

# Inbjudan: SM Parkour

Västerås GF och Gymnastikförbundet hälsar er välkomna till SM den 29 juni i Västerås under SM-veckan.

Mer information kan fås genom:

<b>Tävlingsledare</b>	Erik Isberg, erik.isberg@gymnastik.se
<b>Nationella kansliet</b>	Maria Gottberg, 08-699 64 04 parkour@gymnastik.se

## Viktiga datum:

11 april	Anmälan till tävlingen öppnar.
31 maj	Sista dag för anmälan och inlämning av videokvalfilm.
31 maj	Logi; Ange i anmälan om du önskar boende i skolsal
3 juni	Svar från Gymnastikförbundet om du blivit uttagen att tävla SM
5 juni	Alla kvalade finalister publiceras på gymnastik.se, PM skickas ut till anmälda
15 juni	Säkerställ tävlingslicens.

*Det är viktigt att respektera deadlines för arrangörsföreningens skull.*

## Anmälan

Anmälan görs genom att skicka in intresseanmälan att delta tillsammans med en submission fil där du visar dina rörelser. Filmen får innehålla delar från både inomhus- och utomhusmiljö. Landningar får ej ske till mattor. Lagg upp film på Youtube/Instagram eller annan plattform och skicka länk till oss. Ej nedladdningsbar länk, endast stream.

Anmälan ska innehålla följande uppgifter; för- och efternamn, personnr, adress, postnr och ort, föreningstillhörighet, kontaktuppgifter via mail och telefon, kontaktuppgifter till anhörig (vid ev. skada), länk till submission film samt om du önskar boende i samband med SM.

Anmälan gör du här, **senast den 31 maj klockan 23.59.**

Totalt finns det 20 platser. Din anmälan innebär inte automatiskt att du får delta på SM. Den 3 juni får du återkoppling från Gymnastikförbundet om du har blivit uttagen att delta på SM 2024.

Har du frågor, kontakta [parkour@gymnastik.se](mailto:parkour@gymnastik.se)



# Tävlingsområde

Banan kommer att vara placerad på Lögarängen intill prova-på området. Se pil på kartan.



## Ramtider

**Observera att detta är preliminära tider som kan komma att justeras. Definitiva tider presenteras i PM.**

### Tävlingsdag 29 juni

10.00 – 15.00 Tävlingsdag inklusive buffertid på banan samt prisutdelning.

### Tillgång till tävlingsbanan

Banan är öppen fredag 28 juni kl. 16.00-22.00, samt på lördag 29 juni från kl. 10.00 för tävlande. Detta år strävar vi efter att banan finns på plats redan från onsdag 26 juni.

### Tävlingsdeltagande

Alla deltagare som fyller 13 år under 2024 får delta i rikstävlingar, tjejer och killar tävlar mot varandra. Se även tekniskt reglemente.

## Logi

Sovplatser i skolsal för tävlande erbjuds för 125 kr/natt. Önskar du boka sovplats; ange det i samband med anmälan.

Ta med egen sov utrustning (luftmadrass/ liggunderlag, sovsäck och kudde). Vid skadegörelse kan föreningen bli ersättningskyldig. OBS! Minst en ledare som har fyllt 18 år ska bo tillsammans med deltagarna.

Scandic är Gymnastikförbundet partner för boende på tävlingar, konferenser och event. Hotellkedjan har ett attraktivt sporterbjudande till föreningar som väljer att bo på hotell i samband med tävling. Läs mer här: <https://www.scandichotels.se/alltid-pa-scandic/sport> eller kontakta [sport@scandichotels.com](mailto:sport@scandichotels.com).

## Tävlingslicens

Varje förening ansvarar för att anmälda deltagare har giltig tävlingslicens.

Tävlande skall kontakta PKTR kommittén, sin hemförening, Gymnastikförbundet eller arrangör av tävling för att få hjälp med tävlingsförsäkring. Detta skall ske senast 4 veckor innan tävling.

## Korrekt uppförande

Aktiva, domare, tränare och andra ledare förväntas följa punkt 2.6 i Tekniskt reglemente. 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](mailto:parkour@gymnastik.se)

## Gymnastiken på SM-veckan

Under SM-veckan i Västerås deltar fler verksamheter från gymnastiken. Missa inte att titta på det andra tävlingarna som genomförs i Västerås arena. Hopprep och trampolin genomförs 26-27 juni och artistisk gymnastik genomförs 28-30 juni.

### SVT-sändning och streaming

Samtliga tävlingar, undantaget det som sänds på SVT, streamas via [Gympabubblan Play](#). Vi har i dagsläget fått besked om följande planer för sändning via SVT:

Artistisk gymnastik	Lördag 16.00-19.00
Parkour	Lördag 12.00-14.00
Trampolin	Torsdag 09.30-11.30

## Västerås Cityfestival

Parallellt med SM-veckan genomförs [Västerås Cityfestival!](#) Majoriteten av evenemangen har fri entré.

# 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 nollställs och det bästa "final-runnet" vinner tävlingen.

# Bedömning

## Bedömningskriterier i tävlingsmomentet

De kategorierna som domarna bedömer är Flow, Kreativitet, Svårighetsgrad, Utförande och Helhet.

### 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 till Västerås i sommar!***



————— Våra huvudsponsorer —————

**CRAFT**  **tydliga**<sup>®</sup> **svedea**

————— Våra sponsorer —————

**UNISPORT**  **VERA**  
**Sport** **Scandic**