



ARRANGØRVEILEDER

VIKEN OG OSLO GYMNASTIKK- OG TURNKRETS

Versjon 1.3 - april 2026



Turn kvinner



Turn menn



Ansvar	4
TUK og TUM.....	4
Teknisk arrangør	4
Hall- og apparatkrav	5
Publikumsplasser	6
Lydanlegg	6
Lys.....	6
Temperatur	6
Garderober, dusjer og toaletter.....	6
Møterom	6
Internett.....	6
Førstehjelp	6
Brannvern.....	7
Utlysning og tildeling	7
Invitasjon og påmelding.....	7
Startavgift.....	8
Reglement	8
Aldersbestemmelser	8
Klasseinndeling.....	8
Lagkonkurranse	9
Dommere.....	9
Praktiske forhold	10
Ansvar for TUK/TUM	10
Ansvar for teknisk arrangør.....	10
Resultatservice.....	11
Sport Event Systems.....	11
Informasjon	12
Gjennomføring.....	12
Dommermøte	12
Trenermøte	13
Oppvarming.....	13
Innmarsj og åpning	13
Premiering.....	14
Premier	15
Kretsmesterskap (KM).....	15
Kretslagene.....	15

Økonomi	16
Strømming og fotografering	16
Forsikringer	16
Vedlegg:	17





Denne arrangørveilederen gjelder for kretskonkurranser i turn kvinner og turn menn i klassene aspirant, rekrutt, stige og paraturn. Veilederen er et supplement til informasjonen som finnes på NGTFs nettsider: [Arrangement - For arrangør — Norges Gymnastikk og Turnforbund](#)

Konkurranseselectvalgene for turn kvinner og turn menn i Viken og Oslo gymnastikk- og turnkrets håper veilederen er nyttig. Vi ønsker å videreutvikle innholdet i samarbeid med arrangørene.

Dersom du har spørsmål, oppdager feil eller har forslag til forbedringer, kan du sende e-post til: turnkvinner@vogtk.no og turnmenn@vogtk.no

Lykke til med konkurransen!

Ansvar

TUK og TUM

Viken og Oslo gymnastikk- og turnkrets (VOGTK), ved konkurranseselectvalget for turn kvinner (TUK) og konkurranseselectvalget for turn menn (TUM), har det overordnede ansvaret for alle kretskonkurranser, inkludert kretsmesterskapet.

TUK og/eller TUM har endelig beslutningsmyndighet.

TUK og TUM skal:

- Utlyse og tildele arrangementer
- Registrere arrangementer i terminlisten til NGTF etter tildeling.
- Gi veiledning til teknisk arrangør, inkludert nødvendig informasjon og maler
- Skaffe dommere, sette opp dommeroppsett og kommunisere med dommerne (teknisk arrangør skal være på kopi der det er hensiktsmessig)
- Kvalitetssikre invitasjon, tidsplan, gruppe- og puljeoppsett før utsendelse
- Bistå med oppsett og veiledning dersom arrangør ønsker å bruke Sport Event Systems (SES)
- Oversende endelige påmeldingslister til kretskonsulent for lisenssjekk

Teknisk arrangør

Laget eller foreningen som får tildelt en konkurranse, har ansvar for planlegging, gjennomføring og etterarbeid.

Teknisk arrangør skal:

- Utpeke én kontaktperson eller en felles e-postadresse for kommunikasjon med TUK/TUM
- Utarbeide invitasjon og påmeldingsskjema basert på gjeldende maler (se vedlegg).
- Publisere invitasjon og skjema på NGTFs nettsider etter godkjenning av TUK/TUM. Last opp invitasjon og påmeldingsskjema under korrekt arrangement på nettsidene til NGTF: [“Laste opp dokumenter i eksisterende arrangement”](#).
- Motta og følge opp påmeldinger fra klubber inkludert bekrefte påmeldinger per e-post



