



## NM JUNIOR 2019

**Sotra Sportsklubb Turn & Dans, i samarbeid med NGTF, inviterer til  
Norgesmesterskap for Turn Kvinner Junior og Turn Menn Junior**

Dato: 1.-2. juni 2019  
Sted: Sotra Turnhall, Idrettsvegen 50, 5353 Straume

*Straume ligger på Litlesotra vest for Bergen. Avstanden fra Bergen Lufthavn er 21 km og fra Bergen sentrum 16 km.*

### Konkurranseklasser

Turn Kvinner Junior: 13-15 år (det året man fyller)  
Turn Menn Junior: 14-18 år (det året man fyller)

### Program

Fredag 31. mai

Trening og utdeling av informasjon og akkreditering.

- 16:00-19:00 Fri trening NM deltakere
- 20:00-20:30 Teknisk møte for trenere og jury (på Scandic Kokstad)  
Obligatorisk oppmøte med en fra hver klubb.

Lørdag 1. juni

NM i 4-kamp, 6-kamp og lagkonkurranse

Kvalifisering til apparatfinaler (6 beste)

- 08:00 Hallen åpner
- 08:15-10:15 Generell oppvarming og apparatoppvarming pulje 1
- 10:20 Innmarsj og konkurransestart pulje 1
- 14:30-16:10 Generell oppvarming og apparatoppvarming pulje 2
- 16:15 Innmarsj med alle deltakere og offisiell åpning av NM Jr 2019
- 16:30 Konkurransestart pulje 2
- Ca 18:30 Medaljeseremoni lag og individuelt
- 20:00-23:00 Bankett Scandic Kokstad

Søndag 2. juni

- 08:30 Hallen åpner
- 09:00-11:15 Oppvarming for finalister
- 11:30 Konkurransestart finaler enkeltapparater
- Ca 14:15 Medaljeseremoni finaler enkeltapparater og avslutning

Tider er med forbehold og blir satt opp endelig etter påmeldingsfristen.



## Påmelding

All påmelding går via MySoft.

Her er en link som forklarer hvordan du kan melde på.

<https://www.gymogturn.no/wp-content/uploads/2015/10/Brukermanual-påmelding-konkurranser-MySoft-1.pdf>

NB! Det er ikke mulig å melde på uten betalt konkurranse- og trenerlisens!

Påmeldingsfrist: 20. april 2019.

Startkontingent kr. 710,- pr. gymnast

Startkontingent kr. 400,- pr. lag

- Ved for sen påmelding beregnes kr 400,- i ekstra kontingent pr gymnast.
- Hotell bookes direkte av den enkelte. Ved bespisning på hotell se informasjon under hotell lenger nede.
- De som ikke bor på hotell, men ønsker å delta på bankett etter konkurransen på lørdag bestiller dette ved påmelding.
- Økning av påmeldingsavgift følger av forbundstingets vedtak om økt dommerhonorar. Mer informasjon finner du her: <https://www.gymogturn.no/blog/2019/01/31/nytt-om-finansiering-av-dommerhonorar/>

## Bespisning – lunsj, middag og bankett

Lunsj lørdag og søndag serveres i hallen til kr 80,- per dag per person og bestilles ved påmelding.

Fredag er det tacobuffet på Scandic Kokstad kl 19-21. Bestilles ved påmelding, kr. 250,- per person.

Lørdag er det bankett etter konkurransen på Scandic Kokstad. Bestilles ved påmelding, kr. 400,- pr person.

Bestilling av bespisning for andre enn deltakere og trenere gjøres på e-post:

leif.sandtorv@aibel.com



## Overnatting

Anbefalt hotell:

### Scandic Kokstad

Bookes via mail eller tlf direkte til hotellet med bookingreferanse: SOT310519

Mail: [booking.kokstad@scandichotels.com](mailto:booking.kokstad@scandichotels.com)

Tlf: 21 61 44 00

### Priser

Enkeltrom inkl. frokostbuffet 740,- NOK per rom per natt

Dobbeltrom inkl. frokostbuffet 840,- NOK per rom per natt

Trippelrom inkl. frokostbuffet 1120,- NOK per rom per natt

Firmansrom inkl. frokostbuffet 1230,- NOK per rom per natt

Hotellet holder av rom frem til 30. april.

## Transport

Scandic Kokstad ligger ca 5 minutter med Bybanen fra Bergen Lufthavn Flesland. Gå av på Birkelandsskiftet terminal.

For de som skal direkte til turnhallen går Skyss linje 23 mellom Bergen Lufthavn og Straume Terminal.

Fredag ordner deltakerne selv med transport til Straume Terminal, se [www.skyss.no](http://www.skyss.no) for rutetider med buss. Det blir satt opp shuttlebuss mellom Straume Terminal og Sotra Turnhall.

Fredag blir det satt opp buss fra Sotra Turnhall til Scandic Kokstad etter trening.

Lørdag og søndag blir det satt opp buss fra Scandic Kokstad til Sotra Turnhall og fra Sotra Turnhall til Scandic Kokstad (lørdag) / Bergen Lufthavn Flesland (søndag). Pris 400,- NOK for alle tre dagene, bestilles ved påmelding.

Bestilling av transport for andre enn deltakere og trenere gjøres på e-post:

[transport.sotrarn@gmail.com](mailto:transport.sotrarn@gmail.com)

For rutetider i Hordaland se [www.skyss.no](http://www.skyss.no)

Straume Terminal ligger 1,3 km fra turnhallen. Det går også noe busser helt frem til hallen. Søk da på stoppested Straume idrettspark i ruteplanleggeren.

## Annet

Spørsmål rettes til Sotra Sportsklubb Turn & Dans, v/Kristine Lundekvam, e-post:

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

Se også <http://sotrarn.no>

Sotra Sportsklubb Turn & Dans ønsker alle velkommen!