

Referat – Sommerseminar 2026

Beretning fra sæsonen 2025–2026

Gamle strategi periode: Dommer strategi – national dommer: der bliver arbejdet videre

Grand Prix

Nye diplomer til stjerne konkurrence. Karakterspænd var ikke blevet meldt ud. Nyt dommer setup, ingen udførselsdommere & nye dommerskemaer. Positiv feedback på stjerne konkurrence evt spørgeskema. Nyt redskabs reglement og der blev afholdt et webinar. Mangel på dommere under sæsonen, derfor bliver der flyttet rundt (flere dommere er også instruktør, eller dommere har lavet serie eller rettet mere end 2 gange). Inspirationskursus i Lystrup i 2025 var god og god opbakning. Sjælland vil også gerne have, men der var i 2025 ikke stor opbakning. Efterskole var kun 3 hold, de deltog på dagen ved 2. runde DM. Dommeruddannelse: alders bestemt dommer

RSG

Nordisk mesterskab blev afholdt med god feedback. Weekend træninger + samlinger (godt for fællesskabet inden nordisk mesterskab. Lange konkurrencedage. Stigende antal af deltagere i børnerækkerne, hvilket skyldes, at de kan stille op uden offentlig karakter. Nye tilpasninger til børne reglement. Feedback har været udmarch, da de er nogle lange dage for de små.

Special Olympics 2026: 2 dommere fra RSG hjalp. (livsglad dag)

AGG

Flere hold har været ude og rejse. Nationale dommere – IFAGG dommerkursus – kategori 4 (børne rækkerne) – 2 har givet interesse for denne mulighed.

Generelt

Publikum i hallerne: godt fremmøde til børnerækkerne. RSG var hallen fyldt ved senior disciplinfinalerne. AGG var tomt på dag 1, dag 2 havde en bedre stemning da de blev til udmarch. GPR har haft god tilslutning af publikum især 2. runde DM.

Gymfotovideo: Senior rækkerne fra DM.

KSIS: nye features. Lære systemet bedre at kende.

Sociale medier: Brug gerne de sociale medier – 'tag' gerne GymDanmark – alt gymnastik relateret.

Forum på facebook: håber alle er medlem

Feedback fra seminar deltagere:

- Camilla(Greve): tidsfrister (1 uge før frem for en givne dato for musik + gymnaster)
 - o Helle K(Lystrup) – én uge er ikke nok – 2 uger vil være fint.
 - o Julie (TPI) samme dato på KSIS + infobrev.

Husk at tilmelde begge steder (KSIS + Gymdanmark)

Publikum: engagere dem bedre, da mange sidder og laver alt muligt andet.

- Evt musik i pauserne.
- Det er også trænere og andre gymnaster der skal heppe

Mangel på dommere – kigge på hvornår, man bliver inhabil, hæve grænsen for at få flere dommere.

GymDanmark strategi 2026–2029

1. fremtidige konkurrencer og aktiviteter
 - a. øge antallet der bruger konkurrencerne og aktiviteterne
 - b. 6.000 nye udøvere om året
 - c. Sænke indgang barriere
2. mødes af kompetent træner
 - a. træner løftet (online 20 min) – hvordan vil man gerne være som træner.
3. selvbetjent og data drevne GymDanmark univers
4. fitness i GymDanmark

Feedback fra seminar deltagere:

GymDanmark repræsentant var til stede ved Nordisk mesterskab – der er et ønske om, at en GymDanmark repræsentant kommer ud til konkurrencer, der har været invitation til JM i RSG uden en repræsentant til stede.

- Kurser: usikkerhed, hvilke kurser som vil være gode til GPR trænere. De generelle kurser fx hvordan man bliver god instruktør (men for konkurrence gymnastik) Ønske om at være bedre klædt på som træner.
- Personer ønsker en bestemt vej for fx GPR trænere (idræt specifik) incl. generelt. I dag er det svært at finde de rigtige kurser. Mangler at kende værdierne af træner uddannelserne.
- Promovere - synliggøre hvad er GPR, RSG & AGG.
 - o Hvad må vi offentliggøre? Særligt fokus på børn
 - o På Instagram promoverede kommende konkurrencer for AGG + RSG, GPR blev glemt.
- Alder for senior +18
 - o RSG går i gang så småt sammen med de andre nordiske lande.

