



NORGESMESTERSKAP  
TEAMGYM JUNIOR  
SOLA 2023

# Programblad, NM Teamgym 2023

Norgesmesterskap TeamGym junior kvinner, miks og menn | Sola 24. - 26. november 2023



# Leder

av hovedkomiteen, Vette Aarsvoll Svarstad





NORGESMESTERSKAP  
TEAMGYM JUNIOR  
SOLA 2023

# Forord

## **Kjære deltakere, trenere, dommere, frivillige og publikum!**

På vegne av hovedkomiteen ønsker vi dere hjertelig velkommen til NM Teamgym junior på Sola.

Vi er utrolig glade og stolte over å være vertskap for dette prestisjefylte mesterskapet. Det er svært gledelig å se den store økningen i antall lag som deltar i år! Med hele 40 kvinnetropper, 16 mikstropper og 8 herretropper blir det noen innholdsrike og minneverdige dager her i Fjogstad-Hus Turnarena.

Det er veldig mange involverte personer i klubben som har jobbet iherdig for å gjøre dette mesterskapet til det det er i dag. Vi i hovedkomiteen ønsker å rette en stor takk til alle frivillige som bidrar før, under og etter mesterskapet! Uten deres innsats ville det ikke vært mulig for Sola Turn å gjennomføre slike arrangement.

Vi ønsker også å takke våre samarbeidspartnere som bidrar med alt fra mat, transport, t-skjorter, overnatting osv.

Vi ønsker alle gymnaster, trenere, ledere og dommere lykke til!

---

Med vennlig hilsen  
*Vetle Aarsvoll Svarstad*  
Leder av hovedkomiteen

---

## **Hovedkomité for NM TeamGym junior 2023:**

Leder:	Vetle Aarsvoll Svarstad
Konkurransansvarlig:	Benjamin Refshauge Kristiansen
Økonomi, frivillige og logistikk:	Anita Horpestad Brede

## **Sentrale personer:**

Dommeransvarlig:	Andreas Suoranta
Kiosk:	Oddbjørg Oppedal Ringsby
Resultatservice:	Tone Brede
Premier og defilering:	Tonje Våge Alvestad
Førstehjelp:	Silje Broadhurst
Fotograf:	Kristi Hopen



# Hilsen fra NGTFs president

Norgesmesterskap i TeamGym kvinner, miks og menn junior,  
24. - 26. november 2023, Sola

## *Kjære gymnastikk- og turnvenner!*



Mange har trent hardt fram mot mesterskapet og føler at mye står på spill. Noen håper på å være med å sloss om de edleste medaljer, mens andre har som mål å være på den øverste delen av resultatlisten. Alle har de en ting felles, og det er å prestere sitt beste når det gjelder.

Ikke minst er det mange trenere, ledere, foreldre og andre som følger sine gymnaster med stor spenning. Mange er til stede her i hallen, mens andre følger live-resultatene på tropp.no.

For de fleste av disse er ikke nødvendigvis det viktigste at gymnastene vinner eller tar medalje, men at man kommer gjennom mesterskapet med en opplevelse av mestring og at man tar med seg gode minner i arbeidet mot nye mål. Selv har jeg både konkurrert og vært dommer

i en rekke norgesmesterskap i apparatturn. Jeg vet hvor spent man er og hvor mye det betyr å få ut sitt potensiale i et slikt mesterskap.

Avslutningsvis vil jeg rette en stor takk til Sola Turn som arrangør. Vi vet alle hvor mye ressurser det kreves når mesterskap skal arrangeres og forbundet retter en stor takk til Sola Turn og alle deres frivillige som bidrar til at dette garantert blir et minnerikt mesterskap.

Jeg ønsker alle lykke til med mesterskapet!

Norges Gymnastikk- Turnforbund

*Torgeir Røinås Pedersen*  
President





NORGESMESTERSKAP  
**TEAMGYM JUNIOR**  
SOLA 2023



# Kjære gymnaster!

Jeg er veldig glad for at dere samles for NM i TeamGym i akkurat Sola. Hjertelig velkommen til oss! Det er mange treningsøkter som ligger til grunn for det dere nå skal vise frem. Det er imponerende innsats som legges ned av både utøvere og støtteapparatet med trenere og familiene rundt.

Jeg håper dere får noen fine dager sammen, til å drive med det dere er best på, men at dere også får tid til å knytte vennskap på tvers av foreninger og landsdeler.

Masse lykke til!

Hilsen

*Janne Stangeland Rege*  
Ordfører i Sola kommune







NORGESMESTERSKAP  
**TEAMGYM JUNIOR**  
SOLA 2023









NORGESMESTERSKAP  
TEAMGYM JUNIOR  
SOLA 2023

# Kjære turnvenner!

## Hjertelig velkommen til Sola!

Vi har gledet oss lenge til dette arrangementet, vi er stolte og takknemlige over å få være vertskap for årets NM Teamgym junior. Hele klubben har rigget seg for å skape de aller beste rammer for at alle våre gjester skal få noen fine opplevelser denne helgen.

Gjennom de siste årene har Sola Turn vært ute på en fantastisk reise. I 2019 realiserte vi drømmehallen Fjogstad-Hus Turnarena som er hallen dere nå sitter i og som skal huse årets NM. Klubben har også de siste fem årene vokst mye og blitt en stor klubb med et bredt sortiment av sportslige tilbud for våre medlemmer. Vi i styret er stolte av våre ansatte, trenere, ildsjeler som hver dag går den ekstra meteren for å gi våre medlemmer et enda bedre tilbud. En spesiell takk sendes til alle dere som har bidratt til forberedelser og gjennomføring av dette NM.

De siste årene har Sola Turn også hatt et spesielt fokus på å være en vertskapsklubb. Vi ønsker virkelig å legge til rette for at turnglade ungdommer skal få de beste forhold til å utvikle seg i verdens fineste idrett. Gjennom de siste årene har vi opplevd stor idretts glede blant annet når vi har fått besøk av flere hundre ungdommer til Camp Sola. For oss handler dette først og fremst om våre kjerneverdier: Sammen om idretts glede, utvikling og vennskap. Vi tror at felleskap og deling av erfaringer på tvers av klubber er nøkkelen til idretts glede, utvikling og at nye vennskap etableres! I 2024 feirer vi 5 års jubileum som vertskap for Camp Sola – noe vi gleder oss stort til, vi håper å se mange av dere i uke 32 til neste år!

Vi ønsker dere alle både gymnaster, trenere, klubber, dommere, forbundsrepresentanter med flere lykke til med helgens arrangement. Vi skal gjøre vårt ytterste for at dere alle får en flott helg med fine rammer for idretten vi er så glade i!

Med vennlig hilsen  
Styret i Sola Turn  
v/styreleder Tony Daniel Machin

## Fredag 24. november

16:00	Hallen åpner
17:00 – 21:00	Åpen trening kvinner

## Lørdag 25. november

07:30	Hallen åpner
08:15	Trener- og dommermøte
08:30	Trening pulje 1 og 2
10:00	Åpning av konkurransen
<b>10:15</b>	<b>Konkurransen pulje 1</b>
<b>11:20</b>	<b>Konkurransen pulje 2</b>
12:30	Trening pulje 3 og 4
<b>14:00</b>	<b>Konkurransen pulje 3</b>
<b>15:10</b>	<b>Konkurransen pulje 4</b>
16:15	Trening pulje 5 og 6
<b>17:30</b>	<b>Konkurransen pulje 5</b>
<b>18:30</b>	<b>Konkurransen pulje 6</b>
19:35	Premieutdeling kvinner
19:55	Trening miks og menn
18:00–23:00	Bankett Quality Hotel Residence