- Motta påmeldinger inkludert musikkfiler (MP3 eller MP4) Lenker til eksterne tjenester (f.eks. YouTube) skal avvises.
- Utarbeide tidsplan, gruppe- og puljeoppsett etter mal (se vedlegg). Tidsplanen justeres etter antall påmeldte. Oppsett oversendes TUK/TUM for godkjenning før utsendelse til påmeldte og dommere. TUK/TUM må ha oppsettene senest *fem dager* etter at påmeldingsfristen er utløpt.
- Oversende endelige påmeldingslister til TUK/TUM (for lisenssjekk via NGTFs forbundskontor)
- Motta dommeroppsett fra TUK/TUM så raskt som mulig eller minimum tre uker før arrangementet
- Sende informasjon inkludert tidsplan, gruppe- og puljeoppsett til klubbene og dommerne minst to uker før arrangementet (TUK/TUM på kopi)
- Involvere TUK/TUM ved behov for endringer i dommeroppsett
- Sørge for (inkl bekoste) resultatservice og registrering av deltakere i systemet
- Sørge for speaker, kiosk, billettsalg og musikkavvikling
- Sørge for helsepersonell under oppvarming og konkurranse
- Sende en kort evaluering til TUK/TUM etter arrangementet, gjerne knyttet opp mot denne arrangørveilederen.

Hall- og apparatkrav

VOGTK stiller krav til at teknisk arrangør har nødvendig utstyr og fasiliteter for å gjennomføre konkurransen på en trygg og forsvarlig måte.

Det konkurreres i:

- **Turn kvinner:** hopp, skranke, bom og frittstående
- **Turn menn:** frittstående, bøylehest, ringer, hopp, skranke og svingstang

For turn menn krever LUM-reglementet i tillegg bruk av «sopp».

Det er ikke krav om FIG-sertifiserte apparater, men:

- utstyret skal være av god kvalitet
- konkurranseområdet skal være hensiktsmessig tilrettelagt
- sikkerhet skal ivaretas

Ved spørsmål eller usikkerhet skal teknisk arrangør kontakte TUK/TUM så tidlig som mulig.

Gjennomføring av konkurranser innen **paraturn** krever i tillegg:

- Hopp – to hoppstasjoner, én vanlig og én oppbygd 80 cm (TM og TK). Springbrett. Bukk/Pegasus brukes bare for Level 4.
- Lav og høy bom, benk
- Ekstra matter og skummoduler

Se ellers vedlegg nederst i denne veilederen.



Publikumsplasser

Konkurransesalen skal ha tilstrekkelig kapasitet og god sikt til konkurransområdet. Tilskerplasser skal ikke være til hinder for gymnaster eller dommere. Deltakere skal ha mulighet til å følge konkurransen fra tribunen når de ikke er i aktivitet.

Lydanlegg

Det skal være høyttalere og mikrofoner med tilfredsstillende lyd kvalitet. For turn kvinner må lydanlegget støtte MP3.

Lys

Lysforholdene skal være gode og ikke virke forstyrrende på utøverne.

Temperatur

Konkurransesalen bør ha minimum 20 grader og maksimum 30 grader under konkurransen.

Garderober, dusjer og toaletter

Det skal være tilstrekkelig kapasitet tilpasset:

- utøvere
- trenere
- dommere

Møterom

Det skal være tilgang til egnet møterom for dommer- og trenermøter, enten i hallen eller i umiddelbar nærhet.

Internett

Det skal være trådløst internett med tilstrekkelig kapasitet tilgjengelig i konkurransesalen.

Førstehjelp

Det skal være helsepersonell til stede under oppvarming og konkurranse.

Personellet skal ha

- Relevant kompetanse innen skadehåndtering i turn.
- Kunnskap om typiske skader som overtråkk/forstuvning ankel, kneskader, forstuvning av håndledd og fingre, skulderskader, bruddskader, rygg- og nakkeskader og hodeskader.

Ta utgangspunkt i veilederen fra NIF.

Førstehjelpspersonell skal være tydelig merket.



Brannvern

Nødutganger skal være tydelig merket
Nødutganger skal holdes frie under hele arrangementet
Speaker skal informere om evakueringsrutiner

Utlysning og tildeling

VOGTK ved TUK/TUM lyser ut kommende års konkurranser, fortrinnsvis i løpet av desember, med seneste frist i slutten av januar.

Utlysningene distribueres via kretsens nyhetsbrev til alle klubber, lag og foreninger, samt til enkeltpersoner som har meldt seg på. [Nyhetsbrevet](#)

TUK og TUM behandler innkomne søknader så raskt som mulig etter søknadsfristens utløp. Søkere informeres om tildelingen fortløpende.

