

PM1

Viking Open

Ungdom, Junior & Senior

Söndagen den 23 november 2025

Vikingahallen, Lidingö

Varmt välkomna!

Tävlingsledare	Viktiga datum	
Mikaela Wahlstedt	2025-08-31	Anmälan öppnar
070-448 66 30	2025-10-01	Anmälan stänger, PM1 med anmälda lag & prel. tidsschema skickas ut.
VikingOpenLidingo@gmail.com	2025-11-01	PM2 med slutgiltigt tidsschema
	2025-11-16	Deadline add ladda upp musik



Anmälda lag

Junior

	Förening	Lag	Grenar
1	SOL GF	Elittruppen JSM	Fristående
2	GT Vikingarna	ET	Tumbling, Trampett, Frist x2
3	Täby gymnastikförening	Täby GF lag 2	Tumbling, Trampett, Frist
4	Tullinge GF	FBST	Tumbling, Trampett, Frist
5	Varbergs GIF Gymnastik	Varbergs GIF Lila	Tumbling, Trampett, Frist
6	GT Vikingarna	JT	Tumbling, Trampett, Frist
7	Nacka GF	Nacka GF Juniortruppen	Tumbling, Trampett, Frist
8	GCF Uppsala	Herrtruppen Uppsala Lag 1	Tumbling, Trampett, Frist x2
9	GF Örebro	GF Örebro Junior	Tumbling, Trampett, Frist x2
10	Brommagymnasterna	JSM dam	Tumbling, Trampett, Frist x2

Senior

	Förening	Lag	Grenar
1	Västerås GF		Fristående
2	GCF Uppsala	Herrtruppen Uppsala Lag A	Tumbling, Trampett
3	GF Örebro	GF Örebro Senior	Tumbling, Trampett
4	Täby GF	Täby GF lag 1	Tumbling, Trampett, Frist
5	ABGS	ABGS ET	Tumbling, Trampett, Frist
6	GCF Uppsala	Seniortruppen GCF Uppsala	Tumbling, Trampett, Frist
7	Stockholm Top Gymnastics	STG	Tumbling, Trampett, Frist
8	Järfällagymnasterna	Järfällagymnasterna	Tumbling, Trampett, Frist x2
9	Sollentunagymnasterna	AET	Fristående

Ungdom

	Förening	Lag	Grenar
1	Tyresögymnastiken	UTRÖD	Fristående
2	SOL GF	Ungdom Vit	Tumbling, Trampett, Frist x2
3	GT Vikingarna	UT4	Tumbling, Trampett, Frist x2
4	IK Eskilstunagymnasterna	ELSA	Tumbling, Trampett, Frist

Preliminärt tidsschema

Tiderna är preliminära och kan komma att ändras.

JUNIOR	
08:45	Ledarsamling
09:00	Förträning
10:45	Defilering
13:05	Prisutdelning

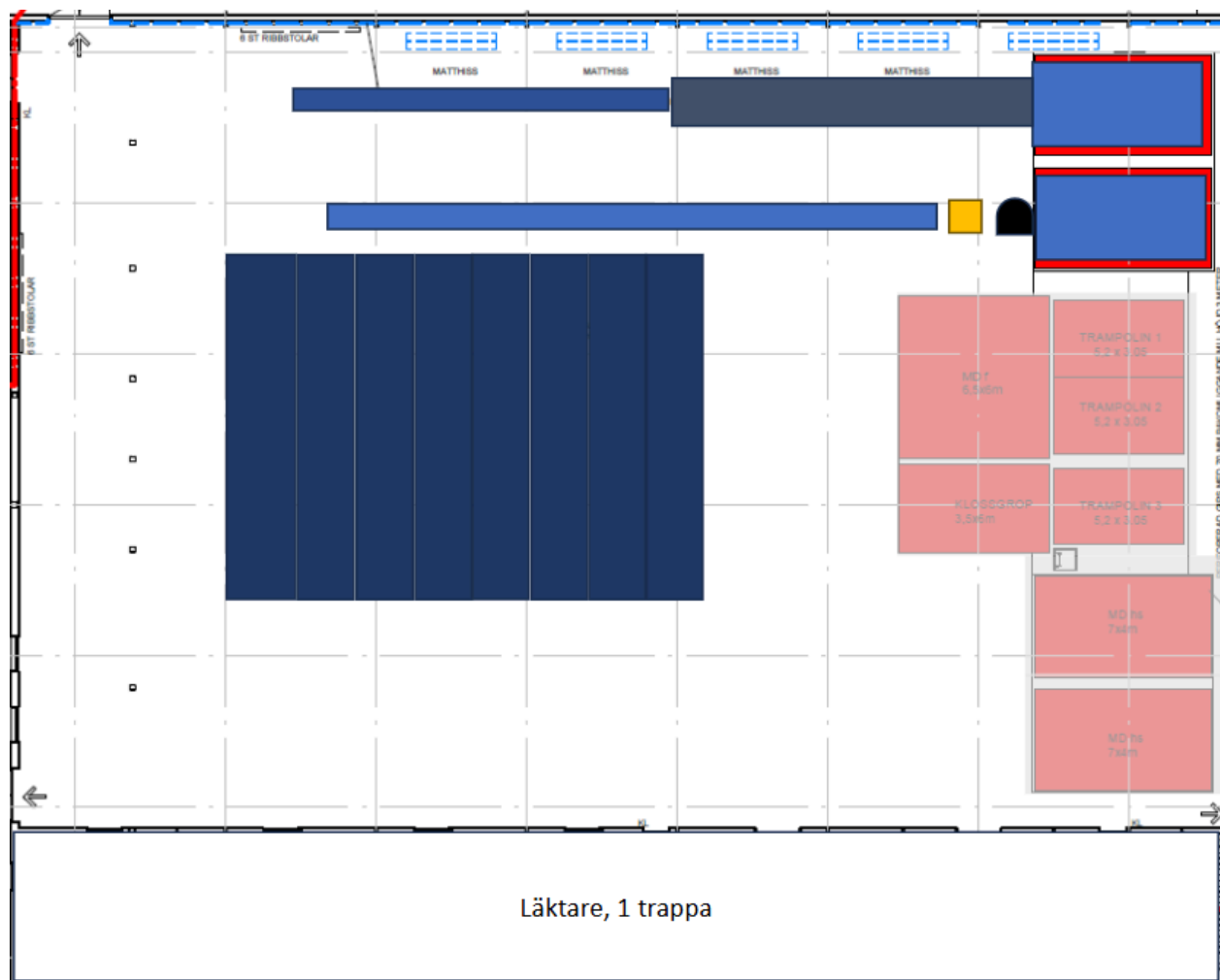
SENIOR	
13:30	Ledarsamling
13:45	Förträning
15:10	Defilering
16:50	Prisutdelning

