



Retningslinjer for troppskonkurranser i Rogaland

Disse retningslinjene er kun gjeldene for Rogaland, ved nasjonale konkurranser må NGTF sine retningslinjer brukes.

Rogaland Gymnastikk- og Turnkrets ved Troppsgymnastikkutvalget, tildeler arrangementet til en forening tilsluttet kretsen. KM tildeles på kretstinget. Dato for arrangementet fastsettes av krets, gjerne i samarbeid med arrangør.

Arrangør skal:

- Skal påse at ingen annen aktivitet forgår i hallen når konkurransen pågår. (F.eks. leking i apparater som ikke er i bruk under konkurransen.)
- Arrangør må lage invitasjon og få godkjenning av utvalget, og må sendes til NGTF (Arrangement), NGTF (Arr.) mottar invitasjonen, publiserer og sender ut til klubber.
- Ta imot påmeldinger – påmeldingsfristen bør være 2 – 3 uker før konkurransesstart.
- Sørge for premier (se eget avsnitt for premier).
- Sette opp plan for trening, møter og konkurransen, og sende dette ut senest 1 uke før konkurransesstart.
- Skaffe nødvendig og godkjent utstyr som skal brukes. Utstyret skal være av god kvalitet og uten skader. Se utstyrsbehov.
- Dekke dommerutgifter og dokumenterte reiseutgifter. Godtgjørelsen er fastsatt av kretsen.
- Sørge for bespising
- Stille med sekretariat, speaker og musikkansvarlig
- Stille med dommerskjema og dommerlapper. Disse kan lastes ned fra:

<https://gymogturn.no/grener-og-aktiviteter/konkurransegrener/troppsgymnastikk/for-arrangor-troppsgymnastikk/>

Under Skjema og dommerlapper -> "Finn skjema og dommerlapper til bruk i sekretariatet"

- Stille apparatmannskap: minimum 3 personer til å finne frem utstyr under konkurransen.
- Sørge for godkjent førstehjelps personell under konkurransen, samt nødvendig utstyr.
- Sende resultatene elektronisk til alle lag som har deltatt, til dommere, til kretskontor og leder for troppsgymnastikkutvalget, innen en uke etter avholdt konkurranse.
- Lage rapport fra konkurransen, som sammen med resultatene, sendes elektronisk til primærkontakt.
- Tilby salg av forfriskninger til publikum. Dette kan være en god inntektskilde.

Troppsutvalget er behjelpelige med å svare på spørsmål.

Deltakeravgift:

Deltakeravgiften er på maks kr. 250 pr. konkurranse. Ved for sen påmelding, øker denne til maks kr. 300.

Deltakeravgifter er på maks kr. 300 for KM. Ved for sen påmelding øker den til maks kr. 350. Kr. 50 av deltakeravgiften under KM går til innkjøp KM medaljer (gjelder ikke aspiranter).

Klasse- og aldersbestemmelser:

I Rogaland konkurreres det i Teamgym og Nasjonale klasser. Teamgym er sammenlagt karakter fra alle 3 apparatene (Trampett, tumbling og frittstående), mens Nasjonal er enkeltapparater. For Junior og Senior konkurreres det i rene gutteklasser, jenteklasser eller mix. Mix kan være en gutt og resten jenter eller andre kombinasjoner. Konkurransesesongen følger kalenderåret. Det konkurreres i disse klassene:

- Rekrutt 11-13år
- Junior 13-18år
- Senior 16år og oppover.

- Aspirant 8-10år (Oppvisning, blir ikke dømt)

I Rogaland er mulig å søke EN gymnast fra en lavere klasse, men bare når de er 1 år for unge til å stille i en høyere klasse. Det er lov å søke opp to gymnaster fra junior til senior. Søknad om å få søke opp gymnaster skal sendes leder for Troppsutvalget minst 1 uke før. Søknad må inneholde navn på gymnast som skal søkes opp, fødselsår og begrunnelse.

Det er kun mulig å stille i konkurranse for en forening hver sesong, for eksempel Sola eller Haugesund. Evt. bytte av lag må søkes hos NGTF. En utøver kan stille i Nasjonal klasse for en forening og i Teamgym for en annen, forutsatt at kontingent er betalt i begge foreninger.

