

# Power Series

8. oktober 2022



Entré 50 kr.

Børn under 12 år gratis

Arrangører  
**GymDanmark**  
Flemming Efterskole



flemming efterskole  
hjerne og gymnastik

**GymDanmark**  
DANMARKS GYMNASTIK FORBUND

# Infobrev POWER SERIES 1 – 2022

I dette infobrev finder du alle vigtige informationer om afviklingen af konkurrencen.

## Tid og sted

Lørdag den 8. oktober 2022

Konkurrencestart kl. 10:00

Flemming Efterskole

Skolesvinget 1

8762 Flemming

## Træningstid

Konkurrencehallen: På konkurrencedagen: 8:30-9:40

Opvarmningshallen: På konkurrencedagen: 8:30-9:20

## Redskaber konkurrencehallen

25 m Skakun fiberbane

26 m Airtrack Pro

18+9 m Airtrack Pro

## Redskaber opvarmningshallen

25 m Skakun fiberbane, landing til nedspringsmåtte

26 m Airtrack Pro, landing til nedspringsmåtte

18 + 9 m Airtrack Pro, landing til nedspringsmåtte

## Trænerbriefing

Kl. 9:40 vil der være en kort briefing for trænere, hvor GymDanmark og den arrangerende klub informerer om konkurrencens forløb.

## Indmarch

Der er fælles indmarch kl. 9:50.

## Reglement

Vi gør opmærksom på, at der konkurreres efter det nye tumblingreglement, der er gældende for sæson 2022-2023.

Reglementet findes på [www.gymdanmark.dk/konkurrence-tumbling](http://www.gymdanmark.dk/konkurrence-tumbling), hvor der også findes en liste over de betydelige ændringer i reglementet.

## Opvarmning

Under konkurrencen vil der være mulighed for at opvarme på bane i opvarmningshallen. Se nærmere info i tidsplanen for konkurrencen.

I konkurrencehallen vil der være "two touch"-opvarmning for Eliterækken, "one touch"-opvarmning for C-, B-, A- og S-rækken. Begynderrækken har ikke opvarmning i konkurrencehallen.

## Finaler

Der er finaler i alle rækker uanset deltagerantallet. Der kan maksimalt være otte deltagere i finalen. Vinderen vil være den gymnast, der opnår flest point samlet i kvalifikationen og finalen.

Der udføres to frie øvelser i finalen for Eliterækken, og én øvelse for de øvrige.

Begynder- og C-rækken udfører en øvelse, der opfylder kravet for enten første eller anden øvelse fra kvalifikationen.

Hvis en gymnast trækker sig fra en finale, skal dette meddeles til stævnesekretariatet hurtigst muligt, så den næste kvalificerede gymnast kan overtage finalepladsen.

## Startlister

Startlisterne er tilgængelige på [www.sporttech.io/explore](http://www.sporttech.io/explore) ca. 1 uge før konkurrencen Disse er til vejledning, og mindre ændringer kan forekomme i forbindelse med afbud m.m.

## Afbud

Afbud på dage meldes i stævnesekretariatet.

Afbud bør så vidt muligt meldes til Konkurrencesektionen inden konkurrencedagen. Det gøres på mail til [tu-ks@gymdanmark.dk](mailto:tu-ks@gymdanmark.dk).

## Tumbling Power Series

Denne konkurrence er en del af Tumbling Power Series, og resultaterne tælles med i den samlede Power Series stilling. Den samlede Power Series vinder i hver række kåres i forbindelse med Danmarks mesterskabet 2023.

## Kontaktoplysninger

GymDanmark Forbunds kontor  
[sport@gymdanmark.dk](mailto:sport@gymdanmark.dk)

Stævneansvarlig arrangerende klub  
Jesper Rasmussen – 20 82 30 76  
[jr@flemmingefterskole.dk](mailto:jr@flemmingefterskole.dk)