



USM

VÄXJÖ 2019

PM 1

Dackegymnasterna och Gymnastikförbundets Trupptävlingskommitté hälsar dig

VÄLKOMMEN TILL

**USM i Växjö
den 1–2 juni
i Fortnox Arena**

Information

Information och upplysningar lämnas av:
Tobias Björn
Tel 072-6444416
E-Mail: Tavling@dackegymnasterna.se

Tävlings- och träningstider

Se bilaga 1 och gällande Arrangörsreglemente.

Anmälda lag

Se bilaga 1.

Anmälan och beställningar

Bekräftelse på anmälan och beställningar ska vara oss tillhanda senast den 12 maj. Insändes per mail. Anmälan och beställningar är bindande. Arrangören äger rätt att neka för sent inkomna beställningar av kost och logi eller ta ut en förseningsavgift på 500:-/trupp. Se bilaga 2 (Anmälan), bilaga 3 (Beställningar) och bilaga 8 (Kläder).

Redskapsinformation

Hallen kommer att vara utrustade med redskap ifrån LEG by Unisport. Dorado 36 fjädrar, Eurogym 36 fjädrar.

Redskapsskiss hittar ni i bilaga 4. Observera att tävlande förening endast har rätt att medföra egen trampett. Om truppen medför egen trampett ska den vara tillgänglig för alla tävlande trupper under den egna poolen. Om trampetten inte kommer att finnas kvar under övriga pooler/final ska trampetten avlägsnas från hallen direkt efter egen pool.

Ansvarig ledare ska kontrollera Redskapsreglementet inför tävlingen, bland annat för att vara säker på att den egna trampetten är godkänd.

I samband med förträningen kontaktar respektive trupps ledare redskapsansvarige om sina redskapsönskemål, uppställning och eventuell hjälp under tävlingen. Det är ledaren som är ytterst ansvarig för att redskapen står rätt inför varje tävlingsframträdande.

Reglementen och bestämmelser

Detta material finns på Gymnastikförbundets hemsida: www.gymnastik.se. Det är ledarens ansvar att ta del av samtliga reglementen och bestämmelser samt att kontrollera på hemsidan att man har den senaste versionen av dessa inför varje tävling.

Ledarsamling

Se tidsschema för helgen (bilaga 1).

Slutgiltig startordning

Slutgiltig startordning tas fram på Gymnastikförbundets kansli, tävlingsavdelningen den 3 maj. Skillnaderna från den preliminära lottade startordningen kommer att vara marginella.

Tävlingslicens/Utbildningskrav

Alla gymnaster ska ha giltig tävlingsförsäkring.

Vid ackreditering skall ansvarig ledare bevisa att alla gymnaster har en giltig tävlingslicens genom att visa upp ett utdrag från Pensums register. Utdraget ska endast innehålla aktuella gymnaster (inte hela föreningens gymnaster) och gymnasterna ska skrivas i denna ordning även på deltagarlistan. Gymnaster som saknar tävlingslicens kommer inte att bli ackrediterade och får inte ställa upp i tävlingen. Deltagarlistan ska fyllas i i onlinesystemet för bedömningsunderlag, skrivas ut och signeras av ansvarig tränare, deltagarlistan ska lämnas in vid ackreditering:

http://iof2.idrottonline.se/IdrottOnlineForbund/Gymnastik/svenskagymnastikforbundet/tavling/tavling_sinriktning/Truppgymnastik/Regler/bedomningsunderlag/

Enligt Utbildningskrav Tävling ska en mottagare ha giltig licens för säkerhetspassning på tumbling som motsvarar den nivå som gymnasterna tävlar på. På trampett från fri voltrotation ska två mottagare stå på nedslagsbädden varav en mottagare ska ha giltig licens för säkerhetspassning som motsvarar den nivå som gymnasterna tävlar på. Tränarnas utbildningsnivå fylls i på deltagarlistan.

Dopingklassade läkemedel

Som gymnast är det viktigt att ha koll på vad som gäller angående dopingklassade läkemedel.

Följ denna instruktion för att ta reda på om de mediciner man tar är dopingklassade:

1. Gå in på <http://www.rf.se/Antidoping/Dopinglistor/>
2. Gå in på Röd-gröna listan
3. Sök på aktuell medicin
4. Då får du fram information om läkemedlet är dopingklassat eller inte.