Lidt uklarhed forskellen mellem GymDanmark og komité: plan og hæng gymnastik i idrætss strategi. Komitéen skal nu til at arbejde videre med GymDanmarks strategi – der skal nu lægges en plan for rytmisk konkurrence gymnastik.

- Anbefaling fra seminar deltager til GymDanmark: Brug gerne anledningerne til at snakke rytmisk konkurrence gymnastik op.

39 foreninger er tilmeldt rytmisk gennem GymDanmark. Mange er tilmeldt men bruger ikke konkurrencerne eller aktiviteterne.

Sæson 2026–2027, kurser og uddannelse

Mangler lokation for GPR JM/FM – DHG er ved at undersøge om de kan afholde.

Fordeling for DM. Børne rækkerne flyttes til søndag, da det har i 2026 været en kort dag. De ældre rækker om lørdagen, det er en længere dag. Dette er et forsøg for 2027.

Grand Prix dommerudvalg

Begynder Dommerkursus – der har været forespørgsel fra foreninger. Hvilke foreninger ønsker at deltage for at placere kursuset nær dem, som er interesseret. Starter med teknisk for børnerækkerne. Kurset er også for instruktører, som ikke nødvendigvis er klar til at være dommere, men deltager for at blive dygtigere på reglementet.

Kurser, uddannelse og camps (sæson 2026-2027)

GPR Inspirations kursus var godt sidste år især indenfor redskab. Online kursus er at foretrække.

En Kombi med fysisk og online kursus kan instruktør godt lide (online ønskes at blive optaget)

AGG genindføre camp især for børnehold.

RSG Kursus for instruktør og ikke nødvendigvis for gymnaster. Både teknisk og kunst.

Reglementer – nyt fra Grand Prix, AGG og RSG

Grand Prix

Stjerne konkurrence: 3 kategorier med karakter intervaller. Der er ønske om, hvor mange hold der ligger i hvert kat. Instruktør synes, der er et stort gab indenfor fx sølv. Med dommerfeedback kan de se karakter. Der kan dog ikke sammenlignes med andre hold. Ideen om inddeling i guld, sølv og bronze – hvis der ikke er nogen i guld, bør spændet ændres? Inddeling ligesom Gym For Life er et forslag. Det vil blive kigget på data, om der er nogle hold, som blev placeret i guld. Er det nødvendigt med kategorierne, når vi snakker om selvudvikling. Tweens vil gerne noget andet end mikro både inddeling samt medalje.

Mikro stjerne reglement: skelne mellem højre og venstre ben

- Variation af spring
 - Ajax hop (siden)
 - Passé spring (frem)
 - Spagat/hjort (både frem og tilbage, men tæller kun for den ene) – der bliver kigget på formuleringen
 - Flitsbue/banan spring (tilbage)

Tilmeldings datoer:

- Regionsmesterskaberne har fået ny tilmelding 1. feb
- Det er gjort nemmere for efterskolerne at nå at tilmelde sig region samt 2. runde DM

Andet

- Reserve skal fremgå på deltagerliste
- Redskaber der ikke overholder reglement, er der ved 1. runde DM en påtale derefter er der et fradrag.

(forslag det skal vurderes af konkurrence ansvarlig)

Redskab

- Redskabets musik længde er ændret til max 2.30
- Venstre hånds arbejde

Pigerækken

- 1 c serie (4 krop) – for at gøre det nemmere for gymnasterne når de bliver ældre at få mere sammenhængende kroppe

Smidighed

- Max 2 ryg – for at der vises mere forskelligt smidighed

Udførsel – mere specifikation

kunst

- Retninger (diagonaler specifikation)

Bonus øvelser til tøndebånd – flere generelle bonus

Kommentar fra deltagere til sommerseminar:

- God hjælp til instruktør at kende placering af Stjerneholdene

- Redskab: samarbejde + udveksling – det er svært at nå for nogle gymnaster i redskabsserie. Det er et tilbud at have med i serien men ikke et krav.
- Stjernekonkurrence spørgeskema: nyere instruktør har været glade for feedback. Der er ikke blevet spurgt direkte ind på udførsels feedback. Deltagere på seminar synes det var godt med udførelses kommentar – forslag er at læse det op for gymnasterne.
- Giver det mening af få feedback efter 2. runde (alle rækker): flere udtrykker, at de anvender det (med henblik på næst sæson).
- Efterskoler til 2. runde DM: mere fed stemning til events. Forslag at efterskole lå på skift med Tweens – for at få et flow hos dommerne.
- Senior fri: usikkerhed om den kan blive delt. Det står i reglementet at det er en række, som ikke vil blive delt op i divisioner.

