



Invitasjon til cup 1 på Hamar 22. mars 2026

Velkommen til årets første cup!



TIL: Trenere, dommere, utøvere, foreldre og andre kontakter innen turn kvinner i Innlandet Gymnastikk- og Turnkrets.

Hamar IL Turn i samarbeid med Innlandet Gymnastikk- og Turnkrets arrangerer Cup 1 i Ankerskogen Idrettshall søndag 22. mars.

Det vil bli konkurrert i 4 apparater for jenter og 6 apparater for gutter. Hvis man ikke kan stille i alle apparater, er det lov å delta i enkeltapparater.



STED: Ankerskogen Idrettshall (Ankerskogvegen 9, 2319 Hamar)

TIDSPLAN: Hallen åpner 09.30. Det konkurreres i to puljer. Aspiranter har oppvisning i pulje 1. Rekrutt 11 og 12 år og klasse 1-3 konkurrerer i pulje 2. Alle gutter inviteres til å konkurrere i pulje 2. Endelig tidsplan sendes ut til klubbene etter påmeldingsfrist sammen med startlister.

STARTKONTINGENT:

Aspiranter/oppvisning	kr. 260,-
Rekrutt og klasse 1-3	kr. 390,-

BETALING: Startkontingenten betales samlet per klubb til Hamar IL Turn, konto 1800.07.42895 innen 07.03.26. Merkes med Cup 1 og klubbens navn.

PÅMELDING: Påmelding med navn, fødselsdato og klasse, sendes samlet per klubb innen 07.03.26 på mail til: ine@hamarirdrettslag.no

KONTAKTINFORMASJON:

Hamar IL Turn: ine@hamarirdrettslag.no

Innlandet Gymnastikk- og Turnkrets: Innlandetgtk@gymogturn.no

DET VIL BLI KONKURRERT I FØLGENDE KLASSER:

Aspiranter/oppvisning	Barn fra og med det året de fyller 8 år til og med det året de fyller 10 år (født: 2016, 2017 og 2018) er aspiranter. Både aspiranter, og de som er yngre har oppvisning.
Rekrutt	Rekrutt klasse 11 år (født: 2015) Rekrutt klasse 12 år (født: 2014)
Klasseturnere	Klasse 1 13 og 14 år (født: 2012, 2013) Klasse 2 15 og 16 år (født: 2010, 2011) Klasse 3 17 år og eldre (født: 2009 eller tidligere)

OPPVISNING: Barn fra og med det året de fyller 6 til og med det året de fyller 7 kan delta med oppvisning. Det oppfordres til at utøver gjør øvelser fra basisstigen eller turnstigen hvis mulig. Utøver vil stå i startlisten, men får ikke karakter. Utøver vil få premie for innsatsen.

REGLER FOR PREMIERING OG BEDØMMING:

Gjeldene nasjonalt reglement finnes på sidene til forbundet
www.gymogturn.no

Bedømming

Aspiranter: Turn kvinner og turn menn kan turne nasjonal basisstige og nasjonal turnstige. Aspirantene vil ikke bli rangert, og resultatlister vil ikke bli distribuert.

Rekrutter og klasseturnere: Turn kvinner og turn menn kan turne nasjonal basisstige og nasjonal turnstige. Hvis noen velger å kjøre regional B- stige, vil de ikke bli bedømt.

Premiering

Aspiranter/oppvisning lik premie til alle.

Rekrutt 11-12 Alle får premie. Utøvere ropes frem i resultatrekkefølge.

Klasse 1-3 Alle får premie. Utøvere ropes frem i resultatrekkefølge.



VIKTIG INFO ANG LØPEFART TIL HOPP; DENNE ER PÅ 21 METER.

Velkommen til oppvisning og konkurranse!
Hilsen alle oss i Hamar IL turn.