



PM 2

# ISKRISTALLEN

STEG 1-8, KLUBBPOKAL, REGIONSPOKAL OCH  
RIKSPOKALEN

26-27 MARS 2022  
ÖSTERSUND ARENA

# VI HÄLSAR ER ALLA VÄLKOMNA TILL ISKRISTALLEN, ROLIGT ATT NI KOMMER TILL OSS OCH TÄVLAR.



- Tävlingsklasser:** Steg 1–8, svenska stegserierna  
Klubbpokalen, svenska pokalenserierna  
Regionspokal, svenska pokalenserierna  
Rikspokalen, svenska pokalenserierna
- Tävlingsform:** Steg 1-4 alla får medalj. Steg 5-8, Klubbpokal, Regionspokal och Rikspokal individuell mångkamp samt grensegrar beroende på antalet deltagare.
- Tävlingshall:** Östersund Arena, Arenavägen 27, det finns gott om parkeringar i anslutning till Arenan.
- Kommunikationer:** Arenan ligger 2.5 km från Östersunds Centrum. Stadsbuss nummer 2 eller 14(mobilapp för turlista – Länstrafiken)
- Musik:** All fristående musik skickas per mejl i mp3 format till **senast 12 mars** [ostersund.ag@gmail.com](mailto:ostersund.ag@gmail.com)  
Filen ska vara märkt med gymnastens samt föreningens namn, samt steg. Ska originalmusikens användas på seg 6 vill vi gärna veta det också även om den kommer finnas på plats.
- Omklädningsrum:** Finns och är uppmärkta, tillgång 30 min innan uppvärmningen. Varje förening kvitterar ut en blipp för dörren.
- Sjukvårdsansvarig:** Finns på plats under uppvärmningen och tävlingen
- Mat:** Restaurang med dagens lunch finns i Arenan. ICA Maxi finns på 5 min promenadavstånd.
- Inträde:** 7-12år 20 kr, 13år och uppåt 50 kr för hela dagen. Tävlade gymnaster går in gratis. **Vi föredrar swish som betalning.**
- Lotteri:** Det kommer finnas ett lotteri, vi föredrar **swish** även här.

	<b>Steg 5-8, KP, RePo och RiPo</b>	<b>Steg 1-4</b>
<b>Datum</b>	<b>Lördag 25/3</b>	<b>Söndag 26/3</b>
<b>Uppvärmning</b>	<b>Kl. 09.00-09.30</b>	<b>Kl. 10.00-10.30</b>
<b>Schemalagd förträning</b>	<b>Kl. 09.30-11.10</b>	<b>Kl. 10.30-11.30</b>
<b>Tävlingsstart</b>	<b>Kl. 11.15</b>	<b>Kl. 11.40</b>
<b>Ledarmöte</b>	<b>Kl. 09.05</b>	<b>Kl. 10.05</b>
<b>Domarmöte</b>	<b>Kl. 10.00</b>	<b>Kl. 10.10</b>
<b>Prisutdelning</b>	<b>Ca. kl. 14.45</b>	<b>Ca. kl. 14.00</b>

## FÖRTRÄNINGSCHEMA STEG 5-8, KLUBBPOKAL OCH RIKSPOKAL

Kom ihåg att förträningen endast är till för att känna på redskapen inte köra hela serier

Fristående: AAI

Hopp: Gymnova, Stratumbräda eller Janssen Fritsen

Barr: Gymnova eller Janssen Fritsen

Bom: Gymnova



	Hopp	Barr	Bom	Fristående
09.30-09.55	Steg 6	Klubbpokal	7-8, RiPo, RePo	Steg 5
09.55-10.20	Klubbpokal	7-8, RiPo, RePo	Steg 5	Steg 6
10.20-10.45	7-8, RiPo, RePo	Steg 5	Steg 6	Klubbpokal
10.45-11.10	Steg 5	Steg 6	Klubbpokal	7-8, RiPo, RePo

### Domare

Klubbpokal (Bom, Fristående, Hopp)	Steg 5 – 6 Barr och Fristående
D1 Anneli Nilsson	D1 Evert Boeye
E2 Helene Wahlberg	D2 Alicia Alvarez
E3 Stefan Nordström	E1 Mona Wärdell Nilsson
	E2 Lina Åkerlind Nilsen
	E3 Peter Törnqvist
Steg 5 - 6 Hopp och Bom	Steg 7-8 , RePo, RiPo och Barr Klubbpokal
D1 Henrik Odelros	D1 Filip Montelin
D2 E1 Katrin Kronlund	D2 E1 Ewa Fryxell
E2 Alexandra Liedegren	E2 Linda Maripuu
E3 Katarina Helling	E3 Annika Krylén

### Tävlingsordning

Klubbpokal	Bom	Fristående	Hopp	Barr
Steg 5	Hopp	Barr	Fristående	Bom
Steg 6	Barr	Hopp	Bom	Fristående
Steg 7,8 RiPo, RePo	Fristående	Bom	Barr	Hopp

## FÖRTRÄNINGSCHEMA STEG 1-4

Kom ihåg att förträningen endast är till för att känna på redskapen inte köra hela serier.

Hopp: Gymnova, Stratumbräda eller Janssen Fritsen

Bom: Gymnova

Barr: Gymnova eller Janssen Fritsen

Fristående: AAI



Steg 1-2	Hopp	Barr	Bom	Fristående
10.30-10.45	POOL 3	POOL 2	POOL 1	POOL 4
10.45-11.00	POOL 2	POOL 1	POOL 4	POOL 3
11.00-11.15	POOL 1	POOL 4	POOL 3	POOL 2
11.15-11.30	POOL 4	POOL 3	POOL 2	POOL 1

Steg 3-4	Hopp	Barr	Bom	Fristående
10.30-10.45			POOL 5	POOL 6
10.45-11.00			POOL 6	POOL 5
11.00-11.15	POOL 5	POOL 6		
11.15-11.30	POOL 6	POOL 5		

### Domare

<b>Hopp 1 - 2</b>		<b>Barr 1 - 2</b>	
Cajsa Hjortlinger		Zara Svensson	
Gustav Biasoletto		Tina Lundmark	
<b>Bom 1 - 2</b>		<b>Fristående 1 - 2</b>	
Nora Samuelsson		Alice Zakrisson	
Bianca Zandén		Linda Wasell	
<b>Hopp/Fristående 3 - 4</b>		<b>Barr/Bom 3 - 4</b>	
Anna Falk		Lovis Eklund	
Helene Wahlberg		Meya Lindgren Olsson	

### Tävlingsordning

<b>POOL 1</b>	FRISTÅENDE	HOPP	BARR	BOM
<b>POOL 2</b>	BOM	FRISTÅENDE	HOPP	BARR
<b>POOL 3</b>	BARR	BOM	FRISTÅENDE	HOPP
<b>POOL 4</b>	HOPP	BARR	BOM	FRISTÅENDE
<b>POOL 5</b>	BARR	HOPP	FRISTÅENDE	BOM
<b>POOL 6</b>	HOPP	BARR	BOM	FRISTÅENDE

# POOLFÖRDELNING LÖRDAG

Klubbpokal	POOL 1	Bom/Fristående/Hopp/Barr
1	Alma Olsson	KlubbPo Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
2	Irma Borgh	KlubbPo Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
3	Lo Wedin Nilson	KlubbPo Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
4	Vilja Jonasson	KlubbPo Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
5	Saga Nordström	KlubbPo Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
6	Molly Kronlund	KlubbPo Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
7	Elin Nordqvist	KlubbPo Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
8	Greta Nilsson	KlubbPo Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
9	Stella Skyttmo	KlubbPo Östersundsgymnasterna
10	Freja Crespi	KlubbPo Östersundsgymnasterna
11	Alice Stjärnered	KlubbPo Östersundsgymnasterna
12	<del>Hanna Starbrink</del>	<del>KlubbPo Östersundsgymnasterna</del>
13	<del>Julia Blomgren</del>	<del>KlubbPo Östersundsgymnasterna</del>
14	Älva Kristoffersson	KlubbPo Östersundsgymnasterna
15	Rut Belin	KlubbPo Östersundsgymnasterna

Steg 6	POOL 3	Barr/Hopp/Bom/Fristående
32	Isabelle Wingqvist	6 Östersundsgymnasterna
33	Emma Andersson	6 Östersundsgymnasterna
34	Mira-Märta Lekselius	6 Östersundsgymnasterna
35	Moa Maripuu	6 Östersundsgymnasterna
36	Elsa Odelros	6 Gefle Gymnastikförening
37	Elle Norling	6 Gefle Gymnastikförening
38	Stella Forsström	6 Gefle Gymnastikförening
39	Meja Abser Eklöf	6 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
40	Ingrid Wahlberg	6 Åre Gymnastikförening
41	Lovis Sanfridsson	6 Åre Gymnastikförening

Steg 5	POOL 2	Hopp/Barr/Fristående/Bom
16	Emma Maripuu	5 Östersundsgymnasterna
17	Kristin Samuelsson	5 Östersundsgymnasterna
18	Ellen Boeye	5 Östersundsgymnasterna
19	Kerstin Biasoletto	5 Östersundsgymnasterna
20	Stella Hallgren	5 Östersundsgymnasterna
21	Lovisa Falk	5 Östersundsgymnasterna
22	Anna Mårtensson	5 Östersundsgymnasterna
23	<del>Lykke Norén</del>	<del>5 Östersundsgymnasterna</del>
24	Alice Törnqvist	5 Gefle Gymnastikförening
25	Tess Helling	5 Gefle Gymnastikförening
26	Malou Klang	5 Gefle Gymnastikförening
27	Valdy Hellström	5 Gefle Gymnastikförening
28	Bianca Melin Liedegren	5 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
29	Lykke Larsson	5 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
30	Ebba Mattson	5 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
31	Emma Larsson	5 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK

Rikspokal	POOL 4	Fristående/Bom/Barr/Hopp
42	Erica Öhrling	RiksPo Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
43	Meya Lindgren Olsson	RiksPo Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
44	Britta Krylén	RiksPo Östersundsgymnasterna
45	Gry Dahlgren	RiksPo Östersundsgymnasterna
46	Hedda Samuelsoon	RePo Östersundsgymnasterna
47	Freja Krylén	7 Östersundsgymnasterna
48	Nora Samuelsson	7 Östersundsgymnasterna
49	Alva Fredriksson	7 Östersundsgymnasterna
50	Ella Holgén	7 Östersundsgymnasterna
51	Emilia Andersson	8 Gefle Gymnastikförening



# POOLFÖRDELNING SÖNDAG

Steg 1-2	POOL 1	Fristående/Hopp/Barr/Bom
52	Moa Eklund	1 Åre Gymnastikförening
53	Freja Ståhl	1 Åre Gymnastikförening
54	My Bergman	1 Åre Gymnastikförening
55	Esther Oldne	1 Åre Gymnastikförening
56	Ines Landström	2 Åre Gymnastikförening
57	Märta Hjortlinger	2 Åre Gymnastikförening
58	Maj Landström	2 Åre Gymnastikförening
59	Nelli Wasell	2 Åre Gymnastikförening
60	Greta Wilhelmsson	2 Åre Gymnastikförening

Steg 1-2	POOL 3	Barr/Bom/Fristående/Hopp
73	Julia Pettersson	1 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
74	Adela Rushidi	2 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
75	Agnes Kjellqvist	2 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
76	Ellen Dahlström	2 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
77	Nelly Dyrander	2 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
78	Emilia Sundberg	2 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
79	Inez Forsman	2 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
80	Malva Tempé	2 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
81	Nadia Teages	2 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
82	Ellie Englund	2 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
83	Olivia Röström Jansson	2 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK

Steg 3	POOL 5	Barr/Hopp/Fristående/Bom
95	Lilly Ståhl	3 Åre Gymnastikförening
96	Selma Stjärnered	3 Östersundsgymnasterna
97	Ella Backman	3 Östersundsgymnasterna
98	Elivira Westner	3 Östersundsgymnasterna
99	Emmy Hallberg	3 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
100	Gerda Perman	3 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
101	Juno Selander	3 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
102	Agnes Sandén	3 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
103	Klara Sikström	3 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
104	Tove Wester	3 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK

Steg 1	POOL 2	Bom/Fristående/Hopp/Barr
61	Elsa Augustén	1 Östersundsgymnasterna
62	Line Bergström	1 Östersundsgymnasterna
63	Lo Kentsson	1 Östersundsgymnasterna
64	Lovie Edvisson	1 Östersundsgymnasterna
65	Maja Kunze	1 Östersundsgymnasterna
66	Nora Åhren	1 Östersundsgymnasterna
67	Vera Brouneus	1 Östersundsgymnasterna
68	Anny Wennberg	1 Östersundsgymnasterna
69	Celenia Wingqvist	1 Östersundsgymnasterna
70	Daniella Sundvall	1 Östersundsgymnasterna
71	Ellen Falk	1 Östersundsgymnasterna
72	Tuva Blixth	1 Östersundsgymnasterna

Steg 2	POOL 4	Hopp/Barr/Bom/Fristående
84	Tyra Lindegren	2 Östersundsgymnasterna
85	Wilma Tosstemo	2 Östersundsgymnasterna
86	Greta Biller	2 Östersundsgymnasterna
87	Lina Wiegand	2 Östersundsgymnasterna
88	Tora Edman	2 Östersundsgymnasterna
89	Lova-lo Hallström	2 Östersundsgymnasterna
90	Sofia Sundberg	2 Östersundsgymnasterna
91	Meya Nilsson	2 Östersundsgymnasterna
92	Alva Augustén	2 Östersundsgymnasterna
93	Zoey Theland	2 Östersundsgymnasterna
94	Emme Simonsson	2 Östersundsgymnasterna

Steg 4	POOL 6	Hopp/Barr/Bom/Fristående
105	Alice Nygårdh	4 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
106	Hannah Thellbro	4 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
107	Nilah Olsson	4 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
108	Tove Larsson	4 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
109	Tuva Hyrskylähti Lindfors	4 Sundsvallsgymnasterna Jaktfalken GK
110	Akaya Kollin De Almeida	4 Åre Gymnastikförening
111	Svea Thor	4 Åre Gymnastikförening
112	Jonna Kahn	4 Åre Gymnastikförening
113	Liv Bohman	4 Åre Gymnastikförening
114	Love Bohman	4 Åre Gymnastikförening

# VÄLKOMNA!

