

**Asker Turnforening RG gruppa  
inviterer i samarbeid med  
Norges Gymnastikk- og Turnforbund  
til**

**Norgesmesterskap  
rytmisk gymnastikk**

<b>Dato:</b>	22.-23. april (konkurransen kan utvides til å starte fredag ved stor pågang).	
<b>Sted:</b>	Askerhallen, Brages vei 2, Risenga Idrettspark, 1387 Asker	
<b>Takhøyde:</b>	9,6 m (fri takhøyde) Speith underkonstruksjon og konkurranseteppe.	
<b>Konkurransesklasser:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Internasjonal klasse 4-kamp senior</li><li>- Internasjonal klasse lag og enkeltredskaper senior</li><li>- Internasjonal klasse tropp senior</li><li>- Internasjonal klasse duo/trio junior</li></ul> <p>For kvalifiseringsregler til NM, se eget dokument på nettsiden under reglement og bestemmelser.</p>	
<b>Startkontingent:</b>	Individuelt int klasse 4 prg: Lag individuelt Duo/Trio: Tropp:	Kr. 600,- Kr. 600,- pr lag* Kr. 300,-pr gymnast Kr. 300,-pr gymnast + 600,-pr program  *Gymnaster som deltar på lag men ikke i individuell konkurranse betaler kr. 300,- for deltagelse i tillegg til lagkontingenten.  Gymnaster som deltar kun i enkeltredskaper (1-3) betaler 300,-
<b>Innbetaling:</b>	Hver klubb vil motta faktura etter påmelding.	
<b>Påmelding:</b>	Påmeldingsfrist: 5. mars 2023 Påmelding sendes til: <a href="mailto:norgesmesterskapetrg2023@asketurn.no">norgesmesterskapetrg2023@asketurn.no</a> Benytt påmeldingsskjema	
<b>Programskjema:</b>	Informasjon kommer fra arrangør.	
<b>Overnatting:</b>	Vi anbefaler Scandic hotell i Asker: tlf:23 15 54 00    Bruk Bookingkode: 4837816  Priser: Enkeltrom kr. 1.190.- Dobbelrom kr. 1.390.- Tresensrom kr. 1.575.- Firesensrom kr. 1.780.-	

<b>Bankett:</b>	<p><i>Bankett avholdes på Scandic hotell Asker, lørdag 22. april.</i></p> <p><i>Det serveres Sportsbuffet med dessert.</i></p> <p><i>Kuvertpris kr.350.-</i></p>
<b>Trening på konkurransefelt</b>	<p>Det vil tildeles trening på konkurransefeltet etter gjeldende regler, om nødvendig vil fredag 21. april benyttes til dette.</p>
<b>Kontaktperson:</b>	<p>Bente Bjanes Hage <a href="mailto:rgbente1@gmail.com">rgbente1@gmail.com</a> (tlf. 92026364)</p>
<b>Veibeskrivelse til hallen:</b>	<div style="display: flex;"> <div style="flex: 1;">  </div> <div style="flex: 1; padding-left: 10px;"> <p>Fra Oslo Lufthavn Gardermoen; lokaltog eller flytog til Asker stasjon. Fra Asker stasjon er det ca. 15 min. å gå til hallen.</p> <p>Med bil fra E-18, sørgående eller nordgående, ta av til Asker, følg skilter til Risenga Idrettspark, Askerhallen. Parkering i parkeringshus under Varner Arena.</p> <p>Fra Scandic hotell Asker er det ca 15 min å gå til hallen.</p> </div> </div>
<b>Tidsplan og øvrig info:</b>	<p>Skisse til tidsplan sendes ut ca. 15. mars.</p> <p><i>Det planlegges livesending av senior NM.</i></p> <p><i>Mer informasjon kommer.</i></p>
<b>Musikk</b>	<p>Musikk skal sendes inn elektronisk i mp3 filformat.</p> <p>Musikkfiler merkes med følgende: Kjørenummer – Klasse - Navn – Klubb – Redskap.</p> <p>Se punkt i arrangørveiledningen for mer informasjon om hvordan klasser skal markeres.</p> <p>Musikkfiler lastes opp på Google-drive innen 5. april. En link til opplasting vil bli delt med musikkansvarlig for hver enkelt klubb.</p>

## Velkommen til Asker!