Rytmisk gymnastik

Tävlingsbestämmelser



2025

SVENSK GYMNASTIK

Gymnastik-förbundet

Innehållsförteckning (version 2)

Förord 4

1 Allmänna tävlingsbestämmelser 5

2 Inbjudan och PM 5
2.1 Startordning 5

3 Anmälningsrutiner 5
3.1 Efteranmälan 5
3.2 Strykningar 6

4 Domare 6
4.1 Uttagning av domare 6
4.2 Anmälan domare 6
4.3 Resa, kost och logi 6
4.4 Klädsel på samtliga nationella tävlingar 6

5 Tävlingsdeltagande 6
5.1 Allmänt 6
5.2 Åldersindelning 7
5.3 Klädsel på gymnaster 7
5.4 Tillstånd och dispens 8
5.5 Föreningstillhörighet 8
5.6 Trupp 8
5.7 Duo och trio 8
5.7 Trupp/DT 8
5.8 Musik 9
5.9 Programtid 9
5.10 Protest 10

6 Tävlingsgenomförande 10
6.1 Representant från Gymnastikförbundet 10
6.2 Allmänt 10
6.3 Defilering 11
6.4 Prisutdelning 11
6.5 Kvalificering 12
6.6 Redskapsbestämmelser 12
6.7 Takhöjd 13
6.8 Utbildningskrav 13

7 Bedömning 13

8 Tävlingskalender 14
8.1 Riksserien 1 14
8.2 Riksserien 2 15
8.3 SM 16
8.4 Vårpokalen Syd och Nord 16
8.5 RG stjärnan digital tävling 17
8.6 Riksserien 3 18
8.7 Lag-JSM och lag-SM 19
8.8 Riksserien 4 19
8.9 JSM 20
8.10 Julpokalen Syd och Nord 21

9 Bilagor 22

Förord

Tävlingsbestämmelserna i rytmisk gymnastik (RG) är framtagna av Gymnastikförbundets nationella tävlingskommitté för rytmisk gymnastik (RTK) och är godkända av Gymnastikförbundets tävlingsansvarig.

Följande dokument ska läsas ihop med tävlingsbestämmelserna:

- Tekniskt reglemente
- Gymnastikförbundets anvisningar för barn och ungdomsgymnastik
- Arrangörsreglemente
- Bedömningsreglemente/Code of Points (CoP)
- Redskapsreglemente
- Nordiska regler för duo/trio
- Fria bedömningsreglementet
- Utbildningskrav
- **Bilaga 1 – Tillåtna kroppssvårigheter**
- **Bilaga 2 – Åldrar och tävlingsklasser**

1 Allmänna tävlingsbestämmelser

I rytmisk gymnastik är följande tävlingar klassificerade som Gymnastikförbundets nationella tävlingar: Svenska Mästerskapen (SM, JSM), Lag-SM & Lag-JSM, Riksserien, Pokalenserien (storregionstävling), RG-stjärnan. Olika tävlingar innefattar olika tävlingsklasser; individuellt, duo/trio (DT), trupp, lag.

2 Inbjudan och PM

Senast två månader före respektive nationell tävling ska en inbjudan publiceras på tavlingsanmalan.gymnastik.se med information om tävlingsdatum, plats (ort och lokal), arrangör, anmälningsavgifter, sista anmälningsdag och eventuella avvikelser från bedömningsreglementet och andra tävlingsbestämmelser. Gymnastikförbundet mailar ut inbjudan till alla föreningar med verksamhet inom rytmisk gymnastik, efter inbjudan publiceras all information enbart på tavlingsanmalan.gymnastik.se och meddelas inte via mail.

Senast fyra veckor före respektive nationell tävling ska PM från arrangören publiceras på tavlingsanmalan.gymnastik.se med information som tävlingsplatsens adress, preliminärt program för tävlingens genomförande, antal anmälda i respektive klass samt logialternativ inklusive kostnader för såväl mat som logi.

2.1 Startordning

Lottning av startordning görs av Gymnastikförbundet efter sista anmälningsdag. När lottningen är gjord är det inte möjligt att byta startordning. När startordningen är klar publiceras den på tavlingsanmalan.gymnastik.se. Vid gemensamt SM kan lottningen eventuellt göras vid annat tillfälle.

3 Anmälningsrutiner

Information om anmälningsförfarande, efteranmälan, strykningar och avgifter finns i tekniskt reglemente.

3.1 Efteranmälan

Efteranmälan är tillåtet till fyra veckor innan tävlingen förutsatt att arrangören tillåter i mån av plats. Efteranmälan görs via tavlingsanmalan.gymnastik.se.

Vid godkänd efteranmälan får gymnast/trupp delta i tävlingen mot erläggande av en efteranmälningsavgift:

- 200kr per individuell gymnast
- 500kr per DT/trupp/lag.

