

Udtagelsesbrev til internationale udviklingskonkurrencer i 2023

Udtagelseskriterier til Junior NM og NE:

Helhedskrav

Konkurrenceformål jf. gymnasternes niveau

- Junior
 - NM / NE: Udviklingsfokus med det formål at skabe en bred base for udvikling af nationalt niveau
- Senior
 - NE: Udviklingsfokus med det formål at skabe en bred base for udvikling af national elite

Værdimæssige gymnastkrav

- 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

Forventninger efter udtagelse mod til konkurrencer

- Vi forventer at gymnasten træner seriøst op mod konkurrencen efter udtagelse. En nærmere træningsplan vil blive udarbejdet i samråd mellem gymnast, klubtræner og landstræner.
- Vi forventer at gymnasten **opretholder sit sportslige niveau** frem mod den internationale konkurrence og skulle gymnasten blive forhindret i dette grundet skade, formdyk eller andet, så **forbeholder vi os ret til ikke at deltage med den udtaget gymnast** til den internationale konkurrence
- **Al ferie skal koordineres med landstrænerne**

Udtagelsesgrundlag Junior / Senior

- Relevante konkurrence præstationer nationalt og internationalt.
- BSU progressionsniveauer ift. forventet konkurrenceresultatmål (<https://gymdanmark.dk/elite-idraetsgymnastik/>).
- Udtagelsestests understøtter vurderingen af gymnasten ift. mesterskabsformål samt forventet udviklingsmål.
- Generel udvikling samt tidligere resultater i 2022.

Junior Nordisk Mesterskab (JNM)

Konkurrence dato: 19.-21. maj 2023
Maksimalt: 5 gymnaster (+ reserve, ikke rejsende)

Sted: Finland
Alder: 2008-2009
Konkurrence format: Individuel og hold
Økonomi: 5-7.000 kr
(Faktiske udgifter for Fly, deltagergebyr og accommodation pakke)

Tilmelding til test: senest 3 uger før test på GymDanmarks hjemmeside

- JNM-udtagelses test
Test 1: 4 februar - Aalborg (AIG) ca. kl. 10:00-16:00 - se ved tilmelding
Test 2: 25 februar - Kastrup (KG66) ca. kl. 10:00-16:00 - se ved tilmelding

Northern Europeans (NE)

Konkurrence dato: 22-26. november 2023
Maksimalt: 6 gymnaster (+ reserve, ikke rejsende)
Alder: 2009 og ældre (Samlet hold på tværs af junior og senior, dog max 2 junior)
Sted: Halmstad, Sverige
Konkurrence format: Individuel og hold (såfremt gymnastisk niveauet underbygger dette)
Økonomi: 4-6.000 kr.
(Faktiske udgifter for Fly, deltagergebyr og accommodation pakke)

Mere information kommer senere.

Såfremt der er spørgsmål eller information vedrørende test og landsholdsaktiviteter er klubberne altid velkomne til at kontakte landstrænerne.

Landstrænere og landsholdschef foretager endelig udtagelse af gymnaster til internationale mesterskaber på baggrund af helhedskrav og resultatkrav.

Efter test vil landsholdstrænerne kontakte klubtrænere inden endelig udtagelse offentliggøres.

Test program

Tilmelding til test: senest 3 uger før test på GymDanmarks hjemmeside.

1. Testprogram

- a. Hest: 1-2 spring til springgrav blød/soft - med eller uden måtter ovenpå lukket grav.
- b. Barre: ½ øvelser. Skumgrav er ok.
- c. Bom: Fuld øvelse (Inkluderet med koreografi, akro momenter og gymnastiske momenter). Bommåtter må gerne bruges i øvelsen (eksempelvis grøn eller rød gymnova). Afspring til grav må gernes sendes på video.
- d. Gulv: Koreografi og acro øvelse til semi blød landing i højde med gulvet.

Modtagning/støtte fra træner følger samme regler som FIG CoP

2. Testprogram

- a. Hest: 1-2 spring til springgrav med top måtte oven på eller semi hård.
- b. Barre: Fuld øvelse. Skumgrav er ok.
- c. Bom: Fuld øvelse (Inkluderet med koreografi, akro momenter og gymnastiske momenter). Bom måtter må gerne bruges i øvelsen (eksempelvis grøn eller rød gymnova). Afspring C eller højere må udføres til lukket grav.
- d. Gulv: Fuld øvelse (koreografi og Acro) men acro må gerne være på acro-bane til blød landing.

Modtagning/støtte fra træner følger samme regler som FIG CoP