

Inbjudan: Höstpokalen Nord

Rytmisk gymnastik

Örnsköldsviks Gymnastikklubb och Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till Höstpokalen Nord den 21 november 2026 i Örnsköldsvik.

Information från arrangörsföreningen och specifikt för tävlingen:

Tävlingsklasser

Lagtävling

Ett lag består av tre till sex gymnaster som kör totalt sex stycken program
Ungdomsgymnaster får köra fristående. En gymnast kan endast ingå i ett lag.

Separat tävling för DT och trupp med följande klasser:

DT senior - Valfritt redskap (två försök)
DT junior - Valfritt redskap (två försök)
DT ungdom - Valfritt redskap (två försök)
Seniortrupp - Valfritt redskap (två försök)
Juniortrupp - Valfritt redskap (två försök)
Ungdomstrupp - Fristående (två försök)

Tävlingen bedöms på ET och DB.

Separat tävling för fria klassen med bedömning enligt fria reglementet:

Duo/trio - Valfritt redskap (2 försök)
Trupp - Valfritt redskap (2 försök)

Mer info i [tävlingsbestämmelserna](#)

Information

Mer information kan fås genom:

Tävlingsledare:	Annan föreningskontakt:
Liselotte Pettersson	Irene Wennman
070-516 06 01	070-791 15 19
Pettersson.liselotte@telia.com	irene@wennman.eu

Viktiga datum

11 oktober	Anmälan till tävlingen stänger
vecka 43	PM går ut, inklusive detaljerat tidschema och startordning
13 november	Deadline för musikuppladdning (Tariff)

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.

Anmälan

Anmälan görs på <https://tavlingsanmalan.gymnastik.se>. Sista anmälan är den 11 oktober.

Anmälningsavgiften vid samtliga nationella tävlingar är 550 kr/individuell gymnast, 650 kr/duo/trio, 1 100 kr/trupp, 1 300 kr/lag. Anmälningsavgiften faktureras av Gymnastikförbundet efter genomförd tävling.

Administrativ avgift

Utöver tävlingsavgiften tillkommer en administrativ avgift enligt nedan:

- 50 kr/individuell gymnast
- 100 kr/DT
- 300 kr/trupp
- 300 kr/lag

Den administrativa avgiften faktureras av Gymnastikförbundet tillsammans med anmälningsavgiften (och tillfaller sedan arrangörsföreningen).

Tävlingshall

Örnsköldsviks Sporthall, Paradiset

Lasarettsgatan 15, Örnsköldsvik

Centralt belägen, ca 250 m från Resecentrum.

Tävlingsgolv & takhöjd

Golv: Beige RG matta för tävling och förträning.

Takhöjd: 13 meter

Tävlingens start och slut

Start planeras klockan 09.30. Tävlingshallen öppnar en timma innan tävlingsstart för uppvärmning och förträning. Sluttid beror på antal anmäla lag och återkommer i PM.

Musik

Musik laddas upp via Sport Event Systems i programmet Tariff, mer information i PM.

Mat

Hallen är belägen centralt. Restauranger och mataffärer finn i närheten. Enklare förtäring/fika kommer att finnas köpa i hallen via arrangörsföreningens kafeteria.

Arrangören står för mat till domare under pågående tävling.

Logi

- Hotell Focus, Lasarettsgatan 9, tel: 0660-821 00
- Elite Plaza Örnköldsvik, Hotellgatan 9, 0660-235100
- Örnköldsviks vandrarhem, Viktoriaesplanaden 32, tel: 0660-29 61 11
- Scandic Örnköldsvik Hästmarksvägen 4, tel: 0660-27 22 00

OBS! Minst en ledare/vuxen som har fyllt 18 år ska bo tillsammans med gymnasterna.

Med Scandic Sports så får gymnaster, ledare och domare en helt annan standard än det hårda golvet i skolsalen, till ett förmånligt pris. Vila i sköna sängar, god frukostbuffé och tillgång till konferensrum för taktiksnack. Scandic Sports ger de bästa förutsättningar att prestera på topp helt enkelt! Använd Gymnastikförbundets avtalskod (D359102282) och var med och bidra till en kickback på alla bokningar som görs. Läs mer om Scandic Sports här. <https://www.gymnastik.se/om-oss/samarbetspartners/scandic>.

Domare

I samband med anmälan ska föreningen även anmäla en domare (minst regionsdomare) för att döma. Gymnastikförbundet kommer lotta fem av de anmälda domarna till att döma.

Arrangören står för mat till domare under pågående tävling.

Information från Gymnastikförbundet:

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. 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.

Observera specifikt den nya bilagan om tillåtna kroppssvårigheter och uppdaterade åldersklasser från 2025.

Tävlingslicens

Varje förening ansvarar för att anmälda deltagare har giltig tävlingslicens.

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](#).

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 2026!

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®

svedea

Våra sponsorer

UNISPORT

VERA
Sport

Scandic