



DETTA ÄR
ETT AV FLERA
I EN SERIE AV
MATERIAL

ARRANGEMANG

– ATT BYGGA EN UPPVISNING
STEG FÖR STEG

Gymnastikförbundets vision är Rörelse hela livet. Till vår hjälp har vi en verksamhetsidé som tydliggör vårt uppdrag och uttrycker kärnan i verksamheten: "Svensk Gymnastik möjliggör för alla att träna, tävla och uppleva rörelseglädje. Rörelse är vårt språk."

Uppvisning är en del inom gymnastiken med en lång historia. Uppvisning kan ha många olika skepnader och finns som en naturlig del i alla pusselbitar och steg i gymnastikens utvecklingsmodell. Uppvisning är för alla: barn som vuxna, för nybörjare, motionärer eller för riktigt avancerade gymnaster. Syftet med uppvisning är att skapa en show tillsammans i en grupp, genom att kombinera olika gymnastiska moment med någon form av start och ett slut. Det handlar om att vara nyfiken, kreativ och våga utmana och testa nytt.

En uppvisning kan vara med eller utan redskap och genomföras i en gymnastikhall, utomhus eller varför inte i en helt annan miljö så som en strand, ett köpcentrum eller en skog. Uppvisningen kan innehålla gymnastikens alla discipliner och mer därtill. Med all sannolikhet kan man också inspireras av andra, som exempelvis cirkus, teater och andra idrotter. Möjligheterna är många.

MATERIAL FÖR STÖD TILL LÄRANDE OCH UTVECKLING

Det material du håller i din hand ger dig och dina föreningskollegor stöd för ert gemensamma lärande – ett lärande som går i folkbildningens anda och ger kraft åt människors tankar, idéer och vilja att utvecklas. Tanken är att materialet ska ge er ny kunskap och ett frågebatteri som ger vägledning och kraft i reflektioner och samtal. Vilket i sin tur skapar utrymme för att lära av och med varandra för att skapa en gemensam bild av var ni står i förhållande till ämnet och för att identifiera hur ni och er förening kan ta arbetet vidare. Det är deltagarnas olika perspektiv, erfarenheter, tankar och idéer som skapar möjlighet till förändring och utveckling.

Ni kan använda materialet direkt i er förening men det passar mycket bra att genomföras i en lärgrupp för er förening tillsammans med ert närmaste RFSISU-distrikt. En lärgrupp leds av en utsedd lärgruppsledare som tar på sig ledartröjan och leder samtalen och fördelar ordet så att alla deltagare inkluderas. Ni själva bestämmer hur er lärgrupp ska genomföras. Det vill säga hur, när och var ni ska träffas och vad i materialet ni lägger fokus och samtalar om.

RFSISU-distriktet är en oerhört värdefull resurs för din förening då de kan ge er stöd och rådgivning i viktiga frågor som ett komplement till Gymnastikförbundet. RFSISU innefattar också idrottsrörelsens egna studieförbund och bidrar till att stimulera och stärka lärandet samt att sätta era föreningsidéer i rörelse med hjälp av olika material och stöd i processer.



DE FYRA PUSSELBITARNA

Dessa pusselbitar lägger en bra grund för att utveckla och stärka uppvisningsgymnastiken. Med *verksamhetsutveckling* menas att föreningens utbud ses över och utvecklas för att nå en bredare målgrupp som inspireras av uppvisning. Med *kommunikation* menas hur vi synliggör och kommunicerar vårt utbud. I vilka kanaler det sker och vilka ord och bilder vi använder. Kommunikation handlar också om hur vi skapar delaktighet och inflytande med medlemmar och de som är engagerade inom uppvisningsgymnastiken.

Med *nätverk* menar vi de samarbeten eller mötesforum som skapas med andra föreningar, kommuner, dans- och teaterskolor eller andra aktörer med målet att få nya perspektiv och idéer. *Arrangemang* handlar om att skapa arenor och tillfällen där uppvisningsgymnastiken får synas. Det ger också tillfällen för utövare att mötas och inspireras av varandra för fortsatt utveckling.

Om en lägrupp ska godkännas som bidragsberättigad verksamhet i er förening gäller följande:

- Minst tre deltagare i lägruppen måste vara över 13 år.
- Lägruppen måste pågå under minst 3 utbildningstimmar, där en utbildningstimme är 45 minuter.

Lägruppen behöver registreras med namn på tema och lägruppsledare. Detta görs i nära dialog med din kontakt på RFSISU-distriktet.



