



Inbjudan till Avestapokalen

Lördagen den 11 April 2026

Arrangörer: Avestagymnasterna

Dag: Lördagen den 11 April, tider anges i PM.

Plats: Kopparhallen

Adress: [Koppardalsvägen 50, 774 41 Avesta](#)

Klasser:

Nivå 9	Öppen 7 år och uppåt	6-22 Gymnaster
Nivå 8	Öppen 7 år och uppåt	6-22 Gymnaster
Nivå 7	Öppen 10 år och uppåt	6-22 Gymnaster
Nivå 6	Öppen 10 år och uppåt	6-22 Gymnaster
Vuxen klass – Nivå 6	Öppen 16 år och uppåt	6-22 Gymnaster

Ett extra fristående per lag är möjligt för nivå 8 och 9.

OBS! I Nivå 9 & 8 får endast deltagare från region Uppsvenska, region Mellansvenska och region Öst tävla. Deltagandet begränsas enligt barnkonventionens nya regler som säger att barn endast får tävla i närområdet.

- Bestämmelser:** <https://www.gymnastik.se/regioner/region-uppsvenska/tavling/tavlingsinriktning/truppgymnastik/tavlingsbestammelser-och-arrangorsinfo>
- Vid extra friståendelag räknas ett snitt ut på båda friståendena.
- Priser:** I nivå 9 och nivå 8 får alla deltagare en medalj. I nivå 6 och nivå 7 delas medalj samt pokal ut till placerade lag.
- Domare:** Rätt antal domare anmäls i samband med tävlingsanmälan. Varje förening anmäler domare enl. Uppsvenskas bestämmelser. Domare behöver ha gått minst steg 1. Domare kommer att bjudas på lunch samt få 500kr i arvode (heldag).
1-2 lag = 1 domare,
3-4 lag = 2 domare,
5-6 lag = 3 domare,
7 lag eller fler = 4 domare.
Nivå 6-9, minst steg 1 domare.
- Domaranmälan mailas till Avestapokalen@gmail.com i samband med anmälan och anmälda domare dömer heldag, om inget annat är överreskommet. Ange Namn, kontaktuppgifter samt utbildningsnivå i mailet.
Vid brådskande domarfrågor kontakta Linda Gustavsson. Kontaktuppgifter finner ni nedan.
- Anmälan:** Anmäl senast den 14 Mars 2026.
Anmälan görs via tävlingskalendern
Kostnaden är 1500 :- per trupp. 500:- extra vid tillägg av extra fristående i nivå 8 och 9.
- Försäkring:** Alla tävlande gymnaster ska ha Svenska Gymnastikförbundets tävlingslicens. Giltig licenslista från Pensum (Tydliga) skrivs ut och tas med.
- Bedömningsunderlag:** Tas med i pappersform till ackrediteringen, 6 exemplar.

- Musik: Musik i MP3 format laddas upp i google drive senast 28 mars 2026. Låtarna ska märkas med truppens startnr, klass, namn och gren.
t.ex. 1 Nivå 9 Avestagymnasterna trupp vit trampett. Länken till driven delas i PM 2.
- Tävlingsledning: Amanda Gustavsson och Linda Gustavsson
Avestapokalen@gmail.com
amandagustavsson@live.com
lindagust@live.com
- Övrigt: PM 2 skickas ut ca 1 vecka efter sista anmälningdag, innehållande förtränings- och tävlingstider, startordning och övrig information som kan behövas inför dagen.
- I hallen finns ett Café med enklare mat, fika och snacks.
Entréavgift: Vuxen 50 kr, barn 20kr.
Parkering finns i anslutning till idrottshallen.

Avestagymnasterna hälsar er varmt välkomna!