



Totensprettene 2014

Østre Toten gym- og turnforening ønsker velkommen til konkurranser og oppvisning

Søndag 30.11 i Totenhallen, Lena

- Kl. 08.00 Hallen åpner
Kl. 09.00: Trening/ gjennomkjøring for de ulike lagene.
Treningstider utdeles etter påmelding. Lag med kort reisevei starter.
Kl. 09.30: **Siste frist for innlevering av ferdig, utfylte vanskeskjemaer (pga. kopiering)**
Kl. 10.30: Møte for trenere, dommere og arrangør (bevertning).
Kl. 11.45: Oppstilling for defilering
Kl. 12.00: Konkurranser i troppsgymnastikk og gymhjul starter

Konkurranser for rekrutter, juniorer og seniorer:

- **Troppsgymnastikk - nasjonale klasser (trampett, tumbling, frittstående)**
Klasseinndelinger Troppsgymnastikk, nasjonalt reglement fra 2013:
Rekrutt
Junior (kvinner, menn, mix)
Senior (kvinner, menn, mix)
Rekrutt: født 2003, 2002, 2001 (fyller 11, 12 eller 13 i 2014)
Junior: født 1996, 1997, 1998, 1999, 2000, 2001 (fyller 13-18 år i 2014)
Senior: født 1998 eller tidligere (fyller 16 år eller mer i 2014)
- **Gymhjul**
Rekrutt, linje
Junior, linje, hopp og spiral
Senior, linje, hopp og spiral
Rekrutt: født 2003, 2002, 2001 (fyller 11, 12 eller 13 i 2014)
Junior: født 1996, 1997, 1998, 1999, 2000, 2001 (fyller 13-18 år i 2014)
Senior: født 1995 eller tidligere (fyller 18 år eller mer i 2014)

Oppvisninger:

- Troppsgymnastikk
- Gymhjul

Bindende påmelding med innbetaling av deltakeravgift:

- Innen fredag 31. oktober
- Påmelding sendes Mari S. Furuseth på mari.94@live.no eller 92 26 94 28 innen 31. oktober.
- **Innbetaling til Vardal Turnforenings konto innen 31. oktober.**
(Ekstra avgift på 100 kr kan påregnes ved for sein påmelding.)

Deltakeravgift:

- **Konkurranser:**

En øvelse/gren/start	Kr. 150,- pr. gymnast
To øvelser/gren/start	Kr. 300,- pr. gymnast
Tre øvelser eller flere	Kr. 450,- pr. gymnast
Tropp pr. øvelse/gren	Kr. 200,- pr. startende tropp

Gymnaster som turner for 2 aldersgrupper og/eller både rene tropper eller mix betaler kun for en øvelse, men klubben må betale for antall påmeldte tropper (starter).

- **Husk at konkurranselisens for 2014 må være betalt for å kunne delta i konkurransen. (Innbetalt Konkurranselisensen fungerer som forsikring).**
- **Oppvisningsdeltakere:** 100 kr per deltaker (alle får deltakerpremie)
- **Alle deltagende foreninger/lag må selv stille med minimum en dommer. Hvis ikke dette skjer, vil det bli en bot på kr 500,- som må betales til foreningen. (Gjelder for klubber i oppland)**

Musikk:

Musikken sendes i mp3 format på mail innen mandag 24.november til ostre.toten.turn@hotmail.no

Ta med cd for sikkerhetsskyld i tilfelle det skulle skje noe med lydfilen.

Vanskeskjemaer:

NB: Må leveres ferdig utfylt og levert til sekretariatet senest kl. 09.00, eller sendes på mail innen fredag 28.november på ostre.toten.turn@hotmail.no

Vi ber om at alle lag fyller ut vanskeskjemaet før dere kommer til Totenspretten.

Husk og skriv på vanskeverdier for de ulike serier.

Skjemaet må leveres til sekretariatet senest kl. 09.00 (helst før), pga. kopiering, ellers får dommerne det veldig travelt for å få alt klart til konkurransestart.

Vel møtt

Mvh

Mari Barlund
Østre Toten gym- og turnforening