



Opplands Pokalen



HÅKONS HALL 10.-12. APRIL

VELKOMMEN TIL OPPLANDSPOKALEN 2026



Først vil vi ønske dere alle hjertelig velkommen til OpplandsPokalen 2026. Dette gjelder først og fremst alle turnere og trenere, men også alle foresatte som følger utøverne til konkurranser. En spesiell varm hilsen går til alle dommere, det er vanskelig å arrangere konkurranser dersom dere ikke stiller velvillig opp.

Det er i år påmeldt totalt 44 lag med til sammenover 900 deltagere og trenere fordelt på Gymnastikkhjul og Teamgym Enkeltapparater. Vi håper dere alle vil få både idrettslig og sosialt utbytte av OpplandsPokalen. Under følger nyttig informasjon om arrangementet.

TEAMGYM ENKELTAPPARATER:

Trening foregår i puljer lørdag og søndag. All trening i apparatene skal skje med trener. Tropper som mangler trener vil bli bortvist av sikkerhetsmessige hensyn.

Inngang til hallen vil bli igjennom hovedinngangen, dette gjelder for alle som skal inn i hallen. Kiosk vi bli oppe bak tribunen oppe.

Alle som skal levere inn musikk og vanskeskjema må gjøre dette på tropp.no under OpplandsPokalen, og registrere bruker for å få levert inn dette innen fristen som er satt.

Vanskeskjemaer:

Leveres på troppsgym.no innen 8. April. Vanskeskjema merkes med startnummer, navn på tropp og klasse.

Musikk:

Leveres på tropp.no innen 8.april.

Trening:

Trening for troppsgymnastikk vil kun foregå på lørdag og søndag i oppsatte puljer. Trening i trampett og tumbling vil foregå på to stasjoner. I tumbling vil begge banene som blir brukt under trening bli liggende, slik at begge kan benyttes under konkurransen. **I trampett under konkurransen vil det kun være en pegasus tilgjengelig som blir stående på fast plass.** Det vil og være skumkasse tilgjengelig som kan benyttes for rekrutt. Det er bare frittstående som får benytte musikk på trening. Se egen liste med treningstider.

Dommer- og lagledermøte:

Lørdag kl.08:00. Opplysninger om sted får man på stevnekontoret ved ankomst. Det vil og bli godt merket i hallen.

GYMNASTIKKHJUL:

Det vil bli åpen trening lørdag etter premieutdeling og søndag morgen fra kl 06:30 og frem til konkurransestart. Konkurransen foregår kun på søndag. Trening med musikk må skje enten lørdag kveld eller søndag før kl 07:25

Dommer- og lagledermøte:

Søndag kl. 09:15. Opplysninger om sted får man på stevnekontoret ved ankomst.

DIVERSE INFORMASJON:

HÅKONS HALL: All annen trening og konkurranse vil foregå i Håkons Hall. Håkons Hall ligger like ved Birkebeineren Hotell / Motell & Apartments hvor mange av dere overnatter. Adresse: Håkons Hall, Nordseterveien 45, 2609 Lillehammer.

OVERNATTING DOMMERE: Alle dommerne vil bli innkvartert på Scandic Hotell Victoria
Adresse: Storgata 84B, 2609 Lillehammer

STEVNEKONTOR: Stevnekontoret finner du i Håkons Hall. Stevnekontoret vil være betjent mens det foregår trening og konkurranse i Håkons Hall. Alle lag må henvende seg her for å få utdelt nødvendig informasjon og matbilletter. Er det noe du ellers lurer på så er det bare å ta kontakt.

GARDEROBER: Vi setter navn på garderobene. Alle utøvere må benytte garderobene til å skifte i, all bagasje må ellers oppbevares på tribuneanlegget. Det er ikke kapasitet i garderobene til å oppbevare bagasje. På søndag kan vi hjelpe til med oppbevaring av bagasje. Ta kontakt med arrangør. All oppbevaring av bagasje skjer på eget ansvar.

FØRSTEHJELP: Vi har kyndige personer i hallen, men vær snill å ta med eget førstehjelpsskrin med egne støttebandasjer og isposer. Vi har ikke lov til å dele ut tabletter som paracet etc.

PREMIERING: Deltakerpremier vil bli lagt i lagsposer som hvert lag må hente på stevnekontoret ved ankomst i hallen, i tillegg vil det være en premieutdeling med 1/3 premiering og pallplassering i alle klasser. Foruten vanlig premiering blir det delt ut 2 OpplandsPokaler, en i Gymnastikkhjul og en i Troppsgymnastikk. Pokalene deles ut etter kriterier satt av arrangør.

KONKURRANSELISENS: Vi minner også om at alle deltagere MÅ ha betalt konkurranse-lisens før konkurransen.

NB!

Allergi:

Vi gjør oppmerksom at vi i år har gymnaster med ekstrem nøtte allergi, så vi håper alle tar hensyn til dette.