ARRANGEMANG

OLIKA TYPER AV UPPVISNINGAR

En uppvisning består oftast av flera olika nummer. En del är lugna och finstämda, medan andra är häftiga och pampiga. Det finns olika typer av uppvisningar och här är några exempel:

Föreningsuppvisning

Alla grupper med alla gymnaster ska få visa upp sig. Syftet är att visa föreningens utbud. Detta ger också ett tillfälle att samla hela föreningens medlemmar och närstående. Det är viktigare att alla i föreningen får delta än att alla nummer är högpriesterande. Kombinera och sammanför dock gärna olika gruppers deltagande vilket ger en spännande mix och bidrar till en ökad sammanhållning.

Uppvisning på gator och torg

En förening släpar med sig utvalda redskap, rekvisita och en musikanläggning på en central eller annan utvald plats i stan eller byn för att visa godbitar ur föreningsverksamheten. Fundera hur den valda platsen kan användas på bästa sätt för att forma er uppvisning och synliggöra er verksamhet. Denna typ av uppvisning kan göra reklam för er förening, rekrytera nya medlemmar och nya samarbetspartners. Det blir ett tillfälle att få showa och visa upp sig.

Gymnastikshow

En extra, och i många fall mer påkostad, show för att fira ett jubileum i en förening eller samla gymnaster från många delar av landet eller från fler länder vid ett speciellt tillfälle. Showen har som mål att skapa något extra för publiken. Med biljettintäkter kan en proffsigare lokal och ljud- och ljusanläggning bekostas. Sponsorer kan vara villiga att stötta och medverka runt arrangemanget. Showen är medryckande och gör avtryck för framtiden. Föreningen försöker även locka sponsorer för framtiden och vill därför göra uppvisningen så medryckande som möjligt.

FORMA ARBETSGRUPPER

För att få till ett bra arbete framåt krävs att det skapas en eller flera arbetsgrupper som hjälps åt att planera och fixa saker som behöver göras inför uppvisningen. Med all sannolikhet behöver ni olika kompetenser och personer som hjälper till.



- Vilka kompetenser och roller behöver ingå i denna eller dessa arbetsgrupper? Vad innebär rollen? Vad är syftet och målet?
- I vilka forum och på vilka arenor söker vi efter dessa personer?
- Hur formar vi uppdraget så att det blir tydligt och attraktivt?
- När ska uppvisningen ske och när påbörjas planeringsarbetet? Tydliggör tidsperioden.

Gör en plan för hur ni tillsätter arbetsgruppen eller grupperna. Säkerställ att alla i arbetsgrupperna vet vad som förväntas av dem och hur de är en viktig del i helheten. När ni väl har format arbetsgrupperna är det dags att sätta i gång arbetet.

PLANERING

När arbetsgruppen eller arbetsgrupperna är utformade gäller det att starta upp och börja planeringsarbetet. För att kunna planera och framföra en uppvisning gäller det att först och främst ta reda på relevant bakgrundsfakta.

Varför... Vad är anledningen till den planerade uppvisningen? Ska den visas i något särskilt sammanhang?

Vad... Vad vill ni förmedla?

Vem... Vilka ska medverka på uppvisningen? Vilka är målgruppen för publiken?

Var... Var ska uppvisningen vara?

Hur... Vilka förutsättningar finns? Hur ser lokalen eller platsen för uppvisningen ut?

När... När ska uppvisningen ske?

Har ni några lärdomar och erfarenheter sedan tidigare uppvisningar som är värdefulla att ta med in i arbetet?

När datum och ramar är satta, säkerställ att ni bokar upp eventuell lokal eller ansöker om tillstånd för att få uppträda utomhus.

[Läs mer om ansökan om tillstånd här!](#)

VÄLJ TEMA

När ramarna är satta är det dags att välja tema. Involvera gärna fler i att spåna idéer på roliga och spännande teman. Inspireras gärna av andra. Vad har gjorts tidigare? Kan vi "låna" idéer från andra? Är det något speciellt som händer i vår omgivning som kan vara kul att spinna vidare på? Brainstorma tillsammans. Provtänk och spåna fritt innan ni avgränsar er och väljer ett tema. Det finns en uppsjö av teman att välja mellan och bara fantasin sätter gränser. På nästa sida kommer några förslag.

