



KM Troppsgymnastikk og Gymnastikkhjul

5. desember 2021

Gran IL Turngruppe ønsker velkommen til konkurranse i troppsgymnastikk og gymnastikkhjul i turnhallen på Hadeland Videregående Skole

Troppsgymnastikk, nasjonalt reglement med lokale tilpasninger:

- Ovelse: trampett og tumbling
- Junior og senior konkurrerer i klassene kvinner, menn og mix. Alle rekrutter i samme klasse.
- Rekrutt: (fyller 11, 12 eller 13 ar i 2021)
- Junior: (fyller 13 - 17 ar i 2021)
- Senior: (fyller 16 ar eller mer i 2021)

Gymnastikkhjul, nasjonal konkurranse:

- Disipliner: Linje, hopp og spiral
- Minirekrutt: 10 ar og yngre Bra – bedre – best
- Rekrutt: 11-12 ar
- Junior nasjonal og junior allround: 13-18 ar
- Senior nasjonal og senior allround: 18 ar og eldre

Startkontingent betales inn på bankkonto 2020 08 01122:

NB Nytt i år betaler man pr. påmeldte tropp.

- Troppsgymnastikk kr. 2000,- pr. tropp
- Gymnastikkhjul kr. 300,- pr- gymnast

Påmeldingsfrist 01.11.2021 og betalingsfrist 20.11.2021

Meld pa via denne lenken <https://form.jotform.com/203635947651058> Bindende pamelding, kun legerklaring godtas for refundering av innbetalt belop. Vi tar imot pamelding fortlopende, eller til maks antall starter er nadd. Forstemann til molla.

Vanskeskjema og musikk sendes inn digitalt innen 20.11.2021

Musikk (lydfil) og [vanskeskjema](#) leveres via link mottatt pa bekreftelse pa pamelding. Filnavnet ma inneholde «turnforening – klasse – apparat» f.eks Gran2 – rekrutt – trampett..

NB! Husk kravet om konkurranselisens!

Konkurranselisens skal vare innbetalt i forkant av konkurransen.

Reglement:

Gymnastikkhjul kjøres etter nasjonalt reglement.

Troppsgymnastikk kjøres etter nasjonalt reglement med lokale tilpasninger.

Utstyr tilgjengelig i troppskonkurransen:

Tumbling: 1 tumblingbane med landingsomrade og tillopsbane.



Trampett: Dorado med 36 fjarer eller en eldre MD trampett 36 fjarer
1 landingsområde med tillopsbane og pegasus.

Alternativ hoppredskap for rekrutter er skumkasse.

Kontaktperson: Lasse Lange 93046014 og Karen Hassel 90114132 E-post: turn@granil.no

VELKOMMEN 😊