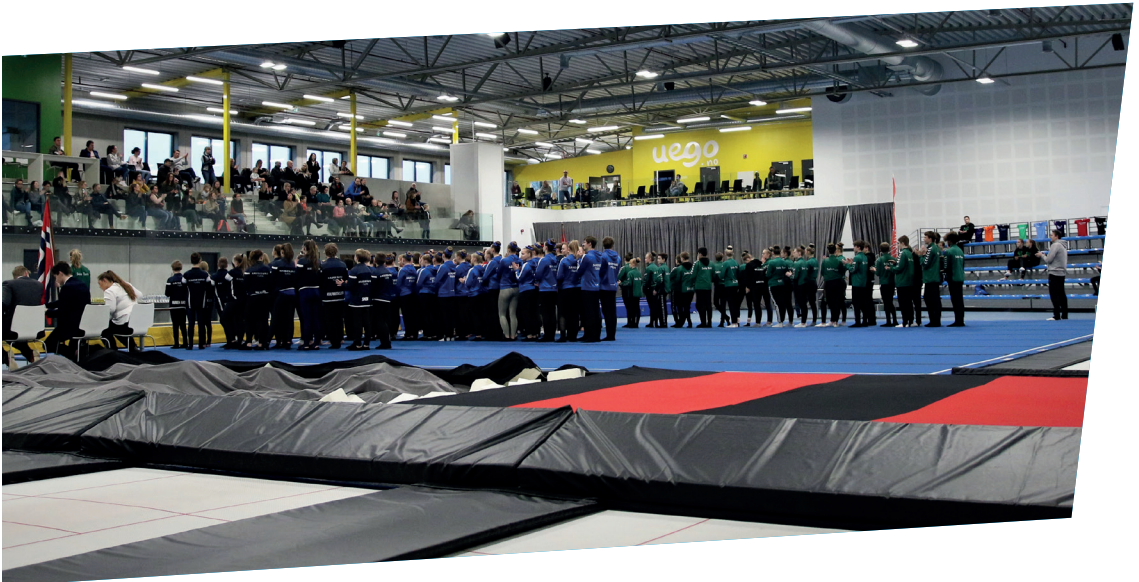




NORGESMESTERSKAP  
**TEAMGYM JUNIOR**  
SOLA 2023

## Søndag 26. november

07:30	Hallen åpner
08:30	Trening pulje 7 og 8
09:15	Trener- og dommermøte
<b>09:45</b>	<b>Konkurranse pulje 7</b>
<b>10:25</b>	<b>Konkurranse pulje 8</b>
11:05	Trening pulje 9 og 10
<b>12:20</b>	<b>Konkurranse pulje 9 miks</b>
<b>13:00</b>	<b>Konkurranse pulje 10 miks</b>
13:45	Trening pulje 11 og 12 menn
<b>15:00</b>	<b>Konkurranse pulje 11 menn</b>
<b>15:40</b>	<b>Konkurranse pulje 12 menn</b>
16:25	Premieutdeling miks og menn



# Deltakende tropper

## KVINNER

Arendal

Beitstad

Drammen

Gneist

Grimstad

Hammer

Haugesund

Hokksund

Holmen

IL R.O.S.

Kjøkkelvik

Kongsvinger

Kristiansands

Laksevåg

Langhus

Lillehammer

Orkanger

Oslo

Salhus

Sandnes

Sandved

Skavøypoll

Skoger

Sola

Sotra

STAG

Tertnes

Trondhjems

Tønsberg

Ørland

Åsane

## MIKS

Beitstad

Drammen

Haugesund

IL R.O.S.

Kjøkkelvik

Kongsvinger

Orkanger

Sandnes

Sarpsborg

Sola

STAG

Tønsberg

Ørland

## MENN

Beitstad

Drammen

IL R.O.S.

Laksevåg

Oslo

Sandnes

Tønsberg

Ørland



NORGESMESTERSKAP  
TEAMGYM JUNIOR  
SOLA 2023

# Åpen trening

FREDAG 24. NOVEMBER

Tid			Frittstående	Tumbling	Trampett
17:00	-	17:06	Oslo 1	Sandnes	Kristiansand
17:06	-	17:12	Oslo 2	Drammen	Skoger
17:12	-	17:18			
17:18	-	17:24	Kristiansand	Oslo 1	Sandnes
17:24	-	17:30	Skoger	Oslo 2	Drammen
17:30	-	17:36			
17:36	-	17:42	Sandnes	Kristiansand	Oslo 1
17:42	-	17:48	Drammen	Skoger	Oslo 2
17:48	-	17:54	Kjøkkelvik	Sandved	Trondhjem
17:54	-	18:00	Sotra 1	Arendal 1	Stag 1
18:00	-	18:06	Sotra 2	Arendal 2	Stag 2
18:06	-	18:12	Trondhjem	Kjøkkelvik	Sandved
18:12	-	18:18	Stag 1	Sotra 1	Arendal 1
18:18	-	18:24	Stag 2	Sotra 2	Arendal 2
18:24	-	18:30	Sandved	Trondhjem	Kjøkkelvik
18:30	-	18:36	Arendal 1	Stag 1	Sotra 1
18:36	-	18:42	Arendal 2	Stag 2	Sotra 2
18:42	-	18:48	Gneist 1	Hammer 1	Orkanger
18:48	-	18:54	Gneist 2	Hammer 2	ROS
18:54	-	19:00	Ørland	Salhus	Lillehammer
19:00	-	19:06	Orkanger	Gneist 1	Hammer 1
19:06	-	19:12	ROS	Gneist 2	Hammer 2
19:12	-	19:18	Lillehammer	Ørland	Salhus