UNGDOM	
17:20	Ledarsamling
17:35	Förträning
18:30	Defilering
19:30	Prisutdelning

Redskapsinformation & skiss

Hallen kommer att vara utrustad med följande redskap:

- Fristående: 8 st mörkblå våder, kortsida fram.
- Tumbling
 - Tumblinggolv, LEG
 - MD-grop med landningsbädd
 - 8st LEG ansatsklossar
 - Toppmatta (valfri)
- Trampett
 - Bord Tarpan
 - Dorado 36, Dorado 32
 - MD-grop med landningsbädd
 - Toppmatta (valfri)
- *Airtrack*: intresset för airtrack i seniorklassen var lågt, därför erbjuder vi endast tumbling.



Tävlingens syfte

Viking Open har syftet:

- Att låta många gymnaster få tävla.
- Att erbjuda ett tillfälle att få bedömning av fristående enligt Svenska CoP.
- Att erbjuda ett tävlingsmål sent under höstterminen till ett snällt underlag.

Domaranmälan

Varje deltagande lag anmäler 1 utbildad domare utbildad i CoP (i undantagsfall Steg 3) senast den 1 oktober. Om ingen domare anmäls, tillkommer en avgift på 2000:-/trupp. Domare ersätts med arvode på 450kr/klass. [Domaranmälan görs här](#). Påminnelse har skickats ut till lag som inte har anmält domare.

Tävlingsbestämmelser & Bedömning

Varje gren är en egen tävling. Olika gymnaster kan ingå i lagen i de olika grenarna och man kan ha flera lag i varje gren.

Obs! Fristående bedöms enligt Svenska CoP med C, D, & E poäng. I redskap bedöms endast E-poäng.

Ålder & kön	• Ungdom 13-15 år, Junior 15-18 år, Senior 17+ år • Undantag/dispens kan göras för 3 gymnaster i en trupp. • Dam, herr, mixed tävlar i samma klass.
Antal gymnaster	• 6-18 gymnaster / gren
Fristående	• Tävling på friståendeväder. • Bedömning enligt Svenska CoP med C, D och E-poäng.
Tumbling & Trampett	• Tävling till MD-grop med landningsbädd. "Semilandning" • Bedömning enligt Svenska CoP men <i>endast</i> E-poäng (utförande). Samtliga gymnaster bedöms. Avdragen delas med antal gymnaster och multipliceras med 6. • Övningskrav enligt USM/JSM/SM (eftersom C inte bedöms så är övningskraven endast en riktlinje för att få en hög kvalitet på tävlingen)
Bedömningsunderlag	• Fristående: 8 st bedömningsunderlag skrivs ut och lämnas in. • Redskap: Inga underlag behövs.

Tävlingshall

Vikingahallen, Bodalsvägen 47, 181 36, Lidingö. Vi rekommenderar att åka kollektivt till tävlingshallen då det är ont om parkeringar.

Kollektivt: Lidingöbanan från Ropsten till Bodals Station (7 min), 300 meter gång.

Bil: Parkering finns vid Bodals station med infart från Södra Kungsvägen. 92 platser, 300 meter gång.

Licens

Alla deltagande gymnaster skall ha tävlingslicens vilket intygas av en ledare via anmälan till tävlingen.

Ledare ska ha licenser i enlighet med Svenska Gymnastikförbundets riktlinjer.

