Rytmisk gymnastikk

Regler, bestemmelser og kvalifisering NF rytmisk gymnastikk

Publisert 26.11.2026

Innhold

Innhold 1
Felles regler og bestemmelser NF 2
Kvalifisering for ind. pre junior NF 2
1.1 PRE JUNIOR INTERNASJONAL KLASSE 3-KAMP (4 programmer i NF) 2
1.2 PRE JUNIOR INTERNASJONAL KLASSE 2-KAMP 2
1.3 PRE JUNIOR NASJONAL KLASSE DIV. B 2
Kvalifisering for ind. junior NF 3
1.4 JUNIOR INTERNASJONAL KLASSE 2-KAMP 3
1.5 JUNIOR NASJONAL KLASSE A OG B 3
Kvalifisering for junior tropper 3
1.6 JUNIOR NASJONAL KLASSE TROPP 3
1.7 JUNIOR NASJONAL KLASSE DUO/TRIO 3
Kvalifisering for senior og miks NF 4
1.8 SENIOR INTERNASJONAL KLASSE 2-KAMP 4
1.9 SENIOR NASJONAL KLASSE A OG B 4
1.10 NASJONAL KLASSE TROPP MIKS 4
1.11 NASJONAL KLASSE DUO/TRIO MIKS 4
6 Konkurranseprogram og gjennomføring NF 5
1.12 Streaming, bilder og publiseringer 5
1.13 Konkurranseprogram NF 5
1.14 Lagledermøte og dommermøte 5
1.15 Defilering åpningsseremoni 6
1.16 Defilering premieseremoni 6
7 Premiering 7
8 Økonomi 7
1.17 Startkontingent 7
1.18 Øvrige utgifter 7
9 Frister NF 8

Felles regler og bestemmelser NF

- For å stille i NF må gymnasten være medlem av de lagene hun skal konkurrere for. Laget/lagene skal være medlem av NGTF.

- NIFs lov § 10-6 Medlemskap i idrettslag: Ingen kan tas opp som medlem av idrettslag uten at økonomiske forpliktelser til andre organisasjonsledd i NIF er gjort opp.

- For å stille i NF må gymnasten ha gyldig konkurranselisens.

- Gymnasten kan kun konkurrere for ett lag i samme gren i samme sesong; kalenderår. Unntak: Gymnasten kan delta individuelt for et lag og på en tropp for et annet lag. I individuelle konkurranser og lagkonkurranser der individuelle øvelser inngår, kan en gymnast kun konkurrere for en forening.

- Utenlandske utøvere som er bosatt i Norge og medlem av et lag innen NGTF, kan delta i konkurranser i henhold til følgende regler:

    - Individuell deltagelse av utenlandske gymnaster i andre konkurranser enn NM tillates, og de innplasseres på eventuell rankingliste på lik linje med norske utøvere.

    - Det tillates at det er maksimalt 50 % utenlandske utøvere på en tropp eller et lag. Dette gjelder både i NM og andre konkurranser. Ved utregning rundes 50 % nedover, dvs. at med 5 utøvere på laget, kan maksimalt 2 være utenlandske statsborgere. Klubb må melde fra om deltagelse i NM fra gymnaster uten norsk statsborgerskap til konsulent ved påmeldingen.

- Kvalifiseringsregler (kapittel 2-5) er i tillegg gjeldende for startberettigelse i NF.

- Samtlige arrangører må ha gjennomført antidoping Norge «Rent Idrettslag», det stilles derfor krav om at samtlige søkere for NF har fullført dette kravet ved innsending av søknaden.

Kvalifisering for ind. pre junior NF

1.1 PRE JUNIOR INTERNASJONAL KLASSE 3-KAMP (4 programmer i NF)

- Åpen påmelding, ingen kvalifisering.
- Stiller i NF med frittstående + 3 redskaper, alle fire programmer teller.

1.2 PRE JUNIOR INTERNASJONAL KLASSE 2-KAMP

- Åpen påmelding, ingen kvalifisering.
- Stiller i NF med 2 redskaper, begge teller.

1.3 PRE JUNIOR NASJONAL KLASSE DIV. B

- Åpen påmelding, ingen kvalifisering.
- Stiller i NF med 1-2 redskaper, beste redskap teller.