# Åpen trening

FREDAG 24. NOVEMBER

19:18	-	19:24	Hammer 1	Orkanger	Gneist 1
19:24	-	19:30	Hammer 2	ROS	Gneist 2
19:30	-	19:36	Salhus	Lillehammer	Ørland
19:36	-	19:42	Beitstad 1	Langhus	Kongsvinger
19:42	-	19:48	Beitstad 2	Tertnes	Tønsberg
19:48	-	19:54	Holmen	Åsane	Laksevåg
19:54	-	20:00	Grimstad	Haugesund	Kongsvinger miks
20:00	-	20:06	Kongsvinger	Beitstad 1	Langhus
20:06	-	20:12	Tønsberg	Beitstad 2	Tertnes
20:12	-	20:18	Laksevåg	Holmen	Åsane
20:18	-	20:24	Kongsvinger miks	Grimstad	Haugesund
20:24	-	20:30	Langhus	Kongsvinger	Beitstad 1
20:30	-	20:36	Tertnes	Tønsberg	Beitstad 2
20:36	-	20:42	Åsane	Laksevåg	Holmen
20:42	-	20:48	Haugesund	Kongsvinger miks	Grimstad



**eurogym.dk**



NORGESMESTERSKAP  
TEAMGYM JUNIOR  
SOLA 2023

# Åpen trening

## LØRDAG 25. NOVEMBER

Tid			Frittstående	Tumbling	Trampett
19:55	-	20:01	Haugesund	Orkanger	Sarpsborg
20:01	-	20:07	Oslo	Kjøkkelvik	Stag
20:07	-	20:13	Sarpsborg	Haugesund	Orkanger
20:13	-	20:19	Stag	Oslo	Kjøkkelvik
20:19	-	20:25	Orkanger	Sarpsborg	Haugesund
20:25	-	20:31	Kjøkkelvik	Stag	Oslo
20:31	-	20:37	Drammen miks	ROS miks	Ørland miks
20:37	-	20:43	Drammen menn	ROS menn	Ørland menn
20:43	-	20:49	Ørland miks	Drammen miks	ROS miks
20:49	-	20:55	Ørland menn	Drammen menn	ROS menn
20:55	-	21:01	ROS miks	Ørland miks	Drammen miks
21:01	-	21:07	ROS menn	Ørland menn	Drammen menn
21:07	-	21:13	Sandnes miks 1	Beitstad miks 1	
21:13	-	21:19	Sandnes miks 2	Beitstad miks 2	Laksevåg
21:19	-	21:25	Sandnes menn	Beitstad menn	
21:25	-	21:31		Sandnes miks 1	Beitstad miks 1
21:31	-	21:37	Laksevåg	Sandnes miks 2	Beitstad miks 2
21:37	-	21:43		Sandnes menn	Beitstad menn
21:43	-	21:49	Beitstad miks 1	Laksevåg	Sandnes miks 1
21:49	-	21:55	Beitstad miks 2		Sandnes miks 2
21:55	-	22:01	Beitstad menn		Sandnes menn