Efteranmälningsavgiften tillfaller arrangörsföreningen. *För RG-stjärnan tas ingen avgift ut.*

3.2 Strykningar

Eventuella strykningar görs via tavlingsanmalan.gymnastik.se. Vid återbud som görs efter lottning av startordning tas anmälningsavgiften ut. Detta gäller ej om läkarintyg kan uppvisas.

4 Domare

4.1 Uttagning av domare

Domare utses av RTK som eftersträvar en så bred föreningsrepresentation som möjligt. För uttagning och tillsättning av domare, se information för respektive tävling. Vid SM-tävlingar följs om möjligt FIG:s regelverk angående närstående. Vid SM och JSM samt Lag-SM och Lag-JSM ska en koordinatordomare ingå i domarstaben. Denna domare utses av tävlingskommittén i samband med att övriga domare tillsätts.

4.2 Anmälan domare

Se information under punkt 8 för Vårpokalen och Julpokalen.

4.3 Resa, kost och logi

Riksserien, SM-tävlingar samt Vår- och Julpokalen (exkl Fria klassen)

Domarna ansvarar själva för bokning av resor, kost (utanför tävlingsschemat) och logi. Gymnastikförbundet bekostar resa, kost och logi för uttagna förbundsdomare i enlighet med Att vara förbundsdomare. Arrangören står för måltider och fika under pågående tävling.

Fria klassen (på Vår- och Julpokalen)

Anmälande förening bekostar resa, kost och logi för de domare som är anmälda att döma fria reglementet.

4.4 Klädsel på samtliga nationella tävlingar

Klädsel i enlighet med tekniskt reglemente: Mörkblå eller svart kjol/byxa (ej jeans), vit skjorta alternativt vit blus, topp, piké eller dylikt samt mörkblå eller svart kavaj/jacka eller liknande är obligatorisk klädsel på alla nationella tävlingar. Slips är frivilligt.

5 Tävlingsdeltagande

5.1 Allmänt

Gymnaster som saknar giltig tävlingsförsäkring med tävlingslicens får inte ställa upp på tävlingar. Ansvarig tränare skall bevisa att alla gymnaster har en giltig tävlingsförsäkring med tävlingslicens genom att på tävlingsdagen kunna styrka detta genom en försäkringslista från Tydliga till arrangören. Försäkringslistan ska endas visas upp för arrangören inte lämnas in.

Rekommenderad starttid för tävlingar är klockan 09.00 med möjlighet till minst en timmes uppvärmning inför start. Rekommenderad sluttid för tävlingens sista dag är ca klockan 14.00.

5.2 Åldersindelning

Sverige följer de internationella reglerna för juniorålder som höjdes under 2024. I samband med detta beslutades att även senioråldern i Sverige skulle höjas med ett år.

Det innebär att gymnaster som är sista års-juniorer i Sverige och vill tävla internationellt, då kommer att räknas som seniorer. Det är inget hinder att följa svårighetskraven för senior även i Sverige, men svårigheterna som är över juniornivå kommer ej att bedömas på svenska tävlingar.

Landslagsledningen äger rätten att nominera gymnaster som är i brytåldern junior/senior att tävla i seniorer FIG (ej seniorer BAS) om gymnasten är aktuell för uttagning till landslag.

Åldersindelningen gäller hela cykeln 2025–2028 med undantag för deltagande i senior-NM där åldern följer de nordiska reglerna.

Se även bilaga 2 Åldrar och tävlingsklasser. Information finns också i tekniskt reglemente.

Klass	**Ålder**	**Födelseår** (tävlingsåret 2025)
Sista årsungdom/ **pre-junior**	Det år gymnasten fyller 13 år	2012
Junior	Det år gymnasten fyller 14 år	2011–2009
Senior	Det år gymnasten fyller 17 år	2008 och äldre

Angivna åldrar innebär från och med resp. till och med det kalenderår vederbörande uppnår stipulerad ålder

5.3 Klädsel på gymnaster

Se Code of Points (CoP); *Dress of gymnasts (Individual and group)*. På svenska tävlingar tillämpas inte avdrag för att underdräkt delvis är synlig eller för att tävlingsdräkt har delar av trosorna i hudfärgat material. Det är tränarens ansvar att se till att tävlingsdräkten är lämplig och har rätt passform. I övrigt ska dräkten följa bestämmelserna i Code of Points (CoP), exempelvis är det inte tillåtet med LED-lampor eller att ha lösa handledsdekorationer/bendekorationer.

För deltagande gymnaster i Pokalenserien och RG-stjärnan är det möjligt att tävla i kläder som inte följer bestämmelserna för tävlingsdräkt, så som exempelvis linne och shorts. Klädseln behöver endast vara lämplig för tävling.

