

# Nordnorsk Mesterskap



## TeamGym Rytmisk Gymnastikk Turn Kvinner og Turn Menn

2026



1. Innledning .....	3
2. Rammer .....	3
3. Konkurransformat.....	4
Felles for alle grener.....	4
Rytmask Gymnastikk.....	6
Turn Kvinner og Turn Menn .....	6
TeamGym.....	7
4. Premiering .....	7
5. Innkvartering.....	7
6. Økonomi og invitasjon .....	7
7. Uttak til Barents Games.....	8
8. Teknisk arrangør.....	8



## 1. Innledning

Dette dokumentet inneholder retningslinjer for Nord Norsk Mesterskap og skal fungere som veileder for teknisk arrangør.

Arrangementene eies av kretsene Finnmark GTK, Troms GTK og Nordland GTK. Kretslederne i de respektive kretsene har ansvar for at retningslinjer til enhver tid er oppdatert.

Retningslinjene inneholder felles bestemmelser for konkurransegrenene RG, Turn Menn og Kvinner og TeamGym, i tillegg kommer det grenspesifikke tilpasninger.

Dokumentet skal evalueres hvert andre år. I tillegg skal teknisk arrangør sende inn rapport til grenspesifikk utvalg, etter endt arrangement.

## 2. Rammer

Mesterskap innen TeamGym, Turn Kvinner og Turn Menn gjennomføres på våren (mars/april/mai). Mesterskap for Rytmisk Gymnastikk avholdes på høsten (september/oktober/november)

Teknisk arrangør har mulighet for å søke grenspesifikt utvalget om dispensasjon hvis arrangementet skal arrangeres i en annen tidsperiode. Arrangementet kan arrangeres over 3 dager (fredag-søndag).

Apparatprøving kan starte fredag kl. 16.00. Defilering for alle skal gjennomføres før første gymnast konkurrer. Det vil si at om noen skal konkurrere fredag, skal det gjennomføres åpning og defilering samme dag. Representant fra gren/krets åpner konkurransen i samarbeid med teknisk arrangør.

Alle grenene følger NGTFs [aldersbestemmelser for konkurransegrenene](#). Nederste aldersgrense er året de fyller 11 år i de grenene hvor reglementet tillater det.

Det kan i tillegg inviteres til egen aspirant- og minirekruttkonkurranse i alder 9-10 år. Konkurransen skal planlegges i henhold til [bestemmelsene om barneidrett](#), og vises tydelig i invitasjonen som en separat konkurranse.



## 3. Konkurransformat

### Felles for alle grener

#### Jury

1. Ved alle NNM-konkurranser skal det oppnevnes en jury.
2. Juryen skal bestå av:
  - a. Utvalgets grenspesifikke representant
  - b. Medlem fra teknisk arrangør
  - c. Overdommer, eventuelt dommer
3. Juryens ansvarsområder:
  - a. Være til stede på teknisk møte.
  - b. Behandle protester av teknisk art og avgjøre disse.  
Bedømmingen av mesterskapet er et dommeransvar og avgjøres av de oppsatte dommerne. Juryen kan ikke behandle saker av denne karakter.
    - c. Juryens og dommernes avgjørelse kan ikke ankes.
4. Alle protester o.l. i saker som nevnt under pkt. 3.b) skal fremsettes skriftlig for juryen, og være undertegnet av ansvarlig person.
5. Protesten skal leveres til juryen umiddelbart, og senest 15 min. etter at det forhold som det skal protesteres på har inntruffet eller oppstått.
6. Rett til å fremme en protest har:
  - a. Påmeldte ledere/trenere.
  - b. Deltakende gymnaster som ikke har med seg leder/trener.
7. Ingen har rett til å fremme protest på vegne av andre enn seg selv eller den vedkommende er påmeldte leder/trener for.
8. Juryen skal straks behandle en protest.
9. Juryen skal sørge for at det endelige offisielle resultatet av konkurransen ikke bekjentgjøres før juryens arbeide er avsluttet.
10. Juryen skal sende rapport til grenspesifikt NNM-utvalg fra sitt arbeide innen 2 måneder etter arrangementet.



## Dommere

Teknisk arrangør har ansvaret for å skaffe dommere. Dommere kontaktes senest 3 måneder før konkurransen og være avklart innen 2 måneder før konkurransesstart. Gjeldende nasjonale retningslinjer for kost, losji og honorar skal følges.

Alle dommere må minst være godkjent kretsdommere, og overdommere skal være forbundsdommere eller kretsdommer med god erfaring.

Spørsmål og avklaringen i forbindelse med dommere, tas i samarbeid med gren spesifikt utvalg.

Grenspesifikt utvalg har ansvar for å sette opp dommeroppsettet.

Dommerutgifter dekkes av arrangør.

Vedlegg: [Plikter og rettigheter for dommerne i NGTFs konkurransegrener](#)

Gren	Minimum antall	Annet
Turn Menn	6 stk	
Turn Kvinner	8 stk	Ønskelig med 10 stk. Fordeling: 3 stk i bom og frittstående 2 stk i hopp og skranke
TeamGym	6 stk	
Rytmask Gymnastikk	4stk	Dommergrader som kan benyttes er godkjente kretsdommere (KD), forbundsdommere (FD1, FD2, FD3) og internasjonale dommere (INT).  Dommere har selv ansvar for dommeroppsett og fordeling av dømming seg imellom (DB, DA, E, A).  Arrangør skal stille med linjedommere og sekretariat under konkurransen

## Overgang/dispensasjon

NNM følger NGTFs retningslinjer for overgang og dispensasjon. Gjeldende Informasjon finner du på grenspesifikk hjemmeside på [gymogturn.no](http://gymogturn.no)



## Rytmisk Gymnastikk

Det skal inviteres til en åpen konkurranse i klasser for rekrutt, pre-junior, junior og senior, Duo/Trio og Tropp Nasjonalt/Internasjonalt. Konkurransen kan omfatte nasjonale og internasjonale klasser under samme arrangement.

