



6 – 7 dec 2025

INBJUDAN

PM 1

Välkommen till Trollbäcken Christmas Cup 2025!

Vi vill hälsa er varmt välkomna till Gymnastikklubben Trollbäckens föreningstävling vintern 2025.

Tävlingen är uppdelad i tre olika grencuper; Mattacup, Hoppcup och Friståendecup, samt en totalcup för de lag som ställt upp i alla tre grenarna. Ni väljer själva om ni vill delta i en, två eller alla tre grencuperna. På tävlingen kommer följande klasser finnas: **Sexan, Sjuan, Åttan Y+Ä och Nian**. Tävlingen är öppen för flick-, pojk- och mix-lag men vi kommer inte att ha separata flick- och pojkklasser. Det kommer endast vara öppna klasser på denna tävling.

Tävlingsdatum: 6–7 dec 2025

Klasser:

- | | | |
|------------------|------------------|----------------|
| • Sexan | 2015 – tidigare | Med placering |
| • Sjuan | 2015 – tidigare | Med placering |
| • Åttan Ä | 2015 – tidigare | Med placering |
| • Åttan Y | 2018 – 2015 | Utan placering |
| • Nian | 2018 – tidigare) | Utan placering |

Tävlingsanmälan: Sista anmälningsdag är söndag den **2a november**.

Tävlingsplats: Tyresöhallen vid Nyboda skola, Pluggvägen 2.

PM2: Skickas ut till alla anmälda lag senast 2 veckor innan tävling.

Kontakt: Har ni frågor vänder ni er till tavling@gktrollbacken.se.

ANMÄLAN

Anmälningsformulär för lag och domare finns på vår hemsida www.gktrollbacken.se under Arrangemang/Trollbäckscupen. För att anmälan ska vara komplett behöver både anmälan för lag och domare vara inskickad innan sista anmälningsdag. Lag utan domare debiteras en avgift på 2000 kr. Vi kan endast ta emot ett begränsat antal lag så det är först till kvarn som gäller!

ANMÄLNINGSavgift

Anmälningsavgiften är 1400 kr per lag och i den avgiften är ni berättigade att tävla i en valfri grencup. Vill ni delta i flera grenar tillkommer 300 kr per grencup upp till totalt max fyra grencuper. Därefter räknas en femte grencup som en ny anmälan och debiteras med 1400 kr. Avgiften faktureras efter att anmälningstiden har gått ut. Avansanmälan kan göras kostnadsfritt fram till och med sista anmälningsdag. Vid en sen anmälan tillkommer en administrativ kostnad på 500 kr.

DOMARE

Varje lag anmäler en utbildad i samband med laganmälan, antal anmälda domare görs enligt tabell:

1–4 starter /klass - en domare

5–8 starter /klass - två domare

9–12 starter /klass - tre domare

För GKT-Sexan, Sjuan, Åttan och Nian krävs att anmäld domare har minst utbildning steg 1. Lag utan domare debiteras en avgift på 2000 kr, detta gäller även om anmäld domare inte kommer till sitt domarpass. Utbildad domare steg 2 eller högre får ett arvode på 500 kr/klass och steg 1 utbildad domare får 200 kr/klass.

MUSIK

Vi använder Google Drive för att samla in tävlingsmusiken. **Sista datum för inlämning av musik söndag 23e november.** Varje förening/lag ansvarar själva för att musiken läggs in på rätt ställe i musikkatalogen.

Så här går det till att ladda upp tävlingsmusiken:

1. Öppna följande länk i Google Drive och logga in (OBS! Du måste ha ett gmail-konto för att kunna ladda upp musiken): <https://drive.google.com/drive/>
2. Klicka dig in i rätt tävlingsdag och klass:
 - a. Välj funktionen "Nytt" och sedan "Filuppladdning", eller dra-och-släpp filen direkt i mappen. (OBS! Du måste vara inloggad med ett gmail-konto)
 - b. Namnge filen på följande sätt: **startnummer-klass-förening-lagnamn-redskap**. T.ex.: "03-åttan2-GKT-Truppröd-matta.mp3". [Startnummer hittar du i startlistan på hemsidan.](#)
3. Provspela musiken genom att klicka på den uppladdade filen. Fungerar den inte när du gör det kommer det inte fungera när vi gör det på tävlingsdagen.
4. Gör detta för alla grenarnas musik. OBS! Även om ni använder samma musik för flera lag måste ni ladda upp en musikfil per startnummer, döpt enligt mallen.

