

URG nyhedsbrev

Velkommen til sæson 2021-2022

URG håber alle er kommet godt i gang ude i hallerne, og forhåbentlig får vi i år, lov til at gennemføre en hel sæson uden afbrydelser og nedlukninger.

Vi skulle have haft sommerseminar i august, men desværre var der ikke nok tilmeldte til, at vi kunne gennemføre. Vi har derfor i dette nyhedsbrev samlet nogle af de vigtigste temaer til jer.

Andre ting vil blive fulgt op i løbet af efteråret, i form af reglements kurser, dommerkurser og på vores aktivitetsmøde i november, som i år ligger i Kolding.

Nyt fra Grand Prix

REGLEMENT

Der er ændringer i reglementet – det er markeret med rødt. I hovedtræk er det følgende:

Pige/tweens:

- Ingen A/B elementer i balancer og spring
- 3 akro elementer

Junior/senior/efterskole

- Der findes statiske og dynamiske balancer. Balancer – pivoter er sidestillet, hvilket betyder, at når et hold skal vælge 2 balancer kan den ene være en pivot (dynamisk) og den anden en balance (statisk) eller man kan vælge 2 balancer (statiske) og for variationens skyld i koreografien, kan man vælge en pivot (dynamisk) som så kan placeres, som en del af supplerende. Man kan selv vælge hvor i koreografien, at pivot (dynamisk) skal placeres (basis eller supplerende).

Generelt for alle ved spring

- Ved et bens og samlet afsæt til spring hvor form i luften er den samme men afsæt er forskelligt vil det dømmes som to forskellige spring. (Eks. hjortespring, kattespring, spagatspring, splitspring, kosakspring).

Konkurrence kalender:

Alle konkurrencer er lagt i GymDK's kalender

- 05-06. februar 2022 GPR DM 1 rd
- 12. marts 2022 GPR SM
- 13. marts 2022 GPR FM/JM
- 23.-24. april 2022 GPR DM 2 rd

Nyt til konkurrencerne:

Vi har lyttet på ønsket om zoner i opvarmningshallen. Hvilket vi vil opfordrer alle værtsforeninger til at gøre fremadrettet, i det omfang at hallens arealer tillader det.

Som noget nyt, så indfører URG gulvtæppe for alle. Det skyldes at vi meget få hold der vælger at kører uden gulvtæppe og logistikken omkring det i forhold til dommere og hal kapacitet er meget stor og omfattende. Vi ser også på det ud fra et sundhedsperspektiv. At det er sundere for gymnasterne at lave gymnastikken på gulvtæppe – til konkurrencerne er det jo ikke muligt at have knæbeskytter, sko osv. på, som det er til den daglige træning, hvor man måske er uden tæppe.

Der er sat penge af i budgettet til at der altid skal være et tæppe til prøvegulv, og er man en forening uden tæpper der skal afholde, så kan man hente et tæppe ind fra naboforeningerne, og så kan transporten blive dækket, og den forening der låner tæppet ud kan få en mindre kompensation. Alt dette vil fremgå af stævnekontrakten.

Vi håber i vil tage godt i mod initiativet, og efter denne sæson kun med tæppe, der evaluere vi sammen med jer om det er noget vi skal fortsætte med.

Nyt fra AGG

Camps

Campen i september blev desværre aflyst – da vi ikke kunne finde en værtsforening.

I november d. 27.-28. november forsøger vi endnu engang at gennemføre en camp. Denne gang er det en børnecamp, som afholdes som en C-camp hvor der er adgang for alle. Nærmere info følger så snart, der er styr på haller og undervisere.

Emner til moduler på camp:

Opvarmning af kroppen/grundtræning korrekt udførelse

Krop og Kropsteknik

Opvarmning/grundtræning; korrekt udførelse

Springtræning; træningsprogram for at træne muskler til at springe

Teoretisk dommermodul for trænere

Vi håber på at kunne gennemføre en "normal" AGG campen igen i foråret uden restriktioner og med individuel koreografi feedback.

Konkurrence kalender

- 08.-09. januar 2022 AGG udtagelseskonkurrence
- 28.-29. maj 2022 AGG DM

Nyt ved konkurrencer

Vi opfordrer alle værtsforeninger til at lave Zoneopdeling fremadrettet, i det omfang at hallens arealer tillader det.

Tæppe


Også i AGG er der sat penge af i budgettet til at foreninger der afholder kan få tilskud til transport af tæppe, og foreninger der låner ud kan få tilskud til rens af tæppet

Lodtrækning

Lodtrækning foretages fremadrettet onsdag kl. 20.00 før konkurrenceweekend

- Gør det lettere for instruktører at planlægge mødetidspunkt
- Gør det lettere for værtsforening i forhold til print af diverse dokumenter
- Gør det lettere i forhold til online system (download af musik, download af licenser, startrækkefølge)

Short program temaer



SHORT PROGRAM UPDATES

JUNIOR-SENIOR		YEAR	CHILDREN	
MUSIC	ELEMENTS		MUSIC	ELEMENTS
Waltz	-	2020	Polka	-
Waltz	-	2021	Polka	-
Flamenco	New elements	2022	R'n'R	New
Flamenco	-	2023	R'n'R	-
Blues	New elements	2024	Country	New elements
Blues	-	2025	Country	-

Nyt fra RSG

Der er kommet nyt Code of Point 2022-2024 – der arbejdes på højtryk for at lave den danske håndbog.

På camps vil RSG sektionen undervise trænerne i hvorledes følgende elementer BD, AD, RISK, dansesekvenser samt kunstneriske elementer udføres bedst muligt i henhold til Code of Point 2022-2024

Konkurrencekalender:

- 19.-20. marts 2022 RSG SM
- 09. april 2022 RSG FM/JM

- 06.08.05.22 RSG DM

Tæppe

Også i RSG er der sat penge af i budgettet til at foreninger der afholder kan få tilskud til transport af tæppe, og foreninger der låner ud kan få tilskud til rens af tæppet

Landsholdstræning:

Landshold: I år udtages (årgang 2008 og ældre gymnaster).

Kommende træninger:

- 16.-17. oktober 2021 i (sted endnu ikke fastlagt)
- 20.-21. november 2021 (sted endnu ikke fastlagt)
- 18.-19. december 2021 i Hjerting.
- Træning i januar og februar 2022 med henblik på Nordisk Mesterskab 2022

I sæson 2021-2022 vil der igen i år være skiftende instruktører under landsholdstræningerne pga. Covid-19 situationen.

Breddetræning (årgang 2008 og ældre gymnaster).

- 20. november 2021 kl. 10- til ca. 14:30 (sted endnu ikke fastlagt)

Yngre gymnaster (årgang 2008 og yngre).

- 11 september 2021 (sted endnu ikke fastlagt)
- 23-24 oktober 2021 (sted endnu ikke fastlagt)
- 11 december 2021 (sted endnu ikke fastlagt)

Internationale konkurrencer:

Ved deltagelse i Internationale konkurrencer:

- Kontakt URG inden i rejser ud til internationale konkurrence, da der kan være begrænsning på deltagere, samt krav om kunnen.
- Talent/Elitedokument samt FIG reglement ([en_RG_CoP_2022-2024.pdf \(gymnastics.sport\)](#))– læs på de respektive hjemmesider