

30.09.2025

# Invitasjon til kretsdommerkurs i rytmisk gymnastikk 14.-16. november 2025

Troms Gymnastikk- og Turnkrets inviterer til kretsdommerkurs i rytmisk gymnastikk.

## Tid og sted

Tid: Fredag 14.11. kl. 17:00 – 20:00  
Lørdag 15.11. kl. 09:00 – 18:00  
Søndag 16.11. kl. 10:00 – 16:00

Sted: Kurshelgen gjennomføres i Tromsø turnhall, Templarheimvegen 37, 9010 Tromsø. Mesteparten av kurset gjennomføres i klasserom i hallen, og praktiske deler i sal gjennomføres i tilhørende hall. Det vil også gjennomføres en del digitalt og noe hjemmearbeid, det er krav til fullført e-læring i forkant av kurshelgen.

## Målgrupper

- Nåværende kretsdommere
- De som ønsker å bli kretsdommere
- Observatører (trenere, utøvere e.a.)

## Kriterier for deltakelse

- For å kunne delta på kretsdommerkurs må man være medlem av en klubb som er tilsluttet NGTF.
- Man må fylle 16 år i løpet av det året man går på kurs.

## Eksamen

På dette kurset kan man bli sertifisert som kretsdommer.

Krav til bestått:

Fullført e-læring i forkant av kurshelgen: <https://idrettskurs.no/learning-path/66682143>

Bestått teorieksamen på kurset (55 %)

Det er krav til minimum 80% frammøte for å kunne gå opp til eksamen og få kurset godkjent. Det må sendes inn søknad inkl. legeerklæring om å få ta eksamen på annet tidspunkt dersom deltaker av særskilte grunner ikke kan møte opp til eksamen. Respektive tekniske komité avgjør slike søknader.

Ytterligere informasjon om eksamensgjennomføring kommer i forkant og/eller under kurshelgen.

## Lengde på sertifisering

- Sertifisering som kretsdommer varer til: 31.12.2028.

## Materiell

Det forventes at de som deltar på kurset er kjent med grenen og at man setter seg godt inn i kursmateriellet før kursstart. Følgende er materiell til kurset som kan lastes ned fra [gymogturn.no](https://gymogturn.no):

- Dommernes plikter og rettigheter
- Internasjonalt reglement
- Nasjonalt reglement
- Rekruttreglement

**Deltakere må fullføre e-læringen før kurshelgen:** <https://idrettskurs.no/learning-path/66682143>

Deltakere anbefales å ta med materiellet til kurset i tillegg til noe å skrive på og med.

## Tidsplan

Det kan komme mindre justeringer.

### Fredag, 14.11:

Kl. 17:00 – 17:30 Velkommen, registrering og praktisk informasjon.  
 Kl. 17:30 – 20:00 Tema 1: Oppsummering DA og DB internasjonalt reglement med prøvedømming.

### Lørdag, 15.11:

Kl. 09:00 – 10:30 Tema 4: Gjennomgang og prøvedømming nasjonalt reglement.  
 Kl. 10:30 – 12:30 Tema 5: Gjennomgang rekruttreglement internasjonal klasse.  
 Kl. 12:30 – 13.30 Lunsj  
 Kl. 13:30 – 15:00 Tema 6: Gjennomgang og prøvedømming rekruttreglement nasjonal klasse.  
 Kl. 15:00 – 18:00 Tema 3: Gjennomgang og prøvedømming artisteri.

### Søndag 16.11:

Kl. 10:00 – 11:00 Tema 2: Gjennomgang utførelse  
 Kl. 11:00 – 12:00 Tema 2: Prøvedømming utførelse  
 Kl. 12:00 – 13:00 Svar på innsendte spørsmål  
 Kl. 13:00 – 13:45 Lunsj  
 Kl. 13:45 – 14:00 Plassering og praktisk informasjon om gjennomføring av eksamen.  
 Kl. 14:00 – 16:00 Teorieksamen  
 Kl. 16:05 Felles avslutning og hjemreise

Det legges også inn kortere pauser ila. kurset.

## Reise og overnatting

Hver enkelt må selv ivareta reise og overnatting.

Vi anbefaler Thon Hotels som er en av våre samarbeidspartnere. For ytterligere informasjon og booking se [thonhotels.no](https://thonhotels.no). Benytt bookingkode: TH87811.

## Deltakeravgift

Kr. 1.500,- pr. pers. Prisen inkluderer kursdeltagelse, bevertning og eksamen. Deltakeravgiften faktureres til respektive klubb fra arrangørkrets (gjelder alle kretser).

Påmeldingen er bindende. Det er kun legeattest som godkjennes som gyldig dokumentasjon ved et eventuelt forfall, om man skal unngå å bli fakturert for deltakeravgiften. Eventuell legeattest må sendes forbundskontoret senest 14.11.25.

## Kursholdere

Olga Ivanova.

## Ansvarlig for kurset

RG-utvalgene i Troms Gymnastikk- og Turnkrets.

Kontakt: Kristina Kantola [kristina.kantola@gmail.com](mailto:kristina.kantola@gmail.com)

## Påmelding

### For de som skal ta eksamen:

Påmelding til kurset foretas via Min Idrett: <https://www.minidrett.no/kurs/18053765> med kurskode: 18053765

Påmeldingsfrist: **10. november før kl. 16:00.**

Faktura sendes fra kretsen til respektive klubb i etterkant av kurset.

### For de som skal være observatører:

Observatører (trenere, utøvere e.a.) som ikke skal ta eksamen melder seg på via mail til:

[kristina.kantola@gmail.com](mailto:kristina.kantola@gmail.com)

Faktura sendes fra kretsen til respektive observatører i etterkant av kurset.

## Veiledning påmelding i Min Idrett

Min Idrett er personlig. Det betyr at det ikke er mulig å melde på flere samlet.

1. Gå til [www.minidrett.no](http://www.minidrett.no)
2. Logg inn (dersom du er ny bruker trykker du på dette og følger videre instruksjoner).
3. Trykk på «Påmelding» i fanen øverst når du har logget deg inn.
4. Trykk deretter på «Kurs» over søkefeltet og søk deretter ved å enten benytte søkekode **18053765** (kurskode) eller skriv inn kretsdommer rytmisk gymnastikk.
5. Trykk inn på kurset som kommer opp (pass på at det er riktig kurs-sted).
6. Trykk «Legg til påmelding» i siden som kommer opp til høyre.
7. Bekreft påmeldingen.

Vi ønsker velkommen til kretsdommerkurs!

Med vennlig hilsen

**Troms Gymnastikk- og Turnkrets**