5.4 Tillstånd och dispens

Dispens ska sökas via rg@gymnastik.se i samband med att inbjudan till tävlingen publiceras, dock senast i samband med anmälan till tävling. Dispens beviljas eller avslås enligt gällande regler och gäller kalenderåret ut (separat ansökan för varje tävling måste alltså inte göras).

5.5 Föreningstillhörighet

En gymnast kan representera en förening individuellt och en annan förening i trupp. Berörda föreningar måste ge sitt samtycke att gymnasten tävlar för två föreningar.

5.6 Trupp

Junior

En juniortrupp består av minst fem gymnaster och max sju gymnaster. En juniortrupp får ha valfritt antal pre-juniorer (födda 2012) och ingen dispens krävs. Juniortrupp får söka dispens för en till två gymnaster som är ett år äldre.

Senior

En seniortrupp består av minst fem gymnaster och max sju gymnaster. En seniortrupp får söka dispens för två gymnaster som är ett år yngre. Minst tre gymnaster ska ha rätt ålder.

5.7 Duo och trio

Junior

Junior DT består av minst två och max tre gymnaster.

En juniortrio får söka dispens för en gymnast som är ett år äldre.

En juniorduo kan ej ansöka om dispens för gymnast som är ett år yngre för deltagande på Riksserien, JSM, Lag-JSM eller Lag-SM. Detta då deltagare ska fylla minst 13 år det året enligt RF:s normer för nationella tävlingar. För tävlan på Pokalenserien gäller annan indelning av klasser, se respektive tävling.

Duo där en gymnast är junior och en gymnast är senior tävlar som seniorduo enligt nedanstående text.

Senior

Senior DT består av minst två och max tre gymnaster.

En seniorduo och seniortrio får söka dispens för en gymnast som är ett år yngre.

5.7 Trupp/DT

Deltagande på SM

Rätt att delta i svenska mästerskap har gymnast som uppfyller följande kraven i tekniskt reglemente.

Reserver

1. Förening som anmält trupp/DT där en gymnast ej kommer till start äger rätt att sätta in reserv under förutsättning att reservgymnasten ej deltager i annan trupp/DT i samma tävlingskategori och som följer övrigt regelverk i tävlingsbestämmelserna (exempelvis har korrekt ålder).
2. För reserver till mångkamps- samt grenfinaler under JSM och SM se respektive tävling.
3. För lag-SM och lag-JSM är det möjligt att, vid strykning av en gymnast, fram till tävlingens start ändra laguppställningen om så behövs för att laget ska bli komplett.
4. En seniortrupp som anmäler sex gymnaster ska använda alla gymnaster, dvs alla ska vara aktiva i något program.
5. En ungdomstrupp och juniortrupp kan anmäla sju gymnaster, där en reservgymnast ej behöver delta aktivt under tävlingen. Vid anmälan av sex gymnaster gäller samma sak, en reservgymnast behöver ej delta aktivt.
6. Vid strykning av en gymnast i en trio kan deltagande förening välja att delta som en duo eller sätta in en reservgymnast.

5.8 Musik

I PM:et framgår hur och när sista dag för att lämna in musik till arrangören är.

Föreningens ansvar

Det är föreningens ansvar att skicka in rätt musik och kontrollera att musikfilen är märkt med rätt gymnasts namn, klass, förening och redskap.

För SM-tävlingar

Musiken ska lämnas in via online systemet Tariff, Sport Event Systems. Information och inloggningsuppgifter skickas ut till anmälda föreningar av Gymnastikförbundet.

Inlämning av musik via Tariff

Den som laddar ner musiken måste göra det efter sista dagen för inlämning. Fram tills dessa har anmälande förening möjlighet att ändra eller korrigera musiken.

Fel musik spelas av arrangören

Om arrangören av misstag spelar fel musik, ska gymnasten lämna tävlingsytan och vara redo att köra om direkt. Musiken testspelas innan gymnasten ropas in på nytt.

Fel musik skickats in/annat fel

Om fel musik spelas ska gymnasten lämna tävlingsytan och får köra om i slutet av rotationen. Ansvarig tränare på plats lämnar in rätt musik på USB till arrangören/musikansvarige.

5.9 Programtid

Programtid juniorer/seniorer ind. samt junior/seniortrupp enligt Code of Points (CoP).

Duo: 1.15-1.30 min enligt de nordiskt framtagna reglerna för duo/trio (DT).

Tidtagning: Vid JSM, SM, lag-JSM och lag-SM sker tidtagning av alla program.

Fria klassen:

Individuella program oavsett ålder 1,15-1,45 minuter
Duo/trupp 1,15-2,15 minuter

5.10 Protest

Vid eventuell protestförfarande se Tekniskt reglemente.

6 Tävlingsgenomförande

6.1 Representant från Gymnastikförbundet

Vid alla nationella tävlingar ska en representant från Gymnastikförbundet finnas på plats. Denna representant kommer ofta från RTK eller representant utsedd av RTK. Representanten ingår i tävlingsjuryn.

6.2 Allmänt

De som tävlar i Vår-/Julpokalen och är i senior- respektive juniorålder tävlar enligt reglerna för Senior Bas individuellt alternativt Junior Bas individuellt. Vår- och Julpokalen är till för gymnaster som inte tidigare tävlat i någon FIG-klass.

Detta gäller inte för tävlingar på fria reglementet.

6.2.1 Svårighetskrav - individuellt

Senior FIG individuellt

Följer Code of Points (CoP)

Junior FIG individuellt

Följer Code of Points (CoP)

Senior BAS individuellt

Följer Code of Points (CoP)vmed följande undantag:

- En rotation i DER godkänns, värde 0.1
- Inget minimumkrav på DA, maximum 13 (in performance order)
- Maximum 3 –risker (DER)
- CoP avdrag enligt punkt 14, endast linjedomaravdrag tillämpas

Junior BAS individuellt

Följer Code of Points (CoP)med följande undantag:

- En rotation i DER godkänns, värde 0.1
- Inget minimumkrav på DA, maximum 10 (in performance order)
- Maximum 3 risker (DER)
- Code of Points (CoP) avdrag enligt punkt 14, endast linjedomaravdrag tillämpas
- Klassen delas även in efter åldrar; 2011, 2010, 2009är separata klasser i junior BAS
- Utgångspoäng i E är 20,00

Ungdom

Svårighetskraven för ungdom på regionsnivå får inte vara högre än för juniorer BAS.

Anpassad bedömning tillämpas på Pokalenserien. Varje region beslutar om egna svårighetskrav vid regionala tävlingar.

- Utgångspoäng i E är 20,00

Minior individuellt (gäller regionala tävlingar)

Svårighetskraven för minior på regionsnivå måste vara lägre än för juniorer BAS.
Varje region beslutar om egna svårighetskrav.

6.2.2 Svårighetskrav - trupp och DT

Seniortrupp

Följer Code of Points (CoP)

Juniortrupp

Följer Code of Points (CoP).

Ungdomstrupp (gäller Pokalenserien)
Fristående eller valfritt redskap. Tävlas i två separata klasser (ej mångkamp).
Antal gymnaster: Fem till åtta gymnaster (åtta gymnaster kan tävla samtidigt på golvet).

Bedöms endast på ET och EA.

Svårighetskrav DB: En av varje kategori (hopp, balans, piruett)
Svårighetskrav DE (redskap): Minst tre
Svårighetskrav samarbeten: Minst sex
Formation: Minst sex olika

Duo/trio

Bestämmelser för DT regleras i de *Nordiska reglerna för duo/trio*. Svenska nationella tävlingar följer dessa regler. Redskapen för duo/trio är fasta enligt rotationen för NM-tävlingarna.

- Utgångspoäng i E är 20,00

6.3 Defilering

Defilering ska genomföras på SM-tävlingar vid lämplig tidpunkt under dagen där flest gymnaster har möjlighet att medverka. Gymnaster uppmanas att delta på defileringen.
Defilering behöver inte genomföras på andra tävlingar.

6.4 Prisutdelning

Resor hem ska bokas med god marginal från planerad prisutdelning då gymnaster som ställer upp på tävlingen måste medverka vid prisutdelningen. Vid långa tävlingsdagar ska minst två prisutdelningar genomföras.

6.4.1 Ceremonier, medaljer och priser

Prisutdelningar ska följa reglerna för respektive klass (se information för varje tävling). Prisutdelning sker i direkt anslutning till avslutad tävling efter finalen. Alla gymnaster ska defilera in och ställa upp på golvet. Gymnaster ska vara klädda i föreningsrepresentativa

kläder eller tävlingsdräkt. Ledare som kallas fram ska vara klädda i föreningsrepresentativa kläder med undantag för de ledare som varit aktiva domare under tävlingen.

För BAS-klasser utses placering ett till tre eller översta hälften vid fler än tio deltagare. För FIG-klasser utropas alla deltagare i ordning efter placering. För DT och trupp junior utropas placering ett till tre. För DT och trupp senior utropas alla deltagare i ordning efter placering.

För Pokalenserien och tävlingar på fria reglementet ropas endast placering ett till tre. Övriga gymnaster ska ropas upp utan inbördes ordning (rekommenderas i startordning). Gymnasterna ropas upp med namn samt föreningstillhörighet.

Detta ska följas även på regionala tävlingar. Gymnaster tio till tolv år ska endast ropas upp med placering ett till tre och gymnaster yngre än tio år ska ropas upp utan placering.

