



## Molde Turnforening inviterer lagene i Møre- og Romsdal og Trøndelag til Regionsfinale i Molde helgen den 04.-05. november

Molde Turnforening inviterer lagene i region Midt-Norge på Regionsfinale helgen den 04.-05. november

Sted: Idrettens Hus, Idrettsvegen 6

### Program:

#### **Fredag 03. november**

Fri trening fra klokken 1800

#### **Lørdag 04. november**

##### **Med forbehold om endringer**

**(Puljene er foreløpig oppsett, med utgangspunkt i de deltagerne vi hadde på forrige regionskonkurranse)**

0900: Hallen åpner

0900-0920: Generell oppvarming pulje 1

0920-1020: Oppvarming i apparatene pulje 1

1030: Innmarsj pulje 1

1035-1230: Konkurrans pulje 1

1230-1250: Generell oppvarming pulje 2

1250-1350: Oppvarming i apparatene

1350: Innmarsj pulje 2

1400-1600: Konkurrans pulje 2

1600-1620: Generell oppvarming pulje 3

1620-1720: Oppvarming i apparatene, pulje 3

1720-1920: Konkurrans pulje 3

1920-1950: Premieutdeling lag og 4-kamp/6-kamp

2000: Hyggekveld i turnhallen

#### **Søndag 05. november**

1000: Hallen åpner

1000-1030: Generell oppvarming finalister (6 beste fra hvert apparat per klasse)

1030-1140: Oppvarming i apparatene

1200: Konkurrans finalister

1600: Premieutdeling



## Bespising:

Det er muligheter for å bestille lunsjpakker begge dager, samt tacobuffet lørdag kveld.

## Økonomi:

Deltageravgift kr 500

Lagkonkurransse kr 400 pr lag

Lunsj kr 50 pr dag og 200 kroner for tacobuffet med dikke og dessert.

Påmeldingsskjema sendes til [kari@moldeurn.com](mailto:kari@moldeurn.com), innen 20. oktober

## Overnattingsalternativer

**Minner om at alle hotellene i sentrum har gangavstand til hallen.**

Scandic seilet:

<https://www.scandichotels.no/hotell/norge/molde/scandic-seilet>

Scandic-Alexandra Molde:

<https://www.scandichotels.no/hotell/norge/molde/scandic-alexandra-molde>

Velkommen til Molde!

Med vennlig hilsen  
Molde Turnforening