Datoer for planlagte kretskonkurranser publiseres i NGTFs terminliste uten unødvendig opphold. gymogturn.no

Etter tildeling er teknisk arrangør ansvarlig for å oppdatere arrangementet i terminlisten med invitasjon og påmeldingsskjema.

Invitasjon og påmelding

Invitasjonen utarbeides av teknisk arrangør.

Mal til invitasjon og påmeldingsskjema finnes på NGTFs nettsider under: *Viken og Oslo – Arrangement*. www.gymogturn.no

Invitasjonen skal godkjennes av TUK og/eller TUM før publisering.

Invitasjonen skal publiseres:

1. NGTF sine nettsider. Lastes opp via [nettskjema](#). Hvis/når arrangement allerede finnes i terminlista, anbefales det at invitasjonen sendes inn via skjemaet som dukker opp når man trykker på pluss (+) tegnet foran «Last opp dokumenter i eksisterende arrangement»
2. Arrangørens egne nettsider.

Invitasjonen skal være publisert senest 6 uker før konkurransen.

Påmeldings- og betalingsfrist settes til senest 3 uker før konkurransen.



Teknisk arrangør kan:

- kreve dobbel startavgift ved for sen påmelding
- avvise påmeldinger som mottas etter fristen

Arrangør skal:

- motta påmeldinger
- sende bekreftelse per e-post til klubb/lag

TUK/TUM trenger ikke kopi av alle påmeldinger, men skal informeres om totalt antall deltakere etter fristens utløp, slik at dommeroppsett og lisenssjekk kan gjennomføres.

Startavgift

Startavgiften fastsettes av teknisk arrangør, med en maksimal sats på kr 400 per utøver.

Det skal ikke betales startavgift for trenere.

Startavgift refunderes ikke dersom utøver uteblir fra konkurransen.

Reglement

Gjeldende nasjonale reglementer gjelder for alle kretskonkurranser.

Reglement finnes på NGTFs nettsider under de respektive grenene. [Norges Gymnastikk- og Turnforbund](#)

Den enkelte dommer er selv ansvarlig for å være oppdatert på gjeldende reglement.

Norsk oversettelse av SO-Reglement:

[Turn-Kvinner-SO-Reglement-og-dommerveiledning-november-2025.pdf](#)

Aldersbestemmelser

Teknisk arrangør er ansvarlig for at påmeldte deltakere oppfyller gjeldende aldersbestemmelser.

Alder regnes ut fra det kalenderåret utøveren fyller år.

Klasseinndeling

TURN KVINNER:

Aspirant og paraturn (6-10 år)

Rekrutt 11 år

Rekrutt 12 år

Klasse I (13-14 år)

Klasse II (15-16 år)

Klasse III (17 år og eldre)

Paraturn (11 år og eldre)

TURN MENN:

Aspirant og paraturn (6-10 år)

Rekrutt (11-12 år)

Gutter 13-14 år

Junior 15-16 år

Junior 17-18 år

Paraturn (11 år og eldre)

Lag Rekrutt



Lag Rekrutt (*Kun KM*)
Lag Stige (*Kun KM*)

Lag Stige

PARATURN (veiledende aldersgrupper:)

- 8-11 år
- 12-15 år
- 16-21 år
- 22-29 år
- 30 år og over

Inndeling skjer etter nivået gymnasten utfører (Level A-C og Level 1-4).

[Regler og bestemmelser - Paraturn — Norges Gymnastikk og Turnforbund](#)

Konkurransen i paraturn følger NGTFs gjeldende reglement, inkludert Bestemmelser for barneidrett:
[Barneidrett - generelt — Norges Gymnastikk og Turnforbund](#)

Lagkonkurransen

For turn kvinner gjennomføres lagkonkurransen kun i kretsmesterskapet (KM).

For turn menn gjennomføres lagkonkurransen i alle konkurranser.

Lagkonkurransen gjelder for:

- rekrutt (11–12 år)
- stige (13 år og eldre)

Lag med tre eller flere påmeldte utøvere i en klasse deltar automatisk i lagkonkurransen.

I hvert apparat summeres de tre beste karakterene per lag. Totalsummen avgjør lagets plassering.

De tre beste lagene premieres.

Dommere

TUK/TUM:

- utarbeider dommeroppsett
- kommuniserer med dommerne

Dommeroppsettet baseres på antall påmeldte deltakere.

Teknisk arrangør skal innen fem dager etter påmeldingsfrist:

- sende oversikt over antall deltakere per klasse

TUK/TUM skal sende endelig dommeroppsett, inkludert “ansvarlig dommer”, senest to uker før konkurransen. (teknisk arrangør på kopi).



Teknisk arrangør skal så langt det er mulig skaffe tidtager- og linjedommerrollene. Disse trenger ikke forhåndsgodkjenning og instrueres av respektive D dommere i forkant av selve konkurransen. Kretsen dekker ikke honorar for tidtakere og/eller linjedommere.

Ved aspirantkonkurranser skal teknisk arrangør stille med kvalifiserte «synsere» både for turn menn og turn kvinner. Dette kan være eldre utøvere som sitter ved dommerbordene, gir signal til gymnasten og observerer øvelsene. Det skal ikke gis individuell tilbakemelding fra synserne.

Kretsen dekker ikke honorar til «synsere».

Praktiske forhold

Ansvar for TUK/TUM

TUK/TUM skal informere dommerne om følgende:

- D-dommere skal ta med egen PC eller nettbrett for registrering av karakterer
- Det anbefales at også E-dommere har med egen enhet
- Ansvarlig dommer leder dommermøtet og har beslutningsmyndighet i dommerfaglige spørsmål
- Ansvarlig dommer skal kvalitetssikre resultatene
- Dommere skal benytte korrekt antrekk:
 - VOGTKs dommerjakke (der den er tilgjengelig)
 - mørk, ensfarget bukse eller skjørt
 - mørke sko

Ansvar for teknisk arrangør

Teknisk arrangør skal:

- tilrettelegge for utbetaling av dommerhonorar og reiserefusjon. Arrangøren beslutter selv hvilke skjema/system som skal brukes. Underlag skal ikke lenger videresendes kretsen.
- gjøre brukernavn og passord til trådløst nett samt informasjon om innlogging til ev. digital resultatservice tilgjengelig for dommerne, senest under dommermøtet.

Det anbefales også at teknisk arrangør:

- sikrer tilgang til strømuttak ved dommerbordene i konkurransehallen (anbefalt).
- deler ut en liten påskjønnelse/gave til dommerne (verdi 100-200 kr) Denne kan overrekkes under premieutdeling hvis dommere er til stede. Alternativt under dommermøtet.
- Sørge for dommerskjema eller blanke A4 ark og penner.

For turn kvinner:

[Dommerark-skranke-bom-frittstaende-CoP-2025-2028.pdf](#)

[Dommerark-hopp-CoP-2025-2028.pdf](#)

Lenker til dommerskjema for paraturn – turn kvinner ligger nederst i følgende dokument:

[Turn-Kvinner-SO-Reglement-og-dommerveiledning-november-2025.pdf](#)

For turn menn: Ingen dommerark, kun blanke A4 ark.



Resultatservice

Teknisk arrangør er ansvarlig for:

- valg av resultatsystem
- kostnader knyttet til dette

Det er ingen krav til leverandør, men resultatene skal kunne:

- registreres effektivt
- formidles fortløpende under konkurransen

Arrangør skal utpeke én ansvarlig for resultatservice.

Sport Event Systems

Sport Event Systems (Live.sporteentsystem.se) (heretter SES) benyttes ofte og omtales derfor spesielt.

For oppsett må teknisk arrangør sende ifølgende til resultat@gymogturn.no (med kopi til TUK/TUM)

- Navn på arrangementet
- Arrangørklubb/krets
- Dato
- Sted
- Hvilken gren/reglement

Navn på arrangementet som legges inn i Live.sporteentsystem.se må være det samme som angitt i terminlisten til NGTF. Man vil da motta påloggingsinformasjon og kan legge utøvere inn i systemet.

Før konkurransen skal følgende være klart:

- Deltagere importert i systemet
- Ev. lagkonkurranser opprettet
- Riktig klasseinnstillinger
- Korrekt antall dommere
- Om det skal utføres 1 eller 1 hopp (eller bøylehest-øvelser)

På hjemmesiden til Sport Event Systems finnes noe informasjon og ressurser om systemet og oppsettet:

<https://www.sporteentsystems.se/ag-manual-en>

<https://www.youtube.com/@sporteentsystems6050>

[Her ligger mal for import av gymnaster i SES.](#)



TUKTUM har også en mal tilgjengelig for import av utøvere og kan bidra ved spørsmål. Innloggingsinformasjon skal være tilgjengelig for dommerne senest under dommermøtet.