Prisutdelningarna ska planeras av arrangören och följa barnrättsperspektivet och Gymnastikförbundets Anvisningar för barn- och ungdomsgymnastik.

SM och JSM

Vid JSM och SM erhålls Riksidrottsförbundets SM-tecken. Vandringspokal delas endast ut vid SM i klasserna individuellt, trupp och lag.

Delad placering

Vid samtliga nationella tävlingar gäller att vid delad placering delas medalj ut till båda gymnasterna/DT/trupp/lag (upp till tre deltagare). Om fler än tre gymnaster/DT/trupp/lag hamnar på samma slutliga poäng ska FIG:s regler om delad placering följas.

6.5 Kvalificering

6.5.1 Kvalificeringsregler för grenfinaler

JSM och SM

Om max tre gymnaster vid kvalificering till grenfinal hamnar på delad plats på den sista kvalplatsen kvalificerar sig samtliga dessa tre gymnasterna till grenfinalen. Om fler än tre gymnaster hamnar på delad plats på den sista kvalplatsen kvalificerar sig den gymnast/de gymnaster som har högst utförandepoäng (enligt FIG:s bestämmelser).

Under JSM och SM kommer en reserv att tas in till mångkamps- samt grenfinal om någon kvalificerad gymnast stryker sig under pågående tävling. Gymnast som är näst på tur och alltså är reserv ska presenteras av arrangören vid upprop av kvalificerade gymnaster till respektive final.

6.6 Redskapsbestämmelser

Redskapsnormer

Enligt FIG:s bestämmelser.

http://www.fig-gymnastics.com/site/rules/app-norms

Redskapen ska uppfylla normerna enligt FIG:s bestämmelser ovan. Redskapskontroller kommer inte att genomföras för alla gymnaster. Arrangör har dock rätt att kontrollera redskap enligt principen för stickprov under JSM, SM, lag-JSM och lag-SM.

6.6.1 Redskapsordning

Redskapsordning		
Seniorer individuellt	Följer FIG:s bestämmelser	2025: tunnband, boll, käglor, band
Juniorer individuellt	Följer FIG:s bestämmelser	2025: tunnband, boll, käglor, band
Ungdom individuellt	Följer svenska bestämmelser	2025: fristående och boll
Seniortrupp	Följer FIG:s bestämmelser	2025 : 5 bollar samt 3 tunnband + 2 par käglor
Juniortrupp	Följer nordiska bestämmelser	2025: 5 bollar
DT junior	Följer nordiska bestämmelser	2025: 2-3 bollar
DT senior	Följer nordiska bestämmelser	2025: 2-3 bollar
Ungdomstrupp	Följer svenska bestämmelser	2025: fristående och/eller valfritt redskap

6.7 Takhöjd

Minimum åtta meter men med stark rekommendation på högre höjd. Arrangörer som har möjlighet att boka hall med minst tio meter i takhöjd kan komma att prioriteras vid SM och lag-SM. Undantag från detta är Pokalenserien, se redskapsreglementet.

6.8 Utbildningskrav

Vid tävling ska Gymnastikförbundets utbildningskrav följas. Det innebär att du som ansvarig ledare ska vara införstådd med och följa kraven.

7 Bedömning

Juniorer och Seniorer Bas, pre-juniorer samt juniorer DT bedöms enligt Code of Points (CoP) med avvikelser listade i punkt 6.2. Juniorer FIG och Seniorer FIG bedöms enligt Code of Points (CoP). Pokalenserien bedöms endast på utförande; tekniskt och artistiskt (execution) med samma anpassningar som BAS-klassen.

RG-stjärnan och fria klassen (Pokalenserien) bedöms enligt fria bedömningsreglementet.

8 Tävlingskalender

Hitta datum och ort i tävlingskalendern (länk)

8.1 Riksserien 1

Tävlingsklasser	
Seniorer FIG	Tunnband, boll, käglor
Seniorer BAS	Tunnband, boll
Juniorer FIG **2009 – 2011**	Tunnband, boll 8 bästa till final med käglor
Seniorer BAS 2008	Tunnband, boll
Juniorer BAS 2009	Tunnband, boll
Juniorer BAS 2010	Tunnband, boll
Juniorer BAS 2011	Tunnband, boll
DT senior	2-3 bollar
DT junior **Gymnaster födda 2012 tillåts tävla**	2-3 bollar
Seniortrupp	5 bollar samt 3 tunnband + 2 par käglor
Juniortrupp **Gymnaster födda 2012 tillåts tävla**	5 bollar

Tävlingsregler:	FIG-klasser	Code of Points (CoP)
	BAS-klasser	Code of Points (CoP) med nationella anpassningar
	DT	Nordiska reglementet för DT OBS! Juniorer DT följer även reglerna för BAS-klassen
	Trupp	Code of Points (CoP)

Tävlingsform: Mångkampstävling i alla tävlingsklasser. För BAS-klasser utses placering ett till tre *eller* översta hälften vid fler än tio deltagare. För FIG-klasser utropas alla deltagare i ordning efter placering. För DT och trupp junior utropas placering ett till tre. För DT och trupp senior utropas alla deltagare i ordning efter placering.