Teamgym har samme aldersinndeling som Nasjonale Klasser, men avviker på følgende punkter: - I Teamgym mix skal fordelingen være halvparten av hvert kjønn fra. Altså 3 jenter og 3 gutter hvis laget består av 6 gymnaster. - I Teamgym må alle gymnastene konkurrere i frittstående for å kunne konkurrere i trampett og tumbling.

Reglement:

Konkurransen er delt inn i 1. og 2. divisjon. begge divisjoner følger gjeldende reglement fra ngtf, men 2. divisjon har en appendiks med noen tilpasninger og anbefalinger til når man bør stille 1. eller 2. divisjon.

Ved kretsmesterskap vil 1. divisjon være gjeldende konkurranse, og vinner her blir kretsmester.

Dersom det ikke stilles noen lag i 1. divisjon, så vil kretsmester tittelen falle på 1. plass i 2. divisjon. Konkurransen bedømmes etter gjeldende reglement.

Det er treners og lagleders plikt å sette seg inn i gjeldende reglement. Dette kan lastes ned på www.gymogturn.no, tilpasninger finnes på kretsens egne sider.

Deltakelse:

Det enkelte lag sender påmelding til arrangør for alle sine utøvere for hver konkurranse og påser at alle deltakerne har betalt konkurranselicens.

Premier:

Det er 1/3 premiering. Premieutdeling skjer i henhold til kjøreplanen fra arrangør. Aspiranter og rekrutter skal ha deltakerpremier. Junior og senior må ikke ha deltakerpremier. Ved t-skjorter/drikkeflasker e.l. som deltakerpremier, oppfordrer vi også til at junior og senior får. Arrangør må betale og bestille alle premier selv.

1. Plass premiering på KM skal ha KM-medalje.

Premiene kan med fordel settes på et bord i forkant. Husk å ha med nok folk til å være med på premieutdelingen.

Dommere:

Troppsutvalget har ansvaret for å skaffe dommere til konkurransen, men sørg for å ta kontakt med utvalget eller kretsen for å sjekke at det er under kontroll.

Dommerne skal ha honorar, som betales av arrangør. Honoraret er på kr. 500,- for under 4 timer og kr. 1000,- over 4 timer. Reiseutgifter skal også dekkes. Dommerne er selv ansvarlige for å levere reiseregning til arrangør senest en uke etter avholdt konkurranse. Utbetalingen av dommerhonoraret skal skje senest en måned etter konkurransen.

I Rogaland kjører vi med min. 8 dommere, men det bør helst være flere (et fullt dommersett er 21 dommere). Alle store foreninger (5 eller flere lag) skal stille med minst 2 dommere hver på hver konkurranse. Små foreninger (4 eller mindre lag) skal stille med minst 1 dommer på hver konkurranse. Mangel på dommere bøtelegges med kr 2000 pr konkurranse pr manglende dommer. Kretsen fakturerer foreningene som ikke stiller med dommer i konkurransen. Nye foreninger slipper å betale boten de to første årene de stiller i konkurranse. Bøtene er gjeldene fra høsten 2019





Det skal være satt ut stoler og bord til dommerne. I frittstående skal E-panelet se frittstående ovenfra(tribune) eller sitte 2-4 meter opphøyet foran de som kjører frittstående. CD-panelet skal sitte på venstre side av frittståendeteppe, gjerne litt opphøyd. Dommerne må kunne se hele gulvet. I trampett og tumbling skal dommerne sitte på siden av apparatet.

Det må være et eget rom for dommerne til dommer-/lagledermøte, og for å kunne gå igjennom vanskeskjemaene. Dommerne skal ha mat og drikke underveis, både før og under konkurransen. Under konkurransen (ca. halvveis) skal dommerne ha et lettere varmt måltid.

Dommeransvarlig i kretsen skal melde aktuelle dommere på til arrangør ved påmeldingstidsdato.

