

Information om WAGC-udtagelse & WAGC 2021

World Age Group Competition – Baku, Aserbajdsjan

Konkurrence dato: 25.-28. november 2021
Afrejse DK: 21. november kl 10:00 (Lufthansa LH 825)
Hjemkomst DK: 29. november kl. 12:20 (Lufthansa LH 826)

Max antal gymnaster: 4 drenge + 4 piger i aldersgrupperne 15-16 år og 17-21 år
Konkurrence format: Individuel og synkron
Økonomi: Ca. 12.000 DKK i egenbetaling (Hotelpakke, fly og deltagergebyr til FIG)

WAGC-udtagelseskurrencer:

DM U/17 og senior DM: 18.-19. september
Online konkurrence: uge 38
Friendship Cup: 1.-2. oktober

Tilmelding: skal ske gennem klubberne

Transport: transport til konkurrencer, træningssamlinger og dansk lufthavn er for egen regning.

Ansvarlig: Svitlana Seredyuk, +45 28 73 33 03

WAGC-udtagelsesregler

- Man skal have minimum 4 trampolintræninger pr. uge
- Man skal have minimum 18 ture pr. træning
- Man skal dokumentere sin træning efter faste retningslinjer med landstrænerne
- Der bliver sprunget efter FIG CoP 2017-2020 regler.
- **Den endelige udtagelse er en samlet vurdering af din styrke- og smidighedstest, din samlede trænings- og konkurrenceindsats samt opfyldelse af landsholdets værdier (se nedenfor).**

WAGC udtagelseskrav

En springer i 15-16 år, der ønsker udtagelse til WAGC skal opfylde følgende krav i konkurrence:

- Piger:
- 87 point i den indledende runde. Sværhed på fri øvelse minimum 9,2 point
- Start på 2. øvelse skal være minimum 8-3< eller 821<
- ToF på 1. øvelse: 15.0
- ToF på 2. øvelse: 14,0

- Drengene:
- 90 point i den indledende runde. Sværhed på fri øvelse minimum 11,2
- Start på 2. øvelse skal være minimum 8-3< eller 821< + et efterfølgende dobbeltspring
- ToF på 1. øvelse: 15,5
- ToF på 2. øvelse: 14,5

En springer i 17-21 år, der ønsker udtagelse til WAGC skal opfylde følgende krav i konkurrence:

- Kvinder:
- 92 point i den indledende runde. Samlet sværhed i øvelserne: minimum 12,0 point
- Start på 2. øvelse skal være minimum 8-3< eller 821<
- ToF på 1. øvelse: 15,5
- ToF på 2. øvelse: 14,5

- Mænd:
- 96 point i den indledende runde. Samlet sværhed i øvelserne minimum 15,5
- Start på 2. øvelse skal være minimum være en triff + et efterfølgende dobbeltspring
- Hvis man laver to triff-start, må man have et enkeltspring efter 2. triff
- ToF på 1. øvelse: 16,0
- ToF på 2. øvelse: 15,0

Værdimæssige krav til gymnasterne (landsholdsværdier og forventninger)

- Forbillede for dansk gymnastik
- Træningsseriøsitet
- Fokus på egen præstation og bidrage til helhed
- God fysisk status på udtagelsestidspunktet (ikke skadet)
- Træningsplan mod mesterskab (fysisk, teknisk, mentalt, taktisk)
- Work Life balance

Ved deadline for udtagelse vil landstræneren kontakte klubtrænere inden den endelige udtagelse offentliggøres.

Udtagne gymnaster offentliggøres på GymDanmarks hjemmeside og på trampolins Facebookside.