

# AKTUELLT



Skicka vidare / Prenumerera / Avprenumerera / Följ oss på Facebook



## Gymnastikforum 2021 - SAVE THE DATE

Till hösten är det dags för Gymnastikforum 2021 som i år blir ett digitalt event. Om läget medger, vilket det ser ut som, kommer vi att anordna regionala mötesplatser där vi kan föra spännande samtal.

Datum för forumet är **9-10 oktober** och vi vill gärna ha med er!

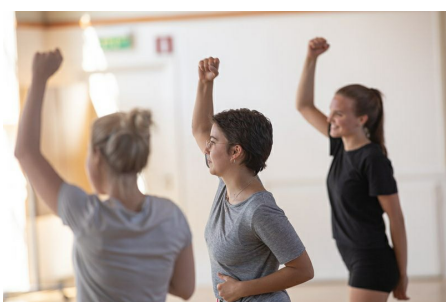
Det kommer bjudas på workshops och föreläsningar kring aktuella ämnen. Du kommer få inspiration, motivation, reflektion, tid för nätverkande och möjlighet att ställa frågor. En helg du inte vill missa!

Preliminära tider:

Lördag 10-16

Söndag 9-14

Är du nyfiken på temat? Här samlar vi löpande information kring Gymnastikforum



## Lättnader i restriktioner för träning och tävling

Under sommaren lättas de restriktioner som har begränsat vår verksamhet under hela pandemin och förhoppningsvis kan vi vid terminsstart återgå till en mer normal vardag.

Även om restriktionerna nu lättas så är det viktigt att tänka på att det fortfarande pågår en pandemi och att vi ska göra allt vi kan för att anordna en så smittsäker verksamhet som möjligt och följa de rekommendationer som fortfarande finns kvar.

Läs mer om de uppdaterade rekommendationerna här



## Konvertering

Den 1 augusti 2021 lanseras nya teknik- och metodikkurser i trupp gymnastik. Perioden för konvertering från tidigare *Basic-steg 4* till de nya kurserna *Trupp gymnastik A-D* är 1 augusti - 31 december 2021.

Därutöver förlängs perioden för konvertering från Teori steg 1-3 till de nya kurserna i ledarskap och träningslära till och med den 31 december 2021. Om du ska konvertera inom trupp gymnastik är det viktigt att du först konverterar inom ledarskap och träningslära.

[Läs mer om konverteringen till det nya utbildningssystemet här](#)



## Nya kurser lanseras i augusti

Sex nya kurser i trupp gymnastik lanseras i höst tillsammans med kurserna *Idrottsnutrition och återhämtning*, *Planering och periodisering*, *Hjälpledare - Svensk Gymnastik* och *Trampolin som hjälpredskap*.

[Läs mer om de nya kurserna och anmälan här](#)



## Nytt utbildningskrav - Trampolin som hjälpredskap

Den nya kursen *Trampolin som hjälpredskap* passar ledare från alla verksamheter och öppnar upp möjligheten att nyttja trampolinen fullt ut. Kursen är en kort distanskurs som fokuserar på att hantera trampolinen egenskaper. Den ger dig som ledare

behörighet att lära ut övningar på trampolinduken i kombination med den behörighet du skaffat dig för övningar genom verksamhets specifika kurser.

[Läs mer här](#)



## Sigtuna Märsta Gymnastikklubb är Årets förening!

Varje år utser Gymnastikförbundet Årets förening. Utmärkelsen bygger på nomineringar från regionerna och i år är det Sigtuna Märsta Gymnastikklubb som får den fina utmärkelsen.

[Läs mer här](#)



## Johanna Sarri är Årets ledare!

Varje år utser Gymnastikförbundet Årets ledare. Utmärkelsen bygger på nomineringar från regionerna och i år är det Johanna Sarri från GK Norra Norden i Kiruna som får utmärkelsen.

[Läs mer här](#)



## Nytt datum - Workshop om psykisk hälsa och ohälsa

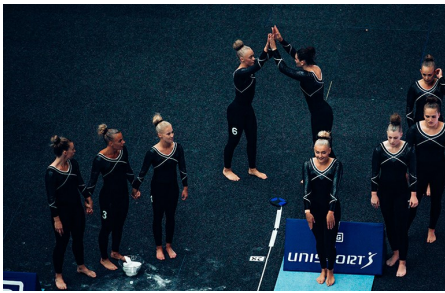
Den kostnadsfria workshop om psykisk hälsa och ohälsa flyttas fram till den 7 september kl.19.00 - 20.30. Workshoppen riktar sig till dig som är ung ledare och aktiv. Anmäl dig senast 5 september till [nina.loow@gymnastik.se](mailto:nina.loow@gymnastik.se)

[Läs mer här](#)



## Gymmix-kort för höstterminen 2021

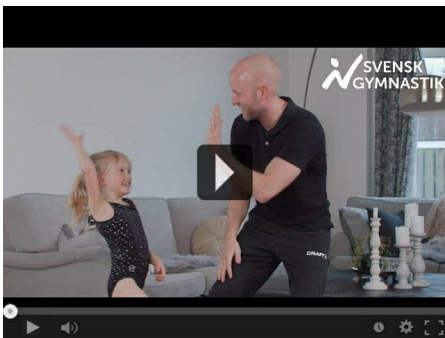
Nu finns det nya Gymmix medlems- och terminskort för höstterminen 2021. Vill du ha dem till din Gymmix-förening, samt ta del av mer marknadsmaterial, hör av dig till [marknad@gymnastik.se](mailto:marknad@gymnastik.se)



## Fortsatt samarbete mellan Gymnastikförbundet och Unisport

Gymnastikförbundet och Unisport har förlängt sitt samarbete. En del handlar om att utrusta trupp gymnastikens största tävlingar med redskap från LEG, som är en del av Unisport. Den andra delen av samarbetet handlar om att långsiktigt arbeta för fler och bättre träningsanläggningar för föreningarna i Sverige.

[Läs mer här](#)



## Familjegymna - enkel hemmaträning för stor och liten

Ett träningspass som riktar sig till dig som tillsammans med ett eller flera barn vill få inspiration till rörelse i hemmamiljön. Passet är framtaget av Gymnastikförbundets barnkommitté i samarbete med Svenska Spel – Tillsammans för fler i rörelse. Det kan genomföras hemma och är cirka 10 minuter långt. Både stor och liten är aktiva tillsammans och det är bara att följa och hänga med i det som händer!

[Se hela passet här](#)



**15% rabatt på  
lagets tågresa**  
Med SJ Idrottsresan får laget alltid 15% rabatt på tågresor.  
Läs mer och boka på [sj.se/idrottsresan](#).

**IDROTTSRESAN**  


## Städa Sverige-Resan och SJ Idrottsresan

Städa Sveriges nya samarbete under året med SJ – Städa Sverige-Resan – har nu kommit halvvägs. Här kan din medlemsförening vinna en tågresa för laget/ föreningen, att använda till ett framtida mästerskap eller träningsläger någonstans i Sverige fram till juli 2022. Alla som städar med Städa Sverige under årets två kampanjperioder har chans att vara med och tävla!

[Läs mer om Städa Sverige-resan här](#)

[Läs mer om Gymnastikförbundets samarbete med Städa Sverige här](#)



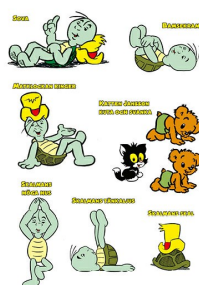
tävlingarna

## Lycka till på OS David och Jonna!

Vi önskar David Rumbutis och Jonna Adlerteg stort lycka till på OS i Tokyo! Det är första gången sedan 1984 vi har med två gymnaster i den artistiska gymnastiken.

På vår mästerskapssida kan du läsa mer om

## YOGA MED SKALMAN



## Varva ner tillsammans med Skalman

På sommaren är benen fulla med spring, eller hur? Återhämtning är minst lika viktigt för att fylla på med energi och ladda om inför kommande höst. Passa på att skriva ut planschen med enkla yogaövningar som vuxen och barn kan köra tillsammans.

Ladda ner, skriv ut och sätt upp på kylskåpet!

## Erbjudande från Vera Sport

Vera Sport har allt som behövs för AG, trupp och trampolin, exempelvis dräkter, bodies, heldräkter, mixedkläder, tights, bygelbyxor, shorts, tåskor, hårsnoddar, handskydd, med mera.

Kontakta oss för mer information på [info@verasport.se](mailto:info@verasport.se)

Läs mer här

## Din träning - Vår uppgift!

FÖREMINGSDRÄKTER



ALLT FÖR HEMTRÄNING



TOKYODRÄKTER



VERA SPORT GYMNASTIK



## Tillsammans för fler i rörelse

Svenska Spel har ett omfattande sponsorsamarbete med Riksidrottsförbundet och de anslutna idrottsförbunden med syfte att få fler människor i rörelse. Samarbetet heter Tillsammans för fler i rörelse. Tillsammans sänker vi tröskeln till rörelse, vi skapar en idrottsrörelse som är inkluderande och där alla får plats att idrotta på sina villkor, oavsett ambition, ålder, kön eller prestationsnivå.

[Läs mer här](#)

**Tillsammans för fler  
i gympahallen!**



×



Riksidrottsförbundet

SVENSKA SPEL



## Glad sommar!

Gymnastikförbundet önskar er en glad sommar! Nu tar Aktuellt sommaruppehåll och kommer tillbaka i augusti.



[Avregistrera mig från detta utskick](#)

Powered by EditNews