Arrangementet må holdes i en hall som oppfyller gjeldende hallkrav for aktuelle klasser. Beskrivelser av hallkrav finnes i [RG arrangørveiledning](#).

Rytmisk Gymnastikk følger NGTFs nasjonale konkurranseklasser. Oversikt over gjeldende [konkurranseklasser for 2026](#).

Rytmisk Gymnastikk følger NGTFs nasjonale og internasjonale reglement:

- [Nasjonalt reglement](#)
- [Internasjonalt reglement](#)
- [Nordisk reglement](#)
- [Rekrutt \(og minirekrutt\)](#)

For mer informasjon om reglement og bestemmelser, se grensesifikk [hjemmeside](#).

## Turn Kvinner og Turn Menn

Det skal inviteres til konkurranse i mangekamp, med påfølgende apparatfinaler. I apparatfinalene deltar de 6 beste gymnastene (+2 reserver) i enkeltapparatene på søndag.

Rekrutt deltar på søndagen. Og kan velge å være med i ett apparat.

Dersom det utenom NNM inviteres til aspirant samling samme helgen må dette komme klart frem i invitasjonen og det må presiseres alders bestemmelse.

For retningslinjer for arrangør, tas det utgangspunkt i retningslinjene for Norgescup. Med nødvendige tilpasninger da TK og TM arrangeres samlet.

- [Retningslinjer IFACT Norgescup TK](#)
- [Retningslinjer Norgescup TM](#)

Tilpasninger på seniornivå:

Jenter: FIG 13+ - Kun en FIG klasse

Gutter FIG 15+ Kun en FIG klasse. Klasse 3 åpnes for 17+

Reglen om overgang mellom Nasjonal stige og FIG gjelder ikke i NNM.

Turn menn inviterer til NGTFs [reglement](#).

Turn kvinner inviterer til NGTFs [reglement](#), [Nasjonal stige](#) og Basisstige.



For mer informasjon om reglement og bestemmelser, se grensesifikk [hjemmeside](#)

## TeamGym

Det konkurreres i TeamGym enkeltapparater.

TeamGym følger NGTFs nasjonale [reglement](#) og retningslinjer for [apparaterTeamGym](#)

For retningslinjer for arrangør, tas det utgangspunkt i de [nasjonale retningslinjene](#).

For mer informasjon om reglement og bestemmelser, se grensesifikk [hjemmeside](#)

## 4. Premiering

Det er utarbeidet en felles logo for NNM. Denne skal brukes av alle grener.

Alle deltagere skal ha minnepremie med NNM logo, arrangør navn og årstall.

Fra og med året de fyller 11 år, gjelder premiering: 1/3 premiering. Gjelder alle klasser. 1-3.plass skal ha pokal + medalje. Øvrige plasseringer skal kun ha pokal.

Det kåres Nord Norsk Mester i alle klasser hvor deltagerne fyller 13 år i løpet av året konkurransen blir gjennomført.

## 5. Innkvartering

Arrangøren bør ha 2 alternativer for overnatting så lenge det er mulig:

1) Et rimelig alternativ; skole, barnehage, etc. med frokost og kveldsmat (Hall med kunstgress er ikke tillatt).

2) Hotell m/frokost NB: Laglederne eller annen myndig person skal bo sammen med sine gymnaster og sørge for at retningslinjene som gjelder for ro og orden blir overholdt.

## 6. Økonomi og invitasjon

Det skal etterstrebnes og holde økonomien så lave som mulig. Dette inkluderer deltakeravgift, lunsj, bankett og billig overnatting med frokost. Hotellovernatting kommer utenom.

Arrangør stiller med bespisning til jury og representant fra grensesifikt utvalg.

Utkast på invitasjon og forslag på deltakeravgift skal godkjennes av utvalget. Før endelig publisering av invitasjon.



## 7. Uttak til Barents Games

Uttak til Barents Games gjøres på bakgrunn av resultater nasjonalt, regionalt og Nord Norsk Mesterskap.

Aktuelle gymnaster meldes inn av trener før konkurransen. Avgjørelse tas av grenspesifikt utvalg, med god informasjon til aktuelle klubber.

## 8. Teknisk arrangør

### Frister:

#### TeamGym, Turn Kvinner og Turn Menn

For å søke om arrangement:

Innen 31.mars året før

Tildeling av arrangement

Innen 31.mai året før

#### Rytmisk Gymnastikk

For å søke om arrangement:

Innen 30.september året før

Tildeling av arrangement Innen

Innen 30.november året før

Klubber som ønsker å være teknisk arrangør av NNM, sender søknad til grenspesifikt utvalg med følgende informasjon:

- Hvilken gren ønsker dere å være arrangør for.
- I hvilken idrettshall skal arrangementet gjennomføres
- Hvilke overnattingsmuligheter tilbys
- Tentativ skisse og plan for gjennomføring av arrangementet (tidsplan, økonomi, etc.)

Grenspesifikt utvalg vil behandle og tildele søknad til klubb/lag, på bakgrunn av informasjon i søknad og i henhold til gjeldene bestemmelser.

Klubb/lag vil få beskjed om tildelingen snarest etter at tildelingsprosessen er gjennomført. Videre må klubb/lag selv følge opp planleggingen og arbeidet rundt arrangementet.

Søknaden sendes inn elektronisk, via skjema. Søknadsskjema finner du [her](#).

