

# Velkommen til Saltokonkurranse

Nøtterøy Turn,  
Labakken Idrettshall



## 17. oktober 2026

Nøtterøy Turn, inviterer alle klubber i Vestfold & Telemark gymnastikk og Turnkrets til Salto-Konkurranse.

Dette er en oppvisningskonkurranse for **alle** barn i alderen 6-10år

SALTO er for alle som syntes turn er gøy!

NB! Man må ikke gjøre Salto!

Vi håper mange klubber ønsker å være med!

Tidligere har vi hatt over 200 deltagere i konkurransen 🤸

Deltagere f. 2016 og senere blir ikke rangert/plassert, men får en tilbakemelding av dommer i alle apparater! Derfor kaller vi dette oppvisningskonkurranse.

### Påmelding og konkurranse i følgende klasser:

Jenter og Gutter: F. 2018-2020, 6-8år

Jenter og Gutter: F. 2016-2017, 9-10år

ParaTurn, Jenter og Gutter: F. 2016-2020, 6-10år.

\*Nb: Utøvere som er født tidligere enn 2016, kan delta i oppvisningskonkurransen. Gymnast vil da kun få tilbakemelding fra dommeringen poengsum eller plassering.

Konkurransen følger Saltoreglement og øvelser utarbeidet av NGTF. Mer info finner du på [gymogturn.no](http://gymogturn.no). Alle klubber kan tilpasse øvelser etter behov.

Turnere i denne alderen får en hyggelig tilbakemelding fra dommer- og blir ikke bedømt ut ifra vanskelighetsgrad/nivå!

[https://idrettsforbundet.sharepoint.com/:f:/s/NGTF.Off.Dok.Gymogturn.no/Em\\_7aL3rmHZDmNLtdZnXBKMB7RvVmjdWUHMkFitG0v20Gw?e=v6Q1g6](https://idrettsforbundet.sharepoint.com/:f:/s/NGTF.Off.Dok.Gymogturn.no/Em_7aL3rmHZDmNLtdZnXBKMB7RvVmjdWUHMkFitG0v20Gw?e=v6Q1g6)

Startkontingent kr 300 pr gymnast + lag,  
faktura sendes til klubb etter påmelding.

Premie/Pokal til alle deltagere og stor lagpokal til alle klubber!

Foreløpig tidsplan: (Kan komme endring etter påmelding!)

#### Pulje 1

|            |                                  |
|------------|----------------------------------|
| 9.05-9.20  | Generell oppvarming              |
| 9.20-10.40 | Styrt oppvarming i apparatene    |
| 10.45      | Innmarsj, alle deltagere pulje 1 |
| 10.50      | Konkurransestart                 |
| Ca 11.50   | Premieutdeling                   |

#### Pulje 2

|             |                                  |
|-------------|----------------------------------|
| 12.00-12.15 | Generell oppvarming              |
| 12.15-13.15 | Styrt oppvarming i apparatene    |
| 13.25       | Innmarsj, alle deltagere pulje 1 |
| 13.30       | Konkurransestart                 |
| Ca 14.30    | Premieutdeling                   |

Bindene påmelding til [sportsligleder@notteroyturn.no](mailto:sportsligleder@notteroyturn.no)

Frist for påmelding: 21. september

Spørsmål sendes til:

[sportsligleder@notteroyturn.no](mailto:sportsligleder@notteroyturn.no)

Evt tlf: 93228249

Med sportslig hilsen,  
**Nøtterøy Turn**

