



Reglement for Gym for Life Challenge Norge

Reglementet er gjeldende fra og med 01.09.2015

Gym for Life Challenge Norge er et nasjonalt arrangement for gymnastikk bredde. Det er et arrangement som avholdes hvert år, bortsett fra de årene det arrangeres Landsturnstevne. Arrangementet gjennomføres av et lag/ krets tilknyttet NGTF som teknisk arrangør, i samarbeid med NGTF. Retningslinjene gjelder NGTF, deltakende grupper og teknisk arrangør. (Retningslinjene kan være veiledende for Gym for Life Challenge i kretser).

Målsetting

Målsetting for Gym for Life Challenge Norge er å:

- Tilby et NGTF-arrangement for gymnastikk bredde.
- Tilby gymnastikkgrupper muligheten til å delta på et nasjonalt arrangement der de kan få sine oppvisninger evaluert.
- Opprette et interessant, inspirerende og spennende arrangement innen gymnastikk bredde for både deltakere, publikum og arrangør.
- Inspirere til deltakelse på internasjonale gymnastikkarrangementer.

Deltakere

Gym for Life Challenge Norge er et arrangement for lag som er medlem av Norges Gymnastikk- og Turnforbund. Deltakelsen er åpen for alle gymnaster fra det året de fyller 13 år. Det er ingen øvre aldersgrense.

Tildeling teknisk arrangør

NGTF knytter til seg en teknisk arrangør (et lag eller en krets tilknyttet NGTF), ett år før Gym for Life Norge skal arrangeres¹.

Frekvens og varighet

Gym for Life Challenge Norge avholdes hvert år, og i høstsemesteret, bortsett fra de årene det arrangeres Landsturnstevne¹. Gym for Life Challenge Norge arrangeres over en helg fra fredag til søndag. Selve konkurransen avholdes på lørdag etterfulgt av Galla lørdag kveld. Trening foregår lørdag morgen, og eventuelt fredag kveld dersom tidspress.

Begrensninger

Gym for Life Challenge Norge skal ikke gjennomføres samtidig, eller sammen med andre turn-, gymnastikk-, eller kulturarrangement.

Oppvisningsarena

Arrangementet skal foregå innendørs. Oppvisningsarealet skal være minimum 20 x 30m. Teppeområdet kan være maks 14x20m². Det skal være plass til minimum 1500 tilskuere, inkludert reserverte plasser for deltakerne. Stedet må ha angitt et avskjermet område med egne, merkede sitteplasser for synsere og sekretariat, og eventuelt reserverte plasser for personer som skal gi tilbakemeldinger.

¹ Retningslinjer som normalt gjelder for Gym for Life Norge, med unntak av GfL 2016 som testevent for WGfL'17.

² Ønsket antall tepperuller må fylles ut i påmeldingsskjema.

Antall gymnaster

Minimum antall gymnaster på en gruppe er fem gymnaster.

Grupper kan velge å delta i EN av de følgende kategorier, inndelt ut fra type oppvisning og gruppestørrelse:

- 1a Gymnastikk & dans, liten gruppe (20 eller færre gymnaster)
- 1b Gymnastikk & dans, stor gruppe (21 eller flere gymnaster)
- 2a Gymnastikk på eller med større utstyr, liten gruppe (20 eller færre gymnaster)
- 2b Gymnastikk på eller med større utstyr, stor gruppe (21 eller flere gymnaster)

For å avholde en kategori i Gym for Life Challenge Norge må minst 4 grupper være registrert. Hvis bare en til tre grupper registreres vil kategorien bli slått sammen med en av de andre kategoriene.

Lag kan ikke stille med samme gymnast i mer enn en gruppe i sin kategori.
Lag kan ikke stille med samme gymnast i både store og små grupper.

Utstyr

Arrangør må kunne tilby et visst minimum av utstyr (se eksempel på utstysliste bak i reglementet). Utstyr inkluderer vanlige apparater som ikke er håndholdte, og som ikke krever spesielle festeanretninger i gulv. Hvilket utstyr som tilbys vil til en viss grad være avhengig av tilgjengelighet og ressurser for arrangør, og kan derfor variere. I innbydelsen vedlegges en liste over hvilket utstyr som er tilgjengelig. Gruppene skal på forhånd melde inn sitt behov for utstyr, inkludert antall tepperuller, via påmeldingsskjema. Deltakere må sørge for anskaffelse og transport av spesialutstyr på egen hånd. Bruk av spesialutstyr, samt eventuelt behov for oppbevaring av eget utstyr må avtales med arrangør i god tid på forhånd.

Sikkerhet

Grupper som gjennomfører oppvisning i apparater må selv sørge for mottakere som innehar godkjent sikringskurs på relevant kompetansenivå i forhold til de øvelser som gruppen skal utføre. Gruppene står selv ansvarlig for sikkerhet ved bruk og oppbevaring av eget utstyr. Mottakers navn, og relevant sikringskurs påføres påmeldingsskjema, sammen med utstysforespørsel.

Innhold

Programinnholdet kan være fra alle aktiviteter innen NGTF. Effekter i form av håndredskaper og rekvisitter kan benyttes i alle oppvisningskategorier. Store apparater kan benyttes i kategori 2a og 2b, i henhold til gjeldende retningslinjer.

