Inbjudan: SM-veckan 2026 i Karlstad

Parkour

Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till SM den 27 juni i Karlstad under SM-veckan.

Mer information kan fås genom:

Tävlingsledare	Erik Isberg Erik.isberg@gymnastik.se
Nationella kansliet	Maria Gottberg , +46 86 996 404 parkour@gymnastik.se

Viktiga datum:

9 april	Anmälan till tävlingen öppnar
17 maj	Sista dag för anmälan och inlämning av videokvalfilm
v. 22	Svar från Gymnastikförbundet om du blivit uttagen att tävla SM
2 juni	Alla kvalade finalister publiceras på gymnastik.se
8 juni	PM skickas ut till uttagna inklusive mått på banan
15 juni	Säkerställ tävlingslicens

Det är viktigt att respektera deadlines. Men deadlines kan skjutas upp av arrangören om omständigheter kräver det.

Anmälan

Anmälan görs genom att skicka in intresseanmälan att delta tillsammans med en submission film där du visar dina rörelser. Filmen ska vara minst 30–40 sekunder. Den får innehålla delar från både inomhus- och utomhusmiljö. Landningar får ej ske till mattor. Lägg upp film på Youtube/Instagram eller annan plattform och skicka länk till oss. Ej nedladdningsbar länk, endast stream, och behöver vara offentlig så att vi kommer åt den.

Anmälan ska innehålla följande uppgifter; För- och efternamn, person nr, adress, ort och post nr, föreningstillhörighet, kontaktuppgifter via mail och telefon, kontaktuppgifter till anhörig (vid ev. skada), och länk till submission film.

Anmälan gör du här, senast den **17 maj klockan 23.59**.

Totalt finns det 20 platser. Din anmälan innebär inte automatiskt att du får delta på SM. Under v.22 får du återkoppling från Gymnastikförbundet om du har blivit uttagen att delta på SM 2026.

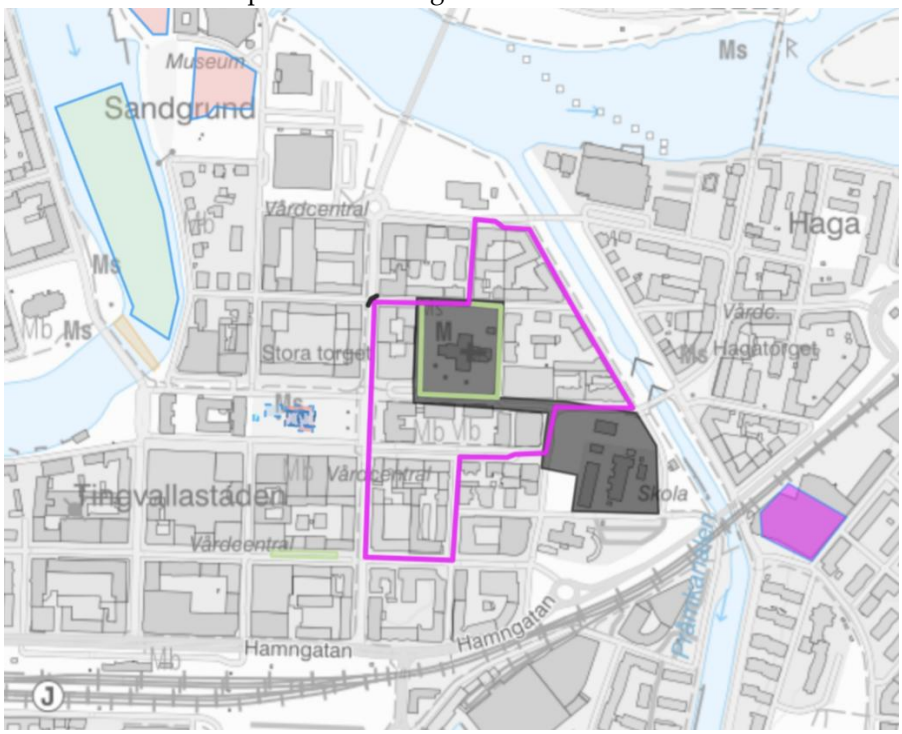
SVENSK GYMNASTIK

Gymnastik-förbundet

Har du frågor, kontakta parkour@gymnastik.se.

Tävlingsområde

Banan kommer vara placerad i Sandgrund.



Ramtider

Observera att det är preliminära tider, som kan komma att justeras. Definitiva tider presenteras i senare PM.

