



# INVITASJON GLADE RG-DAGER

**ASKER 10.-12. september 2021**



**For 30. gang ønsker Asker Turnforening  
velkommen til stor rytmisk mønstring i Asker!**

**FREDAG 10. september:**

Dommer- og Lagledermøter ca. kl. 16.00,  
Konkurransesstart ca kl. 17.00

**LØRDAG 11. september:**

Jubileumsgalla kl. 20.00  
Konkurranser ca. kl 08.00 – ca.19.00  
Norsktoppen ca kl 20.30

**SØNDAG 12. september:**

Konkurranser ca kl 08.30 – ca 16.00  
Rekrutt finaler, alle rekrutt- og minirekrutt tropper vil foregå  
denne dagen. galla, premieutdeling, avslutning ca kl 17.00

*Med forbehold om endringer.*

# JUBILEUMSGALLA

Vi ønsker å feire at det er 30. gang Glade RG-dager arrangeres, og at vi er tilbake etter en lang Pandemiperiode!

Vi inviterer alle deltagende klubber til å ta del i Jubileumsgallaen som vi avholder fredag kveld i Askerhallens idrettshall.

## Vi feirer FRIHET, VENNSKAP og RG-GLEDE!

Klubbene inviteres til å delta med et bidrag til dette temaet!

Innslag av 20-30 eller flere gymnaster max 2,30 min.

Innslag av 10-20 gymnaster max 2 min.

Innslag av færre enn 10 gymnaster max 1,30 min.

(tiden inkludere «innmarsj», oppstilling på teppet)

Vi oppfordrer dere til kreativitet og mangfold og håper mange vil ta del i gallaen!

Det er bare hyggelig om dere også tar med gymnaster, eller tidligere gymnaster som ikke deltar i andre klasser i Glade RG-dager. *(ingen deltageravgift for Gallaen)*

For at helheten skal bli en best mulig forestilling ønsker vi at dere melder inn musikkvalg, (slik at innslagene har ulik musikk) ev. kostymer/drakter farger, ev. litt informasjon om innslaget.

Påmelding til Gallen gjøres i første fanark av påmeldingsskjemaet!



## KONKURRANSEKLASSER INDIVIDUELT

### MINI-REKRUTT INDIVIDUELT

*Mini-rekruttene bedømmes ikke med karakterer, men får en vurdering for programmene sine.*

**Klasse 1:** Født 2013-2015

Frittstående

**Klasse 2:** Født 2013-2015

2-kamp: Frittst. + Ball

**Klasse 3:** Født 2011-2012

Frittstående

**Klasse 4:** Født 2011-2012

2-kamp: Frittst. + Ball, + evt. Tau

Startkontingent:

Klasse 1 og 3: kr 200,-

Klasse 2 og 4: kr 300,-

### REKRUTT INDIVIDUELT:

**Rekrutt Internasjonal Nivå 1 (3-kamp):**

Gymnaster født 2010, Frittstående + 2-3 av Tau, Ring, Køller  
(Frittstående + 2 beste redskap teller)

**Rekrutt Internasjonal Nivå 2 (4-kamp):**

Gymnaster født 2009, Frittstående + Ball, Køller, Bånd

**Finaler for Rekrutt Nivå 1 og 2, holdes søndag 12. september.**

**Rekrutt Nasjonal 11 år Divisjon A (2-kamp):**

Gymnaster født 2010, Frittstående + Tau + Ball

**Rekrutt Nasjonal 11 år Divisjon B (2-kamp):**

Gymnaster født 2010, Frittstående + Ball

**Rekrutt Nasjonal 12 år Divisjon A (3-kamp):**

Gymnaster født 2009, Frittstående + Ball + ett valgfritt redskap

**Rekrutt Nasjonal 12 år Divisjon B (2-kamp):**

Gymnaster født 2009, Frittstående + Ball

**Rekrutt Nasjonal Divisjon C:**

Gymnaster født 2009 - 2010, Ball

Startkontingent:

Rekrutt Internasjonal Nivå 1 og 2: kr 400,-

Rekrutt Nasjonal Divisjon A og B: kr 300,-

Rekrutt Nasjonal Divisjon C: kr 200,-



### **JUNIOR INDIVIDUELT INTERNASJONALE KLASSER:**

#### **Yngre Junior Internasjonal Nivå 3 (2-kamp):**

Gymnaster født 2008                      Redskap: 2 valgfrie

#### **Yngre Junior Internasjonal Nivå 4 (4-kamp):**

Gymnaster født 2008                      Redskap: Ring, Ball, Køller, Bånd (*med forbehold om at tidsplanen tillater 4 program*)

