**SALTO konkurranse i Molde 08. november**

**Sted: Idrettens Hus**

**Molde Turnforening inviterer til saltokonkurranse for lagene i Møre og Romsdal gymnastikk- og turnkrets.**

**Sted:**  
Idrettens Hus  
Moldelivegen 69-71

**Saltokonkurransen:**

Det skal konkurreres i trampett, hopp og matte.

Aldersklasser:

Oppvisningsklasse: 8, 9, 10 år

Rekrutt klasse jenter/gutter 11- 12 år

Junior jenter/gutter 13 og oppover

Minner om at det denne gangen er individuell konkurranse.

**Apparatplan:**

Hopp:

To alternativer

1. hopp med brett og kassedel

2. Hopp med sprangbrett og pegasus. (trinn 8-10)

Det skal ikke brukes trampett i disse trinnene.

Matte:

Alle øvelsene gjennomføres på frittståendegulvet

Trampett:

Med tilløp og landing i tjukkas. Standard høyde på trampetten er 70 cm, og det skal ikke stilles på trampetten under trening og konkurranse.

**Premiering:**

Deltagerpremier til alle.

1.-3. premie i rekrutt- og juniorklassen.

**Dommere:**

Hver klubb stiller med en dommer. Salto reglementet kan lastes ned på gymogturn.no.

**Lagleder:**

Hvert lag stiller med minimum en lagleder, som sikrer gymnastene under trening og konkurranse. Lagleder skal være iført klubbens defileringsantrekk under konkurransen.

**Foreløpig Tidsplan lørdag 08. november**

10:00: Hallen åpner

11:00: Innmarsj og konkurranse pulje 1, oppvisningsklassen

12:00: Premieutdeling pulje 1

12:15: Oppvarming pulje 2, Rekruttklassen (11-12 år)

12.45: Innmarsj og konkurranse pulje 2

13:45: Premieutdeling pulje 2

14:00: Oppvarming pulje 3, junior og senior (fra 13 år)

14:30: Innmarsj og konkurranse pulje 3

15:30: Premieutdeling pulje 3

Startkontigent kr 200,- pr deltager, betales samlet for hver klubb.

Kotonummer 1503 1644388

Betalings/påmeldingsfrist 23. oktober. Det mottas IKKE påmeldinger etter denne fristen.

For spørsmål angående konkurransen henvendes:  
[Kari@moldeturn.com](mailto:Kari@moldeturn.com)

Mvh

Kari Frisvold Jenset  
Molde Turnforening