# Tidsplan lørdag 25.11

## TRENING - PULJE 1 & 2

Tid			Frittstående	Tumbling	Trampett
08:30	-	08:36	Sola 2	Beitstad 2	Hokksund 2
08:36	-	08:42	Lillehammer	Sandved	Skavøypoll
08:42	-	08:48	Tønsberg	Sola 2	Beitstad 2
08:48	-	08:54	Hokksund 2	Lillehammer	Sandved
08:54	-	09:00	Skavøypoll	Tønsberg	Sola 2
09:00	-	09:06	Beitstad 2	Hokksund 2	Lillehammer
09:06	-	09:12	Sandved	Skavøypoll	Tønsberg
09:12	-	09:18	Hammer 2	Sotra 2	Åsane
09:18	-	09:24	Skoger	Haugesund	IL R.O.S.
09:24	-	09:30	Orkanger	Hammer 2	Sotra 2
09:30	-	09:36	Åsane	Skoger	Haugesund
09:36	-	09:42	IL R.O.S.	Orkanger	Hammer 2
09:42	-	09:48	Sotra 2	Åsane	Skoger
09:48	-	09:54	Haugesund	IL R.O.S.	Orkanger

**FOCUS**  
TRAFIKKSKOLE





## KONKURRANSE - PULJE 1

PULJE 1

Ca. tid	#	Frittstående	Tumbling	Trampett
10:15	1	Sola 2		
10:18	2		Beitstad 2	
10:21	3			Hokksund 2
10:24	4	Lillehammer		
10:27	5		Sandved	
10:30	6			Skavøypoll
10:33	7	Tønsberg		
10:36	8		Sola 2	
10:39	9			Beitstad 2
10:42	10	Hokksund 2		
10:45	11		Lillehammer	
10:48	12			Sandved
10:51	13	Skavøypoll		
10:54	14		Tønsberg	
10:57	15			Sola 2
11:00	16	Beitstad 2		
11:03	17		Hokksund 2	
11:06	18			Lillehammer
11:09	19	Sandved		
11:12	20		Skavøypoll	
11:15	21			Tønsberg

## KONKURRANSE - PULJE 2



Ca. tid	#	Frittstående	Tumbling	Trampett
II:20	22	Hammer 2		
II:23	23		Sotra 2	
II:26	24			Åsane
II:29	25	Skoger		
II:32	26		Haugesund	
II:35	27			IL R.O.S.
II:38	28	Orkanger		
II:41	29		Hammer 2	
II:44	30			Sotra 2
II:47	31	Åsane		
II:50	32		Skoger	
II:53	33			Haugesund
II:56	34	IL R.O.S.		
II:59	35		Orkanger	
I2:02	36			Hammer 2
I2:05	37	Sotra 2		
I2:08	38		Åsane	
I2:11	39			Skoger
I2:14	40	Haugesund		
I2:17	41		IL R.O.S.	
I2:20	42			Orkanger

PULJE 2



## TRENING - PULJE 3 & 4

Tid			Frittstående	Tumbling	Trampett
12:30	-	12:36	Arendal 2	STAG 2	Gneist 2
12:36	-	12:42	Oslo 2	Beitstad 1	Tertnes
12:42	-	12:48	Hokksund 1	Arendal 2	STAG 2
12:48	-	12:54	Gneist 2	Oslo 2	Beitstad 1
12:54	-	13:00	Tertnes	Hokksund 1	Arendal 2
13:00	-	13:06	STAG 2	Gneist 2	Oslo 2
13:06	-	13:12	Beitstad 1	Tertnes	Hokksund 1
13:12	-	13:18	Sola 1	Salhus	Ørland
13:18	-	13:24	Kongsvinger	Kristiansand	Kjøkkelvik
13:24	-	13:30	Langhus	Sola 1	Salhus
13:30	-	13:36	Ørland	Kongsvinger	Kristiansand
13:36	-	13:42	Kjøkkelvik	Langhus	Sola 1
13:42	-	13:48	Salhus	Ørland	Kongsvinger
13:48	-	13:54	Kristiansand	Kjøkkelvik	Langhus

# EN SIGN.

## KONKURRANSE - PULJE 3



### PULJE 3

Ca. tid	#	Frittstående	Tumbling	Trampett
14:00	43	Arendal 2		
14:03	44		STAG 2	
14:06	45			Gneist 2
14:09	46	Oslo 2		
14:12	47		Beitstad 1	
14:15	48			Tertnes
14:18	49	Hokksund 1		
14:21	50		Arendal 2	
14:24	51			STAG 2
14:27	52	Gneist 2		
14:30	53		Oslo 2	
14:33	54			Beitstad 1
14:36	55	Tertnes		
14:39	56		Hokksund 1	
14:42	57			Arendal 2
14:45	58	STAG 2		
14:48	59		Gneist 2	
14:51	60			Oslo 2
14:54	61	Beitstad 1		
14:57	62		Tertnes	
15:00	63			Hokksund 1



