

SOFIAMÄSTERSKAPET 2025



PM2

Vi ses helgen 17-18 maj, varmt välkomna!



@sofiagymnastikforening

#sofiagymnastikforening

#sofiagf

Sofia Gymnastikförening





Information

Datum	17-18 maj
Plats	Enskedehallen (T-bana Gullmarsplan) Simlångsvägen 50, 120 39 Årsta
Klasser	Uppvisningsklasser och tävlingsklass nivå sex hålls under lördagen den 17e maj. Tävlingsklasser nivå åtta och sju hålls under söndagen den 18e maj.

Inför tävlingen

Musik	Musiken ska laddas upp senast den 2 maj i drivemappen: Mapp för musik . Namnge filen enligt formatet gren-föreningsnamn-lagnamn.mp3 (mp3-fil). Lag som väljer att inte skicka in musik, eller skickar in den för sent kommer att tävla till musik vald av arrangörerna.
Deltagarlista	En lista på samtliga gymnaster och ledare som ska delta under tävlingen lämnas in. Samtliga gymnaster behöver ha giltig tävlingslicens för att delta. Licenslista från Tydliga visas upp vid ackreditering.
Bedömningsunderlag	Fyra exemplar per gren som laget ställer upp i. Det finns ingen kopianator eller skrivare tillgänglig i hallen, tänk på att ha underlagen redo när ni kommer. Tävlingsbestämmelser finns i PM1.
Ledarlicens	Ledare som passar ska ha licens på rätt nivå för de övningar gymnasterna utför. En på tumbling och minst en av två på trampett.
Redskapsönskemål	Fylls i och lämnas in i redskapshörnan i samband med förträningen. Blanketter för önskemål finns på plats vid ackrediteringen. Egen trampett får medtas och lämnas i redskapsrummet innan förträningstart. Märk medtagen trampett väl.





Trampett med 32 och 36 fjädrar i märket Dorado finns i hallen. Vänligen notera att mattavarv sker på luftgolvet, våd alt. station efter nivå och ej tumbling.

Under tävlingen

Gymnastingång	Gymnastingången finner ni på byggnadens ena kortsida (kortsidan mot Gullmarsplan). Vänligen respektera att denna ingång endast är för gymnaster och ledare.
Omklädningsrum	Samtliga lag har ett tilldelat omklädningsrum. Omklädningsrummen finner ni rakt fram från gymnastingången. Följ skyltarna för att hitta ert omklädningsrum. Tänk på att lämna plats till andra lag i ert omklädningsrum. Vänligen använd hårspray ute, inte i omklädningsrummen.
Ledarsamling	Ledarsamling hålls inför varje klass, se tid för respektive ledarsamling i schemat. Under ledarsamlingen får ledarna info om tävlingen samt får tillfälle att ställa frågor. Vi vill att 1-2 ledare/lag deltar under ledarsamlingen. Ledarsamlingen sker vid gymnastingången/ackrediteringen.
Domarsamling	Domarna samlas i domarrummet inför respektive klass och går igenom kommande tävling. Här finns också möjlighet för domarna att ställa frågor om reglementet och bestämmelser under tävlingen. Samlingstiden är angiven i schemat för respektive klass.
Uppvärmning	För uppvärmning finns det tillgång till den lilla hallen. Det kommer vara skyltat upp till lilla hallen. Uppvärmning kan även ske utomhus, utanför gymnastingången.
Förträning	Förträningen sker i tävlingshallen enligt de schemalagda förträningstiderna. Det är viktigt att respektera de schemalagda tiderna så att alla tävlande lag har samma möjlighet till förträning. Lag som anmält två fristående starter till nivå åtta och sex delar på en friståendeförträning. För nivå sju har varje fristående start en kortare friståendeförträning. Läs igenom förträningsschemat så att ni har koll på era förträningstider.



Defilering	Samtliga gymnaster och ledare ställs lagvis upp på led utanför stora hallen, för att sedan gå ett varv i hallen och presenteras för publiken. Lista på defileringsordningen finner ni i tidsschemat.
Startordning & tidsschema	Alla tider för dagen hittar ni i separat tidsschema. Vänligen hjälp oss att hålla tidsschemat under dagen och var beredda innan ni ska in på golvet. Vänligen stå redo två starter innan.
Prisutdelning	<p>Åttan</p> <p>Samtliga lag får guldmedalj - funktionärer går ut till ringarna och ger ut medaljerna. Ingen resultatredovisning sker i hallen, på prisutdelning eller på internet. Ingen rangordning av lagen görs.</p> <p>Sjuan</p> <p>Guld-, silver- och bronsmedaljörerna välkomnas upp på prispallen, övriga lag tackas av med applåder i sina ringar på golvet. Totalsegrare utses. Ledarna har möjlighet att ta del av en fullständig resultatlista efter tävlingens slut, detta sker vid sekretariatet. Ingen resultatåtergivning sker öppet i hallen eller på internet.</p> <p>Sexan</p> <p>Guld-, silver- och bronsmedaljörerna välkomnas upp på prispallen, övriga lag tackas av med applåder i sina ringar på golvet. Totalsegrare utses. Ledarna har möjlighet att ta del av en fullständig resultatlista efter tävlingens slut, detta sker vid sekretariatet. Ingen resultatåtergivning sker öppet i hallen eller på internet.</p>
Sjukvårdare	Sjukvårdare kommer finnas i hallen under hela tävlingsdagen.





Publik

- Parkering** Parkeringsmöjligheterna utanför hallen är begränsande och avgiftsbelagda. Från Gullmarsplans tunnelbanestation är det cirka 5 minuters gång.
- Publikingång** Publikingången finner ni på byggnadens ena långsida (långsidan mot Gullmarsplans tunnelbana).
- Inträde** Inträde betalas i entrén via Swish.
Vuxna: 100 kr
7-17 år: 60 kr
Barn under 7 år: gratis
- Café** Vid publikingången finns ett café med diverse fika. I caféet sker betalning via Swish. Intäkterna i caféet går till föreningens verksamhet.

Övrig information

- Nötförbud** Det är nötförbud i hela hallen! Se till att varken ni ledare eller era gymnaster har med sig några nötter.
- Värdesaker** Vi i Sofia GF ansvarar inte för några värdesaker i hallen.

Vid frågor: kontakta arrangemang@sofiagf.se

