



## Konkurranselklasser 2023 rytmisk gymnastikk

### Individuelt mini-rekrutt og rekrutt

KLASSE	INDIV.	Alder 2023	Redskap 2023	Reglement	Bestemmelser	Konk.tilbud Nasjonalt
MINI-REKRUTT	Klasse 1	-15-17	Frittst. + evt. Ring (1-2 program)	Se rekruttreglement	Frittstående obligatorisk Mini-Rekrutt 6-8 år trinn 1-3 Ring: obligatorisk program trinn 1-3	Lokale og Regionale konkurranser
MINI-REKRUTT	Klasse 2	-13-14	Frittst. + evt. Køller + evt. Valgfri (1-3 program)	Se rekruttreglement	Frittstående obligatorisk Mini-Rekrutt 9-10 år trinn 1-3* Køller: obligatorisk program trinn 1-3 Valgfritt: obligatorisk eller etter int. rekruttreglement <b>NB! Alle må kjøre frittstående</b>	Lokale og Regionale konkurranser
REKRUTT Nasj.	11-12 år	-11-12	Ring eller køller (1 program)	Se rekruttreglement	Ring eller Køller: obligatorisk trinn 1-3	Nasjonale konkurranser (gjelder f.o.m. Vårsprett)
REKRUTT Nasj.	11år 2-kamp	-12	Fritt. + Ring og/eller Køller (2-3 program)	Rekrutt	Frittstående obligatorisk Nasj. Rekrutt trinn 1-3 * Ring og/eller Køller: obligatorisk trinn 1-3	Nasjonale konk
REKRUTT Nasj.	12år 3-kamp	-11	Frittst.+ Ball + Køller	Rekrutt	Frittstående obligatorisk Rekrutt trinn 1-3 Ball: obligatorisk trinn 1-3 Køller: obligatorisk trinn 1-3	Nasjonale konk
REKRUTT Int.	3-kamp	-12	Frittst.+ 2-3 av Ring- Ball-Køller	Rekrutt	Frittstående frivalgt program trinn 1-5 Redskap: frivalgt program etter rekruttreglementet. 2 beste av 3 program med redskap	Nasjonale konk
REKRUTT Int.	4-kamp	-11	Frittst.-Ball-Køller- Bånd	Rekrutt	Frittstående frivalgt program trinn 1-5 Redskap: frivalgt program etter rekruttreglement	Nasjonale konk

\* Frittstående obligatorisk Mini-Rekrutt 9-10 år = Frittstående obligatorisk Nasj. Rekrutt



## Individuelt yngre junior og junior

KLASSE	INDIV.	Alder 2023	Redskap 2023	Reglement	Bestemmelser	Konk.tilbud nasjonalt
<b>YNGRE JUNIOR</b> Int.	2-kamp	-10	2-3 av Ring, Ball, Køller, Vimpel	Internasjonalt	Kan kjøre 3 program, de 2 beste teller	Norgescup Norgesfinalen
<b>YNGRE JUNIOR</b> Int.	3-kamp	-10	Ring, Ball, Køller, Vimpel	Internasjonalt	3 program pr konkurranse i NC, se NC regler for redskap. 4 program kjøres i NM.	Norgescup NM
<b>JUNIOR</b> Int.	2-kamp	-08,-09	2-3 av Ring, Ball, Køller, Vimpel	Internasjonalt	Kan kjøre 3 program, de 2 beste teller	Norgescup Norgesfinalen
<b>JUNIOR</b> Int.	4-kamp	-08,-09	Ring, Ball, Køller, Vimpel	Internasjonalt		Norgescup NM
<b>JUNIOR</b> Nasj.	Nasjonal klasse A	-08,-09, -10	2-3 valgfrie	Nasjonalt	Kan kjøre 3 program, de 2 beste teller	Norgescup Norgesfinale
<b>JUNIOR</b> Nasj.	Nasjonal klasse B	-08,-09, -10	1-2 valgfrie	Nasjonalt	Kan kjøre 2 program, det beste teller	Norgescup Norgesfinale
<b>JUNIOR</b> Nasj.	Nasjonal klasse C	-08,-09, -10	1 valgfrie	Nasjonalt	Kjører ett valgfritt program	Norgescup



## Individuelt senior

KLASSE	INDIV.	Alder 2023	Redskap 2023	Reglement	Bestemmelser	Konk.tilbud Nasjonalt
<b>SENIOR</b> Int.	2-kamp	-07 og tidligere	2-3 av Ring, Ball, Køller, Bånd	Internasjonalt	Kan kjøre 3 program, de 2 beste teller	Norgescup Norgesfinale
<b>SENIOR</b> Int.	4-kamp	-07 og tidligere	Ring, Ball, Køller, Bånd	Internasjonalt		Norgescup NM
<b>SENIOR</b> Nasj.	Nasjonal klasse A	-07 og tidligere	2-3 valgfrie	Nasjonalt	Kan kjøre 3 program, de 2 beste teller	Norgescup Norgesfinale
<b>SENIOR</b> Nasj.	Nasjonal klasse B	-07 og tidligere	1-2 valgfrie	Nasjonalt	Kan kjøre 2 program, det beste teller	Norgescup Norgesfinale



## Tropp mini-rekrutt og rekrutt

KLASSE	TROPP	Alder 2023	Redskap 2023	Reglement	Bestemmelser	Konk.tilbud Nasjonalt
MINI-REKRUTT	TROPP Lokal 3-30 gymn.	-12-17	Frittstående og /eller Valgfritt redskap	Veiledende reglement for mini-rekrutt tropp	Se veiledning for Mini-rekrutt tropp	Lokale konkurranser
MINI-REKRUTT	TROPP Regional 3-30 gymn.	-12-13-14	Frittstående og /eller Valgfritt redskap	Veiledende reglement for mini-rekrutt tropp	Se veiledning for Mini-rekrutt tropp	Lokale og Regionale konkurranser
REKRUTT	DUO/TRIO 2-3 gymn	-10, -11,-12 Maksimum 1 gymnast født -10	Valgfritt	Rekrutt tropp A	1 omgang	Nasjonale konk
REKRUTT	TROPP 5-8 gymn	-11,-12 (2 gymn -10)	Frittstående Ball	Rekrutt tropp A	2 separate program Separate konk. Kan evt. delta i ett.	Nasjonale konk
REKRUTT	TROPP RG for alle 3-30 gymn.	-10,-11, -12	Frivalgt (Frittst.-Tau-Ring-Ball-køller)	Tropp RG for alle	Se rekruttreglementet	Nasjonale konk



## Tropp junior

KLASSE	TROPP	Alder 2023	Redskap 2023	Reglement	Bestemmelser	Konk.tilbud Nasjonalt
Int. KLASSE JUNIOR	DUO/TRIO 2-3 gymn	-08,-09, -10	Valgfritt	Duo/Trio	2 omganger i Norgescup 2 omganger i NM	Norgescup NM
Int. KLASSE JUNIOR	TROPP 5 gymn (+3 reserve)	-08,-09, -10 (2 gymn.-07)	5 par køller + evt. 5 baller	Internasjonalt	<p><i>Junior tropper internasjonal klasse kan kjøre følgende i NC og NM i 2023:</i></p> <p>A. Ball to kjøring B. Køller to kjøring C. Ball én kjøring og køller andre kjøring</p> <p><i>I tillegg kan tropp stille i tau utenfor konkurranse med én kjøring hvis den satser mot internasjonal deltagelse i mesterskap i 2023.</i></p> <p>I NM kan maks 6 gymnaster kjøre totalt.</p>	Norgescup NM
Nasj. KLASSE JUNIOR	DUO/TRIO 2-3 gymn	-08,-09, -10	Valgfritt	Nasjonalt	2 omganger i Norgescup	Norgescup Norgesfinale
Nasj. KLASSE JUNIOR	TROPP 4-8 gymn	-08,-09, -10	Valgfritt	Nasjonalt	2 omganger i Norgescup	Norgescup Norgesfinale



## Tropp miks junior og senior

KLASSE	TROPP	Alder 2023	Redskap 2023	Reglement	Bestemmelser	Konk.tilbud Nasjonalt
Nasj. KLASSE MIKS	DUO/TRIO 2-3 gymn	-10 og tidligere (min 1 gymn. 2007 eller eldre)	Valgfritt	Nasjonalt	2 omganger i Norgescup	Norgescup Norgesfinale
Nasj. KLASSE MIKS	TROPP 4-8 gymn	-10 og tidligere (min 1 gymn. 2007 eller eldre)	Valgfritt	Nasjonalt	2 omganger i Norgescup	Norgescup Norgesfinale

## Tropp senior

KLASSE	TROPP	Alder 2023	Redskap 2023	Reglement	Bestemmelser	Konk.tilbud Nasjonalt
SENIOR	DUO/TRIO 2-3 gymnaster	-10 og tidligere (min 1 gymn. 2007 eller eldre)	Valgfritt	Duo/Trio	2 omganger i Norgescup 2 omganger i NM	Norgescup NM
SENIOR	TROPP 5 gymnaster (+3 reserve)	-07 og tidligere (2 gymn -08)	2 program 1: 5 ring 2: 3 vimpel og 2 ball	Internasjonalt	NC: Sammenlagt. NM: Sammenlagtvinner etter én kjøring i ring og én kjøring i vimpel/ball. I tillegg vinner per redskap i finale. Maks 6 gymnaster kan kjøre totalt i NM.	Norgescup NM