På tävling fyra koras serievinnare i samtliga klasser. Serievinnaren är den med lägst totala placeringssiffra räknat på de tre bästa resultaten av de fyra deltävlingarna.

Domare: Domare tillsätts av RTK.

8.2 Riksserien 2

Tävlingsklasser	
Seniorer FIG	Boll, käglor, band
Seniorer BAS	Boll, käglor
Juniorer FIG **2011 – 2009**	Boll, käglor, Final för 8 bästa med band
Seniorer BAS 2008	Boll, käglor
Juniorer BAS 2009	Boll, käglor
Juniorer BAS 2010	Boll, käglor
Juniorer BAS 2011	Boll, käglor
DT senior	2 bollar
DT junior **Gymnaster födda 2012 tillåts tävla**	2 bollar
Seniortrupp	5 bollar samt 3 tunnband + 2 käglor
Juniortrupp **Gymnaster födda 2012 tillåts tävla**	5 bollar

Tävlingsregler:

FIG-klasser	Code of Points (CoP)
BAS-klasser	Code of Points (CoP) med nationella anpassningar
DT	Nordiska reglementet för DT OBS! Juniorer DT följer även reglerna för BAS-klassen
Trupp	Code of Points (CoP)

Tävlingsform: Mångkampstävling i alla tävlingsklasser. För BAS-klasser utses placering ett till tre *eller* översta hälften vid fler än tio deltagare. För FIG-klasser utropas alla deltagare i ordning efter placering. För DT och trupp junior utropas placering ett till tre. För DT och trupp senior utropas alla deltagare i ordning efter placering.

På tävling fyra koras serievinnare i samtliga klasser. Serievinnaren är den med lägst totala placeringssiffra räknat på de tre bästa resultaten av de fyra deltävlingarna.

Domare: Domare tillsätts av RTK.

8.3 SM

Tävlingsklasser:	Seniorer ind	Valfritt i kval och final (se notis nedan)
	Senior DT	*Enligt nordiska regler*
	Seniortrupp	Redskap enligt CoP

Tävlingsregler: Code of Points (CoP) i samtliga klasser utom DT senior där bedömning sker enligt nordiska reglementet för DT.

Tävlingsformer: Fri anmälan för alla klasser.

Seniorer kvalomgång två valfria redskap, tolv bästa till mångkampsfinal med ytterligare två redskap. Mångkampssegrare utses.

Åtta bästa per redskap går till final. Grensegrare utses för varje redskap.

Seniorer	Mångkamp och grenfinal, åtta bästa per redskap, grensegrare
DT senior	Mångkamp och grenfinal, sex bästa per redskap med ett försök, grensegrare
Seniortrupp	Mångkamp och grenfinal, sex bästa per redskap, grensegrare

Domare: Domare tillsätts av RTK.

8.4 Vårpokalen Syd och Nord

Vårpokalen Syd och Nord arrangeras som två separata tävlingar och arrangeras under en dag. Syd består av följande regioner: Väst, Sydost, Syd. Nord består av följande regioner: Öst, Mellansvenska, Uppsvenska, Mitt, Norr.

Tävlingsregler: Bedömning enligt Code of Points (COP) med nationella anpassningar (se BAS-klassen). Endast utförande bedöms; tekniskt och artistiskt (execution).

Tävlingsklasser:	Lagtävling	Ett lag består av tre till sex gymnaster som kör totalt sex program. Laget ska bestå av gymnaster som under innevarande år tävlar i BAS-

klasserna på RS eller på lägre nivåer.

Ungdomsgymnaster får köra fristående. En gymnast kan endast ingå i ett lag.

Separat tävling för DT och trupp med följande klasser:

DT Senior	Valfritt redskap (två försök)
DT Junior	Valfritt redskap (två försök)
DT Ungdom	Valfritt redskap (två försök)
Seniortrupp	Valfritt redskap (två försök)
Juniortrupp	Valfritt redskap (två försök)
Ungdomstrupp	Fristående (två försök)

Fria klassen med bedömning enligt fria reglementet:
Duo/trio
Trupp

Tävlingsformer: Inga individuella poäng redovisas i lagtävlingen. Laget får en gemensam totalpoäng. För DT ungdom och ungdomstrupp utnämns en vinnare, övriga lag kommer på delad andra plats och alla tilldelas en medalj och diplom. För junior- och seniortrupp samt DT junior och DT senior ges placering ett till tre, övriga kommer på delad fjärde placering.
För fria klassen gäller placering ett till tre, övriga kommer på delad fjärde placering. Klasserna delas in efter anmälan enligt bestämmelserna i fria bedömningsreglementet.