## KONKURRANSE - PULJE 4

PULJE 4

Ca. tid	#	Frittstående	Tumbling	Trampett
15:10	64	Sola I		
15:13	65		Salhus	
15:16	66			Ørland
15:19	67	Kongsvinger		
15:22	68		Kristiansand	
15:25	69			Kjøkkelvik
15:28	70	Langhus		
15:31	71		Sola I	
15:34	72			Salhus
15:37	73	Ørland		
15:40	74		Kongsvinger	
15:43	75			Kristiansand
15:46	76	Kjøkkelvik		
15:49	77		Langhus	
15:52	78			Sola I
15:55	79	Salhus		
15:58	80		Ørland	
16:01	81			Kongsvinger
16:04	82	Kristiansand		
16:07	83		Kjøkkelvik	
16:10	84			Langhus



## TRENING - PULJE 5 & 6

Tid			Frittstående	Tumbling	Trampett
16:15	-	16:21	Laksevåg	Sandnes	Grimstad
16:21	-	16:27	Hammer 1	Trondhjem	Sotra 1
16:27	-	16:33	Grimstad	Laksevåg	Sandnes
16:33	-	16:39	Sotra 1	Hammer 1	Trondhjem
16:39	-	16:45	Sandnes	Grimstad	Laksevåg
16:45	-	16:51	Trondhjem	Sotra 1	Hammer 1
16:51	-	16:57	STAG 1	Holmen 1	Gneist 1
16:57	-	17:03	Arendal 1	Oslo 1	Drammen
17:03	-	17:09	Gneist 1	STAG 1	Holmen 1
17:09	-	17:15	Drammen	Arendal 1	Oslo 1
17:15	-	17:21	Holmen 1	Gneist 1	STAG 1
17:21	-	17:27	Oslo 1	Drammen	Arendal 1

**norsk agurk**



## KONKURRANSE - PULJE 5

►

**PULJE 5**

Ca. tid	#	Frittstående	Tumbling	Trampett
17:30	85	Laksevåg		
17:33	86		Sandnes	
17:36	87			Grimstad
17:39	88	Hammer I		
17:42	89		Trondhjem	
17:45	90			Sotra I
17:48	91		Laksevåg	
17:51	92			Sandnes
17:54	93	Grimstad		
17:57	94		Hammer I	
18:00	95			Trondhjem
18:03	96	Sotra I		
18:06	97			Laksevåg
18:09	98	Sandnes		
18:12	99		Grimstad	
18:15	100			Hammer I
18:18	101	Trondhjem		
18:21	102		Sotra I	

## KONKURRANSE - PULJE 6



PULJE 6

Ca. tid	#	Frittstående	Tumbling	Trampett
18:30	103	STAG 1		
18:33	104		Holmen 1	
18:36	105			Gneist 1
18:39	106	Arendal 1		
18:42	107		Oslo 1	
18:45	108			Drammen
18:48	109		STAG 1	
18:51	110			Holmen 1
18:54	111	Gneist 1		
18:57	112		Arendal 1	
19:00	113			Oslo 1
19:03	114	Drammen		
19:06	115			STAG 1
19:09	116	Holmen 1		
19:12	117		Gneist 1	
19:15	118			Arendal 1
19:18	119	Oslo 1		
19:21	120		Drammen	

# venue



NORGESMESTERSKAP  
TEAMGYM JUNIOR  
SOLA 2023

# Dommeroppsett

## FRITTSTÅENDE

Camilla Clausen (overdommer)

Emilie Sørensen

Kari Løtveit

Frida Hjortseth

Britt Haraldsen

Stine Bø Lilje

Cecilie Feyling

## TUMBLING

Ståle Eiken (overdommer)

Linn Reithe Christensen

Tomine Gravli Walmann

May Rømen

Synne Skar

## TRAMPETT

Kjetil Folkvord (overdommer)