Vanskeskjema:

Vanskeskjemaet skal leveres inn før dommer-/lagledermøtet, eller etter arrangørens ønske. Det nyeste vanskeskjemaet kan lastes ned fra: www.gymogturn.no
Endringer på skjemaet kan gjøres ved uforutsette hendinger. Arrangøren skal stille med vanskeskjema, grønne, røde og hvite dommerlapper til dommerne. Arrangøren må kunne kopiere alle vanskeskjemaene som er leverte inn, da alle dommerne skal ha hvert eksemplar sitt når de dømmer. Lagene er selv ansvarlige for vanskeskjema, og at disse leveres inn til rett tid. Det anbefales allikevel at speaker informerer om at de må leveres inn under treningen.

Sekretariat:

Det må være et sekretariat, speaker og en til å styre musikklegget. Det skal være mulig for alle å se karakterene som lagene får på tv, projektor, resultatside, o.l. Sekretariatet skal bestå av minimum 2 personer, men det bør helst være 4. Sekretariatet trenger tilgang til kopimaskin, 2 – 3 pc-er, projektor og oppdaterte start- og treningslister. Mal for resultatlister kan lastes ned fra gymogturn.no.

Speaker:

Det skal være en person skal lede trening og selve konkurransen. Speaker/sekretariat skal kontrollere følgende:

- Treningstider overholdes og godkjent sikring (2 personer på nedslagsmatte ved bruk av trampett)
- Rækkefølgen under trening og konkurranse – hvem, når og hva
- Gi beskjed når laget har et min. igjen av treningstiden, slik at neste lag gjør seg klar.
- Be publikum applaudere osv under konkurransen. Vise idretts glede!

Musikkansvarlig:

Styre musikken etter avtale med troppenes lagleder og etter klarsignal i konkurransen fra dommerne. Musikken som benyttes skal leveres til arrangør på en av følgende måte: Elektronisk format på USB-minnepenn/elektronisk innlevering, av filtypen mp3 eller wav. Filnavnet skal være merket med lagets navn, troppens navn, gren (Nasjonal klasse eller TeamGym), aldersklasse (rekrutt, junior eller senior) og apparat (frittstående, trampett eller tumbling). Minnepennen skal kun inneholde musikken til konkurransen, ingen andre filer. OBS. En fil pr. kjøring. Selv om det er samme sangen som brukes.

Det anbefales også at arrangør legger til rette for at musikken kan leveres inn via mail/web på forhånd. Dette for å gjøre musikkansvarlig sin oppgave lettere, da vedkommende kan legge inn musikken på pc på forhånd. Husk å sette en frist ved innlevering.

Lagledermøte:

Lagledermøte arrangeres i henhold til starttidspunkt. Vanligvis en time før konkurransen starter. Her gjennomgås vanskeskjema, og gis aktuell informasjon vedrørende konkurransen.

Dommermøte:

Avholdes etter lagledermøtet. Dommere og representant fra arrangør skal delta.

Treningstider:

Treningen kan starte kl. 09.00 ved behov. Dette avhenger av hvor mange tropper som stiller til start. Det er viktig at arrangør tar hensyn til hvor deltakerne kommer fra, og gir de som har lengst vei sist treningstid. Arrangørens egne lag anbefales å ha trening kvelden/dagen før hvis mulig.

Startlister:

Startlister for konkurransen, så vel som treningstider, skal være laget i forkant av arrangementet. Treningstider og startrekkefølge skal være tilsendt deltakende lag en uke før konkurransen. Pass på at samme lag ikke kjører rett etter seg selv eller trener i flere apparater samtidig.

Bespising:

Det skal være mulighet til å kjøpe seg et måltid for alle deltakere og trenere på våre konkurranser. Mat til deltakere og trenere kan inngå som en del av det vanlige sortimentet i kiosken. Dommerne skal serveres på dommermøte, hvor det er vanlig å servere rundstykker/smørbrød, samt drikke i form av kaffe/te og vann/brus. Under konkurransen serveres mat og drikke til dommerne. Dommerne skal ha et lettere varmt måltid ca. midt i konkurransen. Det bør stå på invitasjonen at dommere som trenger glutenfri mat eller har matintoleranse, må gi beskjed til arrangør senest en uke før konkurransen.