Ålder: Tio år och äldre (inga åldersdispenser ges).

Domare: Domare till tävlingen anmäls av deltagande förening via tävlingsanmälningssystemet. Varje deltagande förening på Pokalen ska anmäla minst en domare på regionsnivå. Varje deltagande förening i Fria klassen ska anmäla minst en domare som är utbildad att döma Fria klassen. Därefter utser RTK domarna enligt närhetsprincipen. Domarpanelen bör bestå av minst fyra domare, en per kategori.

8.5 RG stjärnan digital tävling

Tävlingsklasser: Enligt Fria bedömningsreglementet

Tävlingsregler: Fria bedömningsreglementet

Tävlingsform: Tävlingen genomförs under en vecka, där deltagande föreningar filmar sina program och lämnar in till arrangören. Programmen bedöms sedan av utsedda domare.

Domare: Deltagande föreningar ställer upp med minst en domare. Domaren ska vara väl insatt i Fria reglementet.

8.6 Riksserien 3

Tävlingsklasser	
Seniorer FIG	Tunnband, käglor, band
Seniorer BAS	Käglor, band
Juniorer FIG **2009 – 2011**	Käglor, band 8 bästa till final med tunnband
Seniorer BAS 2008	Käglor, band
Juniorer BAS 2009	Käglor, band
Juniorer BAS 2010	Käglor, band
Juniorer BAS 2011	Käglor, band
DT senior	2-3 bollar
DT junior **Gymnaster födda 2012 tillåts tävla**	2-3 bollar
Seniortrupp	5 bollar samt 3 tunnband + 2 par käglor
Juniortrupp **Gymnaster födda 2012 tillåts tävla**	5 bollar

Tävlingsregler:	FIG-klasser	Code of Points (CoP)
	BAS-klasser	Code of Points (CoP) med nationella anpassningar
	DT	Nordiska reglementet för DTOBS! Juniorer DT följer även reglerna för BAS-klassen.
	Trupp	Code of Points (CoP)

Tävlingsform: Mångkampstävling i alla tävlingsklasser. För BAS-klasser utses placering ett till tre *eller* översta hälften vid fler än tio deltagare. För FIG-klasser utropas alla deltagare i ordning efter placering. För DT och trupp junior utropas placering ett till tre. För DT och trupp senior utropas alla deltagare i ordning efter placering.

På tävling fyra koras serievinnare i samtliga klasser. Serievinnaren är den med lägst totala placeringssiffra räknat på de tre bästa resultaten av de fyra deltävlingarna.

Domare: Domare tillsätts av RTK.

8.7 Lag-JSM och lag-SM

Tävlingsregler:	Seniorlag	Code of Points (CoP)
	Juniorlag	Code of Points (CoP) med nationella anpassningar
Tävlingsklasser:	Seniorer lag	Tunnband, boll, käglor, band
	Juniorer lag	Tunnband, boll, käglor, band

En förening kan anmäla maximum två lag per klass.

Ett lag består av minst tre och maximum åtta gymnaster. Ett lag kör totalt åtta program: Två tunnbandsprogram, två bollprogram, två kägelprogram och två bandprogram. Laget anmäls med gymnast och vilket redskap som gymnasten kör. En gymnast kan endast ingå i ett lag. En gymnast kan som max köra tre program i laget (gäller både junior och senior).

Juniorer födda 2009 kan välja om de ska ingå i senior- eller juniorlag. Inga dispenser kring ålder ges. Pre-juniorer födda 2012 kan ingå i ett juniorlag. Ingen inlåning av gymnaster från andra föreningar tillåts.

Tävlingsform:	Till lagets totala poäng räknas ett poäng per redskap, samt ytterligare två högsta poäng (ej tidigare inräknade). Två poäng räknas bort från lagets totala poäng. För juniorlag utses placering ett till tre. För seniorlag utses placering ett till tre. Samtliga placeringar presenteras dock.
Domare:	Domare tillsätts av RTK.

