

Uttagning till Bruttotruppen

Detta dokument syftar till att sammanfatta allt som rör uttagningen till bruttotruppen inför kommande trupplandslag.

Målet med uttagningen - och hela satsningen på landslag inom trupp – är att skapa så bra förutsättningar som möjligt inför processen mot och prestationen under EM i Baku, Azerbajdzjan, den 16-20 oktober 2024.

Uttagning till trupplandslaget

Första steget på vägen kommer vara uttagningen till bruttotruppen och de bruttosamlingar som kommer genomföras under första kvartalet 2024. Datum för dessa presenteras på förbundets hemsida under sensommaren 2023.

Uttagningskriterierna till bruttotruppen kommer framförallt baseras på stil och teknik men på bruttotruppslägret kommer även följande tas i beaktning:

- Mental förmåga (förmågan att prestera när det gäller, högsta/lägsta-nivå)
- Taktisk förmåga (hushållning av resurser, formtoppning, upplägg av egen träning)
- Social förmåga (lagspelare)
- Kulturell/professionell förmåga (förebild, inställning + prioritering)
- Kontextuell förmåga (förståelse för samspel mellan förening/förbund och olika roller)
- Kognitiv förmåga (förmåga att ta emot, lagra, bearbeta och plocka fram information)

Bruttotruppslägret kommer framförallt inriktas på svårigheter i fristående, grundträning, och fristående koreografi. Fristående koreografi kommer skickas ut till uttagna bruttotruppsgymnaster och man förväntas lära in dessa på egen hand innan första bruttosamlingen. Denna film skickas ut i samband med uttagningsbeskedet som kommer i december 2023.

Bruttotruppslägret sker till självkostnadspris för gymnasterna (ca 300 kr + resa + mat).

Uttagning till respektive landslag sker våren 2024. Mer information om och diskussion kring resterande uttagningsprocess kommer på bruttotruppslägret.

Juniorlandslag

Till juniorlandslaget kan du söka om du är född mellan 2007-2009.

Juniorgymnaster som var med på JEM 2022 + "first in lines" behöver inte ansöka till bruttotruppen om de fortfarande tränar på nationell nivå och avser satsa mot JEM/EM 2024. Förfrågan om intresse av landslaget kommer hösten 2023 till dem.

Nya gymnaster söker sig till bruttotruppen via ansökan enligt anvisning.

För gymnaster födda 2007 kan det finnas undantagsfall där medverkan i ett seniorlag kan anses mer gynnsamt än medverkan i juniorlag. Detta är ett undantag och kommer beslutas av våra High Performance Coaches (HPC) och förbundskapten (FK) i samråd med föreningstränare.

Det primära syftet med juniorlandslag är att förbereda gymnasterna för många fler prestationer på förenings- och landslagsnivå genom en lång aktiv karriär. Vår huvudfokus är på insatsen och lärdomarna under processen, inte på det direkta resultatet på mästerskapet i sig.

INSATS → FÖRBEREDELSE → PRESTATION → RESULTAT

Seniorlandslag

Till seniorlandslaget söker man om man är född 2006 eller tidigare.

Gymnaster som var med på JEM/EM 2022 + "first in lines" går rakt in i bruttotruppen om de fortfarande tränar på nationell nivå och avser satsa mot EM 2022. Förfrågan skickas ut hösten 2023 till dem.

Nya gymnaster söker sig till bruttotruppen via ansökan enligt anvisning.

Uttagningskriterier allmänt

Friståendesvårigheter samt uttagningsvarv skall samlas på EN och max 5 minuter lång film som skickas in som youtubelänk senast **1 november 2023**.

Friståendesvårigheter läggs först i filmen, följt av redskap. Ordningen ska vara fristående, tumbling, trampett på den färdiga filmen. Friståendesvårigheterna ska filmas i en följd (ej hopklippt film).

Uttagningsvarven skall ses som minimum och om man klarar svårare varv får man gärna filma och skicka in dem. Vad gäller friståendesvårigheterna så kan man göra så gott försök man kan även på de svårigheter man inte riktigt klarar av än.

Däremot ser vi gärna att man bara kör de akromoment man säkert klarar av nu.

Kom ihåg att dessa uttagningskriterier bara är till för att få en samlad bedömning, en specifik övning kommer inte stå mellan en gymnast och en plats i bruttotruppen.

Finns det något enstaka varv eller svårighet man verkligen inte klarar av, så hoppa över den, men se det som ett undantag. Alla varv får utföras till semilandning eller

tävlingslandning (vi vill ej se volter till grop). Vi ser med fördel att respektive redskapsvarv filmas i en följd om det är möjligt.

Vi ber om aktuella filmer av god kvalitet för att underlätta arbetet med uttagningen (ska vara filmat hösten 2023). Filmer som inte är redigerade så att de tydligt visar enbart den aktuella gymnasten i klippet inkluderas inte i bedömningen. Vi ser gärna att man snabbspolat filmen i pauserna mellan övningarna/varven för att hålla nere längden på filmen. Anmälan med personuppgifter och videolänk görs via denna länk som kommer finnas på förbundets hemsida.

Vid skador eller andra undantag

Om en gymnast är skadad under uttagningsprocessen önskas en film ihopklippad från tidigare tillfällen. Viktigt är att då datummarkera de olika klippen så det framgår när de är från. Har man svårt att göra sig själv rättvisa via tidigare film önskas dialog mellan föreningstränare och HPC/FK.

Om man är så pass skadad att man inte kommer kunna träna på bruttotruppslägret skickas ingen ansökan vid detta tillfälle. Om en gymnast uppfyller kraven under våren 2024 tas en ny dialog mellan föreningstränare och HPC/FK. De slutgiltiga landslagen kommer inte vara uttagna förrän försommar 2024.

Besked

Svar om bruttotruppen kommer via mail i december 2023.

Vid frågor eller oklarheter

Frågor som rör landslaget och bruttotruppen ställs till förbundskapten via e-post till: tova.soren@gymnastik.se

Vi ser fram emot mängder med inskickade videos och önskar stort lycka till med träningen på hemmaplan!

Tova Sörén
Förbundskapten trupp