



Aalesunds Turnforening inviterer lagene i Møre & Romsdal og Trøndelag til Regionsfinale i Ålesund helgen den 10.-12. oktober 2025

Aalesunds Turnforening inviterer lagene i region Midt-Norge på Regionsfinale helgen 10.-12 oktober 2025 Sted: Osane idrettshall, Kaptein Linges veg 10, Skarbøvik, Ålesund. Buss nr 1 stopper rett utenfor hallen.

Det turnes i følgende grener

Turn menn	Turn kvinner
Rekrutter 11-12 år LUM	Rekrutt 11 Nasjonal Turnstige
13 – 14 år LUM	Rekrutt 12 Nasjonal Turnstige
15-16 år LUM	Klasse 1 Nasjonal Turnstige
17-18 år LUM	Klasse 2 Nasjonal Turnstige
13-14 år CoP med nasjonal tilpasning	Klasse 3 Nasjonal Turnstige
15-16 år CoP med nasjonal tilpasning	SO
17-18 år CoP	FIG junior CoP
SO	FIG senior CoP

Turn kvinner: Jenter kjører alle sine fire apparat på lørdag. Premieutdeling lørdag. De seks beste i hvert apparat går videre til apparatfinaler søndag. Ikke finaler for rekrutt turn kvinner.

Turn menn: Rekrutter turner LUM- reglement 6 kamp på lørdager og velger enkelte apparater LUM på søndag – det samme gjelder SO. Fra 13 år og eldre kan man enten velge mellom å turne LUM (6 apparater på lørdag) eller CoP (6 apparater lørdag). Søndag kjøres det apparatfinaler i CoP og LUM.

Om finaler og premiering:

I henhold til barneidrettsbestemmelsene blir det ikke finaler for rekrutter. Se likevel eget opplegg for rekrutter turn menn. 1/3 plasseringspremiering for alle klasser. Deltagerpremie til øvrige i rekruttklassen.

Program:

Tidene er med forbehold. Endelig tidsplan blir satt opp etter påmeldingsfristen.

Fredag 10.oktober

1800-2030: Trening

20.30: Pizzakveld

Lørdag 11. oktober

Med forbehold om endringer

(Puljene er foreløpig oppsett)

0900: Hallen åpner

0900-0920: Generell oppvarming pulje 1

0920-1020: Oppvarming i apparatene pulje 1

1030: Innmarsj pulje 1

1035-1230: Konkurransen pulje 1

1230-1250: Generell oppvarming pulje 2

1250-1350: Oppvarming i apparatene

1350: Innmarsj pulje 2

1400-1600: Konkurransen pulje 2

1600-1620: Generell oppvarming pulje 3

1620-1720: Oppvarming i apparatene, pulje 3

1720-1920: Konkurransen pulje 3

1920-1950: Premieutdeling lag og 4-kamp/6-kamp

Søndag 12. oktober

0900: Hallen åpner

0900-0930: Generell oppvarming finalister (6 beste fra hvert apparat pr. klasse.)

0930-1040: Oppvarming i apparatene

1100 Konkurransen finalister

1300 Premieutdeling.

Bespisning:

Det er muligheter for å bestille lunsjpakker begge dager, samt pizza fredags kveld etter trening.

Økonomi:

Deltageravgift kr 550

Lagkonkurransen kr 550 pr. lag

Lunsj kr 120 pr dag og 150 for pizza med drikke og dessert.

Påmeldingsskjema sendes til info@aatf.no, innen 25. september. Bindende påmelding. Ved for sen påmelding beregnes dobbel kontingent.

Betaling sendes samlet pr. klubb til: 3900 34 83332 Merk Regionsfinale og klubb, innen 25.09.2025

Overnattingsalternativ:

Quality Hotel Waterfront

Standard rom 1 person 1090,-

Standard rom 2 personer 1290,-

3-sengs rom (standard rom + ekstra seng) 1490,-

4-sengs rom (standard rom + 2 bunkbed) 1690,-

Alle priser er per rom per døgn inkludert frokost

Under finner du en link for booking som du kan dele med deltakerne. Frist for booking 15.september.

[Booking Quality Hotel Waterfront 10-12.oktober](#)

Hotel Noreg

Aalesunds Turnforening har egen kode hos Hotel Noreg. For å benytte koden gjør dere følgende:

1. Logg inn på hotelnoreg.no
2. Trykk på "book overnatting"
3. Velg dato, antall personer og skriv inn koden: TURN (den skrives inn i feltet "add promotional code")
4. I dette bildet kan du velge romtype som passer til det antall personer du har valgt. Trykk så på "show rates" og velg den billigste prisen du får opp

Alternativt kan man ringe inn på telefon 70157700 eller ved å sende mail til booking@hotelnoreg.no og si at man ønsker å bestille gjennom Aalesunds Turnforening sin avtalepris.

Velkommen til Ålesund!

Med vennlig hilsen

Aalesunds Turnforening

