

Uttagningskriterier för Nordic Championships

Plats:	Oslo, Norge
Datum:	5–7/4, 2024
Tävlingsformat:	Lag, Mångkamp och Individuell grentävling
Lagformat:	5-5-3
Ålder:	Gymnaster födda 2005 och tidigare
Preliminära Deadlines:	Nominativ 8/3, 2024
Uttagningsgruppen:	Förbundskapten, ass. FK, Landslagschef

Kriterier

Lag

Lagformatet: 5-5-3 vilket innebär att fem gymnaster ingår i laget, fem gymnaster tävlar och tre poäng räknas.

Bedömningen kommer göras utifrån de nämnda kvalifikationstillfällen. Lagets bästa är i fokus vid uttagningen. Wildcard kan ges gymnast som av någon anledning inte deltagit på uppsatta kvaltävlingar men som har uppenbar potential att bidra till det bästa laget och utifrån tidigare uppvisade prestationsnivåer, kan undantaget göras i uttagningsprocessen.

Prestations och kvalifikationstillfällen

- LL 1 – Bosön 13/1
- LL 2 – Halmstad 8/2
- WC – Cairo
- WC – Cottbus
- Digital tävling 29/2 – 2/3
- Landskamp 16/3

För att vara uttagningsbar ska gymnasten dessutom;

- ✓ Vara en god förebild för Svensk Gymnastik och medveten om att representera inte bara sig själv men även Gymnastikförbundet och Sverige på bästa sätt och leva upp till Gymnastikförbundets uppförandekod.
- ✓ Ha visat sig kunna fokusera på den egna prestationen såväl som att bidra till en helhet som stärker och lyfter andra på ett bra sätt.
- ✓ Ha en fysisk status som anses vara god vid uttagningstidpunkten samt ha en tydlig plan för hur denna ska upprätthållas/förbättras fram mot mästerskapet.
- ✓ Vara medveten om och ha rimliga förväntningar på sin egen prestationsnivå, tekniskt som mentalt samt en tydlig plan fram mot mästerskapet för hur denna ska uppnås.
- ✓ Ha en vardag i balans där träning och tävling ingår i en välfungerande helhet med tillräckligt utrymme för återhämtning.
- ✓ Kraven ovan gäller fullt ut för seniorgymnaster. För juniorgymnaster anses det tillräckligt med viss insyn i planering och egen förväntan men övriga delar eftersträvas fullt ut.