

ÅPENT SØRLANDSMESTERSKAP I TURN

LØRDAG 9. MAI 2009
I apparathallen

**konkurransen (Stigeturn) i alle klasser
for gutter og jenter fra 8 år**

med 90 deltakere fra Grimstad, Mandal, Sandnes og
Kristiansand

Kl. 9.30 Innmarsj jenter 8 – 10 år og alle gutter

Åpning

Kl. 9.45 Apparatprøve og konkurranse
jenter 8-9år, 10år og alle gutter

Kl. 13.15 Premieutdeling 1. omgang

Kl. 13.30 generell oppvarming jenter 11 år og eldre

Kl. 13.45 apparatprøve etter plan

Kl. 15.00 konkurranse

Kl. 18.15 Premieutdeling

Inngangspenger: kr.40,- for voksne

Detaljert plan på neste side

Åpen Sørlandsmesterskap turn 9.mai 2009

Kl. 9.00 Hallen åpner

Kl. 9.15 generell oppvarming og dommermøte

Kl. 9.30 puljeinndeling, innmarsj og åpning

Kl. 9.45 apparatprøve 1.apparat, konkurranse 1. apparat direkte etterpå

Plan for apparatprøve / konkurranse 1. omgang

9.45 – 10.00	App.-prøve	Jenter 8-9år hopp	Jenter 10 år skranke	Gutter 8 -11 år frittstående	Gutter 13 + bøylehest
10.00 – 10.20	Konkur-ranse	Jenter 8-9år hopp	Jenter 10 år skranke	Gutter 8 -11 år frittstående	Gutter 13 + bøylehest
10.20 – 10.35	App.-prøve	Jenter 10 år hopp	Jenter 8-9år skranke	Gutter 13+ frittstående	Gutter 8-11 bøylehest
10.35 – 11.00	Konkur-ranse	Jenter 10 år hopp	Jenter 8-9år skranke	Gutter 13+ frittstående	Gutter 8-11 bøylehest
11.00 – 11.15	App.-prøve	Jenter 8-9 år bom	Jenter 10 år frittstående	Gutter 8-11 ringer	Gutter 13 + hopp
11.15 – 11.40	Konkur-ranse	Jenter 8-9 år bom	Jenter 10 år frittstående	Gutter 8-11 ringer	Gutter 13 + hopp
11.40 – 11.55	App.-prøve	Jenter 10 år bom	Jenter 8-9 år frittstående	Gutter 13 + ringer	Gutter 8-11 hopp
11.55 – 12.20	Konkur-ranse	Jenter 10 år bom	Jenter 8-9 år frittstående	Gutter 13 + ringer	Gutter 8-11 hopp
12.20 – 12.30	App.-prøve			Gutter 8-11 skranke	Gutter 13+ svingstang
12.30 -12.45	Konkur-ranse			Gutter 8-11 skranke	Gutter 13+ svingstang
12.45 – 12.55	App.-prøve			Gutter 13 + svingstang	Gutter 8 -11 skranke
12.55 – 13.10	Konkur-ranse			Gutter 13 + svingstang	Gutter 8 -11 skranke

➔ Tid for apparatprøve kan forkortes hvis alle er ferdig

➔ Det er mulig at gutter bytter apparat tidligere av og til

Kl. 13.15 premieutdeling

Kl. 13.30 generell oppvarming og dommermøte 2.omgang (jenter 11 år og eldre)

Plan for apparatprøve / konkurranse 2. omgang

Oppvarming

Tid	Hopp	Skranke	Bom	Frittstående
13.45 – 14.00	KRS	Mandal/Sandnes	Grimstad/KRS	Kl. 1 + 2
14.00 – 14.15	Mandal /Sandnes	Grimstad/KRS	Kl. 1 + 2	KRS
14.15 – 14.30	Grimst./KRS	Kl. 1 + 2	KRS	Mandal/Sand
14.30 – 14.45	Kl. 1 + 2	KRS	Mand/Sandnes	Grimst./KRS

KRS, Grimstad, Sandnes, Mandal innebærer 11 og 12 åringer

Kl. 14.50 puljeinndeling + innmarsj til apparatene

Konkurranse

Tid	Hopp	Skranke	Bom	Frittstående
15.00 – 15.45	Kl. 1 + 2	KRS 11 år	Ma / Sa 11 år	12 år
15.45 – 16.30	12 år	Kl. 1 + 2	KRS 11 år	Ma /Sa 11 år
16.30 – 17.15	Ma / Sa 11 år	12 år	Kl. 1 + 2	KRS 11 år
17.15 – 18.00	KRS 11 år	Ma / Sa	12 år	Kl. 1 + 2

Kl. 18.15 premieutdeling

Kl. 18.30 Vi ber alle å hjelpe med å rydde hallen!