



Varmt välkomna till

VikingaCupen 2025

Tävlingen för alla

Tävlingshall: Vikingahallen, Bodalsvägen 47, 181 36 Lidingsö

Anmälan & information: gtvikingarna.se/vc

Kontakt: vikingacupen@gtvikingarna.se

26 april	Trean & Fyran
1 maj	Ettan & Tvåan (Viking Open – Ungdom/Junior/Senior)
3 maj	Nian
10-11 maj	Sjuan
17-18 maj	Femman & Sexan
29 maj	Åttan
1 juni	Åttan

PM 1

Tävlingsdatum & klasser.....	3
Anmälan & avgift.....	3
Bedömning	4
Grendeltagande.....	4
Dispenser.....	4
Licens	4
Prisutdelning.....	4
Domaranmälan	5
PM2	5
Bilaga 1. Tävlingsbestämmelser	6
Nian	6
Åttan	6
Sjuan – 8 år och äldre	7
Sjuan – 10 år och äldre	7
Sexan	8
Femman	8
Fyran	9
Trean	9
Tvåan, Ettan (Viking Open - Ungdom, Junior och Senior)	10

Tävlingsdatum & klasser

26 april (Sista anmälningdag 8 mars)

- Trean – Nivå 3 – från 13 år, öppen klass
- Fyran – Nivå 4 – från 10 år, öppen klass

1 maj (Sista anmälningdag 8 mars)

- Ettan – Nivå 1 (Viking Open Junior/Senior) – från 15 år, öppen klass
- Tvåan – Nivå 2 (Viking Open Ungdom) – från 13 år, öppen klass

3 maj (Sista anmälningdag 8 mars)

- Nian – Nivå 9 – från 7 år

10-11 maj (Sista anmälningdag 22 mars)

- Sjuan – Nivå 7 – från 10 år, öppen klass
- Sjuan – Nivå 7 – från 8 år, öppen klass

I Sjuan från 8 år och från 10 år är prisutdelningen olika. I Sjuan från 8 år får alla en guldmedalj. I Sjuan från 10 år ges medalj till 1:an, 2:an och 3:an i varje gren (enligt [Gymnastikförbundets rekommendationer kring resultat och ceremonier](#)).

17 - 18 maj (Sista anmälningdag 22 mars)

- Femman – Nivå 5 – från 10 år, öppen klass
- Sexan – Nivå 6 – från 10 år, öppen klass

29 maj & 1 juni (Sista anmälningdag 5 april)

- Åttan – Nivå 8 – från 7 år, öppen klass

Anmälan & avgift

För att laget ska vara anmält krävs:

- Anmälan via VikingaCupens hemsida: gtvikingarna.se/vc
- Anmälan av domare via VikingaCupens hemsida: gtvikingarna.se/vc

Sista anmälningdag: se ovan.

Anmälningsavgift: 650 kr per lag och gren. Efter sista anmälningdag mailas en faktura med anmälningsavgiften. Avansanmälan innan sista anmälningdag är kostnadsfri. Vid avansanmälan efter sista anmälningdag återbetalas ingen avgift.

Bedömning

Ettan och Tvåan: [Code Of Points 2022 – 2025 Swedish Version 1.5 November 2024](#)

Trean, Fyran och Femman: [Nationellt Bedömningsreglemente Trupp version 3.0](#)

Sexan, Sjuan, Åttan och Nian: [Bedömningsreglemente nivå 6-9](#)

Se [Bilaga 1. Tävlingsbestämmelser](#) längre ner i detta dokument för regler för respektive klass.

Grendeltagande

Fristående, matta/tumbling och hopp/trampett. Varje gren är en egen tävling och man behöver inte delta i alla grenar. Olika gymnaster kan ingå i lagen i de olika grenarna och man kan ha flera lag i några grenar. Ingen totalsegrare utses.

Gymnaster kan delta i olika klasser i olika grenar (t.ex. Femman i tumbling och Sexan i trampett), men varje gymnast kan endast delta i en klass per gren (dvs. man kan inte delta i både Femman och Sexan i fristående).

Dispenser

Varje lag kan utnyttja max 2 dispenser i varje grentävling.

Till exempel:

- man kan t.ex. i klass Femman ha två gymnaster som är 9 år.
- man kan t.ex. i klass Trean ha två extra gymnaster med.
- man kan t. ex ha en gymnast som lånas in till en annan klass.

Åldersdispenser gäller inte på ettan & tvåan.

Licens

Alla deltagande gymnaster skall ha tävlingslicens vilket intygas av ledare via anmälan till tävlingen. Ledare ska ha licenser i enlighet med Svenska Gymnastikförbundets riktlinjer.

Prisutdelning

VikingaCupens alla klasser följer [Gymnastikförbundets rekommendationer kring resultat och ceremonier](#). Se [Bilaga 1. Tävlingsbestämmelser](#) för detaljerad information vad som gäller för respektive klass.

Domaranmälan

Ettan och Tvåan (Viking Open – Ungdom/Junior/Senior):

Varje anmält lag (oavsett antal grenar som man deltar i) måste anmäla **en domare, helst steg 4-utbildad, minst steg 3-utbildad**. GT Vikingarna utbetalar ett arvode på 500 kr per tävlingsklass till domare utbildade på steg 3-4. Lag som inte anmäler någon utbildad domare måste erlägga en domaravgift på 2000 kr.

Trean, Fyran och Femman:

Varje anmält lag (oavsett antal grenar som man deltar i) måste anmäla **en domare, minst steg 2-utbildad**. GT Vikingarna utbetalar ett arvode på 400 kr per tävlingsklass till domare utbildade på steg 2-4. Lag som inte anmäler någon utbildad domare måste erlägga en domaravgift på 2000 kr.

Sexan, Sjuan, Åttan och Nian:

Varje anmält lag (oavsett antal grenar som man deltar i) måste anmäla **en domare, minst steg 1-utbildad**. GT Vikingarna utbetalar ett arvode på 400 kr per tävlingsklass till domare utbildade på steg 2-4 och 200 kr till domare utbildade på steg 1. Lag som inte anmäler domare måste erlägga en domaravgift på 1000 kr.

Laget ska ha anmält domare senast sista anmälningsdag via gtvikingarna.se/vc.

PM2

Mailas ut *senast* två veckor innan tävlingsdag. Tidsschemat kommer i PM2.

Vid många anmälningar kommer klasserna att delas upp med avseende på ålder och antal träningstimmar per vecka.

Bilaga 1. Tävlingsbestämmelser

Nian

Klass	Öppen klass
Bedömning	Enligt Bedömningsreglemente nivå 6-9 version januari 2024 .
Ålder	7 år och äldre (födda 2018 och tidigare).
Antal gymnaster	6-25 gymnaster per lag.
Regler	Enligt Gymnastikförbundets tävlingsbestämmelser för Nian .
Redskap Matta	<ul style="list-style-type: none">• Mattvåd• Station – Handstående fall
Redskap Hopp	<ul style="list-style-type: none">• Trampett till semi-landning (landningsbädd i MD-grop)• Förhöjd ansats med ansatsklossar 8 m (valfri att använda)• Satsbräda (till mattberg)• Hoppbord och plint• Station – Mattberg, 3 eller 4 tjockmattor i höjd (med trampett)• Station – Mattberg, 2 tjockmattor i höjd (med satsbräda)
Resultatredovisning	Ledarna delges skriftlig feedback från domarna, ej poäng. Ingen resultatredovisning sker i hallen, på prisutdelning eller på internet (enligt Gymnastikförbundets Rekommendationer kring resultat och ceremonier).
Prisutdelning	Alla får en guldmedalj. Ingen rangordning av lagen görs på tävlingen (enligt Gymnastikförbundets Rekommendationer kring resultat och ceremonier).