Färg

Här kan du antingen välja att ha en färg för alla – kanske ska alla ha gula t-shirts på sig – eller så väljer du att färgsätta de olika uppvisandegrupperna med olika färger. Det kan till exempel vara en speciell färg på linne/t-shirt, en hår/huvuddekoration i en speciell färg eller en ansiktsmålning i vald färg. Kanske syr ni en cape i olika färger så att alla aktiva har olika färger?

Musik

Välj till exempel en musikgenre, ett specifikt årtal eller musik med några specifika instrument som återkommer på olika sätt. Kanske väljer ni musik från årtiondet er förening bildades, eller så visualiserar ni en resa genom olika musikstilar (jazz, disco, punk m.fl.) och tider (50-,60-,70-tal).

Filmer

Välj en favoritfilm och använd den som grund. Till exempel Djungelboken – där de aktiva är olika djungeldjur, Törnrosa – där de aktiva är prinsar och prinsessor eller kanske temana "Det onda och det goda", "Kärlek" eller "En dag i en gymnasts liv".

Rekvisita/Redskap

Välj ett redskap som ska finnas med vid varje del av uppvisningen, till exempel en boll, trumpinnar eller en attiralj som alla deltagarna kan bära med sig såsom ett band eller ett tygstycke. Tänk på att små saker kan ge stora effekter. Mellan varje del av uppvisningen kan de olika grupperna sedan lämna kvar rekvisitan/redskapet på uppvisningsytan. Om det är en boll kan till exempel grupp 1 kasta över den till grupp 2.



- Vad kan grupperna göra med redskapet eller attiraljen som ger effekt?
- Hur kan varje grupp göra något nytt med bollen?
- Hur kan vi väva in bollen i de olika uppvisningsdelarna?

Mjuka värden/Budskap

Har föreningen värdeord eller en särskild värdegrund? Använd delar av eller hela värdegrunden i er uppvisning. Om ni till exempel har ett värdeord som är GEMENSKAP – hur kan ni visa detta genom uppvisningen och i skiftet mellan uppvisningarna? Genom att involvera värdegrunden i er uppvisning kan ni hålla värdegrunden levande i föreningen. Ni kan också låta de aktiva ta fram ord som de vill att uppvisningen ska genomsyras av till exempel kärlek, vänskap eller trygghet.



- Vilka olika teman kommer upp som idéer? Vad känns spännande och intressant med respektive tema?
- Vad blir ert tema för i år? Vad ska temat signalera? Beskriv gärna med ett par nyckelord och utveckla sedan er berättelse utifrån dessa nyckelord.
- Hur kan ni fånga olika perspektiv och ingångar till temat under uppvisningens gång?
- Vad blir den "röda tråden" som håller samman hela uppvisningen? Hur synliggör ni detta under uppvisningens gång?

TIPS PÅ KLASSISKA UPPVISNINGAR OCH TEMAN:

Röda mattan

Välj en artist eller kändis som grupperna ska ha i åtanke och välj musik som passar personen. Kanske musik från en film om det är en skådespelare, eller en låt som en artist sjunger.

Cirkus

Här finns massor av musik att välja på. Skapa känslan av cirkus genom scenografi och hur gymnasterna är klädda (akrobater, clown, ballerina, lejonvärd, cirkusdirektör mm).

Vilda Västern

Här finns cowboys/cowgirls, indianer, sheriffer, hövdingar och djur. Bygg en tipi eller skapa en lägereld.

Astrid Lindgren

Låt de olika grupperna vara olika Astrid Lindgren-karaktärer (Pippi, Bröderna Lejonhjärta, Ronja Rövardotter, Emil i Lönneberga).

Det onda och det goda

Visualisera en kamp mellan det som påverkar oss negativt och gör att vi mår dåligt, och det som gör oss glada och energifulla. Hur balanseras dessa och gör oss till vårt bästa jag?

SÄTT IHOP EN SHOW

När ni valt tema kan ni välja att hålla uppvisningen enkel med det tema som ni valt eller lägga på lite extra effekter. Säkerställ att ni har en "röd tråd" genom hela uppvisningen och att de olika delarna bygger vidare på varandra. Behöver ni addera någon liten mellanakt för att tydliggöra den "röda tråden" och hur de olika delarna hänger samman och kopplas till det valda temat?

Ta hjälp av de som ska medverka i uppvisningen för att få in förslag och idéer på moment och inslag utifrån det tema som ni valt. En ökad involvering kommer bidra till ett ökat engagemang inför uppvisningen.