Til slutt vil vi i arrangementskomiteen, Innlandet Gymnastikk og Turnkrets og Lillehammer Turnforening få ønske dere alle hjertelig velkommen til Lillehammer og OpplandsPokalen 2026. Vi gleder oss til å møte dere.

HILSEN

INNLANDET GYMNASTIKK- OG TURNKRETS OG LILLEHAMMER TURNFORENING

PLAN FOR ARRANGEMENTET:

Endringer kan forekomme, møt opp i god tid.

Lørdag:	Søndag:
06:30 Hallen åpner	06:30 Hallen åpner
08:00 Trening Tropp Pulje 1	06:30 Trening Gymhjul (med musikk før kl 07:25)
08:00 Dommer- og lagledermøter Tropp	07:30 Trening Tropp Pulje 1
08:40 Trening avsluttes	08:00 Konkurransesstart Pulje 1
08:50 Defilering	09:15 Dommermøte Gymhjul
09:00 Åpning av konkurransen	09:44 Trening Pulje 2
09:15 Konkurransesstart Pulje 1	10:00 Konkurransesstart Gymhjul
11:33 Trening Pulje 2	10:26 Konkurransesstart Pulje 2
12:12 Konkurransesstart Pulje 2	12:52 Trening Pulje 3
13:47 Trening Pulje 3	13:47 Konkurransesstart Pulje 3
14:18 Konkurransesstart Pulje 3	15:58 Trening Pulje 4
16:04 Trening Pulje 4	16:30 Konkurransesstart Pulje 4
16:45 Konkurransesstart Pulje 4	17:54 Konkurranseslutt
19:10 Konkurranseslutt Tropp	18:05 Premieutdeling
19:20 Premieutdeling	
Ca 20:00 Trening Gymhjul	
22:00 Hallen stenger	

Bilder under arrangementet:

Arrangør vil ta bilder underveis i konkurransen som skal benyttes til nyheter og publisitet rundt arrangementet. Vi ønsker at alle lag gir beskjed til arrangør hvis det er barn/ foreldre fra klubben som ikke ønsker bilder av barna publisert på forbundets/ kretsens nettsider eller facebooksider. Ved portrettbilder vil vi ta kontakt før vi benytter eventuelle bilder. Arrangør tar ikke ansvar for bilder som tas av andre enn arrangør.

Treningstider og startliste lørdag

Pulje 1 - Trening Lørdag							
	Trampett 1	Trampett 2		Tumbling 1	Tumbling 2		Frittstående
08:00	Høybråten	Lillehammer 1	08:00	Snarøya	Hokksund 1	08:00	Drammen Gul
08:04	Hammer	Lillehammer 2	08:04	Follo	Hokksund 2	08:04	Tranby 1
08:08	Fet	Gjelleråsen 1	08:08	Rygge 1	Holmemstranda	08:08	Tranby 2
08:12	ATIF	Gjelleråsen 2	08:12	Rygge 2	Kongsberg	08:12	Snarøya
08:16	Tranby 1	Holmemstranda 1	08:16	Rørø 1	Lillehammer 1	08:16	Follo
08:20	Tranby 2	Holmemstranda 2	08:20	Rørø 2	Lillehammer 2	08:20	Hokksund 1
08:24	Rena	Orkanger 1	08:24	Drammen Gul	Nesodden	08:24	Hokksund 2
08:28	Kongsberg	Orkanger 2	08:28	Drammen Grønn		08:28	Lillehammer 1
08:32	Nesodden	Snarøya	08:32		Tranby 1	08:32	Lillehammer 2
08:36			08:36		Tranby 2	08:36	Rygge
08:40			08:40			08:40	

08:00	Pulje 1					
09:00	Åpning					
09:15	1			Drammen Gul	Frittstående	Rekrutt
09:18	2	Høybråten/Stovner			Trampett	Junior Kvinner
09:21	3		Snarøya		Tumbling	Rekrutt
09:24	4	Lillehammer 1			Trampett	Junior Kvinner
09:27	5		Hokksund 1		Tumbling	Rekrutt
09:30	6			Tranby 1	Frittstående	Rekrutt
09:33	7	Lillehammer 2			Trampett	Junior Kvinner
09:36	8		Hokksund 2		Tumbling	Rekrutt
09:39	9	Hammer			Trampett	Junior Kvinner
09:42	10		Drammen Gul		Tumbling	Rekrutt
09:45	11			Tranby 2	Frittstående	Rekrutt
09:48	12	Fet			Trampett	Junior Kvinner
09:51	13		Drammen Grønn		Tumbling	Rekrutt
09:54	14	Gjelleråsen 1			Trampett	Junior Kvinner
09:57	15		Tranby 1		Tumbling	Rekrutt
10:00	16			Snarøya	Frittstående	Rekrutt
10:03	17	Gjelleråsen 2			Trampett	Junior Kvinner
10:06	18		Tranby 2		Tumbling	Rekrutt
10:09	19	ATIF			Trampett	Junior Kvinner
10:12	20		Lillehammer 1		Tumbling	Rekrutt
10:15	21			Follo	Frittstående	Rekrutt
10:18	22	Kongsberg			Trampett	Junior Kvinner
10:21	23		Lillehammer 2		Tumbling	Rekrutt
10:24	24	Holmemstranda 1			Trampett	Junior Kvinner
10:27	25		Nesodden		Tumbling	Rekrutt
10:30	26			Hokksund 1	Frittstående	Rekrutt
10:33	27	Holmemstranda 2			Trampett	Junior Kvinner
10:36	28		Follo		Tumbling	Rekrutt
10:39	29	Nesodden			Trampett	Junior Kvinner
10:42	30		Kongsberg		Tumbling	Rekrutt
10:45	31			Hokksund 2	Frittstående	Rekrutt
10:48	32	Rena			Trampett	Junior Kvinner
10:51	33		Holmemstranda		Tumbling	Rekrutt
10:54	34	Orkanger 1			Trampett	Junior Kvinner
10:57	35		Rygge 1		Tumbling	Rekrutt
11:00	36			Lillehammer 1	Frittstående	Rekrutt

