



Trimgymnastiken hälsar alla tävlande lag  
**varmt välkomna**  
till Falkhallen den 4 maj för att avgöra  
**Grencupen 2019**

## Information

Information lämnas av Marielle Stålberg tel. 0730 - 22 62 64 eller på mailadress [anmalan.trimgymnastiken@gmail.com](mailto:anmalan.trimgymnastiken@gmail.com).

Under tävlingsdagarna

Marielle Stålberg, 0730-22 62 64

Eva Stålberg, 0703-70 62 57

På vår hemsida, [www.trimgymnastiken.se](http://www.trimgymnastiken.se), ligger all info som anmälda lag, tidsschema, förtränings- och tävlingstider mm. På hemsidan publiceras även resultaten under tävlingens gång. Fullständigt resultat finns på vår hemsida senast ett par dagar efter tävlingen.

## Betalning

Avgiften är 200 kr/lag/gren samt 60: -/gymnast. Straffavgift när förening saknar domare är 2000 kr.

**Fakturan, med förfallodatum 2019-05-17, skickas till er direkt efter tävlingen.**

## Hallen

Tävlingen genomförs i Falkhallen i centrala Falkenberg, adress:

Nyhems plan 1  
311 35 Falkenberg

Ni går till höger efter entrédörrarna för att komma till tävlingen. Följ skyltarna.

Det finns gott om plats för publik på läktarna.

Tävlingshallen är i tre delar. I A1 och A2 genomförs tävlingen. B-delen, längst till höger, avdelas för uppvärmning och samlingsplats för de tävlande gymnasterna.

## Parkering

Det finns ett fåtal platser utanför hallen men observera att en del av utrymmet är en vändplan och den som parkerar där riskerar att få böter. Ca 250 m bort ligger Coop Forum som har en stor kundparkering.

## Entré

Fr o m 16 år = 50 kr. Kontant betalning eller swishnummer 123 571 5206.

## Funktionärer

Alla funktionärer bär en blå t-shirt med tryck "Funktionär".

## Omklädningsrum

Alla får tillgång till omklädningsrum. Lämna inga värdesaker i omklädningsrummen!  
Varje förening ansvarar för att omklädningsrummen hålls snygga och lämnas i gott skick.

## Ackreditering

Vi öppnar dörrarna kl 07.15.

Ackreditering sker vid infodisken direkt till höger i entrén och den ska göras direkt vid ankomst men allra senast 1 timme innan tävlingsstart. Lämna in bedömningsunderlag i sex exemplar och en pensumlista för varje lag. Pensumlistan ska enbart innehålla namnen på de som tävlar i laget.

Bedömningsunderlag laddas ner från Svenska Gymnastikförbundets hemsida: <http://www.gymnastik.se/tavling/tavlingsinriktning/Truppgymnastik/Regler/bedomningsunderlag/>

## Cafeteria

Fiket håller öppet kl 07.30 - tävlingen är över. Vi säljer korb med bröd, toast, frallor, fikabröd, kaffe/te, läsk/vatten, frukt och godis. Se till att skräpet hamnar i sopsäckarna som finns i fiket och på läktarna. Kontant betalning eller swishnummer 123 571 5206.

**OBS! Det är inte tillåtet att förtära köpt/medhavd mat eller fika på läktarna, sitt i fiket istället!**

## Sjukvård

Sjukvårdspersonal finns tillgänglig i tävlingshallen under förträning och tävling.

## Musik

Musiken ska skickas till [musik.trimgymnastiken@gmail.com](mailto:musik.trimgymnastiken@gmail.com) senast fredag den 26 april. Ett mail per lag, skriv lagnamn och klass i ämnesraden. Döp varje låt till startnr.klass.lag.gren. *exempel: 12.gul.trampett.trim*. Format: mp3. Varje mail ska alltså innehålla 1-3 låtar.

Musik som kommer in senare debiteras med 50:-/låt, för det merarbete som detta medför. Tänk på att ta med reservmusik om filen inte fungerar. Vi har ej tillgång till CD men en fil på mobilen fungerar bra.

**Det är ej tillåtet med sång/text i musiken!**

## Redskapsinformation

LEG tumblinggolv + springklossar

Mattvåd, smal (endast för klass Lila)

Satsbrädetrampett (endast för klass Lila), kan användas istället för trampett, ej satsbräda.

40 fjädrar LEG

32 fjädrar LEG

Hoppbord LEG (Pegasus modell)

Plint 6-del, lång modell (gul)

Ansatsmatta

Landningsbädd efter plint, ca 12 cm hög.

Landningsbädd "Happy landing" som tillval

**OBS: vi har ingen 36 fjädrar trampett**

## Anmälda lag

Lista på anmälda lag bifogas.

## Domarmöte

Sker på andra våning, i konferensrummet.

Vi erbjuder alla domare lunch. Var snäll och meddela eventuell specialkost, allergi e dyl senast den 2 maj.

Det är svårt att hitta domare. Har er förening fler domare än vad ni egentligen behöver så hör av er. Om vi ska hinna genomföra tävlingen enligt tidplanen behöver vi ha många domare. De domare som dömer får en bonus och delar på den straffavgift som de lag som saknar domare får betala.

## Ledarmöte

Samling på andra våning utanför konferensrummet 25 minuter innan tävlingsstart,

Lila: 08.20

Blå: 11:20

Grön/Gul/Orange/Röd: 14.20

## Tävlingsbestämmelser

Tävlingsbestämmelser hittar ni på vår hemsida. Den läses tillsammans med Svenska Gymnastikförbundets bedömningsreglemente senaste version.

## OBS OBS OBS

Eftersom det finns gymnaster med allergier är det förbjudet att ta med och använda **hårspray**

under dagen. Det är också förbjudet att ha med **nötter**.

## Förträning

Enligt bifogat schema. **OBS!** Ingen förträning på fristående

På trampetten körs på två olika uppställningar. En uppställning för fria hopp och en för bord.

## Defilering

Alla gymnaster ställer upp i korridoren utanför tävlingshallen 10 minuter innan tävlingsstart. Defileringen sker lagvis i bokstavsordning. Ansvarig funktionär hjälper till. Tänk på att förbereda era gymnaster i god tid.

## Prisutdelning

Direkt efter sista tävlingsframträdandet sätter sig gymnasterna lagvis på golvet för prisutdelning.

I klass Lila får alla gymnaster medalj. Placering 1-3 i varje gren meddelas, övriga hamnar på 4:e plats. Inga poäng redovisas.

I övriga klasser delas medaljer ut till placering 1-3 i varje gren.

## Avanmälan

Anmälningsavgiften är bindande. Eventuella strykningar efter att anmälningstiden gått ut återbetalas ej.

## Bilagor

Förträningstider

Startordning

Tidsschema

Anmälda lag

Blankett för redskapsönskemål

Välkomna och lycka till med förberedelserna!