

23.04.2026



Invitasjon

Norgesmesterskap TeamGym - Senior 2026

Åsane, Bergen, 20. juni 2026

Salhus Turn & IL, i samarbeid med Norges Gymnastikk- og Turnforbund, ønsker alle velkommen til Norgesmesterskap i TeamGym for senior.

Hvor avholdes mesterskapet?

Mesterskapet avholdes i Åsane Arena i Bergen.

Adresse: Åsane Senter 60, 5130 Nyborg.

Hva skjer og når?

Fredag: Mulighet for trening for de som ønsker det. Treningen vil foregå etter kl. 18.00.

Lørdag: Trening for påmeldte lag i alle tre apparater. Konkurransen i alle klasser.

NM Middag: Lasagne.

Vi tar utgangspunkt i at hele konkurransen avholdes på en dag, men ved stor påmelding kan mikskonkurransen måtte flyttes til søndag.

Trenings- og konkurranseplan

Trenings- og konkurranseplanene vil bli distribuert etter påmeldingsfristens utløp, og i god tid før konkurransen.

Utstyr

Tumbling: Unisport

Trampett: PE Dorado 32 og 36 fjærer, samt Eurogym MD 32 og 36 fjærer.

Pegasus: PE-Redskaber: Tarpan

Frittstående: Det vil bli brukt åtte lyseblå ruller à 14 × 2 meter

Landingsfelt: Unisport, dobbelt oppsett på trampett.

Overnatting

Vi foreslår at man benytter følgende hoteller:

Thon Hotel Orion

Det er reservert et begrensa antall 4-mannsrom til 3600kr per natt frem til 15. Mai. For bestilling av disse benytt: <https://www.thonhotels.no/event/salhus-turn-og-il/>

For andre romtyper benytt [thonhotels.no](https://www.thonhotels.no).

Strawberry

Home Hotel Bryggen

Comfort Hotel Bergen

Book via strawberry.no, og benytt koden GYM2026 for 20% rabatt på disse to hotellene.

Vi anbefaler å booke hotell tidlig, da juni er turistsesong i Bergen.

Bespisning

Det er mulig å bestille kveldsmat fredag, samt lunsj i hallen lørdag.

Fredag: 100 kr per person (Kyllingwrap e.l.)

Lørdag: 150 per per person (Pastasalat e.l.)

NM Middag

Direkte etter endt konkurranse vil det være mulighet for å delta på NM Middag. Middagen blir servert i Åsane Kulturhus, i gangavstand fra hallen.

Det blir servert lasagne. Pris: 300 per pers.

Transport

Konkurransen arrangeres i Åsane Arena, nærmeste busstopp er Åsane Terminal (ca. 15min gange). Buss nummer 3 og 4 fra Festplassen går via Bryggen til Åsane Terminal og har avgang hvert 10 min (hvert 5. utover lørdagen) og tar 20 min. Buss nr. 300 går hver 30 min fra Bergen Busstasjon og tar 15 min.

Påmelding og start- og dommeravgift

Påmelding skjer via følgende lenke:

<https://forms.gle/ToyL3KBY5uJRRzUb7>

PÅMELDINGSFRIST 15. mai 2026.

Startavgift: Kr. 600,- per tropp og kr. 300,- per deltaker.

NB! Ved påmelding etter fristen påløper dobbel startavgift.

Alle påmeldte lag sørger for at alle gymnaster og trenere på laget har gyldig lisens før konkurransens start. Gymnaster uten konkurranselisens får ikke konkurrere.

Musikk og vanskeskjemaer

Musikk og vanskeskjemaer leveres innen 14. juni via www.tropp.no

Mer informasjon om dette vil komme etter påmeldingsfristen.

Kontaktinformasjon

Jan Magne Cederstrøm – 97641319 – jan.cederstrom@uib.no

Kart over Åsane

