



# Kristiansunds turnforening

Byens eldste idrettslag – stiftet 29. mai 1891

Epost: ktfturn@hotmail.com • Adresse: Postboks 408, 6501 Kristiansund • Hjemmeside: turn.kristiansund.com

## Klubbkonkurransen – Høst 2016

Puljeinndeling:

1.-2. klasse, jenter	Pulje 1
2.-3. klasse, jenter	Pulje 1
1.-4. klasse, jenter	Pulje 1
1.-4. klasse, gutter	Pulje 1
4.-5. klasse, jenter	Pulje 2
6.-8. klasse, jenter	Pulje 2
5.-8. klasse, jenter	Pulje 2
5.-7. klasse, gutter	Pulje 2
Konkurransen, gutter	Pulje 2

Tidsplan:

Tidspunkt	Hvem	Hva
10.00-10.20	Trenere og foresatte	Utsett av dommerbord, kiosk og inngang
10.20-10.35	Pulje 1	Generell oppvarming
10.35-10.55	Pulje 1	Felles registrering, oppdeling i grupper og repetering av øvelser i de to første apparatene
10.55-11.00	Pulje 1	Oppstilling til innmarsj
11.00-11.30	Pulje 1	Kort åpning - Konkurransen, de 2 første apparatene
11.30-11.45	Pulje 1	(Om tid) Pause/repeter øvelser i de to siste apparatene
11.45-12.15	Pulje 1	Konkurransen, de 2 siste apparatene
12.15-12.30	Pulje 1	Innmarsj - premieutdeling
Tidspunkt	Hvem	Hva
12.35-12.50	Pulje 2	Generell oppvarming
12.50-13.10	Pulje 2	Felles registrering, oppdeling i grupper og repetering av øvelser i de to første apparatene
13.10-13.15	Pulje 2	Oppstilling til innmarsj
13.15-13.45	Pulje 2	Kort åpning - Konkurransen, de 2 første apparatene
13.45-14.00	Pulje 2	(Om tid) Pause, repeter øvelser i de to siste apparatene
14.00-14.30	Pulje 2	Konkurransen, de 2 siste apparatene
14.30-15.00	Pulje 2	Pause (resultatregning), innmarsj - premieutdeling, rydding