

AG grupper höst 2024

Förtävling	Hobbytävling	Tävling	Fokus
- öppen för flickor under skolåldern (5-6 år) - träning två gånger i veckan 1,5 h per gång - mål att klara bronsmärket - deltar i en träningstävling med den egna gruppen en gång per år	- öppen för alla - finns möjlighet att delta i KM och FSGM om man vill, men inga krav på tävling - ett flertal grupper som är indelade enligt ålder (7-8 år, 9-11 och 12 år och uppåt) - flera parallella grupper - tränar två gånger i veckan - fokus på träningarna är att lära sig nya övningar samt få en gemenskap i gruppen - alla har möjlighet att byta till tävlingsgrupp om man blir mer intresserad av att tävla samt genomfört märken. Flytt kan även ske under terminens gång	- gymnasten deltar i FSG-tävlingarna en gång per termin - finns möjlighet att tävla i övriga nationella tävlingar - gymnasten har som mål att stiga till tävlingsklassen med egna serier (klass E och uppåt) - det finns tre olika nivåer och gymnasten kan flytta till en annan grupp enligt utförda märken och tävlingsdeltagande - antalet träningstimmar varierar i grupperna och det finns möjlighet att träna mera om man vill - möjlighet att byta till fokusgrupp om motivation finns och på tränarens rekommendation. Flytt kan även ske under terminens gång.	- Gymnasten har långsiktiga mål såsom att ta sig till förbundets träningsgrupper (minorit, bemarkit och B-landslag) och i förlängningen ev landslag. - Gymnasten deltar i tävlingar regelbundet med mål att komma upp i kategrori V i alla klasser för att därefter byta till klass F eller 1. När detta är uppnått gäller tävlingar som FM, näyttö och liknande. - träningsmängden är högre än övriga grupper, men kan variera beroende av ålder - två olika grupper
Grupper	Grupper	Grupper	Grupper
Harskuten - 2 x 1,5h - 2018-2019	Kullerbyttorna - 2 x 1,5h - 7-8 år (2016-2017) Hjulningarna - 2 x 2h - 7-8 år (2016-2017) Kringslagen - 2 x 2h - 9-11 år (2013-2015) Vipparna - 2 x 2h - 9-11 år (2013-2015) Bryggorna - 2 x 2h - 12 år och över (2012 och tidigare)	Tävling 1 Flickisarna - tävlar i klass B - 2-3 x 2h - bronsmärket klart - 2015-2017 Tävling 1 Handvolterna - tävlar i klass B-C - 2-3 x 2h - silvermärket klart - 2014 och äldre Tävling 2 Kipparna - tävlar i klass C-D - 3-4 x 2,5h - guldmärket klart - 2016-2012 Tävling 2 Frittisarna - tävlar klass C-E - 3-4 x 2,5h - guldmärket klart - 2011 och äldre Tävling 3 Tsukahara - tävlar i klass E+ - 4 x 2,5h - smaragdmärket klart	Fokus 1 Dubbelvolterna - 4 x 3h + 1 x 3h15min (+ morgonträningar) - smaragdmärket klart och tävla minst i klass D - 2014 och äldre Fokus 2 Babyjättarna 3 x 2,5h + 1 x 1,5h (dans+styrka) - silvermärket klart - 2014 och yngre