#### **Junior Internasjonal Nivå 5 (2-kamp):**

Gymnaster født 2006, 2007              Redskap: 2-3 valgfrie (2 beste redskap teller)

#### **Junior Internasjonal Nivå 6 (4-kamp):**

Gymnaster født 2006, 2007              Redskap: Ring, Ball, Køller og Bånd

#### Startkontingent:

Internasjonal Nivå 3 og 5: kr 300,-

Internasjonal Nivå 4 og 6: kr 400,-

### **JUNIOR INDIVIDUELT NASJONALE KLASSER:**

#### **Junior Nasjonal klasse Divisjon A:**

Gymnaster født 2006, 2007, 2008.    2-3 valgfrie redskap (2 beste redskap teller)

#### **Junior Nasjonal klasse Divisjon B:**

Gymnaster født 2006, 2007, 2008.    2-3 valgfrie redskap (2 beste redskap teller)

#### **Junior Nasjonal klasse Divisjon C:**

Gymnaster født 2006, 2007, 2008.    1-2 valgfrie redskap (beste redskap teller)

#### **Junior Nasjonal klasse Divisjon D:**

Gymnaster født 2006, 2007, 2008.    1 valgfritt redskap

#### Startkontingent:

Nasjonal klasse Divisjon A, B og C:    kr 300,-

Nasjonal klasse Divisjon D:            kr 200,-

### **SPECIAL OLYMPICS INDIVIDUELT:**

#### **Special Olympics:**

1-2 valgfrie redskaper.

*Vi ønsker SO gymnaster velkommen til å delta, og vil dele i klasser etter alder, når påmeldingene foreligger. Se påmeldingsskjema.*

#### Startkontingent:

Special Olympics:                      kr 300,-

### **SENIOR INDIVIDUELT INTERNASJONAL KLASSE:**

#### **Senior Internasjonal klasse Nivå 8 (4-kamp):**

Gymnaster født 2005 og tidligere.      Redskap: Ring, Ball, Køller, Bånd

#### **Senior Internasjonal klasse Nivå 7 (2-kamp):**

Gymnaster født 2005 og tidligere.      Redskap: 2-3 valgfrie (2 beste teller)

#### Startkontingent:

Internasjonal Nivå 8: kr 400,-

Internasjonal Nivå 7: kr 300,-

### **SENIOR INDIVIDUELT NASJONAL KLASSE:**

#### **Senior Nasjonal klasse Divisjon A:**

Gymnaster født 2005 og tidligere.      2-3 valgfrie redskap (2 beste teller)

#### **Senior Nasjonal klasse Divisjon B:**

Gymnaster født 2005 og tidligere.      2-3 valgfrie redskap (2 beste teller)

#### **Senior Nasjonal klasse Divisjon C:**

Gymnaster født 2005 og tidligere      1-2 valgfrie redskap (beste redskap teller)

#### Startkontingent:

Nasjonal klasse Divisjon A-B-C: kr. 300.-



## **LAGKONKURRANSER**

### **REKRUTT INTERNASJONAL LAGKONKURRANSE:**

Gymnaster som deltar i rekrutt individuelt Nivå 1 eller Nivå 2 kan danne et lag. Man kan benytte min. 3 gymnaster, max. 5 gymnaster.

De 3 beste frittstående-karakterene + de 6 beste karakterene fra programmene med redskap teller i lagkonkurransen.

Startkontingent kr 500,- pr. lag.

### **REKRUTT NASJONAL LAGKONKURRANSE:**

Gymnaster som deltar i rekrutt individuelt Nasjonale klasser 11 og 12 år (divisjon A, B og C) kan danne et lag. Man kan benytte min. 3 gymnaster, max. 5 gymnaster.

De 3 beste frittstående-karakterene + de 3 beste karakterene fra programmene med redskap teller i lagkonkurransen.

Startkontingent kr 500,- pr. lag.

### **JUNIOR LAGKONKURRANSE INTERNASJONAL KLASSE:**

Gymnaster som deltar i senior internasjonal klasse nivå 3-6, kan danne et lag. Man kan benytte min. 3 gymnaster, max. 5 gymnaster, de 9 beste karakterene teller.

Startkontingent kr 500,- pr. lag.

### **JUNIOR LAGKONKURRANSE NASJONAL KLASSE:**

Gymnaster som deltar i junior nasjonal klasse individuelt (divisjon A, B, C og D) kan danne et lag. Man kan benytte min. 3 gymnaster, max 5 gymnaster, de 6 beste karakterene uansett redskap teller.

Startkontingent kr 500,- pr. lag.

### **SENIOR LAGKONKURRANSE INTERNASJONAL KLASSE:**

Gymnaster som deltar i senior internasjonal klasse nivå 7 og 8, kan danne et lag. Man kan benytte min. 3 gymnaster, max. 5 gymnaster, de 9 beste karakterene teller.

Startkontingent kr 500,- pr. lag.

### **SENIOR LAGKONKURRANSE NASJONAL KLASSE:**

Gymnaster som deltar i nasjonal klasse (divisjon A, B og C) individuelt kan danne et lag. Man kan benytte min 3 gymnaster, max 5 gymnaster, de 6 beste karakterene uansett redskap teller.

Startkontingent kr 500,- pr. lag.

## TROPPSKLASSER

### MINI-REKRUTT TROPP:

3 -30 gymnaster: Født 2010-2015  
Program med valgfritt redskap.

Startkontingent kr 200,- pr. gymnast

### REKRUTT TROPP FRITTSTÅENDE:

5-8 gymnaster: Født 2008 (max 2), 2009, 2010

Startkontingent kr 1.000,-

### REKRUTT TROPP BALL:

5-8 gymnaster: Født 2008 (max 2), 2009, 2010

Startkontingent kr 1.000,-

### REKRUTT TROPP "RG FOR ALLE":

3-30 gymnaster: Født 2008, 2009, 2010  
Program med ring eller ball. Vurderes etter: Tropp RG for alle reglementet.

Startkontingent kr 100,- pr. gymnast

### JUNIOR TROPP:

Gymnaster født: 2006, 2007, 2008 (kan delta med max 2 gymnaster født 2005)  
Program med 5 Baller. Internasjonalt reglement. 2 omganger\*

Startkontingent kr 1.500,- pr. tropp.

### NASJONAL KLASSE TROPP JUNIOR:

4-8 gymnaster. Født 2006, 2007, 2008.  
Valgfritt redskap. Nasjonalt reglement. 2 omganger\*

Startkontingent kr 1.500,- pr tropp

### NASJONAL KLASSE MIX TROPP:

4-8 gymnaster født 2008 og tidligere.  
Valgfritt redskap. Nasjonalt reglement. 2 omganger\*

Startkontingent:1.500.- pr tropp

### SENIOR TROPP:

Gymnaster født 2005 og eldre (kan delta med max 2 gymnaster født 2006)  
Program 1: Program med 5 baller. Internasjonalt reglement.  
Program 2: Program med 3 Ringer og 2 par køller. Internasjonalt reglement.  
Premiering pr. program, og sammenlagt.

Startkontingent kr 1.000,- pr. tropp per program.

*\* Forbehold om to omganger, avhengig av tidsplanen..*

## **DUO/TRIO-KLASSER**

### **REKRUTT DUO/TRIO:**

2-3 gymnaster født 2008, 2009, 2010 (minst 1 gymnast født 2009/2010)  
Valgfritt redskap. Bedømmes etter rekrutt tropp A reglement. 2 omganger\*

Startkontingent: kr 200,- pr. gymnast.

### **JUNIOR DUO/TRIO:**

2-3 gymnaster født 2006, 2007, 2008.  
Valgfritt redskap. Bedømmes etter duo/trio reglement. 2 omganger\*

Startkontingent: kr 200,- pr. gymnast.

### **NASJONAL KLASSE JUNIOR DUO/TRIO:**

Gymnaster født 2006, 2007, 2008.  
Valgfritt redskap. Nasjonalt reglement. 2 omganger\*

Startkontingent: 200.- pr gymnast

### **NASJONAL KLASSE MIX DUO/TRIO:**

Gymnaster født 2008 og tidligere (min en gymnast født 2005)  
Valgfritt redskap. Nasjonalt reglement. 2 omganger\*

Startkontingent: 200.- pr gymnast

### **SENIOR DUO/TRIO:**

2-3 gymnaster født 2005 og tidligere.  
Valgfritt redskap. Bedømmes etter duo/trio reglement. 2 omganger\*

Startkontingent: kr 200,- pr. gymnast.

