



## Invitasjon til cup 1 på Hamar 16. mars 2025

Velkommen til årets første cup!



**TIL:** Trenere, dommere, utøvere, foreldre og andre kontakter innen turn kvinner i Innlandet Gymnastikk- og Turnkrets.

Hamar IL Turn i samarbeid med Innlandet Gymnastikk- og Turnkrets arrangerer Cup 1 i Ankerskogen Idrettshall søndag 16. mars.



Det vil bli konkurrert i 4 apparater for jenter og 6 apparater for gutter. Hvis man ikke kan stille i alle apparater, er det lov å delta i enkeltapparater.

**STED:** Ankerskogen Idrettshall (Ankerskogvegen 9, 2319 Hamar)

**TIDSPLAN:** Hallen åpner 09.30. Det konkurreres i to puljer. Aspiranter har oppvisning i pulje 1. Rekrutt 11 og 12 år og klasse 1-3 konkurrerer i pulje 2. Alle gutter inviteres til å konkurrere i pulje 2. Endelig tidsplan sendes ut til klubbene etter påmeldingsfrist sammen med startlister.

### STARTKONTINGENT:

Aspiranter/oppvisning	kr. 250,-
Rekrutt og klasse 1-3	kr. 380,-

**BETALING:** Startkontingenten betales samlet per klubb til Hamar IL Turn, konto 1800.07.42895 innen 02.03.25. Merkes med Cup 1 og klubbens navn.

**PÅMELDING:** Påmelding med navn, fødselsdato og klasse, sendes samlet per klubb innen 02.03.25 på mail til: [bredde-trun@hamarirdrettslag.no](mailto:bredde-trun@hamarirdrettslag.no)

### KONTAKTINFORMASJON:

Hamar IL Turn: [bredde-trun@hamarirdrettslag.no](mailto:bredde-trun@hamarirdrettslag.no)

Innlandet Gymnastikk- og Turnkrets: [Innlandetgtk@gymogturn.no](mailto:Innlandetgtk@gymogturn.no)



## DET VIL BLI KONKURRERT I FØLGENDE KLASSER:

Aspiranter/oppvisning	Barn fra og med det året de fyller 8 år til og med det året de fyller 10 år (født: 2015, 2016 og 2017) er aspiranter. Både aspiranter, og de som er yngre har oppvisning.
Rekrutt	Rekrutt klasse 11 år (født: 2014) Rekrutt klasse 12 år (født: 2013)
Klasseturnere	Klasse 1 13 og 14 år (født: 2011, 2012) Klasse 2 15 og 16 år (født: 2009, 2010) Klasse 3 17 år og eldre (født: 2008 eller tidligere)

**OPPVISNING:** Barn fra og med det året de fyller 6 til og med det året de fyller 7 kan delta med oppvisning. Det oppfordres til at utøver gjør øvelser fra basisstigen eller turnstigen hvis mulig. Utøver vil stå i startlisten, men får ikke karakter. Utøver vil få premie for innsatsen.

### REGLER FOR PREMIERING OG BEDØMMING:

Gjeldene nasjonalt reglement finnes på sidene til forbundet [www.gymogturn.no](http://www.gymogturn.no)

#### Bedømming

Aspiranter: Turn kvinner og turn menn kan turne nasjonal basisstige og nasjonal turnstige. Aspirantene vil ikke bli rangert, og resultatlister vil ikke bli distribuert.

Rekrutter og klasseturnere: Turn kvinner og turn menn kan turne nasjonal basisstige og nasjonal turnstige. Hvis noen velger å kjøre regional B- stige, vil de ikke bli bedømt.

#### Premiering

Aspiranter/oppvisning Lik premie til alle.

Rekrutt 11-12 Alle får premie. Utøvere ropes frem i resultatrekkefølge.

Klasse 1-3 Alle får premie. Utøvere ropes frem i resultatrekkefølge.



**VIKTIG INFO ANG LØPEFART TIL HOPP; DENNE ER PÅ 21 METER.**

Velkommen til oppvisning og konkurranse!  
Hilsen alle oss i Hamar IL turn.