



## Konkurranselasser 2024 rytmik gymnastikk

### Individuelt mini-rekrutt og rekrutt

| KLASSE        | INDIV.         | Alder 2024 | Redskap 2024  | Reglement           | Bestemmelser  | Konk.tilbud Nasjonalt            |
|---------------|----------------|------------|---|---------------------|---|----------------------------------|
| MINI-REKRUTT  | Klasse 1       | -16-18     | Frittst.<br>+ evt. Ring eller Ball<br>(1-2 program)       | Se rekruttreglement | Frittstående obligatorisk Mini-Rekrutt 6-8 år trinn 1-3<br>Ring/Ball: obligatorisk program trinn 1-3  | Lokale og Regionale konkurranser |
| MINI-REKRUTT  | Klasse 2       | -14-15     | Frittst.<br>+ evt. Ball+ evt.<br>Valgfri<br>(1-3 program) | Se rekruttreglement | Frittstående obligatorisk Mini-Rekrutt 9-10 år trinn 1-3*<br>Ball: obligatorisk program trinn 1-3<br>Valgfritt: obligatorisk eller etter int. rekruttreglement<br><b>NB! Alle må kjøre frittstående</b> | Lokale og Regionale konkurranser |
| REKRUTT Nasj. | 11år<br>2-kamp | -13        | Frittst.<br>+ Ball og/eller Køller<br>(2-3 program)       | Rekrutt             | Frittstående obligatorisk Nasj. Rekrutt trinn 1-3 *<br>Ball og/eller Køller: obligatorisk trinn 1-3   | Nasjonale konk                   |
| REKRUTT Nasj. | 12år<br>2-kamp | -12        | Frittst.<br>+ Ring og/eller Køller<br>(2-3 program)       | Rekrutt             | Frittstående obligatorisk Nasj. Rekrutt trinn 1-3 *<br>Ring og/eller Køller: obligatorisk trinn 1-3   | Nasjonale konk                   |
| REKRUTT Nasj. | 12år<br>3-kamp | -12        | Frittst.+ Vimpel +<br>Valgfri *                           | Rekrutt             | Frittstående obligatorisk Rekrutt trinn 1-3<br>Vimpel: obligatorisk trinn 1-3<br>Valgfritt: nasjonalt reglement   | Nasjonale konk                   |
| REKRUTT Int.  | 3-kamp         | -13        | Frittst.+ 2-3 av Ring-<br>Ball-Køller                     | Rekrutt             | Frittstående frivalgt program trinn 1-5<br>Redskap: frivalgt program etter rekruttreglementet.<br>2 beste av 3 program med redskap  | Nasjonale konk                   |
| REKRUTT Int.  | 4-kamp         | -12        | Frittst.-Ball-Køller-<br>Vimpel                           | Rekrutt             | Frittstående frivalgt program trinn 1-5<br>Redskap: frivalgt program etter rekruttreglement   | Nasjonale konk                   |

\* Frittstående, ring, ball obligatorisk Mini-Rekrutt 9-10 år = Frittstående, ring, ball obligatorisk Nasj. Rekrutt

\*\* Ikke vimpel



## Individuelt yngre junior og junior

| KLASSE                      | INDIV.            | Alder 2024   | Redskap 2024                      | Reglement      | Bestemmelser  | Konk.tilbud nasjonalt   |
|-----------------------------|-------------------|--------------|-----------------------------------|----------------|---|-------------------------|
| <b>YNGRE JUNIOR</b><br>Int. | 2-kamp            | -11          | 2-3 av Ring, Ball, Køller, Vimpel | Internasjonalt | Kan kjøre 3 program, de 2 beste teller  | Norgescup Norgesfinalen |
| <b>YNGRE JUNIOR</b><br>Int. | 3-kamp            | -11          | Ring, Ball, Køller, Vimpel        | Internasjonalt | 3 program pr konkurranse i NC, se NC regler for redskap. 4 program kjøres i NM. | Norgescup NM            |
| <b>JUNIOR</b><br>Int.       | 2-kamp            | -09,-10      | 2-3 av Ring, Ball, Køller, Vimpel | Internasjonalt | Kan kjøre 3 program, de 2 beste teller  | Norgescup Norgesfinalen |
| <b>JUNIOR</b><br>Int.       | 4-kamp            | -09,-10      | Ring, Ball, Køller, Vimpel        | Internasjonalt |   | Norgescup NM            |
| <b>JUNIOR</b><br>Nasj.      | Nasjonal klasse A | -09,-10, -11 | 2-3 valgfrie                      | Nasjonalt      | Kan kjøre 3 program, de 2 beste teller  | Norgescup Norgesfinale  |
| <b>JUNIOR</b><br>Nasj.      | Nasjonal klasse B | -09,-10, -11 | 1-2 valgfrie                      | Nasjonalt      | Kan kjøre 2 program, det beste teller   | Norgescup Norgesfinale  |
| <b>JUNIOR</b><br>Nasj.      | Nasjonal klasse C | -09,-10, -11 | 1 valgfrie                        | Nasjonalt      | Kjører ett valgfritt program  | Norgescup               |



## Individuelt senior

| KLASSE                 | INDIV.            | Alder 2024       | Redskap 2024                    | Reglement      | Bestemmelser                           | Konk.tilbud Nasjonalt  |
|------------------------|-------------------|------------------|---------------------------------|----------------|--|------------------------|
| <b>SENIOR</b><br>Int.  | 2-kamp            | -08 og tidligere | 2-3 av Ring, Ball, Køller, Bånd | Internasjonalt | Kan kjøre 3 program, de 2 beste teller | Norgescup Norgesfinale |
| <b>SENIOR</b><br>Int.  | 4-kamp            | -08 og tidligere | Ring, Ball, Køller, Bånd        | Internasjonalt |  | Norgescup NM           |
| <b>SENIOR</b><br>Nasj. | Nasjonal klasse A | -08 og tidligere | 2-3 valgfrie                    | Nasjonalt      | Kan kjøre 3 program, de 2 beste teller | Norgescup Norgesfinale |
| <b>SENIOR</b><br>Nasj. | Nasjonal klasse B | -08 og tidligere | 1-2 valgfrie                    | Nasjonalt      | Kan kjøre 2 program, det beste teller  | Norgescup Norgesfinale |



## Tropp mini-rekrutt og rekrutt

| KLASSE       | TROPP                        | Alder 2024                                  | Redskap 2024                             | Reglement                                   | Bestemmelser   | Konk.tilbud Nasjonalt            |
|--------------|------------------------------|---|--|---|--|----------------------------------|
| MINI-REKRUTT | TROPP Lokal 3-30 gymn.       | -13-18                                      | Frittstående og /eller Valgfritt redskap | Veiledende reglement for mini-rekrutt tropp | Se veiledning for Mini-rekrutt tropp                       | Lokale konkurranser              |
| MINI-REKRUTT | TROPP Regional 3-30 gymn.    | -13-14-15                                   | Frittstående og /eller Valgfritt redskap | Veiledende reglement for mini-rekrutt tropp | Se veiledning for Mini-rekrutt tropp                       | Lokale og Regionale konkurranser |
| REKRUTT      | DUO/TRIO 2-3 gymn            | -11, -12,-13<br>Maksimum 1 gymnast født -11 | Valgfritt                                | Rekrutt tropp A                             | 1 omgang   | Nasjonale konk                   |
| REKRUTT      | TROPP 5-8 gymn               | -12,-13<br>(2 gymn -11)                     | Frittstående Ring                        | Rekrutt tropp A                             | 2 separate program<br>Separate konk. Kan evt. delta i ett. | Nasjonale konk                   |
| REKRUTT      | TROPP RG for alle 3-30 gymn. | -11,-12, -13                                | Frivalgt (Frittst.-Tau-Ring-Ball-køller) | Tropp RG for alle                           | Se rekruttreglementet                                      | Nasjonale konk                   |



## Tropp junior

| KLASSE              | TROPP                           | Alder 2024                   | Redskap 2024 | Reglement      | Bestemmelser   | Konk.tilbud Nasjonalt  |
|---------------------|---------------------------------|------------------------------|--------------|----------------|--|------------------------|
| Int. KLASSE JUNIOR  | DUO/TRIO<br>2-3 gymn            | -09,-10, -11                 | Køller       | Duo/Trio       | 2 omganger i Norgescup<br>2 omganger i NM<br>Redsk. i Nordisk 2024: Køller           | Norgescup NM           |
| Int. KLASSE JUNIOR  | TROPP<br>5 gymn<br>(+3 reserve) | -09,-10, -11<br>(2 gymn.-08) | 5 par køller | Internasjonalt | I NM kan maks 6 gymnaster kjøre totalt.<br>2 omganger i Norgescup<br>2 omganger i NM | Norgescup NM           |
| Nasj. KLASSE JUNIOR | DUO/TRIO<br>2-3 gymn            | -09,-10, -11                 | Valgfritt    | Nasjonalt      | 2 omganger i Norgescup   | Norgescup Norgesfinale |
| Nasj. KLASSE JUNIOR | TROPP<br>4-8 gymn               | -09,-10, -11                 | Valgfritt    | Nasjonalt      | 2 omganger i Norgescup   | Norgescup Norgesfinale |



## Tropp miks junior og senior

| KLASSE            | TROPP                | Alder 2024  | Redskap 2024 | Reglement | Bestemmelser           | Konk.tilbud Nasjonalt     |
|-------------------|----------------------|---|--------------|-----------|------------------------|---------------------------|
| Nasj. KLASSE MIKS | DUO/TRIO<br>2-3 gymn | -11 og tidligere<br>(min 1 gymn.<br>2008 eller eldre) | Valgfritt    | Nasjonalt | 2 omganger i Norgescup | Norgescup<br>Norgesfinale |
| Nasj. KLASSE MIKS | TROPP<br>4-8 gymn    | -11 og tidligere<br>(min 1 gymn.<br>2008 eller eldre) | Valgfritt    | Nasjonalt | 2 omganger i Norgescup | Norgescup<br>Norgesfinale |

## Tropp senior

| KLASSE | TROPP                                | Alder 2024                              | Redskap 2024                                    | Reglement      | Bestemmelser   | Konk.tilbud Nasjonalt |
|--------|--------------------------------------|---|---|----------------|--|-----------------------|
| SENIOR | DUO/TRIO<br>2-3 gymnaster            | -08 og tidligere<br>(maks 1 gymn. 2009) | Ring  | Duo/Trio       | 2 omganger i Norgescup<br>2 omganger i NM<br>Redsk. i Nordisk: Ring  | Norgescup<br>NM       |
| SENIOR | TROPP<br>5 gymnaster<br>(+3 reserve) | -08 og tidligere<br>(2 gymn -09)        | 2 program<br>1: 5 ring<br>2: 3 vimpel og 2 ball | Internasjonalt | NC: Sammenlagt.<br>NM: Sammenlagtviner etter én kjøring i ring og én kjøring i vimpel/ball. I tillegg vinner per redskap i finale. Maks 6 gymnaster kan kjøre totalt i NM. | Norgescup<br>NM       |