



Nedre Glomma turn



Turn kvinner

Invitasjon til FIG konkurranse 1 turn kvinner 3.-5. mars 2023

Til aktuelle klubber

Nedre Glomma Turnforening, i samarbeid med Norges Gymnastikk- og Turnforbund, har gleden av å invitere til:

FIG NR. 1 TURN KVINNER

Dato: 3.-5. mars 2023

Sted: Nedre Glomma Turnforening, Tomteveien 21, 1618 Fredrikstad

Det konkurreres i følgende klasser:

- FIG rekrutt (11-12 år)
- FIG junior (13-15 år)
- FIG Senior (16 år og eldre)

Junior må delta lørdag for å kunne delta søndag.

FORELØPIG TIDSPLAN:

Fredag 3 mars

kl. 16.00 – 20.00: Fri trening i Nedre Glomma Turnforening sin hall

Lørdag 4 mars:

Ca. kl. 10.00: Konkurransesstart pulje 1.

Obligatoriske øvelser FIG Elite rekrutt i tre apparater.

Obligatoriske øvelser for FIG Elite junior i fem apparater

Premieutdeling: FIG Elite Junior (1. – 3.plass)

Ca. kl. 14.00: Konkurransesstart for pulje 2. Senior 4 kamp CoP.

De 6 beste seniorene i hvert apparat går til finale på søndag.

Premieutdeling: Senior 4-kamp (1/3 del mottar premie)

Sponset av:



Nedre Glomma turn



Turn kvinner

Søndag 5 mars:

Ca. kl. 10.00: Konkurransesstart pulje 1. Rekrutt FIG Elite 2 apparater og apparatfinale senior.
Premieutdeling: Rekrutt sammenlagt fra FIG Elite (deltakerpremie til alle) og senior apparatfinale (1.-3. plass).

Ca. kl. 14.00: Konkurransesstart pulje 2. Junior 4-kamp CoP
Premieutdeling: Junior 4-kamp (1/3 del mottar premie)

Alle tider er med forbehold da endelig tidsplan blir satt opp etter at påmeldingsfristen er gått ut.

Bespising:

Vi tilbyr enkel middag på fredag etter trening. Kr. 100,-
Lørdag lunsj og søndag i hallen kr. 100,- pr. person for en dag eller 200,- for begge dager.
Dette bestilles ved påmelding.
Middag lørdag organiseres, bestilles og betales av hver enkelt.

Påmelding:

Påmelding gjøres ved utfylling av vedlagt skjema i excel
Det er bindende påmelding innen 22.januar.
Påmeldingsskjema sendes til epost: ragnhild@nedreglommaturn.no
Startkontingent er kr. 600,- pr. gymnast

Ved for sen påmelding beregnes det dobbel startkontingent.

Klubben faktureres i etterkant av konkurransen.

Musikk:

Musikk sendes til ragnhild@nedreglommaturn.no innen 1. februar.
Husk å merke frittstående musikken med Klubb, Etternavn og Fornavn.

Overnattingsmulighet:

Bestilling kan gjøres til rune@hotelcity.no med referanse: Nedre Glomma Turn.
Adresse: Gunnar Nilsensgate 9, 1607 Fredrikstad.

Priser er som følger:
Enkeltrom inkl. frokost: 1095,-

Sponset av:



Nedre Glomma turn

Dobbeltrom inkl. frokost: 1245,-

Trippelrom inkl. frokost: 1445,-



Turn kvinner

Transport:

Bil: Vår adresse er: Tomteveien 21, 1618 Fredrikstad.

Det er parkering rundt bygget og på andre siden av veien. Det vil bli avkrevd et gebyr for parkering.

Kollektivt:

Hotellet ligger 10 minutters gange fra togstasjonen. Det går busser både fra togstasjonen og nær hotellet til og fra hallen.

Skulle bussene ikke korrespondere i forhold til konkurransetidene så er det muligheter for at vi setter opp egen transport. Dette blir avklart etter påmelding og underveis.

Vi gleder oss til å se dere.

Velkommen til Nedre Glomma Turnforening!

Sponset av: