

Oslo, 20. august 2023

Til: Alle TUK og TUM-kontakter og dommere i Viken og Oslo

## INVITASJON TIL KRETSMESTERSKAP REKRUTT, STIGE OG PARATURN I TURN FOR JENTER OG GUTTER

Langhus Turn i samarbeid med VOGTK har den glede av å invitere til Kretsmesterskap for Turn Kvinner og Turn Menn lørdag 14. oktober og søndag 15. oktober i Ski Turnhall, Tegelveien 8B, 1400 Ski.

Uttak til Norgesfinalen:

KM vil også være uttakskonkurranse for VOGTK's Kretslag til Norgesfinalen for Turn Kvinner og Turn Menn, som blir arrangert hos Hokksund Turnforening den 25.-26. november.

**Foreløpig program** med forbehold om justering i henhold til antall påmeldte.  
Rekrutt lørdag 14. og stige og paraturn søndag 15. oktober.

### Klasser Kvinner:

**Rekrutt:** 11 år (født 2012)  
12 år (født 2011)

**Stige:** Klasse I (13 og 14 år, født 2009-2010)  
Klasse II (15 og 16 år, født 2007-2008)  
Klasse III (17 år og eldre, født 2006 eller tidligere)

### Klasser Menn:

**Rekrutt:** 11 og 12 år (født 2011-2012)

**Stige:** 13-14 år (født 2009-2010)  
15-16 år (født 2007-2008 og  
17-18 år (født 2005-2006)

**Paraturn:** Fra 11 år og eldre (Født 2012 eller tidligere)

Alle bedømmes etter gjeldene Nasjonal Turnstige for jenter og Guttereglementet for gutter.

### **Lag:**

Lag rekrutt og stige. Alle lag med over 3 utøvere blir automatisk påmeldt lagkonkurranse. Lagkonkurranse blir regnet ut ifra de 3 beste karakterene per apparat, per klubb.

### **Premieutdeling:**

Premieutdeling like etter at hver klasse er ferdig. 1/3-del plassering ropt opp og resten kommer samlet frem for å motta deltakerpremie. Lagpremie deles ut til de tre beste lagene i rekrutt og de tre beste lagene i stige.



**Musikk:**

De klubber med utøvere som har musikk på frittstående må laste opp dette i mp3-format innen 29. **September 2023 til**

<https://drive.google.com/drive/folders/1-JwdMIIDuRORofCSd4yW9PL9P4Eone2P>

Musikk skal navnes som følger: «Klubb\_Fornavn\_Etternavn»

**Påmelding innen 22. september 2023:**

Startkontingent: kr 400,- pr. gymnast.

Bindene påmelding sendes samlet fra klubbene til [turnkvinner@vogtk.no](mailto:turnkvinner@vogtk.no) og [turnmenn@vogtk.no](mailto:turnmenn@vogtk.no) innen fredag 22.09.2022. Bruk vedlagte skjema ved påmelding.

Merk at påmeldingsskjemaet har to sider som skal fylles ut.

På side 2 i skjemaet ønsker vi at gymnastene settes opp i rekker etter klasser. Alle felt **må** være fylt ut (fullt navn, medlemsnummer, fødselsdato og klasse).

Betaling gjøres samlet fra hver klubb til: Langhus Turn, 1405 Ski

Kontonummer: 9852.05.77971, Merk "Klubbnavn KM". **Betalingsfrist: 22. september 2023.**

*Ved påmelding etter fristen gjelder regel om dobbel startkontingent eller evt. Ingen deltakelse.*

## Velkommen til Kretsmesterskap for Turn Kvinner og Turn Menn 2023!

Med vennlig hilsen  
Langhus Turn

i samarbeid med  
Viken og Oslo Gymnastikk- og Turnkrets (VOGTK)  
og Teknisk Utvalg Kvinner (TUK) og Teknisk Utvalg Menn (TUM)

**Kontaktinformasjon:**

Langhus Turn: Ellen Langseth

E-post: [sportsliglederlanghusturn@gmail.com](mailto:sportsliglederlanghusturn@gmail.com)

Tlf.nr: 906 10 257

TUK: [turnkvinner@vogtk.no](mailto:turnkvinner@vogtk.no)

TUM: [turnmenn@vogtk.no](mailto:turnmenn@vogtk.no)