



Inbjudan till Järnknuten

17-18 Nov 2018



Härmed inbjuds ni till Järnknuten i Alunda

Dag och plats

17-18 nov 2018, Olandshallen i Alunda, Skolvägen 5

Klasser

Regionåttan, Regionsjuan och Regionsexan.

Tävlingen är en grentävling. Vi kan max ta emot 8 lag/klass.

Tävlingsbestämmelser:

Tävlingen körs enligt Tävlingsbestämmelser Trupp Region Uppsvenska 2018 ,

<http://www.gymnastik.se/globalassets/gymnastikforbundet-uppsvenska-tavling/dokument/tavlingsbestammelser-version-9-mars-2018.pdf> med följande avvikelser:

Regionsexan - Det är tillåtet att byta ut ett av tvåmomentsvarven mot ett varv med endast handvolt eller handvolt i kombination med annan övning, men alla gymnaster ska göra handvolt.

I hopp är det tillåtet att använda plint med övningarna kullerbytta eller flyver.

Regionsjuan - Det är tillåtet att byta ut ett av tvåmomentsvarven mot ett varv med endast handvolt. Det är godkänt att några i laget kör endast handvolt medan resten av laget kör två andra övningar.

Domare

Rätt antal domare ska anmälas i samband med tävlingsanmälan i separat formulär.

Alla lag som anmäler sig måste anmäla antal domare enligt nedan bestämmelser.

Saknar föreningen domare, kontakta Gymnastikförbundet Uppsvenska.

1-2 lag = 1 domare, 3-4 lag = 2 domare, 5 lag eller fler = 3 domare

Kvalifikationer

Utbildad regions- (steg2) eller förbundsdomare. Domare förväntas döma hela dagen. Klädsel enligt reglemente.

Anmälan

Anmälan sker via <http://www.gymnastik.se/uppsvenska>

(Under rubriken "Tävling/Truppgymnastik/Tävlingsanmälan")

Efteranmälan accepteras i mån av plats till en kostnad av 2000:-

Avgift

Avgiften betalas in samtidigt med anmälan till BG 172-7437. Ange tydligt vilken förening och lag betalningen avser. 700kr för första grenen och 100kr per följande gren.

OBS. Det datum då anmälningsavgiften kommit Almo BK tillhanda på bankgirot räknas som anmälningsdatum.

Anmälningsavgiften återbetalas **ej** vid avanmälan eller strykning.

Redskap

Tävlingsredskap tillhandahålles av arrangerande förening. Egen trampett får medtagas till tävling. Om egen trampett medtages äger andra tävlande lag rätt att använda denna.

Musik

Musik i mp3 format skickas till musik.jarnknuten@gmail.com(endast instrumental musik) senast 26 okt 2018

Prisutdelning

Medaljer delas ut till samtliga deltagare. Deltagande lag i Regionåttan erhåller alla lika medalj, i Regionsjuan och Regionsexan koras en etta, en tvåa och en trea i varje gren sedan är alla andra fyror. Erhåller laget ej medalj i någon gren så tilldelas man en deltagarmedalj.

PM2

Skickas ut till anmälda föreningar ca 2 veckor innan tävling.

Sista anmälningsdag

21 okt 2018

Upplysningar

Lena Höijer 070-442 07 89
Sabina Lindquist 070-444 55 01
Camilla Gelinder 070-38 38 068

Kontakt

jarnknuten@gmail.com

*Vi vill önska er lycka till med träning och förberedelser
inför tävlingen. Vi ser fram emot att få träffa er och
uppleva en spännande tävling.*

Varmt välkomna till Järnknuten