Tävlingsdag lördag den 27 juni

08.00-12.15 Tävlingsdag inkl. förträning på banan samt prisutdelning och fotografering
08.00-09.45 Förträning
10.00- 12.00 Tävling, SVT sändning

Tillgång till tävlingsbana

I år strävar vi att banan finns på plats redan från måndagen den 22 juni. Det kommer att finnas möjligheter att testa banan under veckan. Banan är 3D printad och kompletteras med detaljer av trä. Mer info kommer till uttagna deltagare i PM 1.

Tävlingsdeltagande

Alla deltagare som är fyller 13 år under 2026 får delta i rikstävlingar, tjejer och killar tävlar mot varandra. Se även tekniskt reglemente.

Logi

Med Scandic Sports så får gymnaster, ledare och domare en helt annan standard än det hårda golvet i skolsalen, till ett förmånligt pris. Vila i sköna sängar, god frukostbuffé och tillgång till konferensrum för taktiksnack. Scandic Sports ger de bästa förutsättningar att prestera på topp helt enkelt! Använd Gymnastikförbundets avtalskod (D359102282) och var med och bidra till en kickback på alla bokningar som görs. Läs mer om Scandic Sports här. https://www.gymnastik.se/om-oss/samarbetspartners/scandic

Information från Gymnastikförbundet:

Tävlingsregler

Samtliga tävlingsregler finns att hämta på Gymnastikförbundets hemsida:
Regler | Svenska Gymnastikförbundet

Korrekt uppförande

Gymnaster, domare, tränare och andra ledare förväntas följa tekniskt reglemente:
a) Uppträda korrekt gentemot varandra och funktionärer och följa Gymnastikförbundets uppförandekod.
b) Följa RF:s alkohol- och tobakspolicy (ANDT-policy).
c) Följa Gymnastikförbundets antidopingprogram. Vänligen ta del av all information här.

GDPR

I och med anmälan till tävling godkänner föreningen att kontaktuppgifter till föreningen och ansvarig för anmälan behandlas och lagras av Gymnastikförbundet.

Ändamål med behandling av personuppgifter i samband med tävlingsanmälan: Tävlingsadministration, förbunds- och föreningsadministration, avgiftshantering, licensadministration. Lagringstiden för dina personuppgifter varierar utifrån vad uppgifterna behövs till. Utgångspunkten är att uppgifter inte ska sparas längre än vad som behövs för aktuellt ändamål.

Vid frågor gällande Tävlingsbestämmelser Parkour kontakta: parkour@gymnastik.se

Gymnastiken på SM-veckan

Under SM-veckan i Karlstad deltar fler verksamheter från gymnastiken. Missa inte att titta på Trickingen som pågår på fredag den 26/6 kl. 12-13.00 på Stora torget.

Tävlingsgenomförandet

Utformning av run

En tävling avgörs med hjälp av runs. Ett "run" är max 60 sekunder men minst 30 sekunder där utövaren visar vad den kan göra ensam på tävlingsarenan.

Final run

Sex deltagare går vidare till ett "final run". Poängen har då nollställts och det bästa "finalrunnet" vinner tävlingen.

Bedömning

Bedömningskriterier i tävlingsmomentet

De kategorierna som domarna bedömer är Flow, Kreativitet, Svårighetsgrad, Utförande och Helhet. 100 poäng i varje kategori ger maxpoäng 500 poäng.

Flow:

- Deltagaren har ett flyt
- Rörelserna ska upplevas naturligt utförda
- Rörelser kopplas samman och flyter ihop med varandra

Kreativitet:

- Rörelser är nytänkande
- Deltagaren visar på en unik stil
- Ytor/väggar/objekt/hinder nyttjas på ett nytänkande sätt

Svårighetsgrad:

- Rörelser utförs i tät följd
- Rörelser är tekniskt avancerade i rotationer, längd, höjd och flöde

Utförande:

- Rörelser utförs med säkerhet och god marginal
- Deltagaren landar rörelsen
- Deltagaren visar bra kontroll i sin ansats, luftfärd och landning
- Rörelser är graciösa

Helhet:

- Deltagaren påvisar färdighet i samtliga kategorier
- Deltagaren uppfyller samtliga kategorier på ett balanserat sätt

Varmt välkomna med anmälan!

SVENSK GYMNASTIK

Våra huvudsponsorer

CRAFT tydliga® svedea

Våra sponsorer

UNISPORT VERA Sport Scandic