



IDRETTSLAGET GNEIST

TURNGRUPPEN

Til lagene i Vestland gymnastikk- og turnkrets

Rådal 10. september 2025

Turngruppen i IL Gneist har gleden av å invitere til

Kretsmesterskap

Troppsgymnastikk Nasjonale Klasser

Dato Lørdag 1. november (2.november)
(Med forbehold om antall påmeldte, da høyt deltakerantall kan føre til at søndagen også må tas i bruk. Da blir det følgende inndeling: Rekrutter lørdag, junior og senior søndag).

Sted Sandslihallen, Sandslivegen 100, 5254 Sandsli

Klasser

Nasjonale klasser tumbling rekrutt	}	Ingen klasseinndeling for kjønn
Nasjonale klasser trampett rekrutt		
Nasjonale klasser frittstående rekrutt		

Nasjonale klasser tumbling junior (kvinner, menn og mix)
Nasjonale klasser trampett junior (kvinner, menn og mix)
Nasjonale klasser frittstående junior (kvinner, menn og mix)

Nasjonale klasser tumbling senior (kvinner, menn og mix)
Nasjonale klasser trampett senior (kvinner, menn og mix)
Nasjonale klasser frittstående senior (kvinner, menn og mix)

Aldersinndeling

Rekrutt	f.o.m det året en fyller 11 år, t.o.m. det året en fyller 13 år
Junior	f.o.m det året en fyller 13 år, t.o.m. det året en fyller 17 år
Senior	f.o.m det året en fyller 16 år

Apparater

Det vil være ordinært konkurranseutstyr i hallen.

Dorado 32, Dorado 36, Tarpan(hoppredskap), Skumkasse til rekrutter, Frittstående felt, Tumbling

Vanskeskjema

Vi oppfordrer alle om å bruke digitalt vanskeskjema: www.vs.tktg.no

Vanskeskjema lastes opp ved å trykke [her](#), eller via linken:

<https://gneistno.sharepoint.com/:f:/g/EnSi6u96gY9GnP9cSmFJBE8BFRysRe8MBIppwS9mG6M3iQ>

Digitalt skjema sendes inn i god tid før konkurransen, **senest innen utgangen av onsdag 29. oktober.**

Musikk

Musikken til hver tropp for hvert apparat skal leveres til arrangør i et digitalt format. Vi ber om at all musikk sendes inn på forhånd. Filtypen for musikken skal være «.mp3» eller «.wav» i god kvalitet. Filnavnet skal bestå av startnummer, troppens navn, gren, aldersklasse (rekrutt, junior, senior) og apparat (frittstående, trampett eller tumbling). Ved bruk av minnepenn skal den kun inneholde musikken til konkurransen (ingen andre filer). Eks.: 06.Gneist1.NK.Jr.Miks.Tumbling.mp3

Musikk lastes opp ved å trykke [her](#), eller via lenken:

<https://gneistno.sharepoint.com/:f:/g/EmUVF4RM8VFlqRcLDN-FIYoBmfWpT9LH4DHSQK675KAo4A>

Musikken sendes inn i god tid før konkurransen, **senest innen utgangen av onsdag 29. oktober.**

Startkontingent

Kr. 600,- per startnummer. Husk gyldig konkurranselisens!

Betaling sendes til

Idrettslaget Gneist, Siljustølvegen 3, 5239 Rådal

Konto nr.: 3201.65.33172

Påmelding

Påmelding gjøres ved å fylle ut skjemaet ved å trykke [her](#), eller via lenken:

<https://www.surveymonkey.com/r/YVWBT5>

FRIST FOR PÅMELDING OG INNBETALING ER SØNDAG 19. OKTOBER

Dersom påmeldingsfristen ikke overholdes, øker startkontingenten med 25%.

Konkurransplan

Informasjon om konkurransen; treningstider, konkurransestart og starrekkefølge sendes ut så snart dette er klart etter **19. oktober.**

Kontaktperson Stefan Grødem Knudsen: turnkoordinator@gneist.no / +4795120076

Vi ønsker alle tropper i Vestland gymnastikk og turnkrets vel møtt til kretsmesterskap i troppsgymnastikk, nasjonale klasser!

Hilsen

Idrettslaget Gneist, turngruppen