8.8 Riksserien 4

NM kvaltävling 1 för seniorer individuellt, seniorer DT och seniortrupp

Tävlingsklasser	
Seniorer FIG	Tunnband, boll, band
Seniorer BAS	Tunnband, band
Juniorer FIG 2009 – 2011	Tunnband, band + åtta bästa till final med boll
Seniorer BAS 2008	Tunnband, band
Juniorer BAS 2009	Tunnband, band
Juniorer BAS 2010	Tunnband, band
Juniorer BAS 2011	Tunnband, band
DT senior	Två-tre bollar
DT junior	Två-tre bollar

Gymnaster födda 2012 tillåts tävla	
Seniortrupp	Fem bollar samt tre tunnband + två par käglor
Juniortrupp Gymnaster födda 2012 tillåts tävla	Fem bollar

Tävlingsregler:	FIG-klasser	Code of Points (CoP)
	BAS-klasser	Code of Points (CoP) med nationella anpassningar
	DT	Nordiska reglementet för DT OBS! Juniorer DT följer även reglerna för BAS-klassen.
	Trupp	Code of Points (CoP)

Tävlingsform: Mångkampstävling i alla tävlingsklasser. För BAS-klasser utses placering ett till tre *eller* översta hälften vid fler än tio deltagare. För FIG-klasser utropas alla deltagare i ordning efter placering. För DT och trupp junior utropas placering ett till tre. För DT och trupp senior utropas alla deltagare i ordning efter placering.

På tävling fyra koras serievinnare i samtliga klasser. Serievinnaren är den med lägst totala placeringssiffra räknat på de tre bästa resultaten av de fyra deltävlingarna.

Domare: Domare tillsätts av RTK.

8.9 JSM

NM kvaltävling 1 för juniorer individuellt, juniorer DT samt juniortrupp

Tävlingsklasser:

	JSM individuellt	Två valfria redskap Mångkamp för tolv bästa Åtta bästa per gren till grenfinal
	USM (pre-juniorer)	Ett valfritt redskap + band Inga finaler
	DT junior	Två-tre bollar
	Juniortrupp	Fem bollar

Tävlingsregler: Code of Points (CoP) i samtliga klasser utom DT junior där bedömning sker enligt Nordiska reglementet för DT samt enligt bestämmelserna för BAS-klassen. Även USM bedöms enligt bestämmelserna för BAS-klassen.

Tävlingsformer: Fri anmälan för alla klasser. Mångkampssegrare utses för varje juniorklass, junior DT samt seniortrupp.
Åtta bästa per redskap går till grenfinal.
Sex bästa DT samt trupp i mångkampen går till grenfinal.

DT junior	Mångkamp och grenfinal, sex bästa per redskap med ett försök, grensegrare
Juniortrupp	Mångkamp och grenfinal, sex bästa per redskap, grensegrare

Pre-juniorer födda 2012 kan ingå i DT samt juniortrupp.

Domare: Domare tillsätts av RTK.

8.10 Julpokalen Syd och Nord

Vårpokalen Syd och Vårpokalen Nord arrangeras som två separata tävlingar och arrangeras under en dag. Syd består av följande regioner: Väst, Sydost, Syd. Nord består av följande regioner: Öst, Mellansvenska, Uppsvenska, Mitt, Norr.

Tävlingsregler: Bedömning enligt Code of Points (CoP) med nationella anpassningar (se BAS-klassen). Endast utförande bedöms; tekniskt och artistiskt (execution).

Tävlingsklasser:

Lagtävling	Ett lag består av tre till sex gymnaster som kör totalt sex stycken program

Ungdomsgymnaster får köra fristående. En gymnast kan endast ingå i ett lag.

Separat tävling för DT och trupp med följande klasser:

DT senior	Valfritt redskap (två försök)
DT junior	Valfritt redskap (två försök)
DT ungdom	Valfritt redskap (två försök)
Seniortrupp	Valfritt redskap (två försök)
Juniortrupp	Valfritt redskap (två försök)
Ungdomstrupp	Fristående (två försök)

Tävlingsformer: Inga individuella poäng redovisas i lagtävlingen. Laget får en gemensam totalpoäng. För DT ungdom och ungdomstrupp och utnämns en vinnare, övriga lag kommer på delad andra plats och alla tilldelas en medalj och diplom. För junior- och seniortrupp samt DT junior och DT senior ges placering ett till tre, övriga kommer på delad fjärde placering.

	För fria klassen gäller placering ett till tre, övriga kommer på delad fjärde placering. Klasserna delas in efter anmälan enligt bestämmelserna i fria bedömningsreglementet.
Ålder:	Tio år och äldre (inga åldersdispenser ges).
Domare:	Domare till tävlingen anmäls av deltagande förening via tävlingsanmälningssystemet. Varje deltagande förening på Pokalen ska anmäla minst en domare på regionsnivå. Varje deltagande förening i Fria klassen ska anmäla minst en domare som är utbildad att döma Fria klassen. Därefter utser RTK domarna enligt närhetsprincipen. Domarpanelen bör bestå av minst fyra domare, en per kategori.

Riksserien 1 genomförst preliminärt 24-25 januari alternativt 31 januari-1 februari 2026 och fungerar som NM kvaltävling 2 för samtliga klasser.

9 Bilagor

Bilaga 1 – Tillåtna kroppssvårigheter

Bilaga 2 – Åldrar och tävlingsklasser