



I samarbete med  
Gymnastikförbundet Öst  
välkomnar vi er till  
Regionmästerskapen Öst 2023

Tävlingarna genomförs i  
Mälaröhallen 9 - 10 december

### Klasser:

Regiontrean  
Regionfyran  
Regionsjuan  
Regionsjuan pojk  
Regionsexan pojk

# PM 1

**Tävlingsdatum:** 9 - 10 december 2023

**Tävlingshall:** Mälaröhallen, Björkuddsvägen 100, Ekerö

**Anmälan:** På gymnastikförbundet Östs hemsida, [www.gymnastik.se/ost](http://www.gymnastik.se/ost)

Besök gärna vår hemsida [www.malaromoves.se](http://www.malaromoves.se) där information om tävlingen finns.

Frågor om tävlingen kan ni skicka till [info@malaromoves.se](mailto:info@malaromoves.se)

## PM 2

Skickas ut senast 2 veckor innan tävlingsdatum

### Tävlingsjury

Tävlingsjuryn består av representant från Gymnastikförbundet Öst och från Mälarögyrnasterna Jessica Skogh samt överdomare i respektive gren.

### Tävlingsförsäkring & deltagarlista

Alla gymnaster ska ha tävlingsförsäkring. Deltagarlista och utdrag (tidigare benämnt som pensumlista) från försäkring ska visas upp vid ackrediteringen. Med deltagarlistan intygar föreningen att ledarna har licens på rätt nivå för att passa gymnasterna på trampett och tumbling. Utdrag från försäkring och deltagarlista ska vara i samma ordning av namnen.

### Domare

Gymnastikförbundet Öst tillsätter domare.

### Reglementen och bestämmelser

Finns på gymnastikförbundets hemsida samt att länkar ligger på arrangörens hemsida. Det är ledarens ansvar att kontrollera på hemsidan att man har den senaste versionen av reglementen och bestämmelser.

### Klasser

Regiontrean öppen, regionfyran öppen, regionsexan pojk, regionsjuan öppen och regionsjuan pojk.

### Antal deltagare

Regiontrean öppen, regionfyran öppen - 6-18 gymnaster

Regionsexan pojk, regionsjuan öppen och regionsjuan pojk - 6-25 gymnaster

### Musik

Information kommer i PM 2

Varmt välkomna till regiontävlingarna med Region Öst och  
Mälarögyrnasterna