11:03	37	Orkanger 2			Trampett	Junior Kvinner
11:06	38		Rygge 2		Tumbling	Rekrutt
11:09	39	Tranby 1			Trampett	Junior Kvinner
11:12	40		Røros 1		Tumbling	Rekrutt
11:15	41			Lillehammer 2	Frittstående	Rekrutt
11:18	42	Tranby 2			Trampett	Junior Kvinner
11:21	43		Røros 2		Tumbling	Rekrutt
11:24	44	Snarøya			Trampett	Junior Kvinner
11:27	45			Rygge	Frittstående	Rekrutt
11:30	Pause					

Pulje 2 - Trening							
	Trampett 1	Trampett 2		Tumbling 1	Tumbling 2		Frittstående
11:33	Ås	Gran 1	11:33	Søgne	Hamar	11:33	Sogndal
11:37	Gol	Gran 2	11:37	Gjelleråsen	Etnedal	11:37	Elnesvågen 1
11:41	Hamar	Kongsvinger 1	11:41	Hammer 1	Sogndal 1	11:41	Elnesvågen 2
11:45	Meldal	Kongsvinger 2	11:45	Ås	Sogndal 2	11:45	Søgne
11:49	Molde	Moss	11:49	Elnesvågen 1	Orkanger	11:49	Hamar
11:53	Søgne	Solberg	11:53	Elnesvågen 2	Kongsvinger	11:53	Gjelleråsen
11:57			11:57			11:57	Hammer
12:01			12:01			12:01	

Pulje 2						
12:12	46			Sogndal	Frittstående	Rekrutt
12:15	47	Ås			Trampett	Junior Kvinner
12:18	48		Hamar		Tumbling	Rekrutt
12:21	49	Gran 1			Trampett	Junior Kvinner
12:24	50		Sogndal 1		Tumbling	Rekrutt
12:27	51			Elnesvågen 1	Frittstående	Rekrutt
12:30	52	Gran 2			Trampett	Junior Kvinner
12:33	53		Sogndal 2		Tumbling	Rekrutt
12:36	54	Gol			Trampett	Junior Kvinner
12:39	55		Søgne		Tumbling	Rekrutt
12:42	56			Elnesvågen 2	Frittstående	Rekrutt
12:45	57	Hamar			Trampett	Junior Kvinner
12:48	58		Gjelleråsen		Tumbling	Rekrutt
12:51	59	Kongsvinger 1			Trampett	Junior Kvinner
12:54	60		Elnesvågen 1		Tumbling	Rekrutt
12:57	61			Søgne	Frittstående	Rekrutt
13:00	62	Kongsvinger 2			Trampett	Junior Kvinner
13:03	63		Elnesvågen2		Tumbling	Rekrutt
13:06	64	Meldal			Trampett	Junior Kvinner
13:09	65		Hammer 1		Tumbling	Rekrutt
13:12	66			Hamar	Frittstående	Rekrutt
13:15	67	Molde			Trampett	Junior Kvinner
13:18	68		Ås		Tumbling	Rekrutt
13:21	69	Moss			Trampett	Junior Kvinner
13:24	70		Etnedal		Tumbling	Rekrutt
13:27	71			Gjelleråsen	Frittstående	Rekrutt
13:30	72	Søgne			Trampett	Junior Kvinner
13:33	73		Kongsvinger		Tumbling	Rekrutt
13:36	74	Solberg			Trampett	Junior Kvinner

13:39	75			Hammer	Frittstående	Rekrutt
13:42	76		Orkanger		Tumbling	Rekrutt
13:45	Slutt Pulje 3					

