

Invitasjon til forbundsdommerkurs i rytmisk gymnastikk 28.-30. august 2026

Teknisk komité rytmisk gymnastikk (TKRG) inviterer til forbundsdommerkurs.

Tid og sted

Tid: Fredag 28.08. kl. 17:45 – 21:00
Lørdag 29.08. kl. 09:00 – 18:00
Søndag 30.08. kl. 09:00 – 16:00

Sted: Ålesund. Adresse: Spjelkavik Arena, Vasstrandvegen 78, 6011 Ålesund

Målgrupper

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

Kriterier for deltakelse

- For å kunne delta på forbundsdommerkurs 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.

Se flere kriterier i retningslinjer for dommerkurs i NGTF: <https://gymogturn.no/wp-content/uploads/2026/02/Retningslinjer-dommerkurs-i-NGTF-1.pdf>

For å bli forbundsdommer må deltaker ha minimum gyldig kretsdommergrad i inneværende syklus. De som ikke har dommergrad, kan delta og oppnå kretsdommergrad ved å melde seg på kretsdommerkurslenken.

Det er mulig å delta som observatør dersom det er kapasitet til dette. Pris og innhold er likt for observatører, inkludert tilganger til materiell, men de har ikke krav om å ta eksamener.

Kursmal og tidsplan

Dette kurset er delt inn i to deler.

Del 1: Digitalisert kurs

Digitalisert kurs som inkluderer egenlæring ved hjelp av kursmoduler i videobanken, samt digital teorieksamen. Kursmodulene i videobanken og teorieksamen må gjennomgås og bestås før del 2, uavhengig av hvilken dommerkategori man ønsker å få sertifisering som.

Videomodulene består av følgende deler (ca. lengde på video)

- Intro og generelt (0,5 t)
- DB individuelt (2 t)
- DA individuelt (1 t)
- Artisteri individuelt (3 t)
- Artisteri tropp (1 t)
- Utførelse (1 t)
- DB og DA - Tropp (2 t)
- Norske og nordiske reglementer (1 t)
- Oppdateringer til videokurset (errata) (1 t)

NB! Nåværende kretsdommere eller forbundsdommere med glydig dommergrad for syklus 2025-2028, og som dermed tidligere har gjennomført hele e-læringen, trenger kun å fullføre én video med oppdateringer fra det forrige e-kurset (errata). Alle andre deltakere må gjennomføre hele e-kurset. Alle deltakere som skal gå opp til praktisk eksamen må gjennomføre og få godkjent teorieksamen, også de som er nåværende krets- eller forbundsdommere.

Frist for gjennomført og bestått teorieksamen: **20. august 2026**. Liste hentes ut 21. august.

Det påpekes at hver enkelt må sette seg inn i reglementer og bestemmelser i tillegg til å gjennomgå videomodulene. Videoer alene anses ikke som tilstrekkelig.

Del 2: Kurshelg

Kurshelg med teori på møterom og praktisk eksamen.

Fredag 28. august:

- | | |
|-------------------|---|
| Kl. 17:45 | Oppmøte og registrering |
| Kl. 18:00 – 20:00 | Spørsmål til DB og DA nasjonalt reglement, rekruttreglement, pre-junior og SO |
| Kl. 20:00 – 21:00 | Dommeretikk |

Lørdag 29. august:

- | | |
|-------------------|---|
| Kl. 08:45 | Oppmøte og registrering |
| Kl. 09:00 – 10:30 | Gjennomgang og prøvedømming DB ind. og tropp internasjonalt reglement |
| Kl. 10:30 – 10:45 | Pause |
| Kl. 10:45 – 12:45 | Gjennomgang og prøvedømming DA ind. og tropp internasjonalt reglement |
| Kl. 12:45 – 13:30 | Lunsj |
| Kl. 13:30 – 15:30 | Gjennomgang og prøvedømming A |
| Kl. 15:30 – 15:45 | Pause |
| Kl. 15:45 – 17:45 | Gjennomgang og prøvedømming E |
| Kl. 17:45 – 18:00 | Avslutning |

Søndag 30. august:

- | | |
|-------------------|---------------------------------------|
| Kl. 08:45 | Oppmøte og registrering |
| Kl. 09:00 – 10:45 | Gjennomgang av innsendte spørsmål |
| Kl. 10:45 – 12:30 | Prøvedømming og eksamensforberedelser |
| Kl. 12:30 – 13:15 | Lunsj |
| Kl. 13:15 – 13:30 | Alle finner plassene sine |
| Kl. 13:30 – 15:30 | Praktisk eksamen |
| Kl. 15:40 – 16:00 | Avslutning |

Materiell

Følgende er materiell til kurset som kan lastes ned fra gymogturn.no:

- Dommernes plikter og rettigheter
- Internasjonalt reglement
- Nordisk reglement
- Nasjonalt reglement
- Rekruttreglement + pre-junior frittstående reglement

Videokursmateriell gjøres tilgjengelig i e-kurs.

Kan lastes ned her: <https://idrettskurs.no/learning-path/66682143>

NB, e-læringen skal oppdateres og er klar for deltakere fra 1. juli 2026.

