



Skotfoss Turn- & Idrettsforening

Stiftet 27.12.1899

PUBLIKUMSPOKALEN 2025

Vi arrangerer Publikumspokalen for 26. gang

Skotfoss Turngruppe inviterer gymnaster i Vestfold og Telemark til en uhyøytidelig og festlig oppvisningskonkurranse for breddepartiene.

LØRDAG 29. NOVEMBER 2025 **I SKIEN FRITIDSPARK**

Oppvisningens musikk og øvelser skal være tilpasset gymnastenes alder. Legg vekt på teknisk kvalitet – originalitet – underholdningsverdi – helhetsinntrykk. ☺

Troppen velger selv tema for oppvisningen, og temaet bør være som en rød tråd gjennom hele oppvisningen

- Utførelse av programmet:
 - Mest mulig lik utførelse
 - God teknikk i parøvelser, akrobatiske elementer, piruetter, hopp og lignende
 - Artistisk presentasjon – utførelsen bør være uttrykksfull - utstråling
- Koreografi:
 - Musikk og øvelser bør være tilpasset gymnastenes alder og ferdighetsnivå
 - Det bør være varierende formasjoner
 - Programmet bør inneholde gymnastiske elementer som for eksempel forlengs-rulle, hjul, håndstående, piruetter, hopp eller parøvelser
 - Det bør være et variert utvalg i øvelsene i programmet

Utstyr: Det kan benyttes utstyr som småapparater og rekvisitter, det vil også kunne benyttes trampett og luftbane. Glitter, konfetti og annet som kan bli liggende/smitte av på teppet skal ikke benyttes.

Varighet: For tropper opp til 20 gymnaster skal oppvisningen ikke overstige 3 minutter. Hvis troppen er fra 21 gymnaster eller flere skal oppvisningen ikke overstige 4 minutter.

Alle gymnaster får deltakerpremie

Kostymeprisen: Vi kårer en tropp som vinner av denne prisen uavhengig av klasse. Kriteriet er beste kostyme og effekter som understreker temaet i oppvisningen.

Klasser: Se påmeldingsskjema for klasser. Husk! "åpen klasse", her finnes ingen grenser for alder, kjønn eller ferdigheter. Legg hodene i bløt. Vær kreative og bruk gjerne effekter. Kle dere ut. Dette blir en kjempedag for alle våre flotte gymnaster.

Treningstider: Det blir satt av 5 min gjennomkjøring/trening for hver tropp før oppvisning. Treningstiden blir sendt ut i god tid før selve dagen.

Musikk: Sendes på e-post senest 1 uke i forkant av arrangementet.

Første påmelding frist 10.september er bindende

Vi har et «tak» 46 tropper, så her blir det førstemann til mølla.

Påmeldingsavgift: Kr. 750,- pr tropp betales når dere har mottatt bekreftelse på deltagelsen

Andre påmelding med antall deltakere og opplysninger om troppen er **1.november.**

VELKOMMEN TIL EN MORSOM TURNDAG!!!

Vennlig hilsen

Skotfoss Turn & IF – turn



Spørsmål? ring 95 88 10 96

FØRSTE PÅMELDING PUBLIKUMSPOKALEN

Sendes til skotfoss.turn@gmail.com
Innen 10.september

Klubb navn:

Kontaktperson epost:

Kontaktperson tlf:

Klasseinndeling	Sett kryss, ved flere tropper i en klasse sett antall tropper
Klasse 1: oppvisning for gymnaster fra 4-6 år (gutter og jenter)	
Klasse 2: 1.-3.trinn (gutter og jenter)	
Klasse 3: 4.-7.trinn (gutter og jenter)	
Klasse 4: Gutter fra 1.trinn til 18 år	
Klasse 5: 8.trinn-18 år (gutter og jenter)	
Klasse 6: Åpen klasse	

Husk å dele denne informasjonen med alle koreografer/trenere som deltar med tropper.

Spørsmål? ring 95 88 10 96