För hjälp mejla tavling@gktrollbacken.se

LICENS

Alla tävlande gymnaster måste ha giltig tävlingslicens, vilket intygas av ansvarig ledare vid anmälan. Även ledare måste ha giltig licens för passning och mottagning enligt Svenska Gymnastikförbundets Riktlinjer.

TRUPPEN

Denna tävling har endast öppna klasser. Gymnasterna får endast tävla i ett lag och i en klass. Maxantalet per tävlande lag är 25 gymnaster, inga dispenser ges för antal gymnaster i laget. Åldersdispens ges till max tre gymnaster med en åldersskillnad på ett år.

BEDÖMNING

Samtliga klasser kommer att följa de [regionala tävlingsregler samt bedömningsreglemente](#) för respektive nivå med undantag för maxantalet är 25 gymnaster per varv.

PRISUTDELNING

Prisutdelningen sker i direkt anslutning till avslutad klass. Samtliga klasser under tävlingen kommer att följa [Gymnastikförbundet rekommendationer kring resultat och prisutdelning](#).

För de lag som anmält flera friståndestarter kommer följande att göras vid medaljsplacering: i grencupen kommer den valör som är "högst" att räknas och hela laget är välkomna upp att ta en medalj och inte endast det faktiska laget som utförde friståendet. I totalcupen är det poängen för laget som är anmält till totalcupen som räknas med i totalen.

REDSKAP

För stationerna i nivå 7 – 9 kommer vi att följa redskapsreglementet Nivå 6 – 9.

Tumbling LEG, mattvåder x 2st, klossar 2 meter x 6st, Skoltrampett, Eurotramp STD mjuk, Eurotramp Open-End, Dorado 32, Eurogym 36, Dorado 36, plint, stratumbräda, vippbräda och Pegasus.

Det är tillåtet att ta med egen trampett men då måste den finnas på plats till förträningssstart för den klassen som trampetten ska användas i.

Tävlingsbestämmelser

KLASS	GKT-SEXAN	GKT-SJUAN
ÅLDER	10 år & äldre (2015 – tidigare)	10 år & äldre (2015 – tidigare)
ANTAL GYMNASTER	Max 20 gymnaster per varv	
BEDÖMNING	Enligt bedömningsreglemente nivå 6 – 9 Truppgymnastik version 1.0 januari 2024 Inget avdrag för felaktig tid i tumbling och trampett.	
REGLER	Enligt GF:s Tävlingsbestämmelser nivå 6-9 version 1.0 januari 2024	
RESULTATREDOVISNING	Enligt GFs Rekommendationer kring resultat och ceremonier.	
PRISUTDELNING	En 1:a, 2:a och 3:a utses i varje gren och tilldelas medalj, en totaltpokal delas ut.	



Tävlingsbestämmelser

KLASS	GKT-ÅTTAN Ä	GKT-ÅTTAN Y	GKT-NIAN
ÅLDER	10 år & äldre (2015 – tidigare)	7 – 10 år (2018 – 2015)	7 år & äldre (2018 – tidigare)
ANTAL GYMNASTER	Max 20 gymnaster per varv		
BEDÖMNING	Enligt bedömningsreglemente nivå 6 – 9 Truppgymnastik version 1.0 januari 2024 Inget avdrag för felaktig tid i tumbling och trampett.		
REGLER	Enligt GF:s Tävlingsbestämmelser nivå 6-9 version 1.0 januari 2024		
REDSKAP	Enligt GF:s Redskapsreglemente nivå 6-9 version 1.0 januari 2024		
REDSKAP FÖRTYDLIGANDE	- Tumblinggolv (ej airtrack) Stationer: - Uppställning från höjd, 30 cm, landning på tjockmatta		Inga förtydligande.
RESULTATREDOVISNING	Enligt GFs Rekommendationer kring resultat och ceremonier.		
PRISUTDELNING	En 1:a, 2:a och 3:a utses i varje gren och tilldelas medalj, en totaltpokal delas ut, resterande lag blir 4:or och får deltagarmedalj.	Alla får medalj utan placering.	