Cathrine Ødegård Knudsen

Elisabeth Ueland

Sara Kverme

Tron Lunde

Anette Daae

---

## JURY:

Åse Linda Tynning

Silje Dueland

Overdommer i respektive apparat

# Tidsplan søndag 26.11

## TRENING - PULJE 7 & 8

Tid			Frittstående	Tumbling	Trampett
08:30	-	08:36	Orkanger	Beitstad 2	Tønsberg 2
08:36	-	08:42	Sandnes 2		
08:42	-	08:48	Tønsberg 2	Orkanger	Beitstad 2
08:48	-	08:54		Sandnes 2	
08:54	-	09:00	Beitstad 2	Tønsberg 2	Orkanger
09:00	-	09:06			Sandnes 2
09:06	-	09:12	Sarpsborg	Kongsvinger	Kjøkkelvik
09:12	-	09:18	Haugesund		
09:18	-	09:24	Kjøkkelvik	Sarpsborg	Kongsvinger
09:24	-	09:30		Haugesund	
09:30	-	09:36	Kongsvinger	Kjøkkelvik	Sarpsborg
09:36	-	09:42			Haugesund





## KONKURRANSE - PULJE 7



PULJE 7

Ca. tid	#	Frittstående	Tumbling	Trampest
09:45	121	Orkanger		
09:48	122		Beitstad 2	
09:51	123			Tønsberg 2
09:54	124	Sandnes 2		
09:57	125		Orkanger	
10:00	126			Beitstad 2
10:03	127	Tønsberg 2		
10:06	128		Sandnes 2	
10:09	129			Orkanger
10:12	130	Beitstad 2		
10:15	131		Tønsberg 2	
10:18	132			Sandnes 2

## KONKURRANSE - PULJE 8



PULJE 8

Ca. tid	#	Frittstående	Tumbling	Trampest
10:25	133	Sarpsborg		
10:28	134		Kongsvinger	
10:31	135			Kjøkkelvik
10:34	136	Haugesund		
10:37	137		Sarpsborg	
10:40	138			Kongsvinger
10:43	139	Kjøkkelvik		
10:46	140		Haugesund	
10:49	141			Sarpsborg
10:52	142	Kongsvinger		
10:55	143		Kjøkkelvik	
10:58	144			Haugesund

## TRENING - PULJE 9 & 10

Tid			Frittstående	Tumbling	Trampett
11:05	-	11:11	Sola	IL R.O.S.	Beitstad I
11:11	-	11:17	Drammen		
11:17	-	11:23	Beitstad I	Sola	IL R.O.S.
11:23	-	11:29		Drammen	
11:29	-	11:35	IL R.O.S.	Beitstad I	Sola
11:35	-	11:41			Drammen
11:41	-	11:47	STAG	Ørland	Tønsberg I
11:47	-	11:53	Sandnes I		
11:53	-	11:59	Tønsberg I	STAG	Ørland
11:59	-	12:05		Sandnes I	
12:05	-	12:11	Ørland	Tønsberg I	STAG
12:11	-	12:17			Sandnes I



## KONKURRANSE - PULJE 9



Ca. tid	#	Frittstående	Tumbling	Trampett
12:20	145	Sola		
12:23	146		IL R.O.S.	
12:26	147			Beitstad I
12:29	148	Drammen		
12:32	149		Sola	
12:35	150			IL R.O.S.
12:38	151	Beitstad I		
12:41	152		Drammen	
12:44	153			Sola
12:47	154	IL R.O.S.		
12:50	155		Beitstad I	
12:53	156			Drammen

PULJE 9

## KONKURRANSE - PULJE 10



Ca. tid	#	Frittstående	Tumbling	Trampett
13:00	157	STAG		
13:03	158		Ørland	
13:06	159			Tønsberg I
13:09	160	Sandnes I		
13:12	161		STAG	
13:15	162			Ørland
13:18	163	Tønsberg I		
13:21	164		Sandnes I	
13:24	165			STAG
13:27	166	Ørland		
13:30	167		Tønsberg I	
13:33	168			Sandnes I

