

## Udtagelsesbrev til internationale mesterskaber i 2023

Udtagelseskriterier til EYOF, Junior VM og EM, VM:

### Helhedskrav

Mesterskabsformål jf. gymnasternes niveau og Bedre Sportslig Udvikling (BSU)

- **Junior**
  - JVM/EYOF: Relevant internationalt niveau og formål at udvikle toppen af nationalt niveau
- **Senior Elite**
  - EM: Relevant internationalt niveau og formål at udvikle toppen af national elite
  - VM: Relevant internationalt niveau og formål at udvikle toppen af national elite

### Værdimæssige gymnastkrav og Bedre Sportslig Udvikling

- 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**

### Resultatkrav Senior EM

Forventet minimums resultatmål til EM

- Hold: 142,00
- AA: 46,00
- Hest: 12,90
- Barre: 12.50
- Bom: 12.10

- Gulv: 12.40

| EM          | KIG Senior           |
|-------------|----------------------|
| Hold        | Top 2/3              |
| Individuelt | Top 2/3              |
| Specialist  | Top 1/3 (Hest top ½) |

### Resultatkrav Senior VM

FIG regler - Kvalifikation fra EM

Efterfølgende tjek af landstrænere, at øvelser lever op til internationalt topniveau.

Forventet minimums resultatmål til VM

- AA: 46,90
- Hest: 13,10
- Barre: 12.80
- Bom: 12.10
- Gulv: 12.70

| VM          | KIG Senior           |
|-------------|----------------------|
| Individuelt | Top 2/3              |
| Specialist  | Top 1/3 (Hest top ½) |

### Resultatkrav Junior VM og EYOF

Forventet minimums resultatmål til JVM og EYOF

For Junior gymnaster er fokus primært på AA.

- VM hold: 94.00
- VM individuel: 45.00
- EYOF hold: 92.00
- EYOF individuel: 44.00

| JVM og EYOF | KIG Junior |
|-------------|------------|
| Hold        | Top 2 / 3  |
| Individuelt | Top 2 / 3  |

## Udtagelsesgrundlag: EYOF, Junior VM og EM, VM

- 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 mesterskabsresultatmål.
- Generel udvikling samt tidligere resultater i 2022.

### Forventninger til gymnasternes øvelser:

#### Senior

- Alle CR krav - (FIG regler).
- Øvelser med høj grad af æstetisk og teknisk udførelse.

#### Junior

- Fokus er primært på AA.
- Opfylder alle CR krav (Forskudt barre - minimum 3 krav) - (FIG regler).
- Øvelser med høj grad af æstetisk og teknisk udførelse.

### Junior VM

Konkurrence dato: 29. marts - 2. april

Sted: Antalya - Tyrkiet

Alder: 2008-2009

Konkurrence format: Hold 3-3-2 (+ reserve, ikke rejsende)  
Individuel

Økonomi: Ca 11-13.000 kr

(Faktiske udgifter for Fly, deltagergebyr og accommodation pakke)

Test datoer:

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

### EYOF

Konkurrence dato: 23. - 29. Juli

Sted: Maribor - Slovenien

Alder: 2008-2009

Konkurrence format: Hold 3-3-2 (+ reserve)  
Individuel

Økonomi: 3.000 kr

Test datoer:

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

Aktiviteter / Konkurrencer til EYOF Udtagelsesvurdering:

- Test 1: 4. Feb. 2023
- Test 2: 25. Feb 2023
- Jr. NM: 19-21. Maj 2023
- Jr. DM CoP: 10. Juni 2023

EYOF hold / gymnast(er) offentliggøres på **fredag, den 16. Juni, kl. 12**

→ Hvis der er spørgsmål eller en behov for mere feedback er man altid velkommen til at kontakte Chris (28693008) eller Ditti (50205523)

### Senior EM

Konkurrence dato: 9. - 16. April

Sted: Antalya - Tyrkiet

Alder: 2007 og ældre

Konkurrence format: Hold 5-4-3 (+ reserve, ikke rejsende)  
Individuel

Økonomi: Ingen egenbetaling

Test datoer:

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

Test 3: *Information kommer senere - Forventet test omkring uge 9-10*

### Test program

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

#### 1. Testprogram

- Hest:** 1-2 spring til springgrav blød/soft - med eller uden måtter ovenpå lukket grav.
- Barre:** ½ øvelser. Skumgrav er ok.
- 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.
- 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

- Hest:** 1-2 spring til springgrav med top måtte oven på eller semi hård
- Barre:** Fuld øvelse. Skumgrav er ok.
- 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*

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

Landstrænerne 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.