

Eskilstuna Gymnastikförening

hälsar er välkomna till



# SPARBANKSPOKALEN

Stegserier 1 – 10, Riks- och  
Regionspokal, Starsserierna  
18 – 19 nov 2023



Vilstahallen, Eskilstuna

I samverkan med Eskilstuna Gymnastikförenings huvudsponsor,  
Sparbanken Rekarne, välkomnar vi till tävling i Kvinnlig  
Artistisk Gymnastik.

Sparbanken  
Rekarne



## Tävlingsinformation

**Datum:** 18-19/11-2023

**Plats:** Vilstahallen Eskilstuna, Eskilstuna Gymnastikförening  
Vilsta Sport & Fritidscenter, Vasavägen 81, 633 58 Eskilstuna



Tävlingshallen är bredvid gymnastikhallen, uppvärmning sker i träningshallen

### **Lördagen den 18 nov**

**Stegserier 5-10, Riks- och Regionspokal**

### **Söndagen den 19 nov**

**Steg 1-4, Stars serier Järn-Brons-Silver - Guld - Diamant**

*Tider sätts efter sista anmälningsdag och kommer att meddelas via PM 1.*

### **Tävlingsform**

Steg 1–4, Järn - Silver: Alla vinnare

Steg 5–8, Riks- och Regionspokal, Guld - Diamant: Individuell mångkamp samt grenseger där det är 5 eller fler gymnaster.

**Stegserierna** finns hos Svenska Gymnastikförbundet

<https://www.gymnastik.se/verksamheter/kvinnlig-artistisk-gymnastik/regler/bestammelser-och-reglementen>

**Starsserierna**, finns hos

Gymnastikförbundet Mellansvenska

<https://www.gymnastik.se/regioner/region-mellansvenska/tavling/kvinnlig-artistisk-gymnastik/stars-serierna>

**Ålder:** Fri ålder med lägsta ålder det år man fyller 7 år

***OBS!** Om ni avanmäler/ stryker en gymnast efter sista anmälningsdatum blir ni dock tvungna att betala anmälningsavgiften. Detta på grund av att kostnaderna för tävlingen utgår ifrån sista anmälningsdatum.*

### **Anmälan**

görs till [event@eskilstunagf.se](mailto:event@eskilstunagf.se)

**Sista anmälningsdag är den 18/10-23**

**Format:** Förnamn, efternamn, förening, födelseår, tävlingssteg samt medföljande domare med rätt utbildning för de tävlande. Skicka via ett Excelark. För avsaknad av domare debiteras en avgift på 3000:-/domare.

### **Anmälningsavgift**

Anmälningsavgiften **300: -/gymnast**

### **Domare**

1 domare per påbörjad 4 gymnaster

Steg 1–4, Järn – Silver: minst steg 1 domare

Steg 5–6, Guld – Diamant: minst steg 2 domare

Steg 7–8, Riks- och Regionspokal: minst steg 3 domare

Deltagande förening ska anmäla en (1) domare per påbörjat 4-tal gymnaster.

## Tävlingsregler

Samtliga tävlingsregler finns att hämta på [www.gymnastik.se](http://www.gymnastik.se) under rubriken verksamheter – kvinnlig artistisk gymnastik – regler. Eventuella frågor kan skickas till [kvag@gymnastik.se](mailto:kvag@gymnastik.se)

## Tävlingslicens

Föreningarna ansvara för att gymnasterna har giltig tävlingslicens.

### Anvisningar för barn- och ungdomsgymnastik

Barn ska tävla så lokalt som möjligt och under enkla former. Inom discipliner med stor geografisk spridning behöver vi fortsatt hitta mötesplatser. Som ledare är det viktigt att se till gymnastens mognad när tävlingar väljs ut så att en eventuell resa blir en positiv upplevelse för gymnasten. Ta del av Stegserierna och/eller Pokalserien för mer information om prisutdelningar och resultathantering. Läs anvisningarna i sin helhet här:

<https://www.gymnastik.se/om-oss/svensk-gymnastik-vill/trygg-gymnastik/anvisningar-for-barn--och-ungdomsgymnastik>

## Redskap

**Hopp:** Gymnova, satsbrädor Spieth  
**Barr:** Gymnova och Jansen Fritzen  
**Bom:** Gymnova och Spieth  
**Fristående:** Spieth

## EGF Kansli:

Meta Halldén [event@eskilstunagf.se](mailto:event@eskilstunagf.se)

## Tävlingsledare

Sofia Winqvist [sofia.egf@gmail.com](mailto:sofia.egf@gmail.com), 072-3757990

## Boende

Vilsta Sporthotell

Tel 016-51 30 80

632 29 Eskilstuna

Fax 016-51 30 86

[info@vilstasporthotel.se](mailto:info@vilstasporthotel.se)

**POKALER TILL ALLA TÄVLANDE!  
VARMT VÄLKOMNA MED ER  
ANMÄLAN!**

Sparbanken  
Rekarne



Sparbanksstiftelsen  
Rekarne



KFAST

Eskilstuna  
logistik



Eskilstuna  
kommun

V O L V O



Eskilstuna Energi & Miljö

Biltjänsten  
Serrander Bil AB



Gymnastik-  
förbundet



Sörmland

Canon



VILSTA  
SPORTHOTELL  
ESKILSTUNA

VERA  
Sport



Advokatgruppen Mellansverige

Advokat Carlos Costa

Eko-Priser  
Mälardalen AB