Kvalifisering for ind. junior NF

1.4 JUNIOR INTERNASJONAL KLASSE 2-KAMP

- Det er de tre norgescup-konkurransene som teller på rankinglisten som gjelder som uttak til Norgesfinalen. Kvalifisering etter rankinglisten, som publiseres rett etter NC3.
- Alle norgescup-konkurransene teller like mye i rankinglisten. Gymnastene må ha deltatt på minst to norgescup-konkurranser for å kunne kvalifisere seg til Norgesfinalen.
- **50%** av gymnastene som har deltatt i minst to norgescup-konkurranser kvalifiseres i denne klassen.
- Etter påmeldingsfristen, hvis ikke alle plassene er fylt opp, tas det opp reserver fortløpende etter rankinglisten blant de som er påmeldt. Reservene kan tas opp til konkurransen frem til konkurransedagen.
- Gymnastene i klassen junior 2-kamp kan stille i lag-NM, men ikke i individuelt NM, hverken i mangekamp eller i enkeltredskaper. Gymnaster som har stilt i NM individuelt går opp en klasse og mister dermed plassering på ranking i junior internasjonal klasse 2-kamp.

1.5 JUNIOR NASJONAL KLASSE A OG B

- Det er de tre norgescup-konkurransene som teller på rankinglisten som gjelder som uttak til Norgesfinalen. Kvalifisering etter rankinglisten, som publiseres rett etter NC3.
- Alle norgescup-konkurransene teller like mye i rankinglisten. Gymnastene må ha deltatt på minst to norgescup-konkurranser for å kunne kvalifisere seg til Norgesfinalen.
- **50%** av gymnastene som har deltatt i minst to norgescup-konkurranser kvalifiseres i denne klassen.
- Etter påmeldingsfristen, hvis ikke alle plassene er fylt opp, tas det opp reserver fortløpende etter rankinglisten blant de som er påmeldt. Reservene kan tas opp til konkurransen frem til konkurransedagen.

Kvalifisering for junior tropper

1.6 JUNIOR NASJONAL KLASSE TROPP

- Åpen påmelding, ingen kvalifisering.

1.7 JUNIOR NASJONAL KLASSE DUO/TRIO

- Åpen påmelding, ingen kvalifisering.

Kvalifisering for senior og miks NF

1.8 SENIOR INTERNASJONAL KLASSE 2-KAMP

- Det er de tre norgescup-konkurransene som teller på rankinglisten som gjelder som uttak til Norgesfinalen. Kvalifisering etter rankinglisten, som publiseres rett etter NC3.
- Alle norgescup-konkurransene teller like mye i rankinglisten. Gymnastene må ha deltatt på minst to norgescup-konkurranser for å kunne kvalifisere seg til Norgesfinalen.
- **50%** av gymnastene som har deltatt i minst to norgescup-konkurranser kvalifiseres i denne klassen.
- Etter påmeldingsfristen, hvis ikke alle plassene er fylt opp, tas det opp reserver fortløpende etter rankinglisten blant de som er påmeldt. Reservene kan tas opp til konkurransen frem til konkurransedagen.
- Gymnastene i klassen senior 2-kamp kan stille i lag-NM, men ikke i individuelt NM, hverken i mangekamp eller i enkeltredskaper. Gymnaster som har stilt i NM individuelt går opp en klasse og mister dermed plassering på ranking i senior internasjonal klasse 2-kamp.

1.9 SENIOR NASJONAL KLASSE A OG B

- Det er de tre norgescup-konkurransene som teller på rankinglisten som gjelder som uttak til Norgesfinalen. Kvalifisering etter rankinglisten, som publiseres rett etter NC3.
- Alle norgescup-konkurransene teller like mye i rankinglisten. Gymnastene må ha deltatt på minst to norgescup-konkurranser for å kunne kvalifisere seg til Norgesfinalen.
- **50%** av gymnastene som har deltatt i minst to norgescup-konkurranser kvalifiseres i denne klassen.
- Etter påmeldingsfristen, hvis ikke alle plassene er fylt opp, tas det opp reserver fortløpende etter rankinglisten blant de som er påmeldt. Reservene kan tas opp til konkurransen frem til konkurransedagen.

