

Välkommen På FSGM & Jumpajippo

4.5.2024

Kuppishallen

akgpalastra.com
www.fsg.fi



Palästra
Gymnastics



Palästra Gymnastics vill välkomna alla 30 lag till Åbo för FSGM i Estetisk trupp gymnastik och jumppajippo 4.5.2024!

Denna tävlings PM skickas till truppens kontaktperson som ni uppgett i samband med tävlingsanmälan.

Det är kontaktpersonens uppgift att se till att de övriga ledarna inom föreningen får ta del av informationen ifall att kontaktpersonen är annan än föreningens ledare.

Vid frågor kontakta Nora Hermansson /nora.hermansson@idrott.fi, 050-3634483 eller akgpalastra@gmail.com

Innehåll:

[Tävlingsplatsen](#)

[Tävlingskansli](#)

[Tidtabell](#)

[Inmarsch](#)

[Tävlingsordning](#)

[Prisutdelning](#)

[Lunch](#)

[Musiker](#)

[Omklädningsrum](#)

[Inträde för publik](#)

[Domare](#)

Tävlingsplatsen

Tävlingen hålls i Kuppis idrottshall Tahkogrändens 5, 20520 Åbo. På 5 minuters promenadavstånd ligger lunchrestaurangen Delica (Österlånggatan 4, 20250 Åbo). På tävlingsplatsen finns café, Piruettis och Elastic Gymwears försäljningspunkter samt snabblotteri. Kuppis Citymarket och andra butiker ligger även på gångavstånd. Parkering finns vid Blombergsspland. Obs. Under samma dag är det Tivoli i Kuppisparken så observera det då ni anländer.

Tävlingskansli

Direkt till höger om huvudingången finns tävlingskansliet. Varje lag anmäler sig vid ankomst till tävlingskansliet och eventuella meddelanden om frånvarande gymnaster bör ges till tävlingskansliet. Domarnas feedback och utvärderingar fås från tävlingskansliet efter tävlingen. Från tävlingskansli kan man få info om bl.a. tidtabellen, omklädningsrummens fördelning och lunchen. Inträde betalas också vid tävlingskansli. Tävlingskansliet är öppet under hela tävlingsdagen.

Tidtabell

8:00	Hallen öppnar
11:00	Domarpalaver
11:45	uppställning för inmarsch
12:00	Inmarsch och välkomsttal
12:15	Tävlingen börjar, BLOCK 1
Ca 13:30	Paus
14:00	Tävlingen fortsätter, BLOCK 2
Ca 15:15	Sneak peak av Kompassen (truppmassen)
	Prisutdelning och FSG dans

Inmarsch

Alla trupper ställer upp sig för inmarsch kl. 11.45 på uppvärmningsområdet bakom tyget. Trupperna ställer sig föreningsvis i parkö. Inmarschen går till så att trupperna marscherar i parkö snett över mattan från vänster bakre hörn till höger främre hörn från publiken sett. En gymnast per förening bär på föreningens fana. Fanorna ställs i fanfoten vid sidan om mattan. Domarna presenteras framför domarbordet efter att gymnasterna har marscherat. Efter inmarschen hålls välkomsttal.

Uppvärmning

Ett noggrant tidsschema för uppvärmningen skickas som bilaga till det här brevet. Alla trupper har 1 timme att värma upp på ett eget område. Observera att inmarschen avbryter uppvärmningen för vissa trupper varav deras uppvärmning är markerad att börja tidigare. Det är fritt fram att börja värma upp tidigare på områden som är lediga. Man förflyttar sig från uppvärmningsområdet till mattorna via löpbanorna.

Tävlingsordning

Under tävlingen går två tävlingsserier parallellt för att effektivisera domararbetet. Om tävlingen är sen från tidtabellen är det tränarens uppgift att se till att lagen befinner sig på rätt plats i rätt tid. Palästras funktionärer hjälper också till. Tävlingsordningen går inte i förtid, utan håller sig till de angivna tiderna för tävlingsprestation. Även om en trupp avbokar sitt deltagande samma dag så håller vi fast vid tidtabellen.

Tävlingsnummer	Tid	Trupp, förening	Tävlingsklass
1.	12.15	Afrodite, GGF	10-12
2.	12.19	Isadora, JKG	över 16 H
	12.22		<i>uppvisning</i>
3.	12.26	Pastell Blue, Palästra	10-12
4.	12.30	Aurora, Palästra	över 16 H
5.	12.34	Ewelia Y, JKG	10-12
6.	12.38	Ziatra, GGF	över 16 H
7.	12.42	Wix Y, JKG	10-12
8.	12.46	Gnistra, JKG	över 16 H
	12.49		<i>uppvisning</i>
9.	12.52	Ixia, JKG	över 16 H
10.	12.58	Eleia, JKG	8-10
11.	13.02	Cinea, LGF	14-16 H
12.	13.06	Pastell Pink, Palästra	8-10
13.	13.10	Dione, GGF	14-16 H
14.	13.14	Astoria, LGF	8-10
15.	13.18	Ariel, Palästra	14-16 H
16.	13.22	Ewelia X, JKG	8-10
17.	13.26	Viola Y, JKG	14-16 H
	13.30-14.00	PAUS	
18.	14.00	Pixell, Palästra	Jumppajippo
19.	14.04	Wix X, JKG	12-14 H
	14.08		<i>uppvisning</i>
20.	14.12	Feya, JKG	Jumppajippo
21.	14.16	Smaragd, GGF	12-14 H
22.	14.20	Hera, GGF	Jumppajippo
23.	14.24	Violetta Z, JKG	12-14 H
24.	14.28	Violetta X, JKG	12-14 K
25.	14.32	Noelle, Palästra	12-14 H
26.	14.36	Wix Z, JKG	12-14 K
27.	14.40	Isla, LGF	12-14 H
28.	14.44	Viola X, JKG	14-16 K
29.	14.48	Violetta Y, JKG	12-14 H
30.	14.50	Gaia, GGF	14-16 K

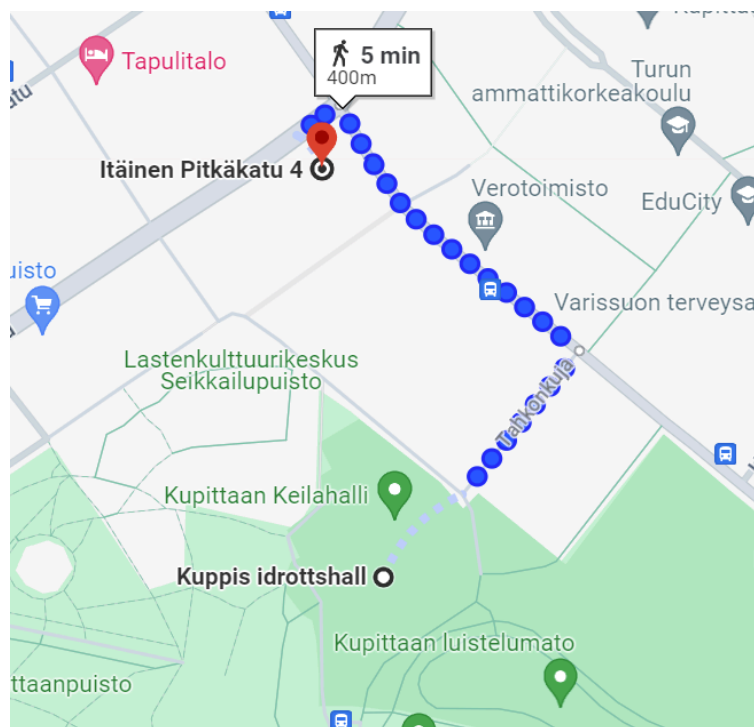
Prisutdelning

Trupper som deltar i Jumppajippo och 8-10 får medalj genast efter sitt uppträdande vid Kiss & cry soffan. Efter tävlingen uppvisas en del av FSG-festivalens Truppmassprogram Kompassen, varefter trupperna samlas bakom tygväggen för prisutdelning. I prisutdelningen deltar alla lag från 10-12, 12-14 hobbyserien, 12-14 tävlingsserien, 14-16 hobbyserien, 14-16 tävlingsserien samt över 16-års hobbyserien.

Lunch

Lunchen serveras för dem som har beställt den på förhand på Delica, Österlånggatan 4, 20250 Åbo. Trupperna får lunchbiljetter i samband med närvar oanmälan i tävlingskansli. En tidtabell för när trupperna kan gå och äta för att undvika rusning hittar ni här.

Karta till lunchen



Musiker

Alla musiker ska vara skickade till akgoalustra@gmail.com senast **24.4** i mp3-format. Musikfilen ska ha namnet **trupp_förening_ålder**.

Omklädningsrum

Omklädningsrummen är delade föreningsvis. Det finns ett begränsat antal omklädningsrum på tävlingsplatsen och det kommer att bli trångt, så vi ber er att lämna sådant som ni inte behöver under dagen i bussen eller bilen. På dörren till omklädningsrummet står det vilken förening som använder omklädningsrummet. Tävlingskansliet informerar er om var er trupps omklädningsrum är.

Hårspray får inte användas inomhus, endast utomhus. Trupperna och föreningarna ser till att omklädningsrummet lämnas snyggt efter tävlingen.

Inträde för publik

Det är möjligt att köpa biljett vid dörren med kortbetalning, kontant eller mobilepay. I priset ingår en publik-klappa (A3). Vi följer FSG:s spelregler om respekt inom publiken.

Inträde vuxna: 15€

Inträde barn 3-12 år: 5€

Domare

Domarutrymmet finns i hallens bakre hörn. Domarpalavern hålls där kl. 11.00. På palavern serveras kaffe och tilltugg. Domarlunchen serveras i domarutrymmet under pausen. Det kommer att finnas kaffe med tilltugg nära domarbordet under hela tävlingen. Ett skilt domarbrev skickas till domarna med noggrannare info.

VI SER FRAM EMOT ATT SE ER I ÅBO!