



Fristående på Truppträffen!

Inom truppgymnastiken ingår 3 grenar: Matta/Tumbling, Hopp & Fristående. När gymnasterna börja delta i större tävlingar på rikstäckande nivå är fristående en oerhört viktig del, eftersom de 3 grenarna räknas samman till en totalpoäng. Ni har säkert sett de äldre gymnasterna träna/tävla på det någon gång.

I normala fall börjar Kumlatruppens gymnaster träna och tävla med fristående först när de går upp i nivå 2B. Men inför **Truppträffen den 19 april** har vi i år valt att specialdesigna ett "lättare" fristående för att våra yngsta gymnaster ska få prova på vad det är för något. Detta är unikt och vi har aldrig tidigare provat det.

I fristående tävlar dock endast **6 gymnaster / lag** (till skillnad från i redskap där alla är med). Med andra ord kommer alla 9 gymnaster i lag MINI och alla 8 gymnaster i lag MIDI att från början vara med och träna fristående, för att sedan minskas ner till 6 gymnaster / lag. Detta är något nytt för våra yngre gymnaster som ännu inte kommit upp till den nivån hos oss där "uttagningar" sker.

Vi önskar att ni **föräldrar pratar igenom detta** ordentligt med ert barn så att hon har full förståelse för vad som gäller och så att besvikelsen inte blir allt för stor om hon *inte* skulle bli uttagen.

Eftersom tävlingen är väldigt nära kommer vi behöva lägga in lite **extra träningspass** för att gymnasterna ska hinna lära sig det nya fristående. De gymnaster som kommer att tävla med fristående är de gymnaster som kan dansen bäst – vilket innebär att det är väldigt viktigt att vara med på de extra passen. När och var dessa äger rum kommer att kunna hittas på www.kumlatruppen.se under NYHETER. Det är alltså oerhört viktigt att **kolla hemsidan varje dag fram till tävlingen!**

