



Til Seniorlandslaget 2025
Juniorlandslaget 2025
Senior- og juniorgymnaster (fra 2012)
Respektive klubber/trenere

Kopi Landslagssjef
Avdelingsleder konkurranse

30. juni 2025

Innkalling og invitasjon til landslags- og ungdomssamling, 10- 12. oktober 2025



Sted: Haugesund

Dato: 10-12. Oktober 2025.

Innhold

For hvem	2
Tid og sted.....	2
Påmelding:	2
Hensikt:	2
Tidsplan	3
Reise:	3
Overnatting:	3
Beverting:	3
Økonomi	4
Diverse:	5
Informasjon om video og bilder	5
Ansvarlige:.....	5
Kontaktinformasjon:.....	5



For hvem

NGTF v/Landslagssjef Stela Sultanova, kaller inn til samling for landslagene for sesongen 2025. I tillegg inviterer teknisk komité RG alle senior- og alle juniorgymnaster (2012 og eldre). Blir det ikke fullt kan vi åpne for 2013 også! Det anbefales at samtlige klubber har med minimum en trener. Det vil bli lagt opp til observasjon og sosial sammenkomst for trenere. Gymnaster som ikke kommer med trener, blir ivaretatt på samlingen av landslagssjef og teknisk arrangør.

Tid og sted

Freitag 10. Oktober: Tysvær arena
Kl. 16:00 – 17:00 (innsjekk)
Kl. 17:00-20.00 Trening

Lørdag 11. Oktober: Tysvær arena
Hamrane 5B, 5563 Førresfjorden
Kl. 09:00 – 18:00

Søndag 12. Oktober: Tysvær arena
Hamrane 5B, 5563 Førresfjorden
Kl. 09.00-16:00



Påmelding:

Samtlige klubber må forta påmelding til denne samlingen for sine gymnaster og trener.

Link til skjema: [Digitalt påmeldingsskjema](#)

Påmelding er i utgangspunktet bindende og må gjøres av klubbansvarlig senest innen: **31. august 2025**. Samlingen er obligatorisk for gymnastene som er på landslagene. Forfall må godkjennes i forkant av landslagssjef.

Hensikt:

Hovedmålet for denne samlingen er å styrke ungdomsmiljøet på tvers av klubber, beholde gymnaster, trenere og dommere lenger i idretten. Det vil derfor legges stor vekt på variert sportslig og sosialt innhold.

Noen av aktivitetene på denne samlingen består av:

- Dans og ballett
- Mentaltrening
- Artisti trening
- Redskapsteknikk
- Sosialt
- RG- spesifikk trening med fantastiske gjestetrenere som; Mariana Pamukova, Boryana Kaleyn, Teodora Alexandrova, Milagros Carrasco Pini, Elizabeth Paisieva mfl.

Boryana Kaleyn kan vise til en imponerende karriere i rytmisk gymnastikk for Bulgaria. Hun vant sølv i mangekamp under OL i Paris 2024, ble europamester i mangekamp fra 2023 og i tillegg tok hun gull i ring fra samme mesterskap. Hun er også tidligere sølvmedaljevinner i mangekamp under EM i 2021 og 2022. Hun kommer på samlingen sammen med hennes trener Mariana Pamukova. Hun var Boryana's personlige trener i over 18 år. Det er bare å glede seg!



Tidsplan

Det kan komme mindre justeringer.

*Landslagene følger egen tidsplan og vil ha noen økter med alle og noen egne økter for seg.

10.12.	Kl. 16:00-17:00	Registrering og oppmøte alle
	Kl. 17:00-18:00	Sosialt
	Kl. 18:05-19:35	Dans
	Kl. 20:00-ca.21:00	Felles middag

11.10.	Kl. 09:00-12:00	Økt 1
	Kl. 12:00-13:00	Felles lunsj
	Kl. 13:00-15:00	Økt 2
	Kl. 15:00-17:00	Økt 3
	Kl. 17:00-18:00	Mental trening

12.10.	Kl. 09:00-12:00	Økt 1
	Kl. 12:00-13:00	Felles lunsj
	Kl. 13:00-15:30	Økt 2
	Kl. 15.30-16.00	Pakking og utsjekk

Reise:

Reise organiseres selv av hver enkelt. Landslagsgymnaster og trener velger billigste reisevei ut ifra det som er mulig innenfor rimelighetens grenser. Buss og tog benyttes i stedet for taxi.

Hvis behov for taxi **skal dette avklares i forkant**. Det er derfor viktig at alle planlegger sin reise i god tid før avreisedagen.

NGTF refunderer reise for landslagsgymnaster og flyreise for treneren som reiser med dem.

Overnatting:

Arrangør ivaretar overnatting for gymnaster og tilreisende trenere som har meldt inn behov om overnatting innen påmeldingsfristen. Overnatting blir i hallen.

Arrangør håndterer bestillingen fra de som har meldt inn behov innen fristen.

NGTF dekker overnatting fra arrangør for landslagsgymnaster og deres trener som har meldt inn overnatting til arrangør innen fristen.

Beverting:

NB, ved eventuelle allergier må dette meldes inn sammen med påmeldingen digitalt.

Fredag:	Felles middag alle
Lørdag:	Frokost, lunsj, middag og kvelds
Søndag:	Frokost og varm lunsj. Noe lett før avreise

Arrangør ivaretar måltidene for gymnaster og trenere som er innlosjert av arrangør.