Som landslagsgymnast måste man söka dispens om man äter dopingklassade läkemedel. Information om hur man söker dispens finns här: <http://www.rf.se/Antidoping/Dispens/>. Är man inte landslagsgymnast måste man inte söka dispens i förväg utan man får söka en retroaktiv dispens ifall ens dopingtest visar spår av dopingklassad substans. Dopingkontroller sker oannonserat. Det är dock precis samma regler som gäller för vilka mediciner som klassas som doping för samtliga gymnaster och det är därför viktigt att kontrollera så att gymnasterna inte äter någon medicin de inte fått utskrivet av en läkare. För att kunna få en godkänd dispens för den dopingklassade medicinen måste gymnasten ha testat andra alternativa läkemedel som inte finns med på dopinglistan.

Ansvarig ledare ska kontrollera vilka regler som gäller för dopingklassade läkemedel och informera sina gymnaster om dessa. Samtliga mediciner måste kontrolleras enligt ovan. Påtala för era gymnaster de inte får äta några mediciner som inte är kontrollerade enligt ovan (ett vanligt exempel på "misstagsdoping" är att man tar kosttillskott eller en annan familjemedlems hostmedicin som är dopingklassad).

Ska dispens sökas måste detta göras i god tid då handläggningstiden kan vara lång. Ta kontakt med Anna Blid (anna.blid@gymnastik.se) om du behöver hjälp med dispensansökan och ytterligare information.

Som förening kan ni ta ställning mot doping och Vaccinera Klubben. Läs mer på:

<https://www.rf.se/vaccinera/>

Domare

Gymnastikförbundet tillsätter domare enligt gällande Bedömningsreglemente Trupp för Trupptävlingar.

PM 2

Under vecka v. 20 kommer PM 2 att sändas ut och innehåller startordning, träningstider, mattider etc.

Hämtning av material

Deltagarkort och deltagarplaketter etc. hämtas ut vid ankomst i Fortnox Arena.

Tävlingshall

Tävlingarna kommer att ske i Fortnox Arena. Skiss på hallen bifogas (se bilaga 4 och 5).

Träningshall

B-hallen i Fortnox Arena.

Kost och logi

Kost sker i Vida Arena som ligger i Arenastaden. Boende i skollogi kommer ske på Växjö Fria Gymnasium och ev Fagrabäckskolan. Ta med egen sovutrustning (luftmadrass/ liggunderlag, sovsäck och kudde). Vid skadegörelse kan föreningen bli ersättningsskyldig. OBS! Minst en ledare som har fyllt 18 år ska bo tillsammans med gymnasterna. Om lokalerna lämnas ostädade kommer föreningen att faktureras 300 kr för städning i efterhand.

Anmälan om kost, logi och kläder sker på beställningsblanketten. Kostnaderna för detta inbetalas samtidigt med övriga avgifter. Faktura kommer att skickas ut. Vid för sent inkommen beställning äger arrangören rätt att neka truppen kost och logi.

Om laget har extra medföljande gymnaster utöver de ackrediterade så kan enstaka gymnaster bokas med lagens beställningar för mat och logi samt att de kan boka ett extra deltagarkort och då har rätt att se tävlingarna ifrån läktardelen som är avsatt för gymnasterna. Vill de sitta på vanliga läktaren hänvisar vi till ordinarie biljettförsäljning.

Matsedel och mattider

Vi erbjuder följande: Tiderna är preliminära och vi vill anpassa tiderna så bra som möjligt för de tävlande lagen så att alla kan komma iväg och äta sina måltider på plats i restaurangen. Vi hoppas därför dessa tider fungerar för alla tävlande lag.

Fredag	kl. 18:00-21:00	Middag	Pasta med köttfärssås
Lördag	kl. 06:30-09:30	Frukost	
	kl. 11:00-14:00	Lunch	Korv stroganoff med ris
	kl. 18:00-22:00	Middag	Köttbullar med potatismos och lingon
Söndag	kl.07:00-10:00	Frukost	
	kl.11:30-14:00	Lunch	Krämig kycklinggryta med curry

Laktosfria, glutenfria och vegetariska alternativ kommer att finnas och ska beställas i förväg.

