

Mini-UT & Regionsfinal UT-yngre

Idrottshuset Örebro, 28 januari 2012

Avresa & Hemresa

Samling vid Idrottshuset i Örebro. Lag vit samlas **kl. 8.00** och lag svart **kl. 13.00**. Samtliga gymnaster tar sig dit & hem på egen hand. Ingen samling i Kumla! Är det någon gymnast som saknar skjuts meddelas detta till Therese så snart som möjligt så försöker vi lösa det.

Schema för dagen

Följande tider gäller för dagen:

8.00	Samling Lag VIT vid entrén i Idrottshuset
8.30	Förträning lag Vit fristående (5 min)
8.45	Förträning lag Vit matta (5 min)
9.10	Förträning lag Vit hopp (5 min)
10.00	Defilering & tävlingsstart Mini-UT (48 starter)
	startnr. 16 lag Vit matta
	startnr. 31 lag Vit fristående
	startnr. 48 lag Vit hopp
ca 13.15	Prisutdelning Mini-UT
	* * * * *
13.00	Samling Lag SVART i Idrottshuset (leta på oss!)
13.45	Förträning lag Svart hopp (5 min)
14.05	Förträning lag Svart fristående (5 min)
14.25	Förträning lag Svart matta (5 min)
14.45	Defilering & tävlingsstart UT-yngre (36 starter)
	startnr. 11 lag Svart fristående
	startnr. 24 lag Svart matta
	startnr. 35 lag Svart hopp
ca 17.00	Prisutdelning UT-yngre

Tävlingens upplägg

Dagen är uppdelad i två pass där Mini-UT tävlar på f.m. och UT-yngre tävlar på e.m. Kumlatruppen deltar med 1 lag i Mini-UT (lag Vit) & 1 lag i UT-yngre (lag Svart). Entré vuxen 40kr, gratis för barn.

Regler & bestämmelser

Mini-UT (max 11 år) är en *totaltävling*, där alla tre grenar räknas samman till en totalpoäng. Det finns ingen möjlighet att kvalificera sig vidare. Här används det nya bedömningsreglementet och utgångspoängen i matta & hopp är 18,00 och i fristående 20,00. 16 lag deltar i Mini-UT.

UT-Yngre (11-15 år) är en *totaltävling* där alla tre grenar räknas samman till en totalpoäng. Detta är en Regionsfinal, vilket innebär att de 2 bästa lagen (av 12) kvalificerar sig vidare till Riksfinal 2012. Alla lag som går vidare från Sveriges 8 Regionsfinaler gör upp om medaljerna i Hultsfred den 11-13 maj. Som vi påpekat innan är detta ett nytt lag som för första gången provar UT-stegen. Förbered era gymnaster på att väldigt få lag lyckas ta sig vidare redan vid första försöket. Här används det nya bedömningsreglementet och utgångspoängen i alla tre grenar är 20,00 poäng.

Ta med

När gymnasterna samlas ska de komma **ombytta för förträning** och ha på sig följande:

- svart GYMNAST-linne med NAMN
- svart sporttopp (SOC från stadium)
- svarta leggings utan hål (KGF's egna som ni normalt tränar och tävlar i)
- träningsoverallen ADIDAS
- leggings med hälla + tåskor – gäller endast de som tävlar med fristående

Glöm inte **matsäck** (lunch, mellis, frukt...) + vattenflaska. Ta dessutom med toffsar, **hårspännen**, spray, eventuell **maskot** och ett glatt humör. Håret ska vara slickat bakåt uppsatt i en hög toffs utan bena – med fläta i toffsen. Tävlingsdräkterna får ni låna där och ska lämnas tillbaka innan ni åker hem.