PULJE 10

## TRENING - PULJE 11 & 12

Tid			Frittstående	Tumbling	Trampett
13:45	-	13:51	Tønsberg	Drammen	IL R.O.S.
13:51	-	13:57	Ørland		
13:57	-	14:03	IL R.O.S.	Tønsberg	Drammen
14:03	-	14:09		Ørland	
14:09	-	14:15	Drammen	IL R.O.S.	Tønsberg
14:15	-	14:21			Ørland
14:21	-	14:27	Sandnes	Laksevåg	Beitstad
14:27	-	14:33	Oslo		
14:33	-	14:39	Beitstad	Sandnes	Laksevåg
14:39	-	14:45		Oslo	
14:45	-	14:51	Laksevåg	Beitstad	Sandnes
14:51	-	14:57			Oslo



Since 1994

**Logi Trans®**

## KONKURRANSE - PULJE 11



Ca. tid	#	Frittstående	Tumbling	Trampett
15:00	169	Tønsberg		
15:03	170		Drammen	
15:06	171			IL R.O.S.
15:09	172	Ørland		
15:12	173		Tønsberg	
15:15	174			Drammen
15:18	175	IL R.O.S.		
15:21	176		Ørland	
15:24	177			Tønsberg
15:27	178	Drammen		
15:30	179		IL R.O.S.	
15:33	180			Ørland

PULJE 11

## KONKURRANSE - PULJE 12



Ca. tid	#	Frittstående	Tumbling	Trampett
15:40	181	Sandnes		
15:43	182		Laksevåg	
15:46	183			Beitstad
15:49	184	Oslo		
15:52	185		Sandnes	
15:55	186			Laksevåg
15:58	187	Beitstad		
16:01	188		Oslo	
16:04	189			Sandnes
16:07	190	Laksevåg		
16:10	191		Beitstad	
16:13	192			Oslo

PULJE 12







NORGESMESTERSKAP  
**TEAMGYM JUNIOR**  
SOLA 2023

# Tidligere Norgesmestere

TeamGym kvinner, miks og herrer

År	Kvinner	Miks	Menn
2009	Holmen Tropp og Turn	Holmen Tropp og Turn	Haugesund
2010	Holmen Tropp og Turn	Holmen Tropp og Turn	STAG
2011	Holmen Tropp og Turn	Holmen Tropp og Turn	Holmen Tropp og Turn
2012	Holmen Tropp og Turn	Holmen Tropp og Turn	Holmen Tropp og Turn
2013	Holmen Tropp og Turn	Holmen Tropp og Turn	Holmen Tropp og Turn
2014	Holmen Tropp og Turn	Holmen Tropp og Turn	Holmen Tropp og Turn
2015	Holmen Tropp og Turn	Sandnes Turn	Drammen Turnforening
2016	Holmen Tropp og Turn	Oslo Turnforening	Holmen Tropp og Turn
2017	Oslo Turnforening	Oslo Turnforening	Holmen Tropp og Turn
2018	Holmen Tropp og Turn	Holmen Tropp og Turn	Holmen Tropp og Turn
2019	Trondhjems Turnforening	Sandnes Turnforening & Holmen Tropp og Turn	Oslo Turnforening
2020	Avlyst på grunn av COVID-19		
2021	Oslo Turnforening	Beitstad IL Turn	Oslo Turnforening
2022	Arendal Turnforening	Sandnes Turnforening	Oslo Turnforening



CHOPAR

SPAR  
20%

---

TURN -OG TRENINGSKLÆR

BRUK KODEN

**NM2023**

Koden gjelder frem til 20. november.  
Koden kan ikke brukes på allerede  
rabatterte produkter.



Se resultater på [tropp.no](https://tropp.no)



NORGESMESTERSKAP  
**TEAMGYM JUNIOR**  
SOLA 2023





# Årets råeste sommercamp for troppsgymnastikk

UKE 32  
2024

Med klassetrenerne og fasiliteter i toppklasse ønsker Sola Turn å invitere DEG som er født i 2013 eller eldre til Norges råeste sommercamp. EN OPPLEVELSE DU SENT VIL GLEMME!

**Nytt av året! Kun uke 32  
- mulighet for 300 deltakere!**

**CAMP  
SOLA**  
WORK HARD.  
PLAY HARD.

Mer info på:



Skann  
meg!

Følg oss på  
Instagram!

[solaturn.no/campsola](https://solaturn.no/campsola)