Informasjon

Teknisk arrangør skal utarbeide:

- tidsplan
- gruppe- og puljeoppsett

Dette skal godkjennes av TUK/TUM før utsendelse til klubbene inkl. dommerne. TUK/TUM må ha forslag til oppsettene *en uke* etter at påmeldingsfristen er utløpt.

Arrangøren skal senest *to uker* før konkurransen sende ut følgende informasjon per e-post til påmeldte klubber inkl. dommerne. (Husk kopi til TUK/ TUM). Endelig dommeroppsett sendes ut av TUK/TUM med teknisk arrangør på kopi.

- Tidspunkt for
 - Åpning av hall
 - Oppvarmingstid
 - Konkurransesstart
 - Forventet slutt/premieutdeling.
- Konkurransesplan/puljeinndeling/rotasjonsplan
- Adresse og ev. veibeskrivelse til hallen
- Parkeringsinformasjon
- Annen relevant informasjon

Det skal presiseres at premieutdeling vil skje når konkurransen er ferdig, selv om dette blir tidligere enn estimert i tidsplanen.

Gjennomføring

Dommermøte

Arrangøren er ansvarlig for å avholde et dommermøte i egnet lokale. Dommermøtet er obligatorisk for alle dommere. Ansvarlig dommer leder møtet sammen med representant for teknisk arrangør. Møtet anbefales gjennomført ca. 1 time før konkurransesstart.

Arrangøren skal tilby enkel servering under dommermøtet (eksempelvis kaffe, brus, rundstykker, frukt og bagetter).

En liten påskjønnelse/gave til dommerne kan overrekkes under dommermøtet (som alternativ til under premieutdeling).



Trenermøte

Arrangøren er ansvarlig for å avholde et trener- og dommermøte i egnet lokale. Trener- og dommermøtet er obligatorisk for trenerne, ansvarlig dommer og alle D-dommere, både for turn kvinner og turn menn. Møtet gjennomføres før konkurransen (c. 30 minutter før konkurransesstart.) Trenermøtet skal følge kretsens mal (internt dokument for konkurransesutvalgene. Kan oversendes teknisk arrangør på forespørsel) Se ellers [Informasjonsbrev til klubber, trenere og dommere i VOGTK](#)

Arrangør leder delen om praktiske forhold. Ansvarlig dommer leder den faglige delen av møtet.

Oppvarming

All oppvarming (både generell og apparatspesifikk oppvarming) foregår før innmarsj og åpning av konkurransen.

For turn kvinner gjelder følgende: Generell oppvarming i 30 min. Deretter apparatspesifikk oppvarming gruppevis i motsatt rotasjonsrekkefølge som gymnastene konkurrerer i. Det vil si at det siste apparatet gymnasten varmer opp i, vil bli det første apparatet gymnasten konkurrerer i. Det settes av ca 1 min per gymnast til apparatspesifikk oppvarming.

For turn menn gjennomføres en helt fri oppvarming i ca 1 time før konkurransesstart.

Etter innmarsj går gymnastene direkte til det respektive apparatet. Det skal deretter i utgangspunktet kun gis innturning gjelder etter reglene i stigen.

Innmarsj og åpning

Innmarsj og åpning skal gjennomføres etter all oppvarming. Hvis konkurransen gjennomføres med flere puljer, skal innmarsj og åpning gjennomføres før hver pulje. Dommerne skal være til stede, stående på sine plasser når innmarsj foregår.

Arrangør står fritt til å lage en verdig åpning, men må som et minimum inneholde:

1. Innmarsj etter valgfri musikk, men likevel egnet for et barne- og ungdomsarrangement
2. Velkomsttale (ved representant fra VOGTK om en er tilgjengelig. Obligatorisk ved KM men kan utelates ved de andre kretskonkurransene)
3. Velkomsttale ved teknisk arrangør
4. Presentasjon av klubbene som deltar
5. Presentasjon av dommere ved for- og etternavn
6. Speaker kan ev. kort orientere om konkurransens egenart, regler, tidsplanen for konkurransen m.m.
7. Speaker informerer om praktiske forhold inkl. evakueringsplan og personvern (ikke lov å filme, fotografere og dele innhold av barn under 18 år i sosiale medier og andre digitale kanaler uten samtykke fra foresatt og utøver)
8. Utmarsj etter musikk (fortrinnsvis marsjmusikk). Utmarsj foregår fortrinnsvis direkte til apparatene

Alle grupper roterer på samme tidspunkt mellom apparatene, koordineres av speaker.

