



Invitasjon

Kvalifiseringskonkurranse og Norgesmesterskap troppsgymnastikk nasjonale klasser - Junior Menn & Miks

Holmen, 09.-10. Mars 2024

Holmen Tropp- & Turnforening, i samarbeid med Norges Gymnastikk- og Turnforbund, ønsker alle velkommen til kvalifiseringskonkurranse og Norgesmesterskap i Troppsgymnastikk Nasjonale klasser junior menn og miks.

Hvor avholdes mesterskapet?

Mesterskapet avholdes i Leikvollhallen A+B og C i Asker.

Adresse: Brages Vei 5, 1387 Asker.

Hva skjer og når?

Fredag: Mulighet for trening for de som ønsker det. Trening vil foregå i tidsrommet 18.00-21.00.

Lørdag: Trening og kvalifiseringskonkurranse for påmeldte lag i alle 3 apparater. De 10 beste lag i hver klasse kvalifiserer seg til Norgesmesterskapene på søndagen.

Søndag: Trening og Norgesmeskap for de 10 kvalifiserte lag i hver klasse i hvert apparat. Premieutdeling avholdes etter ferdig konkurranse.

Trenings- og konkurranseplan

Trenings- og konkurranseplanene vil bli distribuert etter påmeldingsfristens utløp, og i god tid før konkurransen.

Utstyr

Tumbling: Eurogym

Trampetter: PE Dorado 32 og 36, Eurogym MD Super Elite 36

Pegasus: Eurogym

Frittstående: Der vil bli brukt 8 14x2 meters ruller.

OBS: Det vil være dobbeltoppsett på trampett i treningshall, men ikke i konkurransehall.

Overnatting

Vi foreslår at man benytter seg av følgende hoteller:

Scandic Hotell - Asker - [Hjemmeside](#)

Holmen Fjordhotell - Nesbru - [Hjemmeside](#)

Skoleovernatting

Bestill overnatting i klasserom på skole. Pris er kr. 250 pr. person pr. natt (inkl. frokost)

Bespising

Det er mulig å bestille kveldsmat på fredag, samt lunsj i hallen både lørdag og søndag.

Prisen er kr. 175,- pr. person pr. måltid.

Bankett

Vi satser på å avholde bankett lørdag kveld.

Pris for bankett er 400,- pr. person.

Påmelding og start- og dommeravgift

Påmelding skjer via denne linken:

<https://forms.gle/NQNfK8uv6vvoZbJw5>

PÅMELDINGSFRIST 12. Februar 2024.

Startavgift: Kr. 600,- pr. tropp og kr. 300,- pr. deltaker.

NB! Ved påmelding etter fristen er det dobbel startkontingent.

Husk gyldig konkurranselisens.

Streaming

Grunnet retningslinier fra NIF vil ikke konkurransen bli livestreamet.

Musikk og vanskeskjemaer

Musikk og vanskeskjemaer skal leveres innen 1. Mars via www.troppsgym.no

Mer info om dette kommer etter at påmeldingene har kommet inn.

Anbefaling til deltagende tropper

Se vedlegg.

Kontaktinformasjon

Åsa Essebo - 90964001 - admin@holmenturn.no

Benjamin Boamah - 92055441 - benjamin@holmenturn.no

NGTFs anbefaling til deltagende tropper – tumbling og trampett, kvalifiseringskonkurranser til NM nasjonale klasser junior

Det er mange tropper som deltar i disse kvalifiseringskonkurransene. Dette fører til utfordringer

med tanke på tidsbruken ved gjennomføringen av konkurransene. I tidligere kvalifiseringskonkurranser har det vært en utfordring med antall tropper i kvinneklassen. Komiteen gir derfor noen klare anbefalinger til hvilket nivå gymnastene på troppene må være på også i 2023. Det legges fortsatt til rette for at alle lag kan delta i kvalifiseringskonkurransene.

Dersom et lag ønsker å delta med flere tropper i en klasse, ønsker vi å formidle en minimums-anbefaling på nivået for en eller flere av troppene fra samme lag i samme klasse:

1. Anbefalingen gjelder i utgangspunkt for klassene kvinner tumbling og kvinner trampett.
2. Dersom et lag melder på én tropp i en klasse er det ingen anbefaling i forhold til nivå.
3. Dersom lagene melder på flere tropper i samme klasse anbefaler vi at laget har maksimalt én tropp som ikke oppfyller følgende krav:

- Kvinner tumbling: Troppen oppfyller kravet til skru i én serie.
- Kvinner trampett: Troppen oppfyller ett eller begge krav (skru og/eller dobbel salto) i en serie. Eventuelt i to serier dersom begge kravene oppfylles i to forskjellige serier.

4. Fortsetter den samme økningen av antall tropper i de andre klassene ved disse

Konkurransene vurderes det enten å innføre tilsvarende anbefaling i miks- og herreklassen eller andre tiltak i påfølgende år.