



Invitasjon til Julepokalen 2026

Lørdag 5.desember



TUIL Tromsdalen Turn har gleden av å invitere til Julepokalen, lørdag 5.desember på TUIL Arena. Det konkurreres i teamgym enkeltapparater, med vandrepokal pr. klasse til det laget som har høyeste utførelseskarakter uavhengig av apparat.

Gjennomføring av konkurransen

Vi følger gjeldende nasjonalt reglement i teamgym: <https://gymogturn.no/wp-content/uploads/2026/05/TeamGym-CoP-2026-4.pdf>

Konkurransen arrangeres **lørdag 5. desember på TUIL Arena**. Fotballhallen benyttes som konkurransehall, mens turnhallen brukes som oppvarmingshall.

Konkurransen gjennomføres i puljer, hvor utøverne varmer opp og trener først, før de går inn i konkurranse. Informasjon om puljeinndeling, samt trenings- og konkurranseplan, sendes på e-post til de påmeldte lagene etter påmeldingsfristen.

Nytt i 2026: For å sikre en god flyt i konkurransen og unngå at dagen blir unødvendig lang, setter vi i år inn et ekstra dommersett. Dette håper vi vil bidra til at konkurransen gjennomføres mer effektivt.

Utstyr

- Frittstående feltet er 14mx16m (etter dagens reglement)
- Trampettutvalg: Gul Dorado, Rød Dorado, Hvit MD trampett, eldre trampett med gult hoppfelt.
- Det vil være to trampettfelt
- Pegasus Tarpan og kasser + fullt tilløp med målebånd
- Eurogym fibertumbling m/fullt tilløp



Vandrepokal og premiering

Vi ønsker at Julepokalen skal ha fokus på den fine førjulstiden vi går inn i, og det vil bli delt ut **tre vandrepokaler** – én i rekrutt, én i junior og én i senior – til laget med høyest utførelseskarakter (E-karakter). Dette kommer i tillegg til den ordinære premieringen.

VINNERE AV VANDREPOKAL 2025

- Rekrutt: Bardufoss
- Junior: Bardufoss
- Senior: Harstad

Priser og påmelding

Konkurranselisens

Alle som deltar i arrangement hvor det konkurreres i et av NGTFs offisielle konkurransereglement må løse konkurranselisens (utvidet forsikring for konkurranseutøvere) for å kunne delta.

Påmelding, priser og betaling

Deltakeravgift: 500 kr

Startavgift pr. tropp pr. gren: 600 kr

Påmeldingsfrist: 15.november.

Påmeldingsskjema til nedlastning:

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1fN2KHhvmTgR5U5JRuQdC7aP_s4zsQNtb/edit?usp=s_haring&ouid=106261820272621307165&rtpof=true&sd=true

Finnes også som egen fil under arrangementer på gymogturn.no

Samlet lagpåmelding sendes til kristina@tuilturn.no innen 15.november 2026.

Vi oppfordrer alle til å melde seg på så tidlig som mulig. Spørsmål om arrangementet kan også rettes til oppgitt epost. Betaling skjer i etterkant av konkurransen og vil faktureres til oppgitt adresse i påmeldingen.

Hjertelig velkommen til Tromsdalen 5.desember 2026

