



Turn kvinner

UTTAKSKRITERIER OG BETINGELSER FOR DELTAKELSE

NORDISK MESKERSKAP 2026 FOR SENIOR OG JUNIOR I MARIEHAMN, FINLAND.

1. GRUNNLAG FOR UTTAK

Uttaksplanen for Nordisk mesterskap er lik uttaksplanen for EM 2026.

- Nordisk mesterskap brukes som en **gjennomkjøring og test** for EM med de samme deltakerne.
- Unntak fra deltagelse kan forekomme på grunn av lett skader eller behov for avbelastning.
- De samme kriteriene gjelder for Nordisk som for EM.

2. UTTAKSPRINSIPPER

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

- **Høy prioritet gis til stabilitet.**
- Alle poengsummer vil bli sammenlignet og vurdert ut fra stabilitet, D-score og endelig poengsum.
- Det vil bli utarbeidet en tabell med oversikt over poengsum etter hver konkurranse. En avsluttende tabell som viser beste poengsum utarbeides når alle uttakskonkurranser er gjennomført.

3. LAGSAMMENSETNING OG KVOTER

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

4. GJENNOMFØRING OG STABILITET

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

5. CR-KRAV (Code of Points)

- For å kvalifisere og konkurrere i Nordisk mesterskap må **samtlig apparatkrav (CR-er)** i det aktuelle apparatet oppfylles uten unntak.



6. RESERVE

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

7. KVALIFISERINGSPLAN OG DATOER

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

Invitasjon og informasjon for uttakskonkurransen under juniorsamling sendes ut separat.

Med vennlig hilsen
Norges Gymnastikk- og Turnforbund

Antonio Egri
Landslagssjef turn kvinner
(sign.)

Henrik Alvær
Konkurransekonsulent turn kvinner