NB: konkurransen skal starte i henhold til tidsplanen – ikke tidligere.



Premiering

Premieutdeling gjennomføres:

- umiddelbart etter konkurransen (selv om dette er før estimert tidsplan)
- når resultatene er kontrollert av ansvarlig dommer

Ved lik poengsum deles plasseringen mellom gymnastene. Ev. pokal med korrekt inskripsjon kan ettersendes/hentes i etterkant etter avtale direkte mellom gymnast og teknisk arrangør.

Alle gymnaster skal møte til premieutdeling. Unntak er ved skade eller andre åpenbare fraværsgrunner. Premier skal ikke deles ut i løpet av konkurransen.

Premiepaller markert med tallene 1, 2 og 3 skal benyttes. Korrekt plassering av pallene: 2. plassen til venstre for 1. plassen. 3. plassen på høyre side av 1. plassen sett fra hovedtribunen. Eventuell 4. plass og utover plasseres fortløpende til høyre for 3. plassen.

[Barneidrettsbestemmelsene](#) gjelder. Alle skal ha lik premie til og med det året de fyller 12 år. Fra det året de fyller 11 år kan det i tillegg gis premier etter rangering (f.eks. gull, sølv og bronse).

Utøverne kan marsjere inn i konkurransedrakter eller defileringsdresser.

Prosedyre ved premieutdeling:

1. Innmarsj etter valgfri musikk, men likevel egnet for et barne- og ungdomsarrangement
2. Presentasjon av klasser som skal premieres
3. For mangelkamp: Speaker presenterer først vinneren i klassen, deretter videre til 1/3 av deltagerne er premiert (obs gjelder ikke 11 – 12 år)
4. Etter 1/3 dels premiering ropes resterende deltagere frem for å motta deltagerpremier. Det kan gjøres enten ved fortløpende og rask opplesning av navn. Hvis man velger å lese opp navn må det presiseres at disse leses i *tilfeldig rekkefølge*. Alternativt kan alle resterende deltagere komme frem samtidig, i en gruppe, uten opplesning av navn
5. Premiering startes med yngste klasse, videre opp til eldste klasse.
 - a. Rekkefølge:
 - i. Turn kvinner
 - ii. Paraturn kvinner
 - iii. Turn menn
 - iv. Paraturn menn
6. Etter premiering i hver klasse sier speaker «Tilbake på plass»
7. Etter at alle klasser har hatt premieutdeling utføres ev. premieutdeling for lagkonkurranse (kun 1. 2. og 3. plass premieres)
8. Ved kretsmesterskapet (KM) presenteres deretter alle vinnere av enkeltapparater for turn kvinner og deretter turn menn.
 - a. Rekkefølge av premiering følger internasjonal rekkefølge av apparater
 - i. For turn kvinner: hopp, skranke, bom og frittstående.
 - ii. For turn menn: Frittstående, bøylehøst, ringer, hopp, skranke og svingstang



Premier

Teknisk arrangør skaffer og bekoster premier. I følge barneidrettsbestemmelsene skal alle deltagere ha *lik* premie til og med det året de fyller 12 år. Fra det året de fyller 11 år kan det *i tillegg* gis premier etter rangering (f.eks. gull, sølv og bronse). I stigeklassen kan 1/3 av deltagerne i hver klasse motta annen type premie, f.eks. pokaler.

I aspirantklassen skal alle deltagere motta lik premie.

Kretsmesterskap (KM)

KM gjennomføres over to dager, fortrinnsvis en helg, tidlig i høstsemesteret. Første dag skal være konkurranse for stigegymnaster, dag to for rekrutter.

I KM mottar vinnerne i mangekamp i hver klasse kretsmedaljer i «gull» (fra kretsen) i tillegg til vanlig premier (pokal). Vinnere per apparat premieres med kretsmedalje i både rekrutt-, stige- og para-klassene, og mottar i tillegg premie (pokal) fra teknisk arrangør. I lagkonkurranse premieres kun 1.2. og 3. plass, fortrinnsvis med pokal. Det forventes ikke kretsmedaljer til lagene.

