



Informasjon til alle lag

Velkommen til Trondheim og NM i Turn for senior 22.-23. sept 2018

Vi ønsker alle lag, gymnaster, trenere, ledere og dommere velkommen til Trondheim og årets NM for Senior. Det er påmeldt 65 deltakere, fra 21 ulike klubber, 38 kvinner og 27 menn, 5 kvinne - og 5 herrelag. Konkurransen avholdes i Trondheim Spektrum, Klostergata 90 (Se oversiktsbilde vedlegg)

Oppdatert program:

Fredag 21. sept

17:00 - 20:00 Åpen trening for NM deltakere
20:30 - 22:00 Dommer og lagledermøte i gamle turnhall, Prinsensgt 1a

Lørdag 22. sept

08:00 Hallen åpner
08:30 - 10:45 Oppvarming og apparatprøver pulje 1
10:00 - 10:45 Dommermøte E2
10:55 - 11:00 Innmarsj pulje 1
11:00 - 14:00 Konkurransen pulje 1
13:30 - 14:00 Oppvarming hall F pulje 2
14:00 - 15:50 Apparatprøver pulje 2
16:00 - 16:15 Innmarsj og åpning av NM
16:15 - 18:15 Konkurransen pulje 2 (seedet pulje)
18:30 - 19:00 Premieutdeling
20:00 Bankett i gamle turnhall, Prinsensgt 1a

Søndag 23. sept

09:00 Hallen åpner
10:00 - 11:45 Oppvarming og apparatprøver finalister
11:00 - 11:45 Dommermøte E2
12:00 - 15:00 Finaler
15:15 - Premieutdeling
16:00 Bussavgang til Værnes fra Trondheim Spektrum



Gymnaster – Turn Kvinner

Pulje 1 - Gruppe 1

Klubb	Navn	Startnr
Laksevåg TIL	Agnè Zvirblytè	1
Trøgstad Turnforening	Liliana buer	2
Oslo Turnforening	Karoline Bjerk	3
Nedre Glomma Turnforening	Maja Gabestad	4
Oslo Turnforening	Vilde Birkeland Amblie	5
IL Sverre Gymnastikk- og Turn	Anette Strand	6
Rena IL - Gymnastikk og Turn	Dina Nilsen	7
Nedre Glomma Turnforening	Mina Elise Krogstad	8
Kristiansands Turnforening	Jesine Aateigen	9
Høybråten og Stovner IL	Kristin Nordahl Bjørnbak	10
Stavanger Turnforening	Auriane Labes	11
IL Sverre Gymnastikk- og Turn	Runa Erslund	12
Stavanger Turnforening	Elvira Stendahl	13

Pulje 1 - Gruppe 2

Klubb	Navn	Startnr
Drammen Turnforening	Serina Kvestad	14
Molde Turnforening	Gunhild Hånes	15
Trondhjems Turnforening	Kristine Jullum Faanes	16
Holmen Tropp og Turnforening	Haldis Nærum	17
Holmen Tropp og Turnforening	Victoria Von Krogh	18
Siddis Trim og Turnforening	Synne Rinaldo Pedersen	19
Nidaros Turn	Oline Sneve Strand	20
Holmen Tropp og Turnforening	Ingrid Benedicte von Hafenbrädl	21
Holmen Tropp og Turnforening	Maren Rønnevig	22
Nidaros Turn	Martine Arntzen Johnsen	23
Trondhjems Turnforening	Anette Kvaløy	24
Holmen Tropp og Turnforening	Anne Qin Tingvold	25
Trondhjems Turnforening	Sara Kristina Alida Myrvold	26



Pulje 2 - Gruppe 3

Klubb	Navn	Startnr
Fana IL	Nora Irgens	27
Laksevåg TIL	Julie Dicko Erichsen	28
Trondhjems Turnforening	Mona Ulseth sylte	29
Laksevåg TIL	Sara Davidsen	30
Hødd IL	Edel Charlotte Eiken Fosse	31
Holmen Tropp og Turnforening	Thea Mille Herstad Nygaard	32

Pulje 2 - Gruppe 4

Klubb	Navn	Startnr
Oslo Turnforening	Sofie Skåttun	33
Oslo Turnforening	Maria Tronrud	34
Sotra Sportsklubb	Juliane Tøssebro	35
Oslo Turnforening	Julie Sjøderstrøm	36
Kristiansands Turnforening	Sofie Nilsen Aateigen	37
Oslo Turnforening	Mira Trongmo Neurauter	38

Gymnaster – Turn Menn

Pulje 1 - Gruppe 1

Klubb	Navn	Startnr
Oslo Turnforening	Marius Wester Reistad	1
Elverum Turn	Niklas Marton Syverhuset	2
Bergens TF	Simen Solberg Uriansrud	3
Elverum Turn	Vetle Kraft Talsnes	4
Oslo Turnforening	Joar Birkeland Amblie	5
Nedre Glomma Turnforening	Nore Skulesson Stene	6
Oslo Turnforening	Philip Nyhus Fleischer	7
Nedre Glomma Turnforening	Skage Skulesson Stene	8



Pulje 1 - Gruppe 2

Klubb	Navn	Startnr
Tromsø Turnforening	Magnus Dahl-Hansen	9
Tromsø Turnforening	Peder Funderud Skogvang	10
Trondhjems Turnforening	Didrik Gundersen	11
Trondhjems Turnforening	Marius Jullum Faanes	12
Tromsø Turnforening	Iver Oprand Heggelund	13
Trondhjems Turnforening	Sebastian Bjerkan	14
Trondhjems Turnforening	Jesper Henriksen	15
Trondhjems Turnforening	Jesper Opheim	16

Pulje 2 - Gruppe 3

Klubb	Navn	Startnr
Nedre Glomma Turnforening	Harald Grimsrud Wibye	17
Njård	Odin Kalvø	18
Nedre Glomma Turnforening	Fredrik Bjørnevik Aas	19
Nedre Glomma Turnforening	Henrik Stiansen	20
Tromsø Turnforening	Kasper Sjøthun	21

Pulje 2 - Gruppe 4

Klubb	Navn	Startnr
Oslo Turnforening	Jacob Gudim Karlsen	22
Oslo Turnforening	Theodor Gadderud	23
Oslo Turnforening	Nikolai Rønbeck	24
Stavanger Turnforening	Stian Skjerahaug	25
Oslo Turnforening	Sofus Heggemsnes	26

Lag Turn kvinner

Holmen Tropp og turn

Laksevåg TIL

Oslo Turnforening 1

Oslo Turnforening 2

Trondhjems Turnforening

Lag Turn menn

Nedre Glomma Turnforening

Oslo Turnforening 1

Oslo Turnforening 2

Tromsø Turnforening

Trondhjems Turnforening



Konkurransplan lørdag:

Pulje 1. Fri oppvarming og apparatprøver fra kl. 08:30 – 11:45

Menn hopp kl. 09:00 – 10:00/kvinner kl. 10:00 – 10:45

Kvinner:

Lørdag	Hopp	Skranke	Bom	Frittstående
11:00 - 11:45	Gr. 1	Gr. 2		
11:45 - 12:30		Gr. 1	Gr. 2	
12:30 - 13:15			Gr.1	Gr.2
13:15 - 14:00	Gr. 2			Gr.1

Menn:

Lørdag	Matte	Bøyle	Ringer	Hopp	Skranke	Svingstang
11:00 - 11:30	Gr. 1	Gr.2				
11:30 - 12:00		Gr. 1	Gr.2			
12:00 - 12:30			Gr. 1	Gr.2		
12:30 - 13:00				Gr. 1	Gr.2	
13:00 - 13:30					Gr. 1	Gr.2
13:30 - 14:00	Gr.2					Gr. 1

Pulje 2: Generell oppvarming i hall F kl. 13:30 – 14:00

Apparatprøver kl. 14:00 – 15:50

Kvinner:

Lørdag	Hopp	Skranke	Bom	Frittstående
16:15 - 16:40	Gr. 3	Gr. 4		
16:40 - 17:05		Gr. 3	Gr. 4	
17:05 - 17:30			Gr.3	Gr.4
17:30 - 17:55	Gr. 4			Gr.3



Menn:

Lørdag	Matte	Bøyle	Ringer	Hopp	Skranke	Svingstang
16:15 - 16:35	Gr.3	Gr.4				
16:35 - 16:55		Gr.3	Gr.4			
16:55 - 17:15			Gr.3	Gr.4		
17:15 - 17:35				Gr.3	Gr.4	
17:35 - 17:55					Gr.3	Gr.4
17:55 - 18:15	Gr.4					Gr.3

Konkurransplan søndag:

Finaler

Fri oppvarming og apparatprøver kl. 10:00 – 11:45

De 6 beste fra lørdagens konkurranse er kvalifisert til apparatfinaler

Rotasjon	Tid	Turn kvinner	Turn menn
1	12:00 - 12:30		Frittstående
2	12:30 - 13:00	Hopp	Bøyle
3	13:00 - 13:30	Skranke	Ringer
4	13:30 - 14:00	Bom	Hopp
5	14:00 - 14:30	Frittstående	Skranke
6	14:30 - 15:00		Svingstang

Trener- og dommermøte:

Det avholdes teknisk møte for dommere og trenere i gamle turnhall 2. etg, fredag 21. sept kl. 20:30.

I løpet av dette møtet skal lag og hoppeskjema leveres til Trondhjems Turnforenings representant.

Skjemaene ligger på www.nmturn.no og i lagsposene som blir utlevert på trening fredags ettermiddag.

Konkurransgjennomføring:

Vi ønsker en så ryddig og oversiktlig konkurransearena som mulig. Alle må ta ansvar for å holde orden på sine klær og utstyr. Klær som blir liggende på gulvet til sjenanse for arenaen vil bli fjernet. Det vil bli satt ut stoler til gymnaster og trenere. Det vil være mulig for gymnastene å bevege seg før apparatet i avmerkede soner, dette vi være i de to bakre hjørnene i hallen. Det vil være marsjering mellom apparatene, dette styres av speaker, en gruppefølger har ansvar for å forflytte gruppen til neste apparat.

**Frittstående musikk:**

Musikk må sendes snarest til nm@trondhjemsturn.no

Innmarsj:

Gymnaster som turner i pulje 1 skal være med på innmarsj for pulje 1. Klubbene marsjerer inn bak sitt skilt i alfabetisk rekkefølge. Ved den offisielle åpningen som er før 2. pulje kl. 16:00 skal alle deltakere delta i defileringen. Vi ber om at alle lag finner sitt skilt og stiller seg bak sin "skiltbærer" i god tid før innmarsj for både første og andre pulje. Innmarsj foregår fra hjørnet ved inngang for turnere.

Oppvarmingshall:

I hall F vil det bli lagt ut matteruller til generell oppvarming for pulje 2 på lørdag, disse kan også brukes for oppvarming på søndag for finalister etter at finalene har startet.

Garderober:

Det vil være merkede garderober for gymnaster og dommere i plan 1 i Trondheim spektrum.

Lunsj:

Lunspakker til de som har bestilt vil bli utdelt på vårt Crewrom på Plan 1 Hall E2 mellom kl. 11:00 og 12:00 lørdag og søndag.

Hotell – Trondheim Spektrum - Bankett:

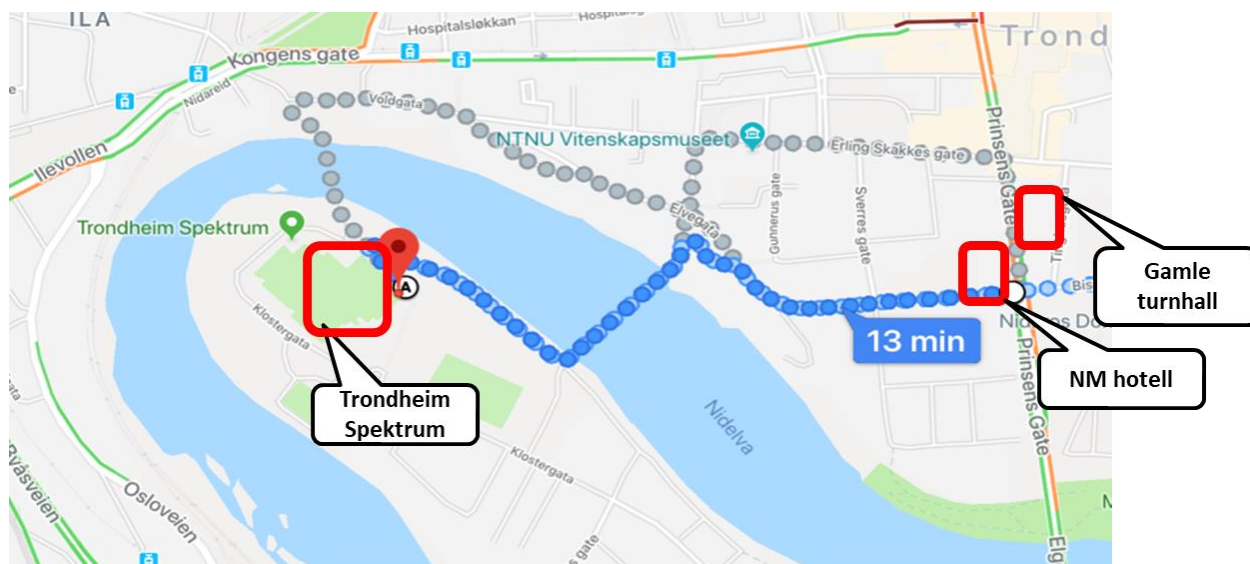
For de av dere som bor på Comfort hotell (NM hotellet) eller andre hoteller i midtbyen vil vi anbefale å gå til Trondheim spektrum. Det tar 13 minutter å gå fra Comfort hotell til spektrum og det er en nydelig spasertur over og langs elven Nidelven. Banketten i avholdes i gamle turnhall som er rett på andre siden av gata for Comfort hotell.

Trondheim spektrum:

Trondheim spektrum er Trondheims storstue den ligger på "øya" og brukes til alle typer idretter, arrangementer og messer. Hallen er pr. dato under utbygging og derfor er det noe kaos på området. De hallene vi skal benytte under NM er ikke direkte berørt av utbyggingen, men området rundt er preget av stor anleggsvirksomhet. Dette fører blant annet til at det ikke finnes parkeringsplasser ved hallen. Vi ber derfor alle deltakere, publikum og andre å gå til hallen, evt bruke kollektivtransport. Ved bruk av kollektivtransport så stopper bussene enten ved Ila, Midtbyen, samfunnet etter St. Olav hospital. Ved bruk av bil ber vi alle parkere i nærliggende parkeringshus, enten i midtbyen eller ved St. Olav. Parkering eller av og på stigning ved Ilen Kirke skal ikke forekomme. Vi vil ha noen plasser avsatt til rullestolbrukere, så om dette skal være aktuelt ber vi dere ta kontakt med kari.kvam@trondhjemsturn.no for parkeringstillatelse.



TRONDHEIM
NM
TURN
22.-23. SEPTEMBER 2018



Kart over gangvei fra Comfort hotell (ligger ved starten av ruta) til spektrum, den blå prikkete linja viser korteste vei. Gamle Turnhall ligger rett ved hotellet.

