

# Velkommen til Saltokonkurranse

Nøtterøy Turn,  
Labakken Idrettshall

4.Mai 2024



**S**-osial  
**A**-llsidig  
**L**-ek  
**T**-urn  
**O**-ppvisning

Nøtterøy Turn, inviterer alle klubber i Vestfold & Telemark gymnastikk og Turnkrets til Salto-Konkurranse.

Salto-Konkurransen gjennomføres med klasseinndeling for **ParaTurn**, barn, **ungdom** og voksne. Det er mulig å melde seg på oppvisning uten rangering for alderen 11 år og eldre.

**SALTO** er for alle som syntes turn er gøy!

**NB!** Man må ikke gjøre Salto!

**Salto er individuell- og lag-konkurransen på air track, hopp og trampett.**

**Påmelding og konkurranse i følgende klasser:**

**Jenter og Gutter, Paraturn, født 2013 og eldre.**

**(Rangering/aldersinndeling tilpasses og avtales med aktuell klubb).**

**Jenter og Gutter: F. 2013 og tidligere: 11 år+ uten rangering/poeng**

**Jenter og Gutter: F. 2012-2013, 11-12 år**

**Jenter og Gutter: F. 2009-2011, 13-15 år**

**Jenter og Gutter F. 2005-2008, 16-19 år**

**Damer og Herrer F. 2004 og tidligere, 20 år +**

**Konkurransen følger Saltoreglement og øvelser utarbeidet av NGTF. Reglementet er tilpasset breddeaktivitet og passer for alle. Mer info finner du på [gymogturn.no](http://gymogturn.no). For de som deltar uten plassering/rangering kan klubben tilpasse øvelser etter behov. Turnere i denne gruppen får en hyggelig tilbakemelding fra dommer- og blir ikke bedømt ut ifra vanskelighetsgrad/nivå.**

**<https://idrettsforbundet.sharepoint.com/:f:/s/>**

**[NGTF.Off.Dok.Gymogturn.no/](https://idrettsforbundet.sharepoint.com/:f:/s/NGTF.Off.Dok.Gymogturn.no/)**

**[Em\\_7aL3rmHZDmNLTdZnXBKMB7RvVmjdWUHMkFitG0v20Gw?e=v6Q1g6](https://idrettsforbundet.sharepoint.com/:f:/s/Em_7aL3rmHZDmNLTdZnXBKMB7RvVmjdWUHMkFitG0v20Gw?e=v6Q1g6)**

**Startkontingent kr 250 pr gymnast, faktura sendes til klubb etter påmelding.**

**Premie til alle deltager!**

## Foreløpig tidsplan: ( Kan komme endring etter påmelding!)

14.45-15.00: Generell oppvarming  
15.00-16.00: Styrt oppvarming i apparatene  
16.05: Innmarsj, alle deltagere  
16.10: Konkurransesstart  
Ca18.00: Premieutdeling

Bindene påmelding til [sportsligleder@notteroyturn.no](mailto:sportsligleder@notteroyturn.no)  
- innen 21.april

Ved spørsmål:  
[sportsligleder@notteroyturn.no](mailto:sportsligleder@notteroyturn.no)

Med sportslig hilsen,  
Nøtterøy Turn

