



SALTO-konkurransen i Molde 17. november 2024 **Sted: Idrettens Hus, Idrettsvegen 6**

Molde Turnforening inviterer alle klubber i Møre og Romsdal gymnastikk- og turnkrets til Saltokonkurransen individuell for jenter og gutter

Det skal konkurreres i hopp, matte og trampett.

Aldersklasser:

Aspirantklasse: 8, 9, 10 år

Rekruttklasse: 11 - 12 år

Junior- Seniorklasse: 13 år og over (ingen aldersbegrensning)

Apparatplan:

Hopp:

Hopp med springbrett og kassedel (trinn 1-7) Høyden på kassen mellom 90 cm og 120 cm

Hopp med springbrett og pegasus (trinn 8-10) Høyden på pegasus kan velges fritt

Matte:

Alle øvelsene gjennomføres på frittstående gulvet

Trampett:

Med tilløp og landing i tjukkas. Standard høyde på trampetten er 70 cm

Premiering:

Deltagerpremier til alle.

1.- 3. premie i rekrutt- og junior/seniorklassen.

Dommere:

Hver klubb stiller med en dommer. Salto-reglementet kan lastes ned på gymogturn.no

Trener:

Hvert lag stiller med minimum en trener, som sikrer gymnastene under trening og konkurranse. Krav med sikringskurs i trampett.

Tidsplan:

10.00: Hallen åpner

10.00-11.30: Oppvarming og trening

11.30: Innmarsj og konkurransestart pulje 1

13.30: Premieutdeling pulje 1

13:45: Trening pulje 2

1500: Konkurransesstart pulje 2

1600: Premieutdeling pulje 2

Med forbehold om endringer



Startkontingent: kr 250,- pr deltaker, betales samlet for hver klubb.

Kontonummer 3910 69 30086

Påmeldingsfrist: 03. november 2024. Det mottas IKKE påmeldinger etter denne fristen.

Betalingsfrist: 10. november 2024.

[Oppgjørskjema/Påmeldingskjema Saltokkurransen.xlsx - Google Regneark](#)

For spørsmål angående konkurransen henvendes:

marion@moldeurn.com

Mvh

Marion Dangel

Molde Turnforening