RSG

Individuelle:

- Mirko stjerne & Mini stjerne
- Pre senior: første års senior – for at arbejde hen mod en højere senior alder.
- Teknisk: redskabssværheder

Grupper:

- Mulighed for fri serie for de smårækker.

Håndbog individuel overordnet

- Fast Katalog for Acro øvelser
- DA max ændres fra 10 til 8
- Nye fradrag for Artistical

Forslag til Junior dommere: fx senior gymnaster, som sidder med en uddannet dommer og dømmer de små.

Feedback fra seminar deltagere:

- mini B, mange obligatoriske elementer – forslag: færre, 2 valgfrie. De mange obligatoriske er nemmere for nye instruktør. Dommer ønsket er, at stjerne rækkerne kører for sig selv.
- Forslag til DM: pt delt over 2 weekender, men forespørgsel på at afholde de 3 timer for Stjerne konkurrencen om fredagen. Spørgsmålet er, om det er muligt for børnene, det må ikke være for sent.
- Tidsoptimering:
 - o stjerne konkurrence i dommer frokost periode (Junior dommere, der skal dømme)
 - o Stjerne konkurrence: flere gymnaster på samme tid (hvis de har samme serie).
 - o Nye pre-senior række: forslag om det skal være et valg (fx hvis de er senior niveau kan de stille op i senior) fx dem som ikke ønsker at deltage Internationalt vil evt kunne blive i junior.
 - o Positiv feedback på junior dommere (16+)

Nyt børne reglement pr 1.1.2026

Short program temaer: tegneserie + musical

Forslag til børne reglement kursus evt online.

Fælles debat og afrunding

Sociale medier:

- Indhold på de forskellige kanaler – nyt indhold med fotograf (andet liv ved at vise den anden side af konkurrencen) godt med forskellige typer af billeder (stemningsbilleder) mulighed for at sælge billeder?
- Beskeder
 - o Alles viden → mail + facebook @alle
 - o Små beskeder: facebook
- Retningslinjer for tagge via instagram. → alt (retningslinjer fra GymDanmark)
- Infobrev eller facebook gruppe kunne for instruktør (uden forældre). Facebook fungerer ok som nuværende.
 - o Skrive sig op til mails (info til den kommende sæson)
 - o Mail til de 39 foreninger som er tilmeldt via GymDanmark → spørge hvem fra de foreninger skal modtage mails + afmeldings link.
 - o Ønske om mails til formænd.

Konkurrencer:

- AGG:
 - o én dag (finale for junior & senior)
- GPR:
 - o skabelon til arrangerende forening (opdatering af skabelon) nye tider for ældre gymnaster til licens
 - o ønske om anden fordeling af hold så det gøres nemmere for dommerne (dømme samme division og ikke mix)
 - o nye hold/ foreninger – guide
 - o publikum: heppekor, venskabsforeninger/hold
 - o bedre indramning af konkurrencegulv
 - o karakter: bruge pauser på andet end karakter.
 - o Karakter 1 runde DM ønskes ikke at tages videre (især børnehold) men at feedback værdsættes. Det er svært at holde på gymnasterne i hallen til 1. runde. Forslag til ingen kommentar så det tvinger foreninger at spørge dommer om at komme ud eller for uddannet en. Mange synes, det er en god øvelse med 1. runde. Nyt navn for 1. runde DM og gøre den til sin egen konkurrence for at holde på publikum? Dog vil holdene satse mindre og køre mere sikkert for at kunne vinde. For dommerne er det en god øvelse at dømme til 1. runde. Niveau fordeling skal

vurderes både ud fra 1. runde DM + region. Gymnasterne konkurrerer i DM + fitness konkurrencerne (derfor bør 1. runde ikke afskaffes)

Stjernerækker:

- overveje at kalde dem ind på gulvet (afslutning på stjerne fx i frokost pausen)
- må publikum vide inddelingen (guld, sølv, bronze) – så kunne de inddeles ved afslutningen
- der er uro efter stjernerækkerne – bør rækkefølgen ændres så stjerne slutter ?
- ønske om at tweens får en anden anerkendelse (gør alders forskel)

Handlingspunkter

- Udmarch for børnerækkerne /Stjerne efter de givne rækker er færdige.