



Reglement for Gym for Life Challenge Norge 2011 **Reglementet er gjeldende fra 01.03.2011**

Deltakere

Åpent for alle grupper i en forening/klubb.
Valgfritt antall gymnaster.

Alder

I Gym for Life Challenge Norge er nedre aldersgrense 13 år.

Arena

Arenastørrelse er 20 x 14 meter.

Redskaper og apparater

Effekter i form av håndredskaper kan benyttes. Apparater kan ikke benyttes.

Klasse

Det konkurreres i to klasser

- Liten tropp: opp til 20 gymnaster
- Stor tropp: 21 gymnaster eller mer

Klubber kan ikke stille med samme gymnast på mer enn en tropp. Klubber kan heller ikke stille med samme gymnast på stor og liten tropp.

Tidsbruk

- Maks 3 minutter for liten tropp inkludert inn- og utmarsj
- Maks 5 minutter for stor tropp inkludert inn- og utmarsj

Innhold

- Tropper kan ikke delta med samme program i Gym for Life Challenge Norge 2011 som i Gym for Life Challenge Norge 2010.
- Programinnholdet kan være fra alle aktiviteter innen NGTF og må tilpasses gymnastenes ferdigheter.
- Originalitet bør etterstrebes.
- Formasjonsendringer skal forekomme.

Musikk

- Musikken skal tilpasses programmets karakter og vice versa.
- Vokalinnslag brukes der hvor det understreker "handlingen" i programmet, eller passer til programmets innhold.

Vurdering

Oppvisningen vurderes av inntil 6 på forhånd oppnevnte fagpersoner innen NGTF

Det skal holdes dommer/synsermøte i forkant av konkurransen.

Gruppene blir vurdert etter følgende punkter:

1. Teknisk kvalitet: Øvelsene skal være tilpasset gymnastenes ferdighetsnivå, og sikkerheten skal ivaretas. Programmet skal ha målrettet treningseffekt.
2. Originalitet, variasjon, evne til nytenking: Det skal vises evne til nytenking og originalitet både ved valg av tema, musikk, kostymer, øvelsesutvalg og formasjoner.
3. Underholdningsverdi: Oppvisningen skal vekke følelser og fange synsers oppmerksomhet gjennom hele programmet.
4. Helhetsinntrykk: Det skal være en sammenheng mellom tema, musikk, kostymer, uttrykk, øvelsesutvalg og formasjoner.

NB! Alle de 4 punktene har lik verdi

Det synses etter følgende skala:

5 = Særdeles bra

4 = Meget bra

3 = Bra

2 = Mindre bra

1 = Dårlig

Poengoversikt vil ikke bli gitt ut. Derimot skal "feedbackers" gi tilbakemelding til trenerne umiddelbart etter oppvisningen

Premiering

1., 2. og 3. premie i begge klasser.