

INFO NR. 1 EUROGYM og EGFLC 2024

14. - 18. juli 2024 arrangeres det fjortende Eurogym på hjemmebane i Bodø (www.eurogym2024.com). I forkant av Eurogym vil det bli avholdt oppvisningskonkurranse European Gym for Life Challenge. Datoen for arrangementet er 13. juli, dagen før Eurogym begynner.

Eurogym er et oppvisningsstevne for ungdom i alderen 12-18 år (norske deltagere: det året man fyller 13 år) i regi av European Gymnastics som arrangeres hvert andre år. Under Eurogym samles ungdom fra hele Europa for å trene sammen, ha oppvisninger for hverandre og ha det gøy sammen med andre ungdommer. I tillegg til å ha oppvisninger deltar alle på workshops der man får prøve nye spennende aktiviteter.

Hvem kan melde seg på Eurogym

Fra Norge kan ungdommer født i 2006 - 2011 delta. 10 % av gruppen kan være mellom 19 og 20 år, født i 2005 og 2004. European Gymnastics har varslet at de vil være strenge på å kontrollere dette.

Hvis gruppen består av:

10 - 15 gymnaster, kan man ha 1 gymnast mellom 19 og 20 år
16 - 25 → 2 gymnaster mellom 19 og 20 år
26 - 35 → 3 gymnaster mellom 19 og 20 år
36 - 45 → 4 gymnaster mellom 19 og 20 år
46 - 55 → 5 gymnaster mellom 19 og 20 år
56 - 65 → 6 gymnaster mellom 19 og 20 år

Hvem kan melde seg på EGFLC

Deltakelsen er åpen for alle gymnaster fra det året de fyller 13 år. Det er ingen øvre aldersgrense.

Koreografi

Grupper som ønsker å delta på Eurogym må huske at dette er et internasjonalt stevne og det forventes at gruppene tar det alvorlig og bruker tid på å forberede sine oppvisninger godt. NGTF ønsker at Eurogym skal være en mulighet til å utvikle seg, finne inspirasjon til nye oppvisninger og motivasjon til å fortsette med gymnastikk og turn.

Tema for Eurogym 2024 er «Midsummer madness». Alle trenere, koreografer og tropper bør ha dette temaet som rød tråd gjennom hele programmet. NGTF vil i tiden før Eurogym være behjelpelige med tilbakemeldinger, tips og råd til gruppenes oppvisninger.

Her er noen tips til trenere som skal lage et program:

- Gjennomgående helhet (stil)
- Harmoni mellom musikk og troppens alder, nivå og egenart
- Harmoni mellom bevegelsene og musikkens tempo, dynamikk, karakter og rytme
- Logiske overganger mellom elementene, og flyt i bevegelsene

- Karakter og rytme i musikken vises tydelig
- Utnyttelse av hele konkurransefeltet

Oppvisninger under Eurogym

Arrangørens krav til oppvisningene er at hver tropp må bestå av minst 6 personer. Vi anbefaler at det er vesentlig flere enn 6 gymnaster på gruppen. Hver gruppe må ha med en voksen pr 12 gymnaster, og minst to voksne totalt.

Lengden på oppvisningen er maks 6 minutter med inn- og utmarsj, rigging av apparater osv. NGTF anbefaler imidlertid at gruppene følger kravene for Gym for Life Challenge Norge der små grupper (under 20 pers) kan ha maks 3 minutters oppvisning og store tropper (20 eller flere) kan ha maks 5 minutters oppvisning.

Oppvisninger under EGFLC

Troppen må bestå av minimum 6 gymnaster. Vi anbefaler at det er vesentlig flere enn 6 gymnaster på gruppen. Hver gruppe må ha med en voksen pr 12 gymnaster, og minst to voksne totalt.

Lengden på programmet er maks 3 minutter med inn- og utmarsj, rigging av apparater osv. Ved bruk av store apparater kan troppen få 1 min ekstra til rigging. Dette **kan ikke** være en del av koreografien og musikkbruk er ikke tillatt under rigging.

Totalpris Eurogym

310 €. Beløpet blir omregnet til NOK per faktura dato. Gebyret til NGTF på 200 NOK kommer i tillegg.

Inkluderer:

- Innkvartering på skole fra lørdag til fredag (6 netter)
- Frokost fra søndag til fredag
- Lunsj og middag fra søndag til torsdag
- Transport til/fra workshops dersom det er nødvendig
- Inngangsbillett til alle seremonier
- Deltakelse på 4 workshops
- 2 oppvisninger
- FunZone

Totalpris EGFLC

160 €. Beløpet blir omregnet til NOK per faktura dato. Gebyret til NGTF på 200 NOK kommer i tillegg.

Inkluderer:

- Deltakelse på EGFLC
- Innkvartering på skole fra torsdag til søndag
- Frokost fra fredag til søndag
- Lunsj og middag fra fredag til lørdag
- Inngangsbillett til alle seremonier
- FunZone

Totalpris både Eurogym og EGFL

410 €. Beløpet blir omregnet til NOK per faktura dato. Gebyret til NGTF på 200 NOK kommer i tillegg.

Påmelding

Interessepåmelding er nå sendt ut med svarfrist **13.juli**. Den finner dere her:

<https://forms.office.com/e/sGbcUYrzY2>

Første påmeldingsfrist er **6. november 2023** og inkluderer betaling av 10 % av deltakeravgiften som ikke er refunderbart.

Mer informasjon om påmelding kommer på et senere tidspunkt.

Førstegangsbetaling

10 % av deltakeravgiften er ikke refunderbart. Faktura sendes ut etter mottatt påmelding.

Forsikring

NGTF har kollektiv ulykkeskadeforsikring som dekker behandlingsutgifter i forbindelse med skader og ulykker på reisen for alle i delegasjonen (må være medlem i foreningen/turngruppen). Hver enkelt må ha med seg Europeisk helsetrygdekort og sørge for sin egen reiseforsikring.

Annet

Mer detaljert informasjon om arrangementet, Gala, defileringsantrekk, reise og påmelding kommer senere.

For oppdatert informasjon følg [arrangørens hjemmeside](#) og gymogturn.no.

La oss vise Europa hvem vi er og hva vi kan!