



inviterer til

SLEMMESTAD OPEN 2025 **VENNSKAPSKONKURRANSE I HOLMEN TURNHALL - 10 års jubileum**

Lørdag 15. november og søndag 16. november 2025 inviterer vi til «Slemmestad Open Vennskapskonkurranse» i apparatturn for gutter og jenter for utøvere født i 2014 eller tidligere.

For jenter: Rekrutt 11, Rekrutt 12, Klasse I, II og III. Fig JR-SR og Paraklasser

For gutter: Rekrutt 11-12 år i LUM, Gutter 13-14 år, Junior 15-16 år og Junior 17-18 år og Paraklasser

Konkurranseform: Nasjonal Turnstige kvinner, Basistrinn TK og CoP, LUM-reglement turn menn og guttereglement, Para-reglement

Foreløpig tidsplan:

Lørdag 15 nov: **Gutter**, Pulje 1 (kl. 0900-1130), **Jenter**, Pulje 2 Rekrutt (1230-1600), Pulje 3 Stige/FIG(1700-2030)

Søndag 16 nov: **Jenter**, Pulje 1 Aspirant (kl. 0900-1130), Pulje 2 Aspirant (kl. 1300-1630)

OBS! Vi tar forbehold om endrede starttider og puljene avhengig av antall påmeldte.

Påmeldingsfrist: **15.10.2025** på vedlagte skjema til epost: arrangement@slemmestadturn.no

Påmeldingen er bindende. Husk gyldig konkurranselicens!

Startkontingent er kr. 400,- pr gymnast, som betales til:

Slemmestad & Omegn Turnforening,
c/o Lotte Carita Berger, Skaulia 11, 3474 ÅROS
Bankkonto: 5082.07.80997 – merk betalingen med «SOT Open – klubb»

Startlister med treningsplan og endelig tidsplan sendes ut ca 1 uke før konkurransen.

Frittstående musikk lastes opp via denne linken ved påmeldingsfristen:

[SOT OPEN MUSIKK 2025](#)

Musikkene skal navnes som følger: «Klubb_Fornavn_Etternavn»

Velkommen til vennskapskonkurranse hos Slemmestad & Omegn Turnforening i Holmen Turnhall!

Med vennlig hilsen,
Slemmestad & Omegn Turnforening
v/Lotte Carita Berger og Mees van der Most
arr. Ansvarlig