



Turn menn

26. januar 2026

Nordisk Mesterskap senior

22-26.07.2026, Mariehamn, FIN

(ankomst: 22.07.2026, avreise: 27.07.2026)

Kriteriene er utarbeidet i et samarbeid mellom landslagssjef (Gabriel Negru), landslagsansvarlig i TKTM (Flemming Solberg), hovedtrener Hoppensprett (Espen Jansen), hovedtrener Oslo TF (Valentyn Skrypin) og hovedtrener Bergen TF (Harald Wibye). Det er lagt vekt på at kriteriene skal fremme norsk turns interesser, utvikling og prestasjoner på best mulig måte

Alder på deltakerne:

I henhold til alderskrav må gymnaster som ønsker å delta i Nordisk mesterskap senior være 18 år eller eldre.

Konkurransformat:

- **Lag:** Lagkonkurransen har formatet 5/4/3, hvor fem gymnaster er på laget, fire konkurrerer på alle 6 apparater, og de tre beste karakterene teller for lagresultatet.
- **Mangekamp:** Lagkonkurransen er samtidig også mangekampfinale.
- **Apparatfinaler:** De beste 6 utøverne fra hvert apparat fra kvalifiseringskonkurranse kvalifiserer seg til apparatfinalene.

Konkurransedatoer:

23. juli – Lagkonkurranse og mangekamp

25. juli – Apparatfinaler



Norges Gymnastikk- og Turnforbund



📍 Sognsveien 73, 0840 Oslo
✉ gymogturn@gymogturn.no
☎ Org.nr.: 9702322796

🌐 www.gymogturn.no
📘 @norgesgymnastikkogturnforbund
📷 @gymogturn

Kriterier for uttak til nordisk mesterskap senior 2026

Nordisk mesterskap for senior i 2026 er en viktig del av forberedelsene til EM i august.

A. Uttakskonkurranser:

Uttak til Nordisk vil baseres på resultater fra følgende konkurranser:

1. Unni & Harald C.1	21.03.26	Oslo TF
2. Ifact Norges cup 1	25.04.26	IL Hødd Turn
3. Ifact Norges cup 2	08.06.26	Ålesund TF
4. NM senior – C.1	20.06.26	Kabelvåg IL

B. Uttakskriterier

1. Lag:

- Det beste laget vil bli prioritert over alle andre kriterier. Uttaket prioritere det beste laget i henhold til formatet 5/4/3.
- Maksimalt tre mangekamputøvere vil bli prioritert på laget.
- Laget velges basert på resultater fra alle uttakskonkurranser (se punkt A.)

2. Mangekamp:

- Mangekamp krav sluttarakter på 76 poeng.
- Dersom flere utøvere scorer over 76 poeng, vil de tre høyest rangerte bli prioritert, på bakgrunn av alle uttakskonkurranser (se punkt A.)
- Ved poenglikhet gjelder følgende prioriteringsrekkefølge:
 - Beste D-verdi (vanskelighetsgrad)
 - Beste E-verdi (utførelse)
- Dersom ingen utøvere scorer over 76 poeng, den ene beste mangekamp utøver vil fra alle konkurransen vil bli prioritert på laget.

3. Enkeltapparater for lag:

- De beste resultatene på enkeltapparater fra alle uttakskonkurranser, eksklusive mangekamputøvere som bidrar til lagets poengsum, prioriteres for laguttak.

Med vennlig hilsen
Norges Gymnastikk- og Turnforbund

Gabriel Negru
Landslagssjef turn menn
(sign.)