Det anbefales at arrangør har utsalg av mat til publikum, dette er en god inntektskilde til foreningene.

Tidsplan på selve konkurransedagen:

Konkurransene i RGTK skal gjennomføres over to dager i samme helg.

Det anbefales å utføre konkurransene på lørdag og søndag.

Alle teamgym kjøringer må kjøres på samme dag.

I nasjonale klasser skilles hvert apparat og klasse i 1. og 2. divisjon. Se egen appendiks (og reglementsseksjon) for anbefalinger om nivå for hver divisjon på kretsens egne sider.

Én gymnast kan ikke stille i både 1. og 2. divisjon i samme klasse/apparat.

Alle kjøringer i samme divisjon, klasser (kjønn og alder) og apparat (de som konkurrerer mot hverandre) må kjøres samme dag.

Senior 2. divisjon (voksen-senior) anbefales å kjøres på lørdag; senior 1. divisjon kan gjerne kjøres på søndag sammen med junior.

Det anbefales å sette aspirant og rekrutt på lørdagene, junior og 1. divisjons senior på søndagen.

Trening

Treningen før konkurranse er 5 min. på alle lag på hvert apparat.

Pass på at samme lag ikke kjører frittstående, trampett og tumbling samtidig. Hvis frittstående er en del av løpebanen til trampett, må ikke trening i frittstående og trampett kollidere. Lunsj serveres underveis i treningen.

Selve konkurransen (bør starte så tidlig som mulig):

Ha innmarsj til marsjmusikk og flagg.

Gymnaster defilerer inn i defileringsdrakt, f.eks lik t-skjorte. Først kjøres tumbling og trampett rekrutt.

Så kjøres frittstående uavhengig av klasse med aspiranter mellom kjøringene.

Så kjøres trampett og tumbling, junior og senior. I KM + en seriekonkurranse bør senior og junior starte først.

Innfletting vil skje automatisk ut ifra hvor mange lag som er på hvert klassetrinn.

Det anbefales å ha en premieutdeling etter frittstående. Innmarsj til marsjmusikk til premieutdeling.

Defileringsklær under premieutdeling er konkurransetøy.

Hvis mulig anbefaler vi egen oppholdsplass/tribune for gymnastene, f. eks et hjørne i hallen med benker, en egen gymnastsoné. Det må være tilgang til garderober for alle foreningene, samt jente- og gutte- garderober. Foreninger kan godt dele garderober.

**Utstyrsbehov:**

Mangler arrangør utstyr er det mulig å spørre andre foreninger i kretsen om å få låne/leie utstyr.
Frittstående: Frittstående feltet må være 14m x 16m. Arrangøren må ikke ha frittstående gulv eller tepper som er rullet ut, men det bør det opplyses om i invitasjonen. Løpebanen til trampett kan være en del av frittstående gulvet. Frittstående feltet må være merket hvis det er på gulvet, f.eks med tape.

Trampett: Må ha hest/Pegasus som går opp til 1.65 over bakken. Aspiranter og rekrutter kan bruke en myk kasse, så dette må også være tilgjengelig. Det må være en trampett med mulighet for vinkling, det kan godt opplyses om på invitasjonen hvilken dere har (antall fjærer/merke). Løpebanen må være 20m lang. Landingsområde skal bestå av tjukkaser med en overtrekksmatte som dekker tjukkasene. Er landingsområdet inn mot vegg, skal det være en tjukkase opp mot veggen. Størrelsen på landingsmattene skal være minst 3 x 5 meter.

Tumbling: Arrangør **må** ha tumblingbane, kan ikke bruke airtrackbane. Løpebanen må være 15m, og i samme høyde som tumblingbanen. Landingsområde skal bestå av tjukkaser med en overtrekksmatte som dekker tjukkasene. Er landingsområdet inn mot vegg, skal det være en tjukkase opp mot veggen. Størrelsen på landingsmattene skal være minst 3 x 5 meter

Oppdatert av troppsutvalget, og godkjent av kretsstyret 16.08.2022