Grupper kan ikke delta med samme program 2 ganger i Gym for Life Challenge Norge.

Dersom det blir oppdaget før, under, eller etter gjennomføring av Gym for Life Norge at hele eller deler av en gruppes oppvisning er kopi av en annen oppvisning, vil dette føre til sanksjoner for den gjeldende gruppen. NGTFs breddekomite tar stilling til hvilke sanksjoner dette medfører. Med kopiering mener NGTFs breddekomite: Mer enn 8 tellinger direkte kopiering av koreografi uten endringer. Forsterkende elementer er i tillegg bruk av samme musikk, kostymer og tema.

Tid

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

Musikk

Musikken til oppvisningene må sendes NGTF senest 2 måneder før arrangementet. Hver oppvisningsgruppe må ta med ekstra CD med sin oppvisningsmusikk. Innspillingen av musikken bør foretas profesjonelt.

Trening og oppvarming

Gruppene skal tilbys treningstid på oppvisningsfeltet før arrangementet starter. Informasjon om dette skal gis i infobrev til gruppene.

Det skal lages en tidsplan for oppvarming. Oppvarmingsområdet bør være direkte forbundet med oppvisningsområdet.

Vurdering

Oppvisningene vurderes av inntil 8 på forhånd oppnevnte fagpersoner innen NGTF, hver av dem med erfaringer fra ulike typer turn/gymnastikkgrener og aktiviteter, drama, koreografi og oppvisning. Det skal holdes 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. Gymnastene må vise god musikkforståelse.

2. Originalitet, variasjon, evne til nytenking:

Det skal vises evne til originalitet, variasjon og nytenking både ved valg av tema, musikk, kostymer, redskaper/ apparater, øvelsesutvalg, formasjoner, bruk av retninger og plan.

3. Underholdningsverdi:

Oppvisningen skal vekke følelser og fange publikums oppmerksomhet gjennom hele programmet.

4. Helhetsinntrykk:

Det skal være en sammenheng mellom tema, musikk, kostymer, redskaper/ apparater, uttrykk, øvelsesutvalg og formasjoner. Musikk: Hvis man bruker vokalinnslag bør det være for å understreke tematikken i oppvisningsprogrammet. Musikken skal tilpasses programmets karakter og oppbygging.

NB! Alle de 4 punktene har lik verdi, og vurderes utfra en skala fra 1 til 5.

Resultater

Poengoversikten er ikke offisiell og er kun tilgjengelig for synsere og sekretariat for å fastslå det endelige resultatet. Grupper med høyest poengsum blir tildelt gullmedalje. Sølv- og bronsemedaljer fordeles jevnt mellom de resterende gruppene. Gull, sølv- og bronsetildelingene er det offisielle resultatet. Medaljene blir presentert for gruppene i alfabetisk rekkefølge. Hver gymnast mottar enten gull, sølv- eller bronsemedalje, og hver gruppe mottar et diplom.

Galla

Galla organiseres direkte i etterkant av oppvisningskonkurransen. Alle grupper som mottar gullmedalje får delta på Galla. Etter gjennomføring av konkurransen blir opptil 3 Wild Cards belønnet med deltakelse på Galla. NGTFs breddekomité bestemmer hvordan man utnevner Wild-Cards.

I løpet av Galla vil alle synsere, samt en trener eller leder fra hver av deltakergruppene i konkurransen delta som synsere under Galla³. Trener eller leder skal synse på vegne av laget de representerer. Det er ikke tillatt å stemme på sitt eget lag. Hver synser vil på eget skjema identifisere deres førstevalg (# 1 = beste gruppe), deres andre valg (# 2 = nest beste gruppe), og deres tredje valg (# 3 = tredje beste gruppe).

Hver synser jobber individuelt. Prisen tildeles gruppen med mest underholdende program, uavhengig av tidligere poengscore. Evalueringkriteriene vil være de samme som brukes for konkurransen:

- Teknisk kvalitet
- Underholdningsverdi
- Originalitet, variasjon og evne til nytenkning
- Helhetsinntrykk

Sekretariatet summerer resultatene etter følgende system:

- Nummer 1 = 10 poeng
- Nummer 2 = 6 poeng
- Nummer 3 = 2 poeng

I tilfelle det blir likt endelig resultat vil disse faktorene avgjøre sluttresultatet:

- Flest nummer 1
- Høyest poeng gitt av de åtte ekspertsynserne
- Høyest poeng gitt av de øvrige synserne

Galla avsluttes med prisutdelingen «Best in show».

³ Hver gruppe skal ved påmelding oppnevne en gruppetrener- eller leder til å delta som synser under Galla.

Eksempel på utstysliste

Utstyr	Antall
Rullbare teppematter 14x2m 35mm tykke	10
Skolematter 2x1 m	10
Tumblingbane inkl. løpematte, landingsområde og sikkerhetsmatter	1
Hoppredskap (Pegasus) høyde opp til 165 cm	1
Turnkasser i tre	2
Trebenker	4
Trampett beregnet på barn/ junior	1
Trampett beregnet på voksen/ senior	2
Airtrack / lufttumbling /airfloor	1
Springbrett	1
Tilløpsmatte trampett/hoppredskap 25 m, 25 mm tykk	1
Landingsområde trampett (bestående av flere tjukkaser/nedslagsmatter og sikkerhetsmatter)	1