



***TURN
KONKURRANSE FOR BARN OG UNGE MED
NEDSATT FUNKSJONSEVNE***

Hokksund Turnforening inviterer i samarbeid med Norges Gymnastikk og Turnforbund til den første konkurransen i Norge.

STED: Hokksundhallen, Lyngveien, Loesmoen, Hokksund
TID: Søndag 15.4.12
Kl: 11:00 -15:00

Lørdag den 14.4.12 disponerer vi også hallen til trening om noen har lyst til prøve litt først. Se her:

<http://idrett.speaker.no/Organisation.asp?WCI=wiKlubbKassaNews&WCU=869620>

Det blir salg av mat i kiosken.

Vår flotte ordfører og turner Ann Sire Fjerdingsstad er konferansier under konkurransen.

To dommere kommer.

Konkurransen blir i matte, benk og hopp. Reglement for konkurransen er på side 3. Om noen foreninger ønsker foreningsoppvisning får vi til det.

KOMMER DU?

Pris:

Deltageravgift: 200,-
Inngang for voksne: 100,-
Inngang barn: Gratis

For de som trenger overnatting anbefales Sanden hotell i Hokksund. Hotellet har 13 rom, vær tidlig ute med å bestille rom!

<http://www.sandehotell.no/>

NGTF kan tilby reisestøtte for de som har lang vei. Søknad om reise sendes på e-post på forhånd til:

Marianne Eikeland, Turnforbundet MarianneNoreng.Eikeland@gymogturn.no

Påmelding til turnkonkurransen innen 15. mars 2012 til:

Torunn R. Borgersen, Hokksund Turnforening

trb@markvn10.com eller tlf: 92227413.

Deltageravgift betales til konto: 2223 05 02742.

Husk og skriv på navn på deltager og navn på klubb.

Reglement neste side.

Reglement for Lavterskel turnkonkurransen Special Olympics i Norge

Gymnasten kan stille i et eller flere apparater.

Gymnastene deles i to klasser:

1. til og med 12 år (det året de fyller)
2. 13 år og oppover

Matte (matterekke på 10 m x ca 1,5 m)

- Gymnasten kan kjøre mellom 2 og 10 momenter
- De som vil kan kjøre øvelsen sin med musikk
- De som vil kan gjøre et eller flere momenter med småredskap (ball/ring etc) som del av øvelsen
- Treneren må levere en skriftlig lapp til dommerne der det står hvilke momenter øvelsen inneholder
- Hvert moment gir 1 poeng uavhengig av vanskegrad
- For hvert moment kan det trekkes inntil 0,5 poeng i utførelse (teknikk, holdning, strekk)
- I tillegg trekkes 0,1 poeng for hver gang gymnasten snakker med treneren sin underveis
- Eksempler på aktuelle momenter:
 - o Alle ruller (forlengs, baklengs, selrulle)
 - o Alle hopp (strekkhopp, hink, føllhopp, annet hopp med svevphase)
 - o Balanser på ett ben (vater, eller annen stilling) i 2 sek
 - o Firfotgange (forlengs/baklengs og med magen opp/ned) flere skritt
 - o Andre øvelser som hjul, hodestående, håndstående osv.

Benk/bom (valgfritt)

- Gymnasten kan kjøre mellom 2 og 10 momenter
- Treneren må levere en skriftlig lapp til dommerne der det står hvilke momenter øvelsen inneholder
- Hvert moment gir 1 poeng uavhengig av vanskegrad
- For hvert moment kan det trekkes inntil 0,5 poeng i utførelse (teknikk, holdning, strekk)
- I tillegg trekkes 0,1 poeng for hver gang gymnasten snakker med treneren sin underveis
- Eksempler på aktuelle momenter:
 - o Alle skritt (forlengs/baklengs/sidelengs) 2 skritt=1 moment
 - o Alle hopp (strekkhopp, hink, føllhopp, annet hopp med svevphase)
 - o Balanser på ett ben (vater, eller annen stilling) i 2 sek

Hopp

- Gymnasten gjør 2 hopp (like eller ulike)
- Hoppene må gjøres med springbrett og ut på tjukkas. Evt kasse er valgfritt
- Hopp uten kasse har en verdi på 3 poeng, hopp med kasse har en verdi på 5 poeng (valgfri høyde på kassen, men minst to kassedeler)
- Dommerne kan trekke:
 - o inntil 1 poeng for manglende strekk

- 0,5 poeng for sats på ett ben (eller flere hopp på brettet)
- 0,5 poeng for fall
- Det beste hoppet teller.

Dømming

Det settes sammen et dommerpanel av 2-4 tilstedeværende voksne med litt turnbakgrunn. Hver dommer gir en karakter, og snittkarakteren regnes ut.

Premiering

T.o.m 12 år: Alle får lik deltakerpremie, samt et diplom der resultatene står.

13 år og oppover: Premieringen er pr apparat. Resultatlisten i hvert apparat sorteres i tre grupper der den beste 1/3 delen får gull, den midterste 1/3 delen får sølv og den nederste 1/3 delen får bronse.