



RETNINGSLINJER GYM CUP ROGALAND



Innledning

Gym Cup i Rogaland er en lavterskel konkurranse for breddegymnastikk for både jenter og gutter fra 5. klassetrinn og opp uten øvre aldersgrense. Gym Cup arrangeres hvert år lørdag eller søndag på våren.

Målsetting for Gym Cup er:

- Å være ett interessant, inspirerende og spennende arrangement innen breddegymnastikk for både deltakere, publikum og arrangør.
- Inspirere til deltakelse på både nasjonale og internasjonale gymnastikkarrangementer.
- Gi trenere/lag/gymnaster muligheten til å få sine programmer vurdert.

1. Oppvisningsarena og hall

Arrangementet skal foregå innendørs. Oppvisningsarealet skal være 14 x 20 meter.

2. Alder/deltakelse

Rekruttklasse: 5.-7. klassetrinn

Ellers er deltakelsen åpen for alle gymnaster fra det året de fyller 13 år. Det er ingen øvre aldersgrense. Gym Cup er ett arrangement for lag som er medlemmer av Norges Gymnastikk- og Turnforbund. Gymnastene må være medlem i den foreningen som de stiller med.

3. Tid og musikk

Maks. 3 minutter. Musikken til oppvisningene må sendes til teknisk arrangør. Hver tropp må ta med ekstra kopi av musikken (mp3/mobil). Troppene er selv ansvarlig for at musikken er av god kvalitet.

4. Kategorier og antall gymnaster

- Liten tropp, 10 eller færre gymnaster
- Stor tropp, 11 eller flere gymnaster
- Store apparater, valgfritt antall gymnaster (eks er trampett, airtrack ol)

Effekter i form av håndredskaper og rekvisitter regnes ikke som apparater og kan benyttes i alle kategoriene. Tropper som benytter store apparater må delta i kategori Store apparater. For å avholde en kategori i Gym Cup, ønskes minst to tropper påmeldt. Hvis ikke, bli troppene slått sammen med en av de andre kategoriene. GU ordner dette etter påmelding.

5. Innhold og sikkerhet

Oppvisningens innhold tilpasses gymnastenes alder, kjønn og ferdigheter. Det må tas hensyn til de rammebetingelser som er satt; størrelse på oppvisningsarealet, maks tid, type underlag, eventuell bruk av apparater eller andre rekvisitter/effekter og vurderingskriteriene (punkt 7). Musikk må være tilpasset gymnastene og oppvisningens tema. Musikken bør være variert, både i tempo, lydstyrke, antall instrumenter og karakter. Selv om Gym Cup har vurderingskriterier er det viktig å bevare leken og fantasien, prøve og feile, utforske kreativiteten, ha det gøy og skape god energi og godt samhold i gruppen. Dette vil være entydig positivt for gymnastene og de som ser på. Troppene er selv ansvarlig

for sikkerheten til gymnastene under gjennomføringen. NGTFs bestemmelser for bruk av trampett skal følges om en velger å ha dette med i koreografien. Hopp bedømmes som en del av koreografi og ikke etter retningslinjer innen Troppsgymnastikk.

6. Bekledning

Turndrakter skal være sportslige og skal ikke være gjennomslittige. Sykkelbukse/tights er valgfritt. Kostymer brukes for å underbygge temaet i programmet og/eller musikken. Oppvisningstøy skal være tilpasse alder og/eller tema/musikk og på ingen måte fremstå som uanstendig.

7. Trening og oppvarming

Troppene vil få 10. min. treningstid på oppvisningsfeltet før konkurransen. Informasjon om dette skal gis i infobrev til troppene. Oppvarming foregår i den delen av hallen som ikke er i bruk til oppvisning eller i nærheten av oppvisningsarena.

8. Vurdering

Oppvisningene vurderes av 4 på forhånd oppnevnte synsere. De har erfaringer fra ulike typer turn-/gymnastikkgrener og aktiviteter, drama, koreografi og oppvisning. Vurderingskriteriene er:

1. Teknisk kvalitet:

Øvelsene skal være tilpasset gymnastenes ferdighetsnivå og sikkerheten skal ivaretas. Programmet skal ha målrettet treningseffekt. Gymnastene må vise god musikkforståelse.

2. Originalitet, variasjon og evne til nytenking:

Det skal vises evne til originalitet, variasjon og nytenking både ved valg av tema, musikk, kostymer, redskaper/ apparater, øvelsesutvalg, formasjoner, bruk av retninger og plan.

3. Underholdningsverdi:

Oppvisningen skal vekke følelser og fange publikums oppmerksomhet gjennom hele programmet.

4. Helhetsinntrykk:

Det skal være en sammenheng mellom tema, musikk, kostymer, redskaper/ apparater, uttrykk, øvelsesutvalg og formasjoner. Musikken skal tilpasses programmets karakter og oppbygging. Dersom man bruker vokalinnslag bør det være for å understreke tematikken i oppvisningsprogrammet. NB! Alle de fire punktene har lik verdi.

9. Resultater og premieutdeling

Poengoversikten er ikke offisiell og er kun tilgjengelig for synsere og sekretariat for å fastslå det endelige resultatet. Tropper med høyest poengsum innen den enkelte kategori blir tildelt gullmedalje. Sølv- og bronsemedaljer fordeles jevnt mellom de resterende troppene innen den enkelte kategori.

Gull, sølv- og bronsetildelingene er det offisielle resultatet.

Medaljene blir presentert for troppene i startrekkefølge. Hver gymnast mottar enten gull, sølv- eller bronsemedalje. I rekruttklassen blir det bare oppgitt en vinner. Alle rekrutter får deltakermedalje.

10. Feedback

Tilbakemeldingen gis skriftlig til den enkelte trener/tropp innen en måned etter arrangementet basert på notater gitt av synsere.

11. Apparater

Troppene skal melde inn sitt behov for apparater, via påmeldingsskjemaet samt en skisse av apparatoppsettet. Bruk av spesialutstyr/effekter, samt eventuelt behov for oppbevaring av dette må avtales med arrangør før arrangementet. Det er opp til hver arrangør klubb å gi tilbud om hvilke apparater de kan tilby, det er ikke ett krav at arrangør klubb skal ha tilgang på alt av apparater. Da kan evt det lag som trenger noe spesielt, medbringe dette selv om arrangør klubb ikke kan tilby ønsket apparat. Det er ingen plikt at arrangørklubb stiller med fullt teppe gulv. Dette må opplyses om i info til klubber om arrangør har teppe gulv, eller tregulv.

12. Mat

Arrangør tilrettelegger for lunsj til deltakerne. Arrangør stiller også med kiosk salg.