*\* Forbehold om to omganger, avhengig av tidsplanen.*

## **OPPVISNINGSKLASSER**

### **OPPVISNINGSTROPPER:**

Max tid på programmet:  
Opptil 10 gymnaster: 1.30 min.  
Over 10 gymnaster: 2.30 min.

Startkontingent kr 200,- pr. gymnast.



## NORSKTOPPEN

### MED BENTES VANDREPOKAL ARRANGERES LØRDAG KVELD

De beste gymnastene fra:

- Rekrutt Internasjonal Nivå 1 - 3-kamp (1)
- Rekrutt Internasjonal Nivå 2 (3)
- Yngre junior internasjonal Nivå 4 (1)
- Junior internasjonal Nivå 6 (3)
- Senior internasjonal Nivå 8 (4)

kvalifiserer seg til deltagelse.



#### INNKVARTERING :

Ønskes hotellovernatting anbefaler vi: Scandic hotell Asker, Askerveien 61,

Ved å oppgi kode: **BARG100921**, får du sportspris.

Ved bestilling benytt telefon nummer: 21 89 81 00 eller

mail: [meeting@scandichotels.com](mailto:meeting@scandichotels.com)

#### KONKURRANSEARENA :

Askerhallens Idrettshall (hovedarena) Brages vei 2

Leikvollhallen, Brages vei 5

Holmen fjellhall, Vogellund 20,

Askerhallen og Leikvollhallen ligger i Risenga Idrettspark, ca 1.7 km. fra sentrum av Asker og ca 1.5 km fra Scandic hotell. Vi gjør oppmerksom på at det er byggeaktivitet i området som gjør at parkering må foregå på anviste plasser i noe avstand til hallene.

- Fri takhøyde 9.6 m

- Fri takhøyde 7 m

- Fri takhøyde 7 m\*

Holmenhallen ligger i Holmen idrettspark, ca 5,4 km fra Asker sentrum.

\* *Holmenhallen vil kun benyttes dersom deltagerantallet blir så stort at dette blir nødvendig.*



## PÅMELDING OG SPØRSMÅL:

Kontaktperson vedrørende påmelding: Bente Bjanes tlf: 920 26 364, [rgaskerturn@gmail.com](mailto:rgaskerturn@gmail.com)

### PÅMELDING:

På vedlagte påmeldingsskjema.

Veiledning for påmelding:

Første faneark er for klubben, her må informasjon om kontaktperson, samt navn på trenere fylles inn. På dette arket skal også påmelding til jubileumsgalla fylles inn.

Faneark 2 er informasjon om gymnastene. Alle gymnastene med fullt navn, fødselsår skal fylles inn her. I tillegg skal det krysses av de klassene gymnasten skal delta.

Faneark 3 er detaljert påmelding for individuelle mini-rekrutt klasser.

Faneark 4 er detaljert påmelding for individuelle rekrutt klasser.

Faneark 5 er detaljert påmelding for individuelle internasjonale klasser.

Faneark 6 er detaljert påmelding for individuelle nasjonale klasser.

Faneark 7 er detaljert påmelding for lagkonkurranser.

Faneark 8 er detaljert påmelding for alle troppsklasser.

Faneark 9 er detaljert påmelding for duo/trio klasser.

Det vil faktureres en ekstraavgift pr. gymnast på max kr. 140.- i etterkant av konkurransen.

### PÅMELDINGSFRIST: **8. august 2021**

Faktura på startkontingent sendes ut etter påmeldingsfristen, den eventuelle ekstraavgiften sendes ut i etterkant av konkurransen.

#### *MERK:*

*Ved påmeldinger eller endring av klasser etter 8.august, belastes klubben dobbelt startkontingent.*

### TIDSPLAN

Tidsplanen vil være klar ca. 15. August

Informasjon om konkurransen vil legges ut på [www.askerturn.no](http://www.askerturn.no)





**Vi ønsker alle velkommen til Asker!**

Følg **Glade RG-dager** på:



<https://www.facebook.com/askerrytmiskgymnastikk1>