



PM

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
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.

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

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 E2 Helene Wahlberg E3 Stefan Nordström	D1 Evert Boeye D2 Alicia Alvarez 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 D2 E1 Katrin Kronlund E2 Alexandra Liedegren E3 Katarina Helling	D1 Filip Montelin D2 E1 Ewa Fryxell E2 Linda Maripuu 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
09.00-09.15	POOL 3	POOL 2	POOL 1	POOL 4
09.15-09.30	POOL 2	POOL 1	POOL 4	POOL 3
09.30-09.45	POOL 1	POOL 4	POOL 3	POOL 2
09.45-10.00	POOL 4	POOL 3	POOL 2	POOL 1

Steg 3-4	Hopp	Barr	Bom	Fristående
09.00-09.15			POOL 5	POOL 6
09.15-09.30			POOL 6	POOL 5
09.30-09.45	POOL 5	POOL 6		
09.45-10.00	POOL 6	POOL 5		

Domare

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

Tävlingsordning

POOL 1	FRISTÅENDE	HOPP	BARR	BOM
POOL 2	BOM	FRISTÅENDE	HOPP	BARR
POOL 3	BARR	BOM	FRISTÅENDE	HOPP
POOL 4	HOPP	BARR	BOM	FRISTÅENDE
POOL 5	BARR	HOPP	FRISTÅENDE	BOM
POOL 6	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	Elisabeth Loo	KlubbPo Östersundsgymnasterna
13	Hanna Starbrink	KlubbPo Östersundsgymnasterna
14	Ellen Mårtensson	KlubbPo Östersundsgymnasterna
15	Julia Blomgren	KlubbPo Östersundsgymnasterna
16	Älva Kristoffersson	KlubbPo Östersundsgymnasterna
17	Rut Belin	KlubbPo Östersundsgymnasterna

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

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

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

POOLFÖRDELNING SÖNDAG

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

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

Steg 3	POOL 5	Barr/Hopp/Fristående/Born
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	Born/Fristående/Hopp/Barr
63	Elsa Augustén	1 Östersundsgymnasterna
64	Line Bergström	1 Östersundsgymnasterna
65	Lo Kentsson	1 Östersundsgymnasterna
66	Lovie Edvisson	1 Östersundsgymnasterna
67	Maja Kunze	1 Östersundsgymnasterna
68	Nora Åhren	1 Östersundsgymnasterna
69	Vera Brouneus	1 Östersundsgymnasterna
70	Anny Wennberg	1 Östersundsgymnasterna
71	Celenia Wingqvist	1 Östersundsgymnasterna
72	Daniella Sundvall	1 Östersundsgymnasterna
73	Ellen Falk	1 Östersundsgymnasterna

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

Steg 4	POOL 6	Hopp/Barr/Born/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!