OBS! Då tävlingarna är långa ifrån förträning och tävling vill vi kolla intresset på att beställa ett mellanmål för att behålla energin, innehåll kan vara en bar, fralla, drickyoghurt, frukt, sötsak eller liknande och tanken är att ni ska kunna hämta ut det i samband med att ni kommer till hallen (tanken är att ni själva kan styra innehållet i ert mellanmål utifrån en valbar lista). Anmäl intresse för mellanmål i beställningslistan bilaga 3

Vandrarhem/Hotell.

För dig som önskar logi på vandrarhem eller hotell rekommenderar vi hotellen i bilaga 7, observera att priserna endast gäller till sista april, därefter kan andra priser gälla.

Scandic är Gymnastikförbundet partner gällande boende på tävlingar, konferenser och event. Hotellkedjan har ett attraktivt sporterbjudande till föreningar som väljer att bo på hotell i samband

med tävling. Läs mer här: <https://www.scandichotels.se/alltid-pa-scandic/sport>, eller hör av dig till sport@scandichotels.com

Logi för domare är bokad på Scandic hotell Växjö.

Kommunikationer

Så här kommer du till Fortnox arena. Karta bifogas (se bilaga 6).

Transport

Det finns möjlighet att boka transport om ni placerar på en skola som inte är inom gångavstånd till tävlingsområdet. Är ni intresserade av transport så anmäl det på beställningsblanketten, Utgå ifrån att ni placeras på en skola som inte har gångavstånd till hallen när ni gör bokningen. Vi kommer justera transporten utifrån hur ni förläggs på fakturan. Anmälan om transport sker på Anmälningsblanketten (se bilaga 3).

T-shirts, tröjor och deltagarplaketter

T-shirts, Linnen och Hood-tröjor, Hotpants och deltagarblanketter finns till försäljning och kan beställas på sidan 3 i bilaga 8.

Webbsändning

Tävlingen kommer att webbsändas, mer information i PM2.

Inom gymnastiken har streaming av tävlingar och andra events blivit ett mycket uppskattat verktyg för gymnaster och supportrar för att följa och sprida sporten. Från vissa av de tävlingar som Gymnastikförbundet ansvarar för streamas såväl kvaltävlingar som finaler. Detta gäller framförallt trupp-gymnastiken, men även andra discipliner filmas och sprids via förbundets youtube-kanal. Streamingen görs av externa bolag och när gymnasterna tävlar i lag presenteras inga personnamn i ljud eller bild (domare undantaget). I de individuella grenarna presenteras emellertid de enskilda gymnasterna av speaker på plats.

Gymnastiken ska vara en tillgänglig idrott, så även för de med skyddad identitet. Om ni har gymnast/gymnaster med skyddad identitet så finns möjlighet för lag/anhöriga som har barn/unga som lever under skyddad identitet att höra av sig till förbund, kommitté eller arrangör. Om den situationen uppstår söker vi en lösning tillsammans med vårdnadshavare, förening och streamingföretag.

www

Besök gärna vår hemsida, www.dackegymnasterna.se

Anmälningsavgift

Gymnastikförbundet fakturerar anmälningsavgiften när tävlingen gått av stapeln.

Administrativ avgift

Arrangören äger rätt att ta ut en administrativ avgift på 600 kr/trupp (för tävlingar med max 16 gymnaster). Administrativ avgift ska betalas utav alla lag oavsett om man beställer mat och/eller logi. Administrativ avgift betalas per lag. Se beställningsblankett, bilaga 3.

Kom ihåg:

Ifyllda handlingar ska vara Dackegymnasterna tillhanda senast den 12 maj. Fyll i samtliga handlingar noga.

OBS! Beställningarna är bindande och för sent inkomna beställningar kan nekas.

Slutligen...

önskar vi dig lycka till med träning och förberedelser inför tävlingen.

Vi ser fram emot att få träffa dig och uppleva spännande tävlingar.

VARMT VÄLKOMNA!

Dackegymnasterna

Bilagor:

1. Tävlings- och träningsschema
1. Anmälda lag
2. Bekräftelse på anmälan
3. Beställningslista
4. Redskapsskiss
5. Skiss över tävlingshallen
6. Karta
7. Hotell och vandrahem
8. Kläder



CATEA



svedea



Scandic

Partners till

Gymnastikförbundet 