

Unisport cup nr.1 2019 i Stavanger Turnforening

TIDSPLAN (med forbehold om endringer)

LØRDAG

09:15 Dommermøte på styrerommet.

Innmarsj kun for puljen, for første pulje kl.10:15.

Pulje 1

Kl 9.00 – 9.20 Generell oppvarming

Styrt Apparat oppvarming,- se plan.

Kl. 10.15 Innmarsj med konkurranse start

Pulje 2

Kl 12.00 – 12.20 Generell oppvarming

Styrt apparat oppvarming,- se plan.

Kl. 13.15 Innmarsj med konkurranse start

Pulje 3

Kl.15.00 – 15.20 Generell oppvarming

Styrt apparat oppvarming,- se plan

Kl. 16.15 Innmarsj med konkurransesstart

Kl.18:00 Beregnet slutt

SØNDAG

08:15 Dommermøte ved behov.

Pulje 3

Kl. 8.00 – 8.20 Generell oppvarming

Styrt apparat oppvarming,- se plan

Kl 9.15 Innmarsj med konkurranse start

Pulje 2

Kl 10.55 – 11.15 Generell oppvarming

Styrt apparat oppvarming,- se plan

Kl 12:10 Innmarsj med konkurransesstart

Pulje 1

Kl 13.50 – 14.10 Generell oppvarming

Styrt apparat oppvarming,- se plan

Kl. 15.05 Innmarsj med konkurransesstart

Ca. kl. 17:30 Premieutdeling

Unisport cup nr.1 2019 i Stavanger Turnforening

Gruppe inndeling Unisport NC1 2019 Stavanger

LØRDAG

PULJE 1

Gruppe 1 – Gjelleråsen 5 - Grimstad 5 – Fana 5

Gruppe 2 – Gjøvik 1 - Siddis 14

Gruppe 3 – Nordstrand 4 – Askim 2 - Asker 5 – Njård 3

Gruppe 4 – Nedre Glomma 4 – Trøgstad 1 – Oslo 10

PULJE 2

Gruppe 5 – Tromsø 7 – Kristiansand 2 – Hamar 6

Gruppe 6 – Holmen 6 - Elverum 5 - Herkules 4

Gruppe 7 – Stavanger 11 – Sverre 1- Hammer 3

Gruppe 8 – Kabelvåg 1 – Rena 1 - Hokksund 4 – Nøtterøy 9

PULJE 3

Gruppe 9 – Ålesund 4 - Høybråten og Stovner 7 – Mandal 4

Gruppe 10 – Sandvika 5 – Kristiansund 5 – Nidaros 5

Gruppe 11 – Drammen 6 – Drøbak 4 - Sandnes 5

Gruppe 12 – Hoppensprett 2 - Slemmestad 13

SØNDAG

PULJE 3

Gruppe 9 – Ålesund 4 – Høybråten og Stovner 7 – Mandal 4

Gruppe 10 - Sandvika 5 – Kristiansund 5 – Nidaros 5

Gruppe 11 – Drammen 6 – Drøbak 4 – Sandnes 5

Gruppe 12 – Hoppensprett 2 - Slemmestad 13

PULJE 2

Gruppe 5 – Tromsø 7 – Kristiansand 2 – Hamar 6

Gruppe 6 – Holmen 6 – Elverum 5 – Askim 2

Gruppe 7 – Stavanger 11 – Sverre 1 - Hammer 3

Gruppe 8 – Kabelvåg 1 – Rena 1 - Hokksund 4 - Nøtterøy 9

Pulje1

Gruppe 1 – Gjelleråsen 5 – Grimstad 5 – Fana 5

Gruppe 2 – Gjøvik 1 - Siddis 14

Gruppe 3 – Nordstrand 4 – Askim 2 - Asker 5 – Njård 3

Gruppe 4 – Nedre Glomma 4 – Trøgstad 1 – Oslo 10

Unisport cup nr.1 2019 i Stavanger Turnforening

LØRDAG gjennomkjøringsplan

Pulje 1

Generell oppvarming kl. 9.00 – 9.20

Apparat oppvarming

	Hopp	Skranke	Bom	Frittstående
09.20 – 09.45	Gr4	Gr1	Gr 2	Gr3
09.45 – 10.10	Gr1	Gr2	Gr 3	Gr4

- **Kl.10.15 Innmarsj med konkurranse start**

Konkurranse rotasjon

	Hopp	Skranke	Bom	Frittstående
10.20 – 11.10	Gr1	Gr2	Gr3	Gr 4
11.10 – 12.00	Gr4	Gr1	Gr2	Gr 3

Pulje 2

Generell oppvarming kl. 12.00 – 12.20

Apparat oppvarming

	Hopp	Skranke	Bom	Frittstående
12.20 – 12.45	Gr8	Gr5	Gr6	Gr7
12.45 – 13.10	Gr5	Gr6	Gr7	Gr8

- **Kl.13.15 Innmarsj med konkurranse start**

Konkurranse rotasjon

	Hopp	Skranke	Bom	Frittstående
13.20 – 14.10	Gr5	Gr6	Gr7	Gr8
14.10 – 15.00	Gr8	Gr5	Gr6	Gr7

Pulje 3

Generell oppvarming kl.15.00 – 15.20

Apparat oppvarming

	Hopp	Skranke	Bom	Frittstående
15.20 – 15.45	Gr12	Gr9	Gr10	Gr11
15.45 – 16.10	Gr9	Gr10	Gr 11	Gr12

- **Kl.16.15 Innmarsj med konkurransestart**

Konkurranse rotasjon

	Hopp	Skranke	Bom	Frittstående
16.20 – 17.10	Gr9	Gr10	Gr11	Gr12
17.10 – 18.00	Gr12	Gr9	Gr10	Gr11

Unisport cup nr.1 2019 i Stavanger Turnforening

SØNDAG gjennomkjøringsplan

Pulje 3

Generell oppvarming kl. 8.00 – 8.20

Apparat oppvarming

	Hopp	Skranke	Bom	Frittstående
8.20 – 8.45	Gr10	Gr11	Gr12	Gr9
8.45 – 9.10	Gr11	Gr12	Gr 9	Gr10

Kl. 9.15 Innmarsj med konkurranse start

Konkurranse rotasjon

	Hopp	Skranke	Bom	Frittstående
9.15 – 10.05	Gr11	Gr12	Gr9	Gr10
10.05 – 10.55	Gr 10	Gr 11	Gr12	Gr9

Pulje 2

Generell oppvarming kl 10.55 – 11.15

Apparat oppvarming

	Hopp	Skranke	Bom	Frittstående
11.15 – 11.40	Gr6	Gr7	Gr8	Gr5
11.40 – 12.05	Gr7	Gr8	Gr5	Gr6

Kl.12:10 Innmarsj med konkurransestart

Konkurranse rotasjon

	Hopp	Skranke	Bom	Frittstående
12:10 – 13.00	Gr7	Gr8	Gr5	Gr6
13.00 – 13.50	Gr8	Gr7	Gr8	Gr5

Pulje 3

Generell Oppvarming kl 13.50 – 14.10

Apparat oppvarming

	Hopp	Skranke	Bom	Frittstående
14.10 – 14.35	Gr2	Gr3	Gr4	