Teknisk arrangør bestiller og bekoster kretsmedaljene via idrettsbutikken.no.

Kretslagene

Etter premieringen skal sammensetningen av kretslagene, inkludert hjemmевærende reserver, kunngjøres muntlig. Dette betinger at en representant fra enten TUK eller TUM er til stede. Hvis ikke dette er tilfellet har TUKTUM ansvaret for å kunngjøre lagene via kretsens nyhetsbrev i etterkant av KM.

Kretslaget både for turn kvinner og turn menn settes sammen av fire utøvere fra klasse 1, tre utøvere fra klasse 2 og 3 utøvere fra klasse 3. Det er altså totalt 20 utøvere, 10 utøvere for turn kvinner og 10 utøvere for turn menn, som blir tatt ut til å representere VOGTK i Norgesfinalen. I tillegg utpekes 1 utøver i hver klasse som hjemmевærende reserve.

Det er beste resultat fra mangekamp som teller i uttaket for den respektive klassen.

Ved lik poengsum/delt plassering brukes Tie Breaking rules fra [Technical Regulations 2025 \(Fédération internationale de gymnastique\)](#) Art. 7.2.2 All-Around Final:

Ved poenglikhet på en hvilken som helst plass i mangekampen, skal rangeringen fastsettes i henhold til følgende kriterier:

1. Gymnasten med høyest sum av de endelige apparatpoengene går foran (det vil si ved å legge sammen totalt de 5, og om nødvendig 4, 3, 2, 1 høyeste endelige apparatpoengene for menn, og totalt de 3, og om nødvendig 2, 1 høyeste endelige apparatpoengene for kvinner).
2. Dersom det fortsatt er likhet, går gymnasten med høyest total E-score, beregnet ved å legge sammen alle apparater, foran.
3. Dersom det fortsatt er likhet, går gymnasten med høyest total D-score, beregnet ved å legge sammen alle apparater, foran.

Dersom det fortsatt er likhet, vil gymnastene dele samme plassering.



Økonomi

Teknisk arrangør mottar alle inntekter og bærer alle kostnader knyttet til arrangementet. Kretsen ved utvalgene dekker kun dommerkostnader etter fastsatte beløp til kretskonkurranser og KM (som er kunngjort gjennom utlysninger og tildelinger). For tiden er beløpet 1350 per dommer. Eventuelle kostnader til linjedommere, tidtagere eller "synsere" ved aspirantkonkurranser dekkes ikke. Konkurransautvalgene TUK/TUM søker å sette opp dommere som har kortest mulig reisevei til den aktuelle konkurransen, slik at ikke unødvendige reisekostnader skal påløpe. Teknisk arrangør kan gjerne koordinere transport/samkjøring mellom dommerne

Utfylling av reiseregning og honorarskjema er et praktisk anliggende mellom teknisk arrangør og dommere.

Ved ekstraordinære situasjoner eller utlegg må arrangør kontakte TUK/TUM for å finne en økonomisk løsning.

Teknisk arrangør sender en enkel faktura (uten underbilag) på totalsum etter endt arrangement, med navn på alle dommerne som eneste underlag..

For kretsmesterskapet anskaffer og bekoster teknisk arrangør medaljer til kretsmestere i mangekamp, i enkeltapparater og for lag. Disse kretsmedaljene i «gull» til vinnerne kommer *i tillegg til* premiering.

VOGTK ønsker fortrinnsvis at teknisk arrangør sender krav per EHF faktura for dommerutgifter (Org.nr. 913 866 568).

Alternativt kan faktura sendes til 913866568@autoinvoice.no

Strømming og fotografering

Ifølge Norges Idrettsforbund (NIF) skal det som hovedregel ikke strømmes fra barne- og ungdomsidrett i aldersklasser under 15 år. Strømming er en tjeneste som overfører opptak av et arrangement i sanntid uten behov for nedlastning eller lagring av innholdet.

Speaker skal minne foreldre, publikum og andre på at det *ikke* er lov å filme, fotografere og dele innhold av barn under 18 år i sosiale medier og andre digitale kanaler uten samtykke fra foresatt og utøver.

Hvis teknisk arrangør skal publisere bilder fra konkurransen må [NIFs samtykkeerklæring](#) for publisering av bilder og film være innhentet av det enkelte deltagende lag/forening i forkant.

Forsikringer

Teknisk arrangør er ansvarlig for å ha aktuelle forsikringer i orden, se [NGTFs hjemmeside om forsikring](#) og [NGTFs forsikringsbrosjyre](#) .

Teknisk arrangør skal sende deltagerlisten til TUKTUM som videresender til NGTFs forbundskontor for lisenssjekk.



Vedlegg:

[Mal for invitasjon til kretskonkurranser](#)

[Mal for påmeldingsskjema til kretskonkurranser](#)

[Mal for tidsplan, gruppe- og puljeoppsett for kretskonkurranser \(Aspirant\)](#)

[Mal for tidsplan, gruppe- og puljeoppsett for kretskonkurranser \(Stige, Rekrutt, Para\)](#)



*Vedlegg – Utfyllende informasjon om utstyrskrav for Paraturn

- Ekstra matter kan brukes til å imøtekomme mindre gymnaster eller for ekstra sikkerhet. (Det er ingen fradrag med mindre det er spesifisert i tilfellet).
- Brett kan plasseres på toppen av tillatt matte rundt utstyret for å hjelpe gymnaster, men bør fjernes umiddelbart.
- Pegasus brukes bare på nivå 4. Alle andre nivåer av Hopp er utført på matter. Spesifikasjoner er oppført i den skrevne teksten og på videoen.
- For nivå 4-hopp over stablede matter vendt sidelengs, kan enhver standard produsert 5'X10' matte brukes. Minimum høyde 32".
- Alle produserte brett er tillatt. En hoppkrage må brukes til inverterte, valgfrie hopp.
- Høyden på skranke kan justeres for å møte størrelsen på gymnasten. Der høyden ikke kan senkes tilstrekkelig, kan ekstra matter brukes til å heve gulvet.

Bom

- Level A bom er en «Velcro strip» eller linje på gulvet. Enhver lengde eller bredde er akseptabel.
- Level B bom er enten en balansebok i skum eller en bjelke 12,25 centimeter (6 tommer) bred og ikke mer enn 10 centimeter (4 tommer) over matten den sitter på.
- Level C bom er enten en balansebok eller lav bom som er 10 centimeter (4 tommer) bred og 4,88 meter (16 fot) lang. Toppen er ikke mer enn 30 centimeter (12 tommer) fra bakken og 10 centimeter (4 tommer) fra mattene. Nivå C og 1 gymnaster som konkurrerer på høy bom vil få fradrag. Se dommerveiledningen.
- Level 2 gymnaster bruker enten lav bom (som nivå C og 1) eller en vanlig høy bom som er 10 centimeter (4 tommer) bred og 4,88 meter (16 fot) lang. Høyden kan variere fra 88 centimeter (34 5/8 tommer) til 1,2 meter (47 1/4 tommer). Gymnaster mottar bonus for å konkurrere på høy bom. Se dommerveiledningen.
- Nivå 3 og 4 gymnaster bruker en høy bom som er 10 centimeter (4 tommer) bred og 4,88 meter (16 fot) lang. Høyden kan variere fra 88 centimeter (34 5/8 tommer) til 1,2 meter (47 1/4 tommer). Gymnaster som konkurrerer på lav bom vil motta fradrag. Se dommerveiledningen.

Tilrettlegging for gymnaster med synshemming:

- Bistand er tillatt for alle nivåer av konkurranse. Trenerne må imidlertid varsle TD (Teknisk ansvarlig) og dommere om utøverens synshemming før konkurransen.
- Hørbare signaler som klapping kan brukes i alle rutiner.
- I Frittstående kan det spilles musikk på et hvilket som helst nært punkt utenfor gulvet, treneren kan bære musikken rundt omkretsen av gulvet.
- I Hopp har turneren valget mellom å ta oppløp, bruke ett eller to trinn, eller å holde fast i et tau langs rullebanen

Tilrettlegging for gymnaster med hørselshemming:

- Trenerne må imidlertid varsle TD (Teknisk ansvarlig) og dommere om utøverens hørselshemming før konkurransen.
- I alle øvelser kan treneren eller en annen gymnast signalisere utøveren til å starte rutinen uten straff.
- Bruk av andre visuelle hjelpemidler eller tillatt uten straff