



Invitasjon Cup 3 Elverum Turn

Sted: Terningen Arena, Hamarvegen 112

Dato: 27.09.26

Til Trenere, dommere, utøvere, foreldre og andre kontakter innen turn kvinner og menn innlandet gymnastikk og turnkrets.

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

Påmelding og deltakere

Alle arrangementer, arrangører og deltakere skal til enhver tid følge gjeldende bestemmelser for barneidrett. Mer om dette kan du finne [her](#).

Alders/klasseinndeling: Det konkurreres i 2 puljer: Pulje 1: Aspirant/Oppvisning 6-10 år og pulje 2: Rekrutt/klasse kvinner 11år pluss, og Aspirant/Oppvisning menn 6-10 år – Rekrutt/Klasse menn 11 år pluss.

Foreløpig tidsplan:

TIDSPLAN:

Hallen åpner kl.09.00: Det konkurreres i to puljer, der pulje 1 har premieutdeling før oppvarming pulje 2 starter. Aspirant/oppvisning (jenter) konkurrerer i pulje 1. Alle gutter og jenter rekrutt + klasse 1-3 konkurrerer i pulje 2.

Pulje 1 Aspirant/Oppvisning

09:00 Hallen åpner

09:00-09:20 Generell oppvarming

09:20-10:20 Oppvarming (Følger konkurranseplan – 15min pr apparat)

10:25 Innmarsj og konkurransestart aspirant/oppvisning etterfulgt av premieutdeling

Pulje 2 Rekrutt/Klasseturnere kvinner og aspirant/oppvisning/rekrutt/klasse menn

12:00-12:20 Generell oppvarming begge grupper

12:20-13:40 Apparattoppvarming 20 min i hvert apparat. Gruppe 1 starter i hopp og skranke og gruppe 2 starter i bom og frittstående.

12:30 Dommer og lagledermøte

13:40 Innmarsj og konkurransestart etterfulgt av premieutdeling når alle utøvere er ferdig.

Påmelding: Påmelding med navn, fødselsdato, klasse og samtykke ja/nei til bilde/video sendes samlet per klubb innen 15.09.26 på mail til: firmapost@elverumturn.no

Startkontingent:

Aspirant/Oppvisning 260,-

Rekrutt/Klasse 390,-

Betaling: Startkontigent betales samlet per klubb til Elverum Turn, Konto: 1830.34.36673 innen 15.09.26. Merkes med cup 3 og klubbens navn.

Konkurranselisensen

Alle som deltar i konkurranser i regi av NGTF skal ha gyldig konkurranselisens (utvidet forsikring) fra og med det året gymnasten fyller 9 år. Se mer informasjon om konkurranselisens [her](#).

Reglement

Følger NGTF's til enhver tid gjeldende reglement og bestemmelser.

Reglement for Turn Kvinner finner du [her](#).

Reglement for Turn Menn finner du [her](#).

Kontaktinformasjon: firmapost@elverumturn.no

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. I Klasse 1-3 får øverste 1/3 premie. Utøvere ropes frem i resultatrekkefølge.

Velkommen til oppvisning og konkurranse!
Hilsen alle oss i Elverum Turn.