

Information om WAGC-udtagelse & WAGC 2022

World Age Group Competition – Sofia, Bulgarien

Konkurrence dato: 24.-26. november 2021

Afrejse DK: 21. november

Hjemkomst DK: 27. november

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:

Online konkurrence: uge 32

Tilmelding: skal ske gennem klubberne

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

Ansvarlig: Svitlana Sereduyk, +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 2022-2024 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
- Vanskelighed 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

- **Drenge:**
- 90 point i den indledende runde. Sværhed på fri øvelse minimum 11,2
- Vanskelighed 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:**
- Vanskelighed på fri øvelse minimum 10,0
- Start på øvelsen skal være minimum 8-3< eller 821< + et efterfølgende dobbeltspring
- ToF på minimum 14,5

- **Mænd:**
- Vanskelighed på fri øvelse minimum 13,1
- Start på øvelsen skal være triff + et efterfølgende dobbeltspring
- Hvis man laver to triff-start, må man have et enkeltspring efter 2. triff
- ToF på øvelsen 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.