Pulje 3 - Trening							
	Trampett 1	Trampett 2		Tumbling 1	Tumbling 2		Frittstående
13:44	Tromsdalen	Vestre Slidre 1	13:44	Moss	Ringerike 1	13:44	Bodø 1
13:48	Elnesvågen 1	Vestre Slidre 2	13:48	Rena	Ringerike 2	13:48	Bodø 2
13:52	Elnesvågen 2	Tynset 1	13:52	Surnadal	Tromsdalen 1	13:52	Bodø
13:56	Nordre Land	Tynset 2	13:56	Bodø 1	Tromsdalen 2	13:56	Drammen Grønn
14:00	Tertnes	Sogndal 1	14:00	Bodø 2	Vestre Slidre 1	14:00	Drammen
14:04	Bodø 1	Sogndal 2	14:04	Tynset 1	Vestre Slidre 2	14:04	Follo
14:08	Bodø 2	Reinsvoll	14:08	Tynset 2	Høybråten	14:08	Rygge
14:12			14:12			14:12	

Pulje 3							
13:45					Bodø 1	Frittstående	Rekrutt
14:18	77					Trampett	Junior Kvinner
14:21	78	Tromsdalen				Tumbling	Rekrutt
14:24	79		Moss			Trampett	Junior Kvinner
14:27	80	Elnesvågen 1				Tumbling	Rekrutt
14:30	81		Ringerike 1			Trampett	Junior Kvinner
14:33	82			Bodø 2		Tumbling	Rekrutt
14:36	83	Elnesvågen 2				Frittstående	Rekrutt
14:39	84		Ringerike 2			Trampett	Junior Kvinner
14:42	85	Vestre Slidre 1				Tumbling	Rekrutt
14:45	86		Bodø 1			Trampett	Junior Kvinner
14:48	87			Drammen Grønn		Tumbling	Rekrutt
14:51	88	Vestre Slidre 2				Frittstående	Rekrutt
14:54	89		Bodø 2			Trampett	Junior Kvinner
14:57	90	Tynset 1				Tumbling	Rekrutt
15:00	91		Rena			Trampett	Junior Kvinner
15:03	92			Drammen		Tumbling	Rekrutt
15:06	93	Tynset 2				Frittstående	Jr Mix
15:09	94		Surnadal			Trampett	Junior Kvinner
15:12	95	Nordre Land				Tumbling	Rekrutt
15:15	96		Tromsdalen 1			Trampett	Junior Kvinner
15:18	97			Bodø		Tumbling	Rekrutt
15:21	98	Tertnes				Frittstående	Jr Mix
15:24	99		Tromsdalen 2			Trampett	Junior Kvinner
15:27	100	Bodø 1				Tumbling	Rekrutt
15:30	101		Tynset 1			Trampett	Junior Kvinner
15:33	102			Follo		Tumbling	Rekrutt
15:36	103	Bodø 2				Frittstående	Jr Mix
15:39	104		Tynset 2			Trampett	Junior Kvinner
15:42	105	Sogndal 1				Tumbling	Rekrutt
15:45	106		Vestre Slidre 1			Trampett	Junior Kvinner
15:48	107			Rygge		Tumbling	Rekrutt
15:51	108	Sogndal 2				Frittstående	Jr Mix
15:54	109		Vestre Slidre 2			Trampett	Junior Kvinner
15:57	110	Reinsvoll				Tumbling	Rekrutt
16:00	111		Høybråten/Stovner			Trampett	Junior Kvinner
16:03	Slutt Pulje 3						

Pulje 4 - Trening							
	Trampett 1	Trampett 2		Tumbling 1	Tumbling 2		Frittstående
16:04	Drammen	Rygge	16:04	Vardal	Tranby 1	16:04	Surnadal
16:08	Bodø 1	Rygge	16:08	Nordre Land	Tranby 2	16:08	ATIF
16:12	Bodø 1	Gran	16:12	Nordre Land	Tranby	16:12	Elnesvågen
16:16	Harestua	Holmemstranda	16:16	Tromsdalen	Kongsvinger	16:16	Gjelleråsen
16:20	Nordre Land	Sogndal	16:20	Tromsdalen	Kongsvinger	16:20	Gran
16:24	Snarøya	Rena	16:24	Elnesvågen		16:24	Hokksund
16:28	Surnadal	Tranby	16:28	Gjelleråsen	Sogndal	16:28	Lillehammer
16:32	Tromsdalen	Tranby	16:32	Hokksund	Vestre Slidre	16:32	Nordre Land
16:36	Ås	Follo	16:36	Lillehammer	ATIF	16:36	Sogndal
16:40		Surnadal	16:40	Ringerike	ATIF	16:40	Tranby
16:44			16:44			16:44	

