bokad är bokad på Kviberg Park Hotel & Conference ca 150 m från tävlingshallen:

[Kviberg Park Hotel & Conference](#)

Vi räknar med att ni som är domare tar er på egen hand till hotellet och annars behöver ni kontakta oss via usmtrupp2026@gmail.com senast den 24 maj. Efter avslutad tävling på söndagen säkerställer vi transport för de domare som har behov av det till tågcentral eller flygplats.

Domarmöte

Domarmöte genomförs lördagen den 30 maj kl 09.00 i domarrummet i tävlingshallen (en trappa upp till höger).

Ledarsamling

Ledarsamling för samtliga lag i damklassen sker fredag kl. 21.00 i tävlingshallen

Ledarsamling för söndagens finaler enligt tidsschema (se bilaga 1).

Digitalt ledarmöte

Söndagen den 24 maj kl. 21:00 genomförs ett digitalt ledarmöte där minst en ledare från varje lag behöver delta. Mötet sker via Teams och kallelsen till mötet skickas till den email ni angett vid era anmälningar. Ni kan sedan dela vidare kallelsen till andra ledarkollegor. På mötet får ni praktisk information om tävlingshelgen så att alla ska känna sig så förberedda som möjligt.

Lagbild och musik till inspring i finalerna

Vi önskar att alla lag skickar en lagbild i **liggande** format senast den 24 maj så att vi hinner förbereda tävlingen på ett bra sätt. Bilderna kommer att visas på storskärm inne i tävlingshallen och användas på vårt instagramkonto för USM. Om det är något lag som inte vill vara med på sociala medier så meddela detta i samband med att ni skickar in er bild.

På söndagens finaler kommer alla lag att springa in till redskapet till en låt som ni valt. Ni väljer en låt som finns på Spotify och anger låtens namn och artist i ett email till oss senast den 24 maj. Låten ska vara möjlig att spela från start. Om ni inte skickar in låtönskemål kommer vi att välja en låt till er. Ni har samma låt till alla redskap.

Lagbild och önskemål om låt mailas till usmtrupp2026@gmail.com.

Entré

Biljetter säljs via [Nortic](#) vilket är det system som används av Gymnastikförbundet. För att vara garanterad en plats rekommenderar vi förköp. Informera gärna all er publik så de vet hur försäljning av biljetter går till.

- Barn upp till 7 år gratis
- 1 dagars 150 kr
- 2 dagars 250 kr

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.

Fotograf

Gymnastikförbundet kommer att ha en fotograf på plats under delar av tävlingsdagen som kommer fotografera. Vill du som gymnast eller ledare inte vara med på bild, hör av dig till arrangörsföreningen samt marknad@gymnastik.se.

Transport

Vi uppmanar alla deltagande att åka kollektivt och det finns flera olika alternativ från centrala Göteborg. Hållplatserna Kviberg (spårvagn 6, 7, 11) och Kvibergsskolan (buss 58, 519) är bara en kort promenad från tävlingshallen.

Se [Reseplaneraren | Västtrafik](#).

Kläder och kommunikation

Profilkläder från tävlingen i form av strumpor kommer att finnas till försäljning i samband med tävlingen.

Uppladdning inför tävlingen sker via vårt instagramkonto: [usmtrupp2026](#). Där kommer det att finnas utmaningar, flashmob med mera för att få igång en bra stämning och pepp tills vi ses i slutet av maj.

Bilagor

Bilaga 1 – Tidsschema (förträning, tävlingstider och anmälda lag)

Bilaga 2 – Översigtskarta boende och mat

Bilaga 3 – Tidsschema för luncherna

Bilaga 4 – Redskapsskiss

Bilaga 5 – [Redskapsönskemål](#)

Information från Gymnastikförbundet:

Tävlingsregler

Samtliga tävlingsregler finns att hämta på Gymnastikförbundets hemsida: <https://www.gymnastik.se/verksamheter/truppgymnastik/regler>. Eventuella frågor hänvisas till trupp@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.

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 [här](#).

Domare

Gymnastikförbundet tillsätter domare enligt gällande [bedömningsreglemente](#).

Tävlingslicens och deltagarlista

Varje förening ansvarar för att anmälda deltagare har giltig tävlingslicens.

Innan ackreditering ska deltagande gymnaster fyllas i på deltagarlista i systemet Sport Event Systems - Tariff. Deltagarlistan innehåller även tävlingslicens från Tydliga (tidigare Pensum) på tävlande gymnaster. Vid ackreditering skall ansvarig tränare lämna in utskrivna och signerade deltagarlistan (som hämtas från Sport Event Systems – Tariff). Deltagarlistan ska endast innehålla aktuella gymnaster och tränare. Gymnaster som saknar tävlingslicens kommer inte att bli ackrediterade och får inte ställa upp i tävlingen.

Systemet Sport Event Systems – Tariff öppnas i samband med att PM2 skickas ut cirka två veckor innan tävling.

Ackreditering

Ackreditering ska göras enligt tävlingsbestämmelserna. Ta del av informationen [här](#).
OBS! Ackreditering ska ske senast två timmar innan aktuell tävlingsomgång.

Regler vid skada

Om en skada uppkommer under tävlingen, som innebär att gymnasten inte kan fullfölja tävlingen och att truppen behöver ändra en svårighet i fristående, har de tillåtelse att göra detta. Ändringen av svårighet sker efter godkännande av Gymnastikförbundets representant baserat på utlåtande från tävlingens sjukvårdare gällande skadan.

Om skada uppkommer under förträning ska ändringen genomföras innan tävlingsstart. Om skada uppkommer efter tävlingsstart ska ändringen genomföras snarast, dock senast innan laget före i startordningen startar sitt framträdande. Justeringen görs i samråd med Gymnastikförbundets representant direkt på bedömningsunderlaget.

Bedömningsunderlag

Bedömningsunderlag lämnas in digitalt via: <http://tariff.sporteentsystems.se/User/Login>

Varje förening har eller kommer att få inloggningsuppgifter och instruktioner om hur bedömningsunderlagen fylls i skickade till föreningens officiella mailadress. Samma inloggning används för alla tävlingar och alla lag från samma förening. Kontakta er egen förenings kansli för att få era inloggningsuppgifter. Om ert kansli mot förmodan inte fått inloggningsuppgifterna hör av er till trupp@gymnastik.se.

Ansvarig tränare för respektive lag ska fylla i bedömningsunderlagen i Tariff i god tid inför tävlingen. Två (2) timmar före tävlingsstart för respektive pool kommer arrangören att skriva ut alla bedömningsunderlag för den aktuella poolen. Inga ändringar i underlagen kan göras efter det. På tävlingar som tillåter fler än 6 gymnaster ska ni endast fylla i de 6 sista gymnasterna i laget.

Inför final

Efter att kvalet är klart "flyttas" bedömningsunderlagen från kvalklassen till finalklassen i Tariff. Om laget vill göra ändringar i underlagen inför finalen går man in i finalklassen och gör ändringarna. Exakt två (2) timmar före tävlingsstart kommer arrangören att skriva ut alla bedömningsunderlag för finalen.

Det ska inte lämnas in en ny deltagarlista inför finalen utan den som lämnades in inför kvalet gäller. Om en ackrediterad reserv ska bytas in ska denna ändring markeras på den inlämnade deltagarlistan.

Musik

All musik och bedömningsunderlag ska laddas upp i systemet Sport Event Systems – Tariff. Musiken ska laddas upp senast 24 maj.

Logga in via - <https://tariff.sporteentsystems.se/User/Login>.

Alla lag ska ha med sig reservmusik på en USB-minne.

Utbildningskrav

I all verksamhet ska Gymnastikförbundets utbildningskrav följas: <https://www.gymnastik.se/utbildning/utbildningskrav-behorigheter-och-validering/utbildningskrav>.

På tumbling ska en mottagare ha giltig behörighet för säkerhetspassning som motsvarar den nivå som gymnasterna tävlar på. På trampett från fri voltrotation ska två mottagare stå på nedslagsbädden varav en mottagare ska ha giltig behörighet för säkerhetspassning som motsvarar den nivå som gymnasterna tävlar på. Tränarnas utbildningsnivå fylls i på deltagarlistan.

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.

Slutligen...

Önskar vi er lycka till med träning och förberedelser inför tävlingen. Vi ser fram emot att få träffa er alla och uppleva spännande tävlingar.

Varmt välkomna!



————— Våra huvudsponsorer —————

CRAFT  **tydliga**[®] **svedea**

————— Våra sponsorer —————

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