

Riktlinjer licenser

Vem ska ha gymnastikförbundets försäkring och vilken typ ska väljas?

- Tävlingslicens är obligatorisk för dem som tävlar truppgymnastik.
- Träningslicens ska de ha som i träning eller uppvisning använder trampett, trampolin eller tumbling och som utför hopp med enkla och dubbla rotationer kring tvär- eller ländaxeln. Detta gäller både gymnaster och tränare.
- Det krävs ingen licens när gymnast utför hopp med satsbräda.
- Övriga aktiva medlemmar har basförsäkring.

Vem får passa och vilken utbildning måste man ha?

- Vid trampett och tumbling träning ska alltid en ansvarig ledare vara utsedd. Ansvariga tränare ska ha genomgått Gymnastikförbundets utbildning på lägsta nivå som motsvarar gymnasternas övningar.
- För att få passa på trampett när gymnasten gör raka hopp måste man ha fyllt 16 år och genomgått Gymnastikförbundets Baskurs. Annan tränare får passa om det finns tränare i hallen som genomgått Baskursen, denna tränare har dock ansvaret för gymnasten.
- För att få passa på trampett när gymnasten gör frivolt (grupperad, pik, sträckt) och frivolt med 1/2 skruv, överslag och rondat krävs "Trampett steg 1". Annan tränare som har genomgått baskurs får passa under förutsättningar att det finns tränare i hallen med trampett steg 1 licens. Tränare med licens har ansvaret för gymnasten.
- För att få passa på trampett när gymnasten gör dubbelt frivolt, frivolt med mer än 1/2 skruv, petrik, överslag- skruv, överslag- volt och överslag- volt med skruv krävs "Trampett steg 2". Vid hopp på hårdlandning, i ström samt på tävling/uppvisning ska två tränare ha båda fötterna på mattan. Minst en av tränarna ska ha licens som motsvarar gymnastens övning.
- Vid träning på airtrack och tumbling gäller samma licens som vid trampettträning, det vill säga ledare måste ha genomgått Gymnastikförbundets utbildning i tumbling på lägsta nivå som motsvarar de övningar som gymnasten utför. Minst "Tumbling steg 1" vid fria rotationer upp till 1/2 skruv.