1.10 NASJONAL KLASSE TROPP MIKS

- Åpen påmelding, ingen kvalifisering

1.11 NASJONAL KLASSE DUO/TRIO MIKS

- Åpen påmelding, ingen kvalifisering.

6 Konkurranseprogram og gjennomføring NF

1.12 Streaming, bilder og publiseringer

Se i arrangørveiledningen.

NB! Det er utøvernes respektive klubber som er ansvarlig for å kunne dokumentere overfor hver arrangør at deres utøvere har gitt aktivt samtykke hva angår bilder og filming, samt evt. streaming. Dette bekrefter respektive klubber ved påmelding til arrangør. Det skal være et alternativ å kunne reservere seg til dette i forbindelse med påmelding, og ved slike tilfeller må arrangøren ivareta det.

For ytterligere informasjon se arrangørveiledningen.

1.13 Konkurranseprogram NF

NGTF foretar trekning av startnummer i etterkant av påmeldingsfrist som oppgis i invitasjonen. Tidsplan, startlister og kjørelister sendes ut av arrangør i henhold til oppgitte frister i invitasjonen. Det er opp til arrangør om de godtar etteranmeldinger i klasser uten kvalifisering. Dersom arrangør tillater etteranmelding blir troppen/gymnast satt opp med startnummer 0.

Pre junior internasjonal klasse 3-kamp	4 programmer – 4 teller
Pre junior internasjonal klasse 2-kamp	2 programmer – 2 teller
Pre junior nasjonal klasse Div. B	1-2 programmer – beste teller
Junior internasjonal klasse 2-kamp	2-3 programmer – 2 beste teller
Junior nasjonal klasse A	2-3 programmer – 2 beste teller
Junior nasjonal klasse B	1-2 programmer – beste teller
Junior tropp nasjonal klasse	2 kjøringer – Sammenlagt
Junior duo/trio nasjonal klasse	2 kjøringer – Sammenlagt
Senior internasjonal klasse 2-kamp	2-3 programmer – 2 beste teller
Senior nasjonal klasse A	2-3 programmer – 2 beste teller
Senior nasjonal klasse B	1-2 programmer – beste teller
Miks tropp nasjonal klasse	2 kjøringer – Sammenlagt
Miks duo/trio nasjonal klasse	2 kjøringer – Sammenlagt

Det er ingen redskapsfinaler i Norgesfinalen.
Klassene følger gjeldende redskap for sesongen.

1.14 Lagledermøte og dommermøte

På lagledermøtet skal alle lagledere, trenere, dommere, linjedommeransvarlig, sekretariats-ansvarlig og speaker være til stede. Hver klubb registreres med navn på lagleder, registrert lagleder må være til stede på lagledermøte, og er klubbens eneste representant med fullmakt til å kontakte dommere/jury ved evt. tvister/klager i løpet av konkurransen.

Aktuelle saker på lagledermøte er:

- Aktuell informasjon fra arrangør og evt. dommeransvarlig
- Kjøreplan deles ut til alle
- Info fra lagledere om eventuelle strykninger av utøvere/lag/tropper
- Info fra lagledere om evt. problemer av teknisk art
- Åpent for spørsmål

Dommermøtet er hovedsakelig for dommere, men lagledere kan delta dersom de ønsker det. Dommeransvarlig leder møtet.

1.15 Defilering åpningsseremoni

Norgesfinalen skal offisielt åpnes med en defilering.
Under en defilering skal utøverne defilere i sine klubbdresser eller konkurransedrakter.

Klubbene skal defilere i alfabetisk rekkefølge med det arrangerende lag til slutt. Hver deltagende klubb skal representeres med et navneskilt, enten med skiltbærer fra arrangør eller ved at deltagende klubb selv bærer navneskiltet.

Gymnastene har innmarsj etter musikk, og marsjerer sammen ut når musikk settes på igjen.

1.16 Defilering premieseremoni

Defilering og premieutdeling skal foretas den dagen den aktuelle klassen er ferdig med sin konkurranse. Se retningslinjer i arrangørveiledning.

Premiepallen plasseres slik at 2.plassen er på høyre side og 3.plassen er på venstre side av 1.plassen, sett fra utøvernes ståsted med ansiktet mot tribunen. Øvrig premiering, se gjeldende arrangørveiledning.