Fundera över:

- När lägger ni in de olika grupperna med de olika momenten?
- Hur skapar ni en bra mix mellan grupperna och vad de ska utföra?
- Vad blir den "röda tråden" genom hela uppvisningen?
- Hur kan vi växla och variera karaktär på gruppernas moment? Stillsamt, kraftfullt, långsamt och snabbt. Olika effekter som stärker upplevelsen av showen.
- Behövs någon paus? När läggs denna paus in i så fall? Och hur startar ni upp den andra delen på ett bra sätt efter den eventuella pausen?
- Finns det specifik rekvisita som förstärker ert tema på ett enkelt sätt?
- Hur mycket tid tar respektive uppvisningsdel? Fundera över hur lång tid hela programmet får ta och se över tiden för respektive delmoment utifrån det.

TIPS!

Om till exempel har valt cirkus-tema kan en grupp klä sig som cirkusartister, en annan som clown och en tredje grupp som cirkushästar.

Lägg ut en röd lång matta vid entrén, sätt upp ballonger överallt i lokalen, klipp ut små färgglada flaggor/triangler och fäst på ett långt snöre och sätt upp på olika ställen. Sätt upp ett litet cirkustält, ha någon som jonglerar, en Starke Adolf som lyfter tunga vikter med mera.

Använd musik som har cirkus i låttextern eller annan klassisk cirkusmusik. Använder du dig av en speaker/presentatör så kan den personen vara cirkusdirektör.

Redskapsfolket som flyttar redskap kan också vara en del av uppvisningen genom att till exempel vara clown.

När det gäller en uppvisnings innehåll är det bara fantasin som sätter gränser. Variationen är oändlig och beror på varför, var och hur. Utnyttja bredden inom gymnastiken – alltifrån danser till volter och hopprep. Det kan även ge effekt att vara lite smalare i valet av övningar. Inom gymnastiken är det en stor fördel att det finns discipliner som är olika varandra i sitt utförande – något som också kan skapa variation i uppvisningen. Med små medel kan du skapa en stämning som förstärker ditt tema och stärker upplevelsen av uppvisningen i sin helhet.

REDSKAPSBANOR FÖR OLIKA ÅLDERSGRUPPER

Redskapsbanor och uppställningar kan utformas på en mängd olika sätt. Försök att tänka nytt och se hur ni kan använda redskapen och de olika uppställningarna på flera sätt med olika grupper. Det kan utmana kreativiteten och synliggöra olika användningsområden.

När du bygger banor för yngre grupper så är det roligt att lägga in en tanke bakom varje övning som matchar temat i uppvisningen. Om vi stannar kvar vid cirkustemat kan balansgång vara lindansning och kullerbyttor genom en rockring kan vara ett lejon som ska genom en brinnande ring. Kanske kan gymnasterna själva vara med och bestämma vilken känsla de ska ha vid varje övning?

När man har mycket redskap ute på golvet är det bra om de olika banorna inte är allt för olika varandra. På detta sätt minimerar du stök med redskap och kapar tiden för uppvisningen. Tänk ut övningar som du kan ha progression på. Hur kan våra yngsta aktiva använda denna och hur kan jag utveckla övningen eller uppställningen av redskap för de aktiva som kommit längre i sin utveckling? Då sparar du tid och kraft!

Har du tävlingsgrupper med i uppvisningen kanske detta är ett bra sätt att få träna inför publik. Det blir ofta en wow-faktor att få se hur utvecklingen stegrar från de yngsta med sina grundmoment till efterföljande gymnaster. Det kan också bli kraftfullt att sammanföra olika grupper och låta dem göra uppvisningsmoment tillsammans.



- Vad har vi för redskap?
- Hur skapar vi en bra variation under programmets gång?
- Vilka redskapsuppställningar passar bäst för respektive grupp utifrån temat?
- Finns det önskemål från gymnasterna att de vill visa upp ett specifikt moment? Hur går ni dem till mötes på ett bra sätt?
- Kan ni bygga redskapsuppställningar som kan användas av flera grupper på olika sätt?
- Hur säkerställer ni att det går smidigt att plocka fram och undan redskapen?

Hämta in information från alla medverkande och säkerställ att ni gör en lista på vilka redskap som kommer användas. Gör en skiss över hur redskapen ska stå vid respektive uppvisningsdel.

FLASHMOB/UPPVISNINGSDANS

Något som är extra roligt för publiken och som kan skapa häftiga effekter är att se alla aktiva på golvet/ytan samtidigt. Ta inspiration från olika håll och se vad som skulle passa för er förening. Kan ni göra något tillsammans? Kanske en flashmob eller uppvisningsdans? En flashmob är en enklare dans som någon leder och övriga härmar. I många fall har flashmoben spridits innan själva uppvisningstillfället och gör att fler redan kan dansen, både bland gymnaster och publik, och kan hänga på direkt.

