



Aalesunds Turnforening inviterer til

Vestlandsmesterskap 2024

i Rytmisk Gymnastikk

Konkurransen vil bli bedømt etter reglementet gjeldende i 2024. Med unntak av Rekrutt 2012 internasjonalt frittstående.

Dato:	9 - 10. november 2024
Sted:	Larsgården Idrettshall, Larsgårdsringen, 6009 Ålesund
Takhøyde:	9 m (8,6 m til bjelkene)
Oppvisningsklasser	<ul style="list-style-type: none">- Minirekrutt klasse 2 (f.2014 - 2015) 1 - 3 program per gymnast.- Minirekrutt tropp regional
Konkurransesklasser:	<p><u>Nasjonal klasse individuelt:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Voksen - 2004 og tidligere. Kjører ett valgfritt program med redskap.- Senior nasjonal klasse A - (2009) 2008 og tidligere. Kjører 2 - 3 valgfrie programmer med redskap. De 2 beste teller.- Senior nasjonal klasse B - (2009) 2008 og tidligere. Kjører 1 - 2 valgfrie programmer med redskap. Det beste programmet teller.- Junior nasjonal klasse A - 2009, 2010. Kjører 2 - 3 valgfrie programmer med redskap. De 2 beste teller.- Junior nasjonal klasse B - 2009, 2010. Kjører 1 - 2 valgfrie programmer med redskap. Det beste programmet teller.- Pre junior nasjonal klasse - 2011. Kjører 1 - 2 valgfrie programmer med redskap. Det beste programmet teller.- Rekrutt 2012 nasjonal klasse (gymnastene dømmes etter junior nasjonal reglement) Kjører 1 - 2 valgfrie programmer med redskap. Det beste programmet teller.- Rekrutt 12 år nasjonal 2012. Kjører obligatorisk frittstående + et frivalgt program med redskap etter junior nasjonalt reglement. Begge programmene teller sammenlagt.- Rekrutt 11 år nasjonal 2013. Kjører obligatorisk frittstående + et obligatorisk program med redskap. Begge programmene teller sammenlagt.



Internasjonal klasse individuelt:

- **Senior internasjonal 4 - kamp (2009) 2008 og tidligere.** Kjører 3 valgfrie programmer med redskap. Alle 3 teller.
- **Senior internasjonal 2 - kamp (2009) 2008 og tidligere.** Kjører 2 - 3 valgfrie programmer med redskap. De 2 beste teller.
- **Junior internasjonal 4 - kamp 2009, 2010** Kjører 3 valgfrie programmer med redskap. Alle 3 teller .
- **Junior internasjonal 2 - kamp 2009, 2010** Kjører 2 - 3 valgfrie programmer med redskap. De 2 beste teller.
- **Pre junior internasjonal 3 - kamp - 2011** Kjører 3 valgfrie programmer med redskap. Alle 3 teller.
- **Pre junior internasjonal 2 - kamp - 2011** Kjører 2 - 3 valgfrie programmer med redskap. 2 beste teller.
- **Rekrutt 2012 internasjonal klasse (gymnastene dømmes etter junior internasjonal reglement).** Kjører frittstående + 1 - 2 program med redskap. Frittstående + beste program med redskap teller.
- **Rekrutt internasjonal 12 år 2012** Kjører frittstående + 1 - 2 program med redskap etter rekruttreglement. Frittstående + beste redskap teller.
- **Rekrutt internasjonal 11 år 2013** Kjører frittstående + 1 - 2 program med redskap etter rekruttreglement. Frittstående + beste redskap teller.