Alle utøverne defilerer i klubbdresser eller konkurransedrakter.

Klubbene skal defilere i alfabetisk rekkefølge med det arrangerende lag til slutt. Hver deltagende klubb skal representeres med et navneskilt, enten med skiltbærer fra arrangør eller ved at deltagende klubb selv bærer navneskiltet.

Premiering foregår med at tredjeplass ropes opp først. Deretter andreplass før førsteplassen til slutt.

7 Premiering

KLASSE	Diplom	Medalje/pokal NGTF
Pre junior 3-kamp (4 prog)	Deltagerdiplom digitalt	Gull, sølv og bronse
Pre junior 2-kamp	Deltagerdiplom digitalt	Gull, sølv og bronse
Pre junior nasj. DIv. B	Deltagerdiplom digitalt	Gull, sølv og bronse
Junior 2-kamp	Deltagerdiplom digitalt	Gull, sølv og bronse
Junior A	Deltagerdiplom digitalt	Gull, sølv og bronse
Junior B	Deltagerdiplom digitalt	Gull, sølv og bronse
Junior tropp	Deltagerdiplom digitalt	Gull, sølv og bronse
Junior duo/trio	Deltagerdiplom digitalt	Gull, sølv og bronse
Senior 2-kamp	Deltagerdiplom digitalt	Gull, sølv og bronse
Senior A	Deltagerdiplom digitalt	Gull, sølv og bronse
Senior B	Deltagerdiplom digitalt	Gull, sølv og bronse
Miks tropp	Deltagerdiplom digitalt	Gull, sølv og bronse
Miks duo/trio	Deltagerdiplom digitalt	Gull, sølv og bronse

Øvrig premiering, se arrangørveiledning.
Premier deles ut i henhold til arrangørveiledning.

NGTF stiller med diplomene og gull, sølv og bronse medaljene.
Arrangør er ansvarlig for å ordne øvrig premiering i henhold til arrangørveiledningen.

Arrangør mottar diplomer klubbvis i pdf filer digitalt fra NGTF i stedet for utskrevet med posten. Det er opp til arrangør om de ønsker å printe disse og levere de for hånd i konkurransen, eller sende de digitalt til deltakende klubber. Av hensyn til at vi ønsker å gjøre miljøbevisste tiltak, anbefales det å benytte digital levering.

8 Økonomi

1.17 Startkontingent

Senior internasjonal klasse 2-kamp	450,-
Junior internasjonal klasse 2-kamp	450,-
Pre junior internasjonal klasse 3-kamp (4 prog)	600,-
Pre junior internasjonal klasse 2-kamp	450,-
Senior nasjonal klasse	450,-
Junior nasjonal klasse	450,-
Pre junior nasjonal klasse Div. B	450,-
Miks og junior duo/trio	300,- per gymnast
Miks og junior tropp	2250,-

1.18 Øvrige utgifter

Deltagende klubber er selv ansvarlig for å dekke utgifter til opphold, reise, bevertning, bankett og eventuelt annet i forbindelse med NF.

For utgifter/inntekter i forbindelse med NF som arrangør, se arrangørveiledning.

9 Frister NF

Invitasjon	Publiseres senest 3 mnd før på nettsiden, info sendes til RG-kontakter i klubb
Påmelding	Senest 10 uker før konkurransen, se dato i invitasjon
Frist for betaling	Se informasjon i invitasjonen (Ofte samtidig med påmeldingsfrist)
Tidsplan (førsteutkast)	Sendes senest 9 uker før konkurransen
Tidsplan (endelig)	Sendes senest 2 uker før konkurransen
Musikk	Se informasjon i invitasjonen
Kjørelister	Senest på dommermøtet, ønskelig at det sendes ut på forhånd hvis mulig
Resultater	Sendes til deltakere, dommere og konsulent NGTF senest søndag etter konkurranseslutt.
Arrangør sender faktura på 50% av dommerhonoraret til NGTF.	Senest innen utgangen av påfølgende måned etter konkurransen. Faktura skal inneholde navn på konkurransen, dato for konkurransen og vedlegg av honorarskjemaer. Faktura sendes til 970232796@autoinvoice.no
Arrangør sender eventuelle premier til overs tilbake til forbundet.	Senest innen utgangen av påfølgende måned etter konkurransen.