



UTTAKSKRITERIER OG BETINGELSER FOR DELTAKELSE

EM 2026 FOR SENIOR OG JUNIOR I ZAGREB, KROATIA,

1. UTTAKSPRINSIPPER

Uttaket baseres på en **matematisk utregning** for å sikre lagets høyest mulige poengsum.

- **Vurderingsgrunnlag:** Alle poengsummer fra uttakskonkurransene vil bli sammenlignet og vurdert basert på:
 - **Stabilitet** (Se punkt 3).
 - **D-score** (Vanskelighetsgrad).
 - **Endelig poengsum.**
- **Oppfølging:** Det vil bli utarbeidet en tabell med oversikt over poengsum etter hver konkurranse, samt en endelig tabell som viser beste poengsum etter at alle uttakskonkurranser er gjennomført.

2. LAGSAMMENSETNING OG KVOTER

- **Mangekamp (allround-gymnaster):** Laget skal inkludere minimum 2 gymnaster i mangekamp og maks **5** gymnaster totalt. Basert på utregningen av lagets beste poengsum, vil **2 til 4 allround-gymnaster** kvalifisere til uttak.
- **Spesialister:** Kvalifisering som spesialist er **kun mulig for seniorutøvere**. Det er ingen grense for hvor mange apparater en spesialist må bidra med. Gymnastens bidrag til den totale lagpoengsummen er det avgjørende kriteriet.
- **Individuell deltakelse:** Dersom ønsket nivå eller Code of Points-krav (CR-er) ikke oppfylles av et tilstrekkelig antall utøvere, vil vi delta med **enkeltgymnaster** tatt ut basert på mangekamp-resultatene fra uttakskonkurransene.

3. GJENNOMFØRING OG STABILITET

Stabilitet har høy prioritet.

- Ideelt sett deltar alle gymnaster i samtlige kvalifiseringskonkurranser.
- Ved å delta på flere konkurranser får gymnastene flere sjanser til å oppnå gode poengsummer og mulighet til å vise frem sitt stabile prestasjonsnivå.

4. CR-KRAV (Code of Points)

- For å kvalifisere og konkurrere i EM i et apparat, må **samtlige Code of Points-krav (CR-er)** i det aktuelle apparatet oppfylles uten unntak.

5. RESERVE

- Vi velger én (1) **ikke-reisende reserve** for hvert lag.
- **Utvelgelse:** Reserven velges basert på resultater i mangekamp, da vedkommende må ha mulighet til å konkurrere i alle apparater.
- **Forpliktelse:** Gymnasten må forbli i konkurranseform frem til samme dag som podiumtrening dersom vedkommende takker ja til plassen.



6. KVALIFISERINGSPLAN

Kategori	Konkurranse	Dato
Senior	FIG 1	25.04.2026
Senior	FIG 2	06.06.2026
Senior	NM Senior	20.06.2026
Junior	FIG 1	25.04.2026
Junior	Uttakskonkurranse under juniorsamling	23.05.2026
Junior	FIG 2	06.06.2026

Invitasjon og detaljert informasjon for uttakskonkurransen under juniorsamling sendes ut separat.

7. REISE OG PRE-CAMP

- **Reise:** Vi planlegger å reise til EM 2–3 dager før podiumtreningen. Endelig reiseplan fastsettes etter mottak av offisielle konkurransedirektiver. Avreise og hjemreise vil bli spesifisert i tråd med direktivene.
- **Pre-Camp:** Pre-camp gjennomføres i uke 31/32. Detaljert plan og lokasjon fastsettes etter mottak av direktivene.

Med vennlig hilsen
Norges Gymnastikk- og Turnforbund

Antonio Egri
Landslagssjef turn kvinner
(sign.)

Henrik Alvær
Konkurranssekonsulent turn kvinner