Åttan

Klass	Öppen klass
Bedömning	Enligt Bedömningsreglemente nivå 6-9 version januari 2024 .
Ålder	7 år och äldre (födda 2018 och tidigare).
Antal gymnaster	6-25 gymnaster per lag.
Regler	Enligt Gymnastikförbundets tävlingsbestämmelser för Åttan . Tillägg: Laget kan stegra från station till färdig övning i samma varv, dock inte på likavarv.
Redskap Matta	<ul style="list-style-type: none">• Mattvåd eller luftgolv till semi-landning (landningsbädd i MD-grop)• Station – Handstående fall• Station - Uppställning från höjd, 30 cm
Redskap Hopp	<ul style="list-style-type: none">• Trampett till semi-landning (landningsbädd i MD-grop)• Förhöjd ansats med ansatsklossar 8 m (valfri att använda)• Hoppbord och plint• Station – Mattberg, 3 eller 4 tjockmattor i höjd (med trampett)
Resultatredovisning	En fullständig resultatlista mailas ut till ansvarig ledare efter tävlingens slut. Ledarna delges skriftlig feedback från domarna. Ingen resultatåtergivning sker under tävlingens gång eller på internet (enligt Gymnastikförbundets Rekommendationer kring resultat och ceremonier).
Prisutdelning	Alla får en guldmedalj. Ingen rangordning av lagen görs på tävlingen (enligt Gymnastikförbundets Rekommendationer kring resultat och ceremonier).

Sjuan – 8 år och äldre

Klass	Öppen klass
Bedömning	Enligt Bedömningsreglemente nivå 6-9 version januari 2024 .
Ålder	8 år och äldre (födda 2017 och tidigare).
Antal gymnaster	6-25 gymnaster per lag.
Regler	Enligt Gymnastikförbundets tävlingsbestämmelser för Sjuan . Tillägg: Laget kan stegra från station till färdig övning i samma varv, dock inte på likavarv.
Redskap Matta	<ul style="list-style-type: none">• Mattvåd eller luftgolv till semi-landning (landningsbädd i MD-grop)• Station - Uppställning från höjd, 30 cm
Redskap Hopp	<ul style="list-style-type: none">• Trampett till semi-landning (landningsbädd i MD-grop)• Förhöjd ansats med ansatsklossar 8 m (valfri att använda)• Hoppbord och plint• Station – Mattberg, 4 tjockmattor i höjd (med trampett)
Resultatredovisning	En fullständig resultatlista mailas ut till ansvarig ledare efter tävlingens slut. Ledarna delges skriftlig feedback från domarna. Ingen resultatåtergivning sker under tävlingens gång eller på internet (enligt Gymnastikförbundets Rekommendationer kring resultat och ceremonier).
Prisutdelning	Alla får en guldmedalj. Ingen rangordning av lagen görs på tävlingen (enligt Gymnastikförbundets Rekommendationer kring resultat och ceremonier).

Sjuan – 10 år och äldre

Klass	Öppen klass
Bedömning	Enligt Bedömningsreglemente nivå 6-9 version januari 2024 .
Ålder	10 år och äldre (födda 2015 och tidigare).
Antal gymnaster	6-18 gymnaster per lag.
Regler	Enligt Gymnastikförbundets tävlingsbestämmelser för Sjuan . Tillägg: Laget kan stegra från station till färdig övning i samma varv, dock inte på likavarv.
Redskap Matta	<ul style="list-style-type: none">• Luftgolv till semi-landning (landningsbädd i MD-grop)• Station - Uppställning från höjd, 30 cm
Redskap Hopp	<ul style="list-style-type: none">• Trampett till semi-landning (landningsbädd i MD-grop)• Förhöjd ansats med ansatsklossar 8 m (valfri att använda)• Hoppbord och plint• Station – Mattberg, 4 tjockmattor i höjd (med trampett)
Resultatredovisning	En fullständig resultatlista mailas ut till ansvarig ledare efter tävlingens slut. Ledarna delges skriftlig feedback från domarna. Ingen resultatåtergivning sker under tävlingens gång eller på internet (enligt Gymnastikförbundets Rekommendationer kring resultat och ceremonier).
Prisutdelning	En 1:a, 2:a och 3:a utses i varje gren och tilldelas medalj (enligt Gymnastikförbundets Rekommendationer kring resultat och ceremonier).

Sexan

Klass	Öppen klass
Bedömning	Enligt Bedömningsreglemente nivå 6-9 version januari 2024 .
Ålder	10 år och äldre (födda 2015 och tidigare).
Antal gymnaster	6-18 gymnaster per lag.
Regler	Enligt Gymnastikförbundets tävlingsbestämmelser för Sexan .
Redskap	<ul style="list-style-type: none">• Tumbling till tävlingslandning• Trampett till tävlingslandning• Hoppredskap
Resultatredovisning	En fullständig resultatlista mailas ut till ansvarig ledare efter tävlingens slut. Ledarna delges skriftlig feedback från domarna. Ingen resultatåtergivning sker under tävlingens gång eller på internet (enligt Gymnastikförbundets Rekommendationer kring resultat och ceremonier).
Prisutdelning	En 1:a, 2:a och 3:a utses i varje gren och tilldelas medalj (enligt Gymnastikförbundets Rekommendationer kring resultat och ceremonier).

Femman

Klass	Öppen klass
Bedömning	Enligt Nationellt Bedömningsreglemente Trupp version 3.0 .
Ålder	10 år och äldre (födda 2015 och tidigare).
Antal gymnaster	6-18 gymnaster per lag.
Regler	Enligt Gymnastikförbundets tävlingsbestämmelser för Riksfemman .
Redskap	<ul style="list-style-type: none">• Tumbling till tävlingslandning• Trampett till tävlingslandning• Hoppredskap
Resultatredovisning	En fullständig resultatlista mailas ut till ansvarig ledare efter tävlingens slut. Ledarna delges skriftlig feedback från domarna. Ingen resultatåtergivning sker under tävlingens gång eller på internet (enligt Gymnastikförbundets Rekommendationer kring resultat och ceremonier).
Prisutdelning	En 1:a, 2:a och 3:a utses i varje gren och tilldelas medalj (enligt Gymnastikförbundets Rekommendationer kring resultat och ceremonier).

Fyran

Klass	Öppen klass
Bedömning	Enligt Nationellt Bedömningsreglemente Trupp version 3.0.
Ålder	10 år och äldre (födda 2015 och tidigare).
Antal gymnaster	6-18 gymnaster per lag.
Regler	Enligt Gymnastikförbundets tävlingsbestämmelser för Riksfyran.
Redskap	<ul style="list-style-type: none">• Tumbling till tävlingslandning• Trampett till tävlingslandning• Hoppredskap
Resultatredovisning	En fullständig resultatlista mailas ut till ansvarig ledare efter tävlingens slut. Ledarna delges skriftlig feedback från domarna. Ingen resultatåtergivning sker under tävlingens gång eller på internet (enligt Gymnastikförbundets Rekommendationer kring resultat och ceremonier).
Prisutdelning	En 1:a, 2:a och 3:a utses i varje gren och tilldelas medalj (enligt Gymnastikförbundets Rekommendationer kring resultat och ceremonier).

Trean

Klass	Öppen klass
Bedömning	Enligt Nationellt Bedömningsreglemente Trupp version 3.0.
Ålder	13 år och äldre (födda 2012 och tidigare).
Antal gymnaster	6-18 gymnaster per lag.
Regler	Enligt Gymnastikförbundets tävlingsbestämmelser för Rikstrean. <i>Notera att: Fristående genomförs på våder.</i>
Redskap	<ul style="list-style-type: none">• Tumbling till tävlingslandning• Trampett till tävlingslandning• Hoppredskap• Fristående på friståendeväder.
Resultatredovisning	En fullständig resultatlista mailas ut till ansvarig ledare efter tävlingens slut. Ledarna delges skriftlig feedback från domarna. Resultatåtergivning sker under tävlingens gång.
Prisutdelning	En 1:a, 2:a och 3:a utses i varje gren och tilldelas medalj.

Tvåan, Ettan (Viking Open - Ungdom, Junior och Senior)

Klass	Öppen klass
Ålder	Ungdom: 13 år och äldre (födda 2012 eller tidigare). Junior/Senior: 15 år och äldre (födda 2010 eller tidigare).
Antal gymnaster	6-20 gymnaster per lag
Bedömning & regler	Enligt Code Of Points 2022 – 2025 Swedish Version 1.5 November 2024 inkl. bilagor . Fristående bedöms med C, D, & E domare. Redskap bedöms <i>endast</i> i med E-domare.
Redskap	Tumbling till semi-landning (landningsbädd i MD-grop) Trampett och bord till semi-landning (landningsbädd i MD-grop) Fristående på friståendeväder.
Resultatredovisning & prisutdelning	Resultatåtergivning sker under tävlingens gång. En fullständig resultatlista publiceras/mailas efter tävlingens slut. En 1:a, 2:a och 3:a utses i varje gren och tilldelas medalj