Duo/trio/ tropp

- Internasjonal klasse tropp senior - 5 / 2+3 redskap.
- Internasjonal klasse duo/trio senior - valgfritt redskap
- Internasjonal klasse tropp junior - 5 like redskap
- Internasjonal klasse duo/trio junior - valgfritt redskap

- Nasjonal klasse tropp voksen 4 -8 personer -valgfritt redskap
- Nasjonal klasse duo/trio voksen - valgfritt redskap
- Nasjonal klasse tropp miks 4 - 8 personer - valgfritt redskap
- Nasjonal klasse duo/trio miks - valgfritt redskap
- Nasjonal klasse tropp junior 4 - 8 personer - valgfritt redskap
- Nasjonal klasse duo/trio junior - valgfritt redskap

- Rekrutt tropp 5 - 8 gymnaster - frittstående og/eller like redskap
- Rekrutt tropp RG for alle 3 - 30 gymnaster
- Rekrutt duo/trio 2 - 3 gymnaster - valgfritt redskap



Startkontingent og innbetaling:	<p>Startkontingent:</p> <ul style="list-style-type: none">- Minirekrutt individuelt 150 kr per program- Minirekrutt tropp 150 kr per person. - Rekrutt, pre junior, junior, senior og voksen. 450 kr per gymnast individuelt- Duo/trio - 300 kr per gymnast- RG for alle - 150 kr per gymnast- Tropp 2250 kr / to program 3000 kr <p><i>Startkontingent vil faktureres i henhold til påmelding.</i></p>
Påmelding:	<p>Påmeldingsfrist 1. oktober 2024</p> <p><i>Ved påmelding etter frist kreves dobbel start- kontingent. Påmeldingen sendes samlet fra klubb. Benytt påmeldingsskjema som finnes i arrangementet i kalenderen på nettsiden.</i></p>
Overnatting:	<p>Quality Hotel Ålesund</p> <p><i>Enkeltrom fra 1195 kr per natt Dobbelrom fra 1295 kr per natt Trippelrom fra 1795 kr per natt Firemannsrom fra 1995 kr per natt</i></p> <p>Bestill via reservations.q.alesund@strawberry.no og benytt følgende bookingreferanse "Vestlandsmesterskap RG" ved bestilling av rom. https://app.mews.com/distributor/653ce9b3-2763-49ff-b0fa-b0610089c039?mewsAvailabilityBlockId=fe323695-4a8c-4ff8-85c4-b1ed011b1007&mewsStart=2024-11-08&mewsEnd=2024-11-10</p>
Bankett:	<p><i>Lørdag ønsker vi å invitere til felles middag, informasjon kommer.</i></p>
Kontaktperson:	<p><i>Ulrikke Riise, mail: ulrikke.riise@gmail.com</i></p>
Veibeskrivelse til hallen:	<p><u>Reise fra byen:</u> Enten kan en velge holdeplass: Campus Ålesund (NTNU), her går flere av bybussene forbi. Reisetid 7 min, gåavstand til hallen ca 9 min. Eller en kan velge holdeplass: Kreklingen (kun rute 11 Larsgården). Reisetid 10 min, stopper 10 meter fra hallen. ingen avganger søndag.</p>



	<p><u>Reise fra flyplassen:</u> Det går flybuss fra og til Ålesund Lufthavn (Vigra), som kjører både til Ålesund rutebilstasjon (hotellet) og Campus Ålesund.</p> <p><u>Andre transportmuligheter:</u> Ålesund Taxi (tlf. 70 10 30 00)</p>
Tidsplan og øvrig info:	<p>Skisse til tidsplan sendes ut en uke etter påmeldingsfristen. Endelig informasjon sendes ut senest 2 uker før konkurransen.</p> <p><i>Konkurransen blir ikke streamet. NIFs samtykker om "Retningslinjer for publisering av bilder og film av barn" Ved påmelding står hver klubb ansvarlig for å innhente samtykke fra sine utøvere og må informere arrangør dersom utøvere reserverer seg på ett eller flere av punktene.</i></p>
Musikk	<p>Musikk skal sendes inn elektronisk i mp3 filformat. Musikkfiler merkes med følgende:</p> <p>Kjørenummer - Klasse - Navn – Klubb – Redskap.</p> <p>Klubbens musikkansvarlig vil få tilsendt link til opplasting av musikk. Elektronisk musikkfiler på ipad/mobil e.l må medbringes som back-up.</p>

Velkommen til Ålesund!