Pulje 4						
16:45	112		ATIF		Tumbling	Rekrutt
16:48	113			Surnadal	Frittstående	Jr Mix
16:51	114	Rygge			Trampett	Junior Kvinner
16:54	115		Vardal		Tumbling	Rekrutt
16:57	116	Bodø 1			Trampett	Jr Mix
17:00	117		Kongsvinger		Tumbling	Senior Mix
17:03	118			ATIF	Frittstående	Senior Kvinner
17:06	119	Bodø 2			Trampett	Jr Mix
17:09	120		Nordre Land		Tumbling	Senior Mix
17:12	121	Drammen			Trampett	Jr Mix
17:15	122		Tranby 1		Tumbling	Senior Mix
17:18	123			Elnesvågen	Frittstående	Senior Kvinner
17:21	124	Follo			Trampett	Jr Mix
17:24	125		Tranby 2		Tumbling	Senior Mix
17:27	126	Gran			Trampett	Jr Mix
17:30	127		Ringerike		Tumbling	Senior Mix
17:33	128			Gjelleråsen	Frittstående	Senior Kvinner
17:36	129	Harestua			Trampett	Jr Mix
17:39	130		Tromsdalen		Tumbling	Senior Mix
17:42	131	Holmemstranda			Trampett	Jr Mix
17:45	132		Vestre Slidre		Tumbling	Senior Mix
17:48	133			Gran	Frittstående	Senior Kvinner
17:51	134	Nordre Land			Trampett	Jr Mix
17:54	135		ATIF		Tumbling	Senior Kvinner
17:57	136	Rena			Trampett	Jr Mix
18:00	137		Elnesvågen		Tumbling	Senior Kvinner
18:03	138			Hokksund	Frittstående	Senior Kvinner
18:06	139	Rygge			Trampett	Jr Mix
18:09	140		Gjelleråsen		Tumbling	Senior Kvinner
18:12	141	Sogndal			Trampett	Jr Mix
18:15	142		Tranby		Tumbling	Senior Kvinner
18:18	143			Lillehammer	Frittstående	Senior Kvinner
18:21	144	Snarøya			Trampett	Jr Mix
18:24	145		Sogndal		Tumbling	Senior Kvinner
18:27	146	Surnadal			Trampett	Jr Mix
18:30	147		Kongsvinger		Tumbling	Senior Kvinner
18:33	148			Nordre Land	Frittstående	Senior Kvinner
18:36	149	Tranby			Trampett	Jr Mix
18:39	150		Nordre Land		Tumbling	Senior Kvinner

18:42	151	Tromsdalen			Trampett	Jr Mix
18:45	152		Hokksund		Tumbling	Senior Kvinner
18:48	153			Sogndal	Frittstående	Senior Kvinner
18:51	154	Ås			Trampett	Senior Menn
18:54	155		Lillehammer		Tumbling	Senior Kvinner
18:57	156	Tranby			Trampett	Senior Menn
19:00	157		Tromsdalen		Tumbling	Senior Kvinner
19:03	158			Tranby	Frittstående	Senior Kvinner
19:06	Konkurranseslutt					

Treningstider og Startliste Søndag

Pulje 1 - Trening							
	Trampett 1	Trampett 2		Tumbling 1	Tumbling 2		Frittstående
07:30	Tranby 1	Vestre Slidre	07:30		Tromsdalen	07:30	Nesodden
07:34	Tranby 2	Ringerike	07:34	Gran	Surnadal	07:34	Søgne
07:38	Tranby	Nordre Land	07:38	Harestua	Holmemstranda	07:38	Fet
07:42	Tromsdalen	Gjelleråsen	07:42	Rena	Rygge	07:42	Hokksund 1
07:46	Tromsdalen	Gjelleråsen	07:46	Nesodden	Sogndal	07:46	Hokksund 2
07:50	Elnesvågen	ATIF	07:50	Tranby	Drammen	07:50	Holmemstranda
07:54	Kongsvinger	Hokksund	07:54	Snarøya	Follo	07:54	Bodø
07:58			07:58			07:58	

Pulje 1							
08:00	159			Søgne	Frittstående		Junior Kvinner
08:03	160	Vestre Slidre			Trampett		Senior Mix
08:06	161		Drammen		Tumbling		Junior Mix
08:09	162	Tromsdalen			Trampett		Senior Mix
08:12	163		Rygge		Tumbling		Junior Mix
08:15	164			Nesodden	Frittstående		Junior Kvinner
08:18	165	Ringerike			Trampett		Senior Mix
08:21	166		Gran		Tumbling		Junior Mix
08:24	167	Tranby 1			Trampett		Senior Mix
08:27	168		Surnadal		Tumbling		Junior Mix
08:30	169			Fet	Frittstående		Junior Kvinner
08:33	170	Tranby 2			Trampett		Senior Mix
08:36	171		Harestua		Tumbling		Junior Mix
08:39	*305	Kongsvinger			Trampett		Rekrutt
08:42	173		Holmemstranda		Tumbling		Junior Mix
08:45	174			Hokksund 1	Frittstående		Junior Kvinner
08:48	175	Nordre Land			Trampett		Senior Mix
08:51	176		Rena		Tumbling		Junior Mix
08:54	177	Gjelleråsen			Trampett		Senior Mix
08:57	178		Follo		Tumbling		Junior Mix
09:00	179			Hokksund 2	Frittstående		Junior Kvinner
09:03	180	ATIF			Trampett		Senior Kvinner
09:06	181		Tromsdalen		Tumbling		Junior Mix
09:09	182	Elnesvågen			Trampett		Senior Kvinner
09:12	183		Sogndal		Tumbling		Junior Mix

09:15	184			Holmemstranda	Frittstående	Junior Kvinner
09:18	185	Tromsdalen			Trampett	Senior Kvinner
09:21	186		Tranby		Tumbling	Junior Mix
09:24	187	Hokksund			Trampett	Senior Kvinner
09:27	188		Snarøya		Tumbling	Junior Mix
09:30	189			Bodø	Frittstående	Junior Kvinner
09:33	190	Tranby			Trampett	Senior Kvinner
09:36	191		Nesodden		Tumbling	Junior Kvinner
09:39	192	Gjelleråsen			Trampett	Senior Kvinner
09:42	Slutt Pulje 1					

Pulje 2 - Trening							
	Trampett 1	Trampett 2		Tumbling 1	Tumbling 2		Frittstående
09:44	Gjelleråsen	Kongsvinger	09:44	Hokksund	Bodø 1	09:44	Orkanger 1
09:48	Lillehammer	Nordre Land	09:48	Elnesvågen 1	Bodø 2	09:48	Orkanger 2
09:52	Sogndal	Etnedal	09:52	Elnesvågen 2	Tromsdalen 1	09:52	Meldal
09:56	Surnadal	Høybråten/Stovner	09:56	ATIF	Tromsdalen 2	09:56	Molde
10:00	Hamar	Follo	10:00	Orkanger 1	Gjelleråsen 1	10:00	Moss
10:04	Hammer 1	Bodø 1	10:04	Orkanger 2	Gjelleråsen 2	10:04	Elnesvågen 1
10:08	Ås	Bodø 2	10:08	Molde	Snarøya	10:08	Elnesvågen 2
10:12	Moss	Nesodden	10:12	Ås 1	Søgne	10:12	Gjelleråsen 1
10:16	Tromsdalen 1	Vardal	10:16	Ås 2	Fet	10:16	Gjelleråsen 2
10:20	Tromsdalen 2		10:20		Meldal	10:20	Hammer
10:24			10:24			10:24	

Pulje 2							
10:26	193			Orkanger 1	Frittstående	Junior Kvinner	
10:29	194	Kongsvinger			Trampett	Senior Kvinner	
10:32	195		Hokksund		Tumbling	Junior Kvinner	
10:35	196	Lillehammer			Trampett	Senior Kvinner	
10:38	197		Snarøya		Tumbling	Junior Kvinner	
10:41	198			Orkanger 2	Frittstående	Junior Kvinner	
10:44	199	Nordre Land			Trampett	Senior Kvinner	
10:47	200		ATIF		Tumbling	Junior Kvinner	
10:50	201	Sogndal			Trampett	Senior Kvinner	
10:53	202		Bodø 1		Tumbling	Junior Kvinner	
10:56	203			Meldal	Frittstående	Junior Kvinner	
10:59	204	Etnedal			Trampett	Rekrutt	
11:02	205		Bodø 2		Tumbling	Junior Kvinner	
11:05	206	Gjelleråsen			Trampett	Rekrutt	
11:08	207		Ås 1		Tumbling	Junior Kvinner	
11:11	208			Molde	Frittstående	Junior Kvinner	
11:14	209	Moss			Trampett	Rekrutt	
11:17	210		Ås 2		Tumbling	Junior Kvinner	
11:20	211	Hamar			Trampett	Rekrutt	
11:23	212		Gjelleråsen 1		Tumbling	Junior Kvinner	
11:26	213			Moss	Frittstående	Junior Kvinner	
11:29	214	Høybråten/Stovner			Trampett	Rekrutt	
11:32	215		Gjelleråsen 2		Tumbling	Junior Kvinner	
11:35	216	Follo			Trampett	Rekrutt	
11:38	217		Tromsdalen 1		Tumbling	Junior Kvinner	
11:41	218			Elnesvågen 1	Frittstående	Junior Kvinner	

11:44	219	Nesodden			Trampett	Rekrutt
11:47	220		Tromsdalen 2		Tumbling	Junior Kvinner
11:50	221	Hammer 1			Trampett	Rekrutt
11:53	222		Meldal		Tumbling	Junior Kvinner
11:56	223			Elnesvågen 2	Frittstående	Junior Kvinner
11:59	224	Ås			Trampett	Rekrutt
12:02	225		Søgne		Tumbling	Junior Kvinner
12:05	226	Bodø 1			Trampett	Rekrutt
12:08	227		Molde		Tumbling	Junior Kvinner
12:11	228			Gjelleråsen 1	Frittstående	Junior Kvinner
12:14	229	Bodø 2			Trampett	Rekrutt
12:17	230		Fet		Tumbling	Junior Kvinner
12:20	231	Tromsdalen 1			Trampett	Rekrutt
12:23	232		Orkanger 1		Tumbling	Junior Kvinner
12:26	233			Gjelleråsen 2	Frittstående	Junior Kvinner
12:29	234	Tromsdalen 2			Trampett	Rekrutt
12:32	235		Orkanger 2		Tumbling	Junior Kvinner
12:35	236	Vardal			Trampett	Rekrutt
12:38	237		Elnesvågen 1		Tumbling	Junior Kvinner
12:41	238			Hammer	Frittstående	Junior Kvinner
12:44	239	Surnadal			Trampett	Rekrutt
12:47	240		Elnesvågen 2		Tumbling	Junior Kvinner
12:50	Slutt Pulje 2					

Pulje 3 - Trening							
	Trampett 1	Trampett 2		Tumbling 1	Tumbling 2		Frittstående
12:52	Holmemstranda	Snarøya	12:52	Kongsvinger 1	Sogndal 1	12:52	Tranby
12:56	Røros 1	Søgne	12:56	Kongsvinger 2	Sogndal 2	12:56	Høybråten/Stovner
13:00	Røros 2	Orkanger	13:00	Tynset 1	Solberg	13:00	Tertnes 1
13:04	Hokksund 1	Vestre Slidre 1	13:04	Tynset 2	Hammer	13:04	Tertnes 2
13:08	Hokksund 2	Vestre Slidre 2	13:08	Tranby 1	Nordre Land	13:08	Solberg
13:12	ATIF	Elnesvågen 1	13:12	Tranby 2	Rygge	13:12	Kongsvinger
13:16	Tynset 1	Elnesvågen 2	13:16	Holmemstranda 1	Kongsberg	13:16	Nordre Land
13:20	Tynset 2	Drammen Gul	13:20	Holmemstranda 2	Tertnes	13:20	Reinsvoll
13:24		Drammen Grønn	13:24	Moss		13:24	Rygge
13:28			13:28			13:28	

Senior nasjonal klasse jenter							
Katinka Agasøster					Kongsvinger IL		
Senior allround jenter							
Juliane Buer Tupsjøen					Spydeberg		
Malene Risøy Malmberg					Spydeberg		
Pulje 3							
13:47	241			Tranby		Frittstående	Junior Kvinner
13:50	242	Snarøya				Trampett	Rekrutt
13:53	243		Solberg			Tumbling	Junior Kvinner
13:56	244	Søgne				Trampett	Rekrutt
13:59	245		Hammer			Tumbling	Junior Kvinner
14:02	246			Høybråten/Stovner		Frittstående	Junior Kvinner
14:05	247	ATIF				Trampett	Rekrutt
14:08	248		Moss			Tumbling	Junior Kvinner
14:11	249	Holmemstranda				Trampett	Rekrutt

14:14	250		Tynset 1		Tumbling	Junior Kvinner
14:17	251			Tertnes 1	Frittstående	Junior Kvinner
14:20	252	Orkanger			Trampett	Rekrutt
14:23	253		Tynset 2		Tumbling	Junior Kvinner
14:26	254	Røros 1			Trampett	Rekrutt
14:29	255		Holmemstranda 1		Tumbling	Junior Kvinner
14:32	256			Tertnes 2	Frittstående	Junior Kvinner
14:35	257	Røros 2			Trampett	Rekrutt
14:38	258		Holmemstranda 2		Tumbling	Junior Kvinner
14:41	259	Tynset 1			Trampett	Rekrutt
14:44	260		Sogndal 1		Tumbling	Junior Kvinner
14:47	261			Solberg	Frittstående	Junior Kvinner
14:50	262	Tynset 2			Trampett	Rekrutt
14:53	263		Sogndal 2		Tumbling	Junior Kvinner
14:56	264	Hokksund 1			Trampett	Rekrutt
14:59	265		Nordre Land		Tumbling	Junior Kvinner
15:02	266			Kongsvinger	Frittstående	Junior Kvinner
15:05	267	Hokksund 2			Trampett	Rekrutt
15:08	268		Rygge		Tumbling	Junior Kvinner
15:11	269	Vestre Slidre 1			Trampett	Rekrutt
15:14	270		Tranby 1		Tumbling	Junior Kvinner
15:17	271			Nordre Land	Frittstående	Junior Kvinner
15:20	272	Vestre Slidre 2			Trampett	Rekrutt
15:23	273		Tranby 2		Tumbling	Junior Kvinner
15:26	274	Elnesvågen 1			Trampett	Rekrutt
15:29	275		Kongsberg		Tumbling	Junior Kvinner
15:32	276			Reinsvoll	Frittstående	Junior Kvinner
15:35	277	Elnesvågen 2			Trampett	Rekrutt
15:38	278		Tertnes		Tumbling	Junior Kvinner
15:41	279	Drammen Gul			Trampett	Rekrutt
15:44	280		Kongsvinger 1		Tumbling	Junior Kvinner
15:47	281			Rygge	Frittstående	Junior Kvinner
15:50	282	Drammen Grønn			Trampett	Rekrutt
15:53	283		Kongsvinger 2		Tumbling	Junior Kvinner
15:56	Slutt Pulje 3					

Pulje 4 – Trening							
	Trampett 1	Trampett 2		Tumbling 1	Tumbling 2	Frittstående	
15:58	Kongsvinger	Kongsberg	15:58	Høybråten/Stovner	Tranby	15:58	Lillehammer 1
16:02	Ringerike 1	Rena	16:02	Gran 1	Reinsvoll	16:02	Lillehammer 2
16:06	Ringerike 2	Rygge 1	16:06	Gran 2	Ås	16:06	Tranby
16:10	Sogndal 1	Rygge 2	16:10	Rena	Lillehammer 1	16:10	Kongsvinger
16:14	Sogndal 2		16:14	Gol	Lillehammer 2	16:14	
16:18	Tranby 1	Lillehammer 1	16:18	Hamar		16:18	
16:22	Tranby 2	Lillehammer 2	16:22			16:22	
16:26			16:26			16:26	

Pulje 4						
16:30	284			Lillehammer 1	Frittstående	Junior Kvinner
16:33	285	Kongsberg			Trampett	Rekrutt
16:36	286		Høybråten/Stovner		Tumbling	Junior Kvinner
16:39	287	Ringerike 1			Trampett	Rekrutt
16:42	288		Reinsvoll		Tumbling	Junior Kvinner
16:45	289			Lillehammer 2	Frittstående	Junior Kvinner

16:48	290	Ringerike 2			Trampett	Rekrutt
16:51	291		Gol		Tumbling	Junior Kvinner
16:54	292	Rygge 1			Trampett	Rekrutt
16:57	293		Gran 1		Tumbling	Junior Kvinner
17:00	294			Tranby	Frittstående	Senior Mix
17:03	295	Rygge 2			Trampett	Rekrutt
17:06	296		Gran 2		Tumbling	Junior Kvinner
17:09	297	Sogndal 1			Trampett	Rekrutt
17:12	298		Lillehammer 1		Tumbling	Junior Kvinner
17:15	299	Tranby 1			Trampett	Rekrutt
17:18	300			Kongsvinger	Frittstående	Senior Mix
17:21	301	Sogndal 2			Trampett	Rekrutt
17:24	302		Lillehammer 2		Tumbling	Junior Kvinner
17:27	303	Tranby 2			Trampett	Rekrutt
17:30	304		Rena		Tumbling	Junior Kvinner
17:33	*172	Kongsvinger			Trampett	Senior Mix
17:36	306		Hamar		Tumbling	Junior Kvinner
17:39	307	Lillehammer 1			Trampett	Rekrutt
17:42	308		Tranby		Tumbling	Senior Menn
17:45	309	Rena			Trampett	Rekrutt
17:48	310		Ås		Tumbling	Senior Menn
17:51	311	Lillehammer 2			Trampett	Rekrutt
17:54	Konkurranseslutt/ Premieutdeling					





Startliste Gymhjul

Rekrutter	
Emma Victoria Ericson Aaboen	Skjåk IL
Tora Hansen Lilleøren	Vardal
Tiril Morken Gartland	Skjåk IL
Linn Sofie Moe	Rygge IL
Margit Teigen	Skjåk IL
Aurora Iselin Nilsen	Rygge IL
Liv Breie Solheim	Skjåk IL
Aya Farouk Najem	Vardal
Lovise Kielland Mølmen	Skjåk IL
Junior nasjonal klasse jenter	
Jenny Sofie Johansen	Rygge IL
Josefine Linvolden	Gran IL
Tuva Lichelle Fjeldstad	Spydeberg
Sigrid Hvidtsten	Rygge IL
Mia Næstad-Gjørvad	Vardal
Ina Kolstadløykken Bergli	Skjåk IL
Leah Wirkola	Rygge IL
Emily Alnes Ingolfsson	Spydeberg
Freja Solgaard	Rygge IL
Junior nasjonal klasse gutter	
Eilev Eiesar	Skjåk IL
Storm Østenseth Bakke	Skjåk IL
Vetle Morken Gartland	Skjåk IL
Junior allround jenter	
Nora Marie Moe	Rygge IL
Juliane Fosser	Rygge IL
Live Fangan	Vardal

Iselin Hørvel	Rygge IL
Emilija Tørring	Rygge IL
Tilde Strande Horntvedt	Rygge IL
Junior allround gutter	
Markus A. Skrzypkowski	Rygge IL

Takk for bidrag:



Birkebeineren