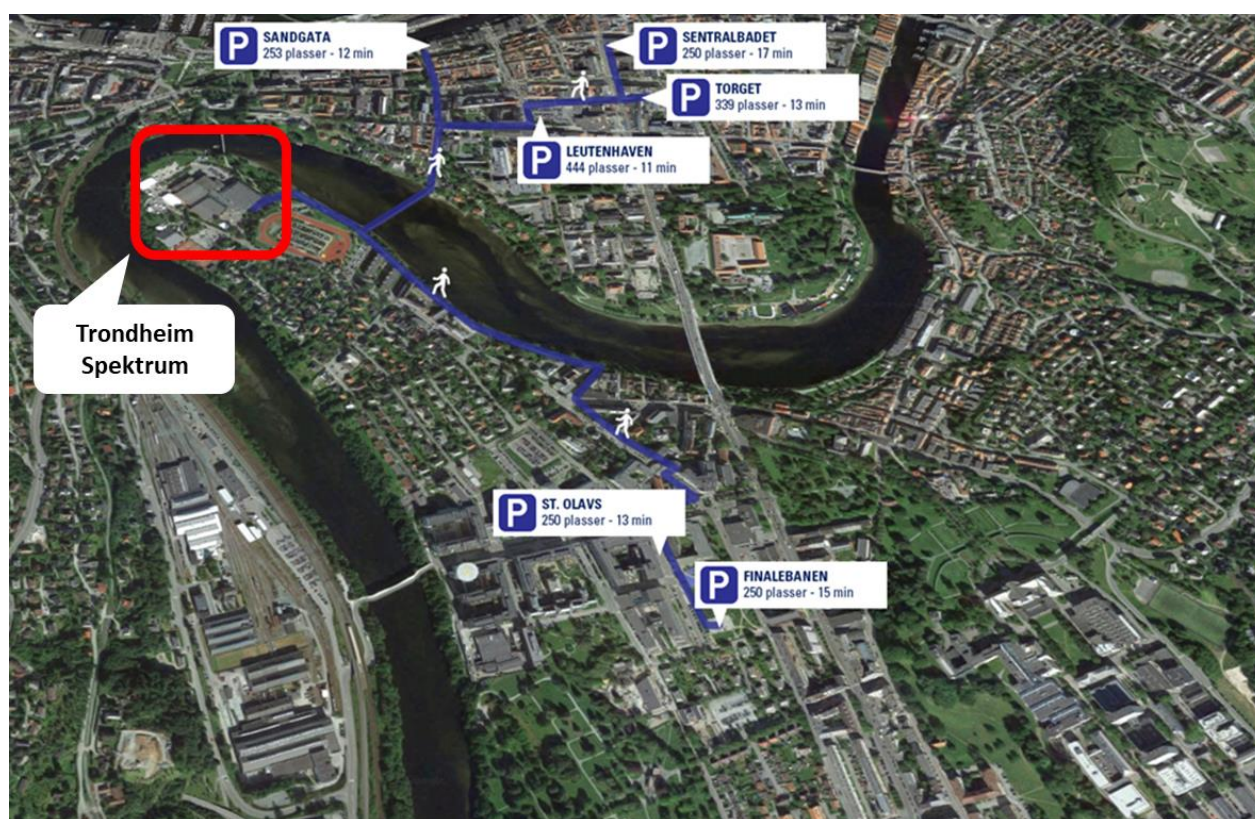
Vi ønsker alle gymnaster, ledere, trenere og publikum velkommen til to spennende NM dager i Trondheim

Mvh
Trondhjems Turnforening
Arrangements ansvarlig
Kari Kvam (95200915)



Vedlegg:

Oversikt bilder Trondheim spektrum, hall og parkering:



Alternative parkeringshus med gangavstand til Trondheim spektrum



TRONDHEIM NM TURN

22.-23. SEPTEMBER 2018



Oversikt bilder av Trondheim Spektrum:

