

Välkommen till DM Mellersta 2026

*Söndag 22 mars 2026 i Nyköpings Arenor Rosvalla, Idrottsvägen 12A,
611 62, Nyköping*

Vi är bara några dagar bort från årets distriktsmästerskap i mellersta Sverige. Vi är väldigt glada att ha er med oss! Här kommer den sista viktiga informationen inför eventet.

Publikschema

Publikschemat och detaljschemat som vi har uppdaterat tidigare finns nu på hemsidan. Ni hittar båda typerna av scheman via denna länk: [HÄR](#)

Biljettförsäljning

Biljetter till tävlingen köps via [Billetto](#). Vi hänvisar all publik att köpa sina biljetter i förväg. Entrén för publiken öppnar kl. 10:00.

Vi vill skapa en fantastisk stämning på läktarna och fylla arenan med supportrar som hejar våra aktiva. Därför vore vi väldigt tacksamma om ni kan hjälpa oss att sprida informationen om biljetterna till era medlemmar, familjer och supportrar.

Nytt för i år är att vi har fler biljettkategorier så att alla kan följa med:

- Rabatterade biljetter för pensionärer
- Rabatterade biljetter för förtidspensionärer
- Rabatterade biljetter för studenter

Här kommer en sammanställning av årets biljettalternativ:

Ordinarie biljett 195kr + serviceavgift

Barn (7-12år) /Pensionär/Förtidspensionär/Student 145kr + serviceavgift

*Rullstolsbiljetter: Har samma pris som den åldersgrupp man tillhör.

*Ordinarie: 13 år och äldre.

*Barn: 7-12 år. 0-6 år går in gratis, behöver ej biljett.

*Pensionär: 65 år+ eller pensionärsintyg. Visa ID.

*Student: Visa Mecenat/studentkort och ID.

*Förtidspensionär: Visa intyg för förmånstagare från Försäkringskassan och ID.

Registrering

Sekretariatet/registreringen kommer att vara öppen lördag kl. 08:00-17:00. Vänligen se till att ha alla nödvändiga dokument redo för att registreringen ska gå så smidig som möjligt.

Kommunikation under tävlingen

Vi kommer att ha en infokanal på WhatsApp under tävlingen där tävlingsarrangören kommer dela uppdateringar om schemaändringar och annan viktig information. Domarna kommer även att använda denna kanal för att informera om eventuella varningar eller avdrag, genom att bjuda in lag med möjligtvis olagliga element för en dialog.

Vi rekommenderar att alla lag har minst en tränare med i gruppen under tävlingen. Gå med i gruppen [här](#).

Sportsmannaanda

Cheerleading främjar sportetik inom alla aspekter av sporten. Syftet med idrott är inte bara att tävla, utan också att ingjuta positiva värderingar hos deltagarna. Vi uppmuntrar alla idrottare och tränare att upprätthålla dessa värderingar under hela evenemanget för att säkerställa att alla kan få en rolig, rättvis och spännande upplevelse tillsammans.

Omklädningsrum

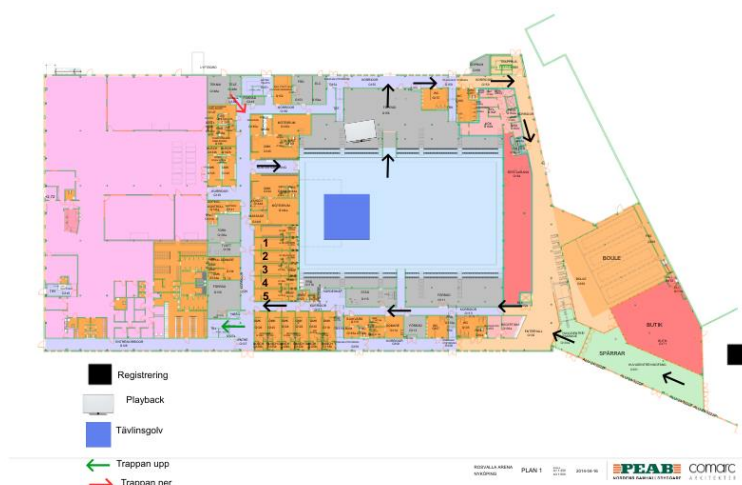
Alla lagen får tillgång till omklädningsrum. I dessa omklädningsrum befinner i er i 15 minuter. Omklädningsrum är frivilligt att använda sig utav, men tider finns att hitta i tidsschemat. Ingen packning kan lämnas i omklädningsrummet.

Samtliga kläder och all utrustning ansvarar förening över under dagen. Om det är stora väskor kan dessa kan ej tas med in på tävlingsgolvet. Stora väskor ska lämnas i garderoben i foajén. Vi rekommenderar därför att packa er utrustning i små väskor samt endast ta med det som är absolut nödvändigt. Inför tävling så kommer ni kunna lägga era väskor på avsedd plats precis innan inspringet. Funktionärer på plats kommer visa var detta finns.



SVENSKA
CHEERLEADING
FÖRBUNDET

Tävlingsflöde



Extra uppvärmning

För att skapa bättre möjligheter till uppvärmning under tävlingsdagen har vi även bokat D-hallen på våning 3 som en extra uppvärmningsyta, som inte finns med i tävlingschemat. Ytan kommer inte att vara bemannad av tävlingspersonal, men den är tillgänglig för alla lag som önskar genomföra en längre eller kompletterande uppvärmning före sin start. Vi rekommenderar att lagen använder denna yta vid behov för att säkerställa en trygg och bra förberedelse inför tävlingen.

Prisutdelningar under DM Mellersta

Under DM Mellersta 2026 testar vi ett nytt upplägg där prisutdelningen delas upp i två tillfällen under dagen. Syftet är att skapa kortare tävlingsdagar för våra deltagare, särskilt för våra Special Abilities-lag.

Den första prisutdelningen kommer därför att genomföras mitt under tävlingsdagen, efter att de sista Performance Cheer-lagen har tävlat. Detta sker i samband med den längre paus som uppstår när vi byter mattor mellan Performance Cheer och Cheerleading.

Observera att detta upplägg har påverkat flera tävlingstider under dagen. Vi ber därför alla deltagare att säkerställa att ni har tagit del av den senaste versionen av tävlings schemat på vår hemsida.

Licenslistor

Vi vill påminna samtliga föreningar med lag anmälda i SM-klasser att skicka in sina licenslistor i förväg. Licenslistorna skickas via mejl till dm@cheerleading.se.

Vattenstationer

Ta med egen vattenflaska.

För att främja hållbarhet och minska miljöpåverkan under våra DM-tävlingar kommer vi inte att tillhandahålla vattenstationer under denna tävling samt framtida tävlingar.

Vi uppmanar därför alla aktiva att ta med egna återanvändbara vattenflaskor. Det finns flera toaletter och omklädningsrum runt om i arenan där ni har möjlighet att fylla på era flaskor med dricksvatten. Genom att ta med och använda egna vattenflaskor bidrar vi tillsammans till att minska konsumtion och skapa ett mer hållbart evenemang. Tack för att ni hjälper oss att göra DM Mellersta 2026 till ett mer miljövänligt evenemang!

Kontakta oss gärna vid frågor, antingen via e-post eller via telefon:

dm@cheerleading.se

08-50 00 23 70

Vi ses snart i Nyköping!