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

Eksamen

På dette kurset kan man bli sertifisert som forbundsdommer (FD1, FD2, FD3), forbundsdommer nasjonale klasser (FDNK) eller kretsdommer (KD).

Krav til bestått:

FD1: 75 % teorieksamen og bestått praktisk eksamen (krav til min. FD grad forrige/inneværende syklus).

FD2: 70-74 % teorieksamen og bestått praktisk eksamen.

FD3: 65-69 % teorieksamen og bestått praktisk eksamen.

FDNK: 55-64 % teorieksamen og bestått praktisk eksamen.

KD: fra 55 % teorieksamen og bestått praktisk eksamen.

De som ønsker å gå opp til eksamen må følge hele kurset. Det er krav til bestått teorieksamen og minimum 80% frammøte for å kunne gå opp til praktisk eksamen. Ved større fravær må det leveres legeerklæring for å kunne gå opp til praktisk eksamen. Dersom en deltaker ikke kan gå opp til eksamen, må det leveres legeerklæring for å søke om utsatt eksamensdato. Det er ingen mulighet for å konge eksamen. Teknisk komité avgjør alle slike søknader.

Lengde på sertifisering

Sertifisering som forbundsdommer (FD1, FD2, FD3, FD3, FDNK) varer ut den olympiske syklusen, til: 31.12.2028. Det samme gjelder for kretsdommergrader.

Ved store endringer i reglementer underveis i perioden graden er gyldig, kan det settes opp tilleggskurs som må godkjennes for å kunne beholde graden.

Reise og overnatting

Hver enkelt må selv ivareta reise og overnatting. Følgende hotell kan bookes til sportpris i forbindelse med forbundsdommerkurs, så langt det er ledige rom.

Thon Hotel Baronet

Hotellet ligger i gangavstand til Spjelkavik Arena.

Sportspriser for opphold fra 28.–30. August: (standard rom er ikke ledig)

- Superior rom enkeltrom: 1760 kr per rom per døgn

- Superior rom dobbeltrom: 1920 kr per rom per døgn

Frokost er inkludert.

Quality Hotel Ålesund

For de som ønsker å bo i Ålesund sentrum vil det også være mulig å booke overnatting hos Quality Hotel Ålesund.

- Standard rom enkeltrom: 1690 kr per rom per døgn
 - Standard rom dobbeltrom: 1890 kr per rom per døgn
- Frokost er inkludert.

Deltakeravgift

Kr. 2000,- pr. pers. Prisen inkluderer kursdeltagelse, bevertning og eksamen.

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 innen 15. september 2026.

Deltakeravgift for kursdeltakere faktureres respektive krets i etterkant av kurset.
Deltakeravgift for observatører faktureres respektive klubb i etterkant av kurset.

Kursholdere

Marie Moltubakk og Anastasia Orishchenko

Ansvarlig for kurset

Teknisk komité TKRG ved Anastasia Orishchenko og Marte Stalsberg

Påmelding

For å sikre at det blir nok deltakere til at kurset kan avholdes, og at kurset eventuelt avlyses i god tid, har dette kurset to påmeldingsfrister. Dersom det ikke er tilstrekkelig antall påmeldte innen den første av disse datoene avlyses kurset. Dersom kurset får nok påmeldte innen den første fristen, vil det også være mulig å melde seg på innen den andre påmeldingsfristen.

Påmeldingsfrist 1: **Innen 20. juni 2026.**

Påmeldingsfrist 2: **Innen 7. august 2026** (NB! Kun dersom det er nok påmeldte innen første frist:).

For de som skal ta eksamen FORBUNDSDOMMER:

Påmelding til kurset foretas via Min Idrett: <https://www.minidrett.no/kurs/22541296>, med kurskode: 22541296
Om det er aktuelt at respektive krets betaler kursavgiften for deltakeren må deltakeren selv avklare det med sin krets **i forkant** av påmeldingen. Faktura sendes fra NGTF til respektive krets i etterkant av kurset.

For de som skal ta eksamen KRETSDOMMER:

Påmelding til kurset foretas via Min Idrett: <https://www.minidrett.no/kurs/22542517>, med kurskode: 22542517
Om det er aktuelt at respektive krets betaler kursavgiften for deltakeren må deltakeren selv avklare det med sin krets **i forkant** av påmeldingen. Faktura sendes fra NGTF til respektive krets i etterkant av kurset.

For de som skal være observatører:

Observatører (trenere, utøvere e.a.) som ikke skal ta eksamen melder seg på via:
[RG påmelding forbundsdommerkurs OBSERVATØRER 2026 – Fyll ut skjema](#)
Faktura for observatører sendes fra NGTF til respektive klubber 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
2. Logg inn (dersom du er ny bruker trykker du på dette og følger videre instruksjoner).
3. Trykk på «Finn et kurs» i menyen ned på innlogget side.
4. Trykk deg inn på «Kurssøk» og skriv kurs-ID i søkefeltet.
5. Følg deretter stegene i påmeldingen.

Vi ønsker velkommen til forbundsdommerkurs!

Med vennlig hilsen

Norges Gymnastikk- og Turnforbund