



**Invitasjon til Sørlandspokalen Turn kvinner og menn  
Lørdag 21. september 2024  
i Turnhallen i Gimlehallen i Kristiansand**

**Turn Kvinner**

Aspiranter	7-10 år	Basis stige eller nasjonal stige
Rekrutt	11 år	Basis stige eller nasjonal stige
Rekrutt	12 år	Basis stige eller nasjonal stige
Klasse I	13-14 år	Basis stige eller nasjonal stige
Klasse II	15-16 år	Basis stige eller nasjonal stige
Klasse III	17 år +	Basis stige eller nasjonal stige
FIG junior/senior	FIG Reglement	

**Turn Menn**

Aspirant	7-10 år	LUM reglement
Rekrutt	11-12 år	LUM reglement
Klasse	13-14 år	LUM reglement
Junior	15-18 år	FIG reglement

**Premiering** I aspirantklassen blir det ikke rangering – lik premiering til alle. 1/3 dels premiering rekrutt og eldre, deltakerpremie til resten

**Påmelding** Påmeldingsskjema sendes **innen 9. september** til [post@ktfturn.no](mailto:post@ktfturn.no)

**Startkontingent** Startkontingent kr. 300,- per gymnast overføres **innen 9. september** til konto 3060.07.60005, merk innbetalingen med «Sørlandspokal - Foreningens navn».

**Musikk** sendes i god tid før konkurransen til [post@ktfturn.no](mailto:post@ktfturn.no), merkes med «navn til gymnasten og klubbnavn»

**Foreløpig tidsskjema**

(endelig tidsskjema kommer etter at påmeldingene er mottatt):

Kl. 08.30	Hallen åpner/fri oppvarming aspiranter
Kl. 09.00-09.45	Dommermøte
Kl. 09.50	Oppstilling defilering

Kl. 10.00-12.15      Konkurransen

Ca. kl. 12.30        Defilering og premieutdeling

Kl. 12.00-12.45    Oppvarming rekrutt og eldre i RS-hallen  
kl. 12.45            Fri trening i turnhallen  
kl. 14.15            Defilering og konkurransesstart rekrutt og eldre

ca. kl. 17.30        Premieutdeling

Det vil bli kiosksalg i hallen hele dagen.

Inngang til turnhallen via nødutgangen til RS-hallen.

Vel møtt til masse gøy turn 😊

Med vennlig hilsen

Kristiansands Turnforening