Økonomi

Her er oversikt over egenandeler og hva NGTF dekker for gymnaster og trenere, samt frister for refusjon. Krav om refusjon/dekning som sendes i etterkant av fristen blir ikke godkjent.

Egenandel

Gymnaster på innkalling og invitasjon betaler en egenandel på 800 kr per dag når det er samling. Kostnaden for denne samlingen er på totalt 2400 kr som er med på å dekke overnatting, bevertning, eksperter, trening osv. Det sendes faktura i etterkant til deltakende klubb.

Utgifter bevertning

Arrangør ivaretar faste måltider for gymnaster og trenere i henhold til avtale med NGTF og er inkludert i deltakeravgiften. Bevertning utover dette må dekkes av den enkelte. Den enkelte må selv ivareta og dekke bevertning dersom man ikke benytter tilbudet fra NGTF og teknisk arrangør.

Reiseutgifter gymnaster

NGTF dekker reiseutgifter for landslagsgymnaster ved innsendelse av refusjonskrav og kvitteringer i Visma sendt innen **utgangen av november 2025**. Benytt billige alternativer og samkjør der hvor dette er mulig om det skal benyttes bil. Det sparer både miljøet og penger. Det må være gyldige kvitteringer, utskrift fra nettbank eller vipps alene gjelder ikke som godkjent underlag. Inviterte gymnaster betaler reiseutgifter selv.

Reiseutgifter trenere

NGTF dekker **flyreise** for trener med lang reisevei som stiller for landslagsgymnaster ved innsendelse av refusjonskrav og kvitteringer i Visma sendt innen **utgangen av november 2025**. NGTF dekker **flyreise** for én voksenperson som reiser med landslagsgymnaster dersom trener ikke deltar (samme frist for innsending). Det må være gyldige kvitteringer, utskrift fra nettbank eller vipps alene gjelder ikke som godkjent underlag. NGTF dekker ikke andre reiseutgifter eller fly for andre trenere.

Hvordan sende refusjonskrav for de som har krav på dette

NB! Det må benyttes elektronisk innsending via **Visma** for refusjon av reiseutgifter. Skjemaer som eventuelt sendes inn på e-post eller på annet vis vil ikke bli behandlet. Det er kun Visma som skal benyttes ved refusjon med mindre innsender har eget foretak. Les mer om regninger og hvordan du registrerer din Visma-bruker på nettsiden her: <https://gymogturn.no/kontakt-oss/okonomi/>

Marker avdeling 42 i menyen for dette i visma når du sender ditt refusjonskrav innen utgangen av november 2025.

Dersom klubb/person med eget foretak sender faktura for utgifter, må dette sendes til fakturamailen til NGTF innen **utgangen av november 2025**, samt ha med kvitteringer som underlag i faktura i samme fil. Eventuelle fakturaer som sendes på e-post til konsulent vil ikke bli behandlet.

Krav som sendes inn etter nevnte frist vil ikke behandles eller dekkes. Gymnast (og trener/voksenperson hvis ikke trener deltar) eller klubb er selv ansvarlig for å sende inn refusjonskrav og kvitteringer innen fristen.



Diverse:

Gymnaster medbringer treningstøy og utstyr som de normalt benytter ved trening, samt strikk, vekter, redskapene og eventuelt balanseputer og en drakt. Har man ikke dette kan man høre med klubben sin om det er mulig å låne. Gymnastene tar med seg landslagstøy som man har mottatt fra tidligere. Ta med joggesko, treningstøy til å være inne.

Informasjon om video og bilder

Arrangør og landslagssjef kan filme/ta bilder på samlingen. Formålet med eventuell filmingen/bilder er synlighet av aktiviteten med hensikt om publisering i NGTFs plattformer.

Utøver og trener må regne med at offisielle bilder/video som blir tatt under oppholdet som sendes til NGTF kan bli postet offentlig på nettsiden til NGTF i forbindelse med materiell, nyheter og annet eller på NGTFs sosiale medier. Vær obs på at vår offisielle klesleverandør er Nike og landslagsbekledning skal benyttes på bilder (dersom dette er mottatt). Hvis man benytter annet treningstøy fra andre leverandører enn Nike bes den enkelte som fotograferes forsøke å skjule eventuelle andre klesleverandører slik at de ikke vises så synlig på bildet. Det etterstrebes at samtlige kan godkjenne bilder/video før det sendes til NGTF for eventuell publisering. Dersom man ønsker at bilde/video på NGTFs plattformer skal fjernes/erstattes med noe annet i etterkant gir man beskjed til marianne.halberg@gymogturn.no

Vi ønsker gjerne at utøvere, trenere og andre på samlingen tagger @gymogturn.

Husk at alle bilder og videoer skal ha samtykke fra de som er på bildet/videoen før det sendes til publisering, før man tagger @gymogturn og før man selv publiserer det på sine sosiale kanaler.

Ansvarlige:

Teknisk komité rytmask gymnastikk – prosjektleder Cathrine Lanne.
Landslagssjef Stela Sultanova – landslagsansvarlig.
Teknisk arrangør – Haugesund TF og Straen GTF.

Kontaktinformasjon:

Eventuelle beskjeder vedr. overnatting, allergier eller lignende sendes i påmeldingsskjemaet.
Eventuelle spørsmål/beskjeder relatert til samlingen sendes til cathrinelanne@straengt.no og Marianne.halberg@gymogturn.no
Eventuelle spørsmål/beskjeder som landslagssjefen bør vite om før samlingen relatert til det sportslige kan sendes til stela.sultanova@gymogturn.no

Velkommen til samling!