



Invitasjon

Kvalifiseringskonkurransen og Norgesmesterskap troppsgymnastikk nasjonale klasser - Gutter og Miks junior

Holmen, 4.-6. Mars

Holmen Tropp- & Turnforening, i samarbeid med Norges gymnastik og turnforbund, ønsker alle velkommen til kvalifiseringskonkurransen og Norgesmesterskap i Troppsgymnastikk Nasjonale klasser gutter og miks junior.

Hvor avholdes mesterskapet?

Mesterskapet avholdes i Leikvollhallen A+B i Asker.

Adresse: Brages Vei 5, 1387 Asker.

Hva skjer og når?

Fredag: Mulighet for trening for de som ønsker det. Trening vil foregå i tidsrommet 18.00-21.00.

Ønskes treningstid, ta kontakt på benjamin@holmenturn.no

Lørdag: Trening og kvalifiseringskonkurransen for påmeldte lag i klassene menn og miks i alle 3 apparater. De 10 beste lag kvalifiserer seg til Norgesmesterskapene på søndagen.

Søndag: Trening og norgesmeskap for de 10 kvalifiserte lag i hvert apparat. Premieutdeling avholdes etter ferdig konkurranse.

Trenings- og konkurranseplan

Trenings- og konkurranseplanene vil bli distribuert etter påmeldingsfristens utløp, og i god tid før konkurransen.

Utstyr

Tumbling: Eurogym

Tramperter: PE Dorado 36, Eurogym MD Super Elite 36

Frittstående felt: Der vil bli brukt 8 14x2 meters ruller.

Overnatting

Scandic Hotel - Asker

Link til booking: <https://www.scandichotels.dk/hoteller/norge/oslo/scandic-asker>

Booking Reference: BHOL040322

Enkeltrom - 790 kr/stk. - pr. natt

Dobbeltrom - 890 kr/stk. - pr. natt

Trippelrom - 1140 kr/stk. - pr. natt

4 - mannsrom - 1280 kr/stk. - pr. natt

Skoleovernatting

Bestill overnatting i klasserom på skole. Pris er kr. 250 pr. person pr. natt (inkl. frokost)

Bespising

Det er mulig å bestille kveldsmat på fredag, samt lunsj i hallen både lørdag og søndag.

Prisen er kr. 130,- pr. person pr. måltid.

Bankett

Vi satser på å avholde bankett lørdag kveld.

Banketten vil foregå på Scandic Hotel Asker, og hotellet vil sørge for mat.

Pris for bankett er 400,- pr. person.

Påmelding og start- og dommeravgift

Påmelding skjer via denne linken:

<https://forms.gle/YLPogXvhskM5pa8m8>

PÅMELDINGSFRIST 5. Februar 2022.

Startavgift: Kr. 600,- pr. tropp og kr. 300,- pr. deltaker.

NB! Ved påmelding etter fristen er det dobbel startkontingent.

Ekstra kostnad pr. tropp for dekning av nye dommerhonorar bortfaller fra 01.01.2022

Husk gyldig konkurranselisens.

Streaming

Konkurransen vil ikke bli livestreamet.

Musikk og vanskeskjemaer

Musikk og vanskeskjemaer skal leveres innen 1. mars.

Mer info om dette kommer etter at påmeldingene har kommet inn.

COVID-19

Vi følger de nasjonale og lokale tiltak og restriksjoner.

Anbefaling til deltagende tropper

Se vedlegg.

Kontaktinformasjon

Benjamin Boamah - 92055441 - benjamin@holmenturn.no

Kristine Ruud - 93035710 - kristine.aaberg.ruud@gmail.com

NGTFs anbefaling til deltagende tropper – tumbling og trampett, kvalifiseringskonkurranser til NM nasjonale klasser junior

Det er mange tropper som deltar i disse kvalifiseringskonkurransene. Dette fører til utfordringer

med tanke på tidsbruken ved gjennomføringen av konkurransene. I tidligere kvalifiseringskonkurranser har det vært en utfordring med antall tropper i kvinneklassen. Komiteen gir derfor

noen klare anbefalinger til hvilket nivå gymnastene på troppene må være på også i 2022. Det legges fortsatt til rette for at alle lag kan delta i kvalifiseringskonkurransene.

Dersom et lag ønsker å delta med flere tropper i en klasse, ønsker vi å formidle en minimums-anbefaling på nivået for en eller flere av troppene fra samme lag i samme klasse:

1. Anbefalingen gjelder i utgangspunkt for klassene kvinner tumbling og kvinner trampett.
2. Dersom et lag melder på én tropp i en klasse er det ingen anbefaling i forhold til nivå.
3. Dersom lagene melder på flere tropper i samme klasse anbefaler vi at laget har maksimalt én tropp som ikke oppfyller følgende krav:
 - Kvinner tumbling: Troppen oppfyller kravet til skru i én serie.
 - Kvinner trampett: Troppen oppfyller ett eller begge krav (skru og/eller dobbel salto) i en serie. Eventuelt i to serier dersom begge kravene oppfylles i to forskjellige serier.
4. Fortsetter den samme økningen av antall tropper i de andre klassene ved disse Konkurransene vurderes det enten å innføre tilsvarende anbefaling i miks- og herreklassen eller andre tiltak i påfølgende år.