En idé kan därmed vara att skapa en enklare flashmob som sedan delas på föreningens hemsida eller i sociala medier några veckor innan uppvisningen för att både marknadsföra arrangemanget och få fler att träna in den innan. En uppvisningsdans kan vara ett program där alla får sin specifika uppgift och på så sätt skapar häftiga effekter gemensamt.



- Om ni väljer att göra en uppvisningsdans eller flashmob, vem eller vilka hjälper till att skapa den?
- När och var synliggörs den i så fall innan själva uppvisningen?



PROGRAMBLAD OCH POSTERS

Marknadsför uppvisningen via er hemsida och i sociala medier. Kanske har er kommun billboards på olika ställen där ni också har möjlighet att lägga upp information om er uppvisning.

Leta fram bilder som ni kan använda i era posters och programblad, men glöm inte att kontrollera om det krävs hänvisning eller en kostnad för de bilder ni använder i materialet. Gratisbilder kan ni till exempel hitta på pixabay.com (notera att Pixabay även har betalbilder och vissa bilder kräver att ni gör en notering när ni använder bilderna).

Viktig information på materialet är förstås vilka som arrangerar och vad det är för typ av uppvisning. Datum, tid, eventuell kostnad, möjlighet till fika/mat, transport och parkering samt hur lokalen är anpassad för publik med funktionsnedsättning och vilka eventuella sponsorer som medverkar är också bra att få med.



- Vilket budskap vill ni förmedla i ert programblad och på era posters?
- Vilken information blir viktig att få med?
- Hur attraherar ni publik att vilja komma?

FUNKTIONÄRER

Att ha funktionärer är otroligt viktigt för att allt ska fungera före, under och efter uppvisningen. Se till att engagera föräldrar eller andra närstående vuxna i rollen som funktionär. Många av ledare, tränare och gymnaster kommer troligen vara involverade i själva uppvisningen.



- Till vilka sysslor behöver ni funktionärer?
- Hur många funktionärer behövs till respektive syssla?

Sysslorna kan handla om att vara speaker, stå i cafeterian, sälja biljetter, hjälpa till att vägleda publiken vart de ska sitta, dela ut information eller programblad, plocka fram och undan redskap och städa.

Skapa ett schema för alla ledare och funktionärer – gärna så detaljerat som möjligt. Det gäller att skapa en tydlighet vem som ansvarar för vad samt när i tid insatsen eller insatserna ska genomföras.



- Hur tydliggör ni de olika rollerna?
- Hur informerar ni berörda på bästa sätt för att undvika missförstånd?

VÄLJ SPEAKER MED OMSORG

Speakern har en viktig roll att fylla för att engagera publiken och skapa en bra stämning. Låt speakern berätta kort om föreningens verksamhet och om temat för denna uppvisning. Fundera över hur speakern sedan kan hjälpa till att skapa en berättelse som stärker den "röda tråden" och uppvisningens tema. Det kan vara värdefullt att speakern har någon form av talmanus att följa med information om de olika grupperna som medverkar.

FÖRBEREDELSE INFÖR UPPVISNINGEN

Här har vi listat sådant som kan vara bra att tänka på när ni förbereder inför uppvisningen.

Inköp

Ska ni ha cafeteria, försäljning eller lotter? Förbered med inköp och logistik.

Om ni ska ha cafeteria är det viktigt att tänka på hygien och undvika nötter eller annat som kan utlösa allergiska reaktioner.

Musik

Se till att musiken finns samlad på ett och samma ställe så att den som blir ansvarig för musiken enkelt kan matcha musik med respektive grupp och uppvisningsmoment. Det bästa är om musiken har klippts ihop och finns samlad i ett och samma flöde.

Ställa i ordning lokalen

Se till att ni är i tid för att ställa i ordning lokalen och få allt på plats utan att stressa.

- Vad behöver ni ställa i ordning före uppvisningen?
- Vilka redskap ska vara framme från start?
- Behövs avspärningar för publik?
- Har ni läktare eller behövs stolar?
- Ska ljus och ljud kopplas in?
- Har ni någon dekoration som ska upp?
- Har ni markerat in- och utgång för gymnasterna som ska medverka?
- Om ni ska ta inträde, hur kan publiken betala?



LOTTERI OCH AUKTION

Att ha lotteri och/eller auktion är både roligt och kan bli en bra intäkt till föreningen. Notera att ni kan behöva tillstånd för lotteri – beroende på till exempel lottens pris, vinstens värde med mera.

Kontrollera med din kommun vad som gäller för just er. Allmänna regler kan du läsa mer om på <https://forening.se/pengar/lotteri/anordna-lotteri/>

Lotteri: Förbered och märk upp alla priser. Har ni flera uppvisningstillfällen så fördela priserna mellan lotterierna så jämt som möjligt. Skapa färdiga prislistor där lottens nummer direkt visar vilken vinst man vunnit – detta sparar tid jämfört med manuell lottdragning. Accepterar ni kontanter så behöver ni säkra att ni har växelkassa.

Auktion: Har ni kanske sponsorer som kan tänka sig att donera lite större vinster? Till exempel en middag för två, eller fri träning under en tid på något gym. En whiteboard är bra att ha under en auktion. Där kan ni logga inkomna bud så att publiken enkelt kan följa auktionen. Sätt upp skyltar med instruktioner om hur de skickar sina bud. Det är bra för publiken att veta vad värdet på produkten eller tjänsten är.



- Vad går i linje med er förenings värdegrund?
- Vad kommer kunna ge er en bra extra intäkt till föreningen? Kommer delar av intäkten gå till någon välgörenhet?

Vid all typ av försäljning eller lotteri är det viktigt att vara tydlig med vart pengarna ska gå. Det ger köparen en bättre bild av vad de sponsrar till.

OMKLÄDNINGSRUM

Märk upp omklädningsrummen så att de aktiva vet vart de ska ställa sina saker/byta om. Är det en stor hall med många omklädningsrum kan det även vara bra att ha kartor uppsatta runt om i lokalen över de olika omklädningsrummen.



- Vad finns för möjligheter till ombyte i de lokaler ni kommer vara?
- Hur organiserar ni grupperna på bästa sätt?

SAMLINGSPLATSER PÅ UPPVISNINGSYTAN

Det kan lätt blir virrigt och stökigt om aktiva och ledare inte vet var de ska samlas. Planera in samlingsplatser på uppvisningsytan och sätt upp information på väggar för enkel orientering.



- Hur markerar ni ut var respektive grupp ska samlas före och efter deras medverkan?
- Hur markerar ni var publiken ska sitta? Tänk på att in- och utgång behöver vara tydligt markerade.

PARKERING

Vad det är som gäller avseende parkering kring område/hall där er uppvisning är behöver du undersöka med kommunen. Finns det gott om parkeringsplatser? Är dessa gratis eller betalparkering? Finns det möjlighet att åka kommunalt till platsen? Finns det ställen där parkering är förbjuden? Undersök dessa frågor så att ni själva vet vad som gäller och sprid informationen tillsammans med er uppvisningsinformation för att underlätta för besökare/publik.

UPPMÄRKSAMMA OCH TACKA MEDVERKANDE

Visa er tacksamhet för alla som hjälpt till – det betyder så mycket. Se till att utvärderingen hjälper er att dra lärdomar för att utveckla och förstärka organiseringen inför nästa uppvisning.



- När uppvisningen väl är gjord, hur ser ni till att tacka alla som medverkat och hjälpt till?
- Hur uppmärksammas det arbete som ni genomfört tillsammans?
- Hur följer ni upp och låter alla få utvärdera arbetet på ett bra sätt?



EXEMPEL FRÅN VERKLIGHETEN!

Den nationella uppvisningskommittén har startat upp en Facebook-grupp som är öppen för den som är intresserad och vill inspireras av filmklipp, idéer och tankar i arbetet med uppvisningsgymnastik. Ni hittar den på "Uppvisningsgymnastik i Sverige". Medlemstalet ökar kontinuerligt och stiger lite extra när det görs återkommande inlägg.



[Uppvisningsgymnastik i Sverige](#)

Vill du och dina ledarkollegor i föreningen fortsätta
era samtal för att lära och utvecklas?

Använd något av de övriga material
som är framtagna inom Uppvisningsgymnastik,
eller något material av Gymnastikförbundet
alternativt SISU Idrottsutbildarna.

Gymnastikförbundet 

Postadress: Box 11016, 100 61 Stockholm • Besöksadress: Skansbron 7
Telefon: 08-699 60 00 • E-post: info@gymnastik.se • www.gymnastik.se