

# Uttagningskriterier för landslag 2024 - MAG

## Kriterier och poäng

Mångkamp: 2/3 EM 75,698

Fristående: D-Poäng 5,3 (förväntad poäng för EM – topp 12, 13,8)

Bygelhäst: D-Poäng 5,5 (förväntad poäng för EM – topp 12, 13,8)

Ringar: D-Poäng 5,5 (förväntad poäng för EM – topp 12, 14,0)

Hopp: D-Poäng 5,2 – 5,2 (förväntad poäng för EM – topp 12, 14,1)

Barr: D-Poäng 5,4 (förväntad poäng för EM – topp 12, 14,2)

Räck: D-Poäng 5,3 (förväntad poäng för EM – topp 12, 13,4)

(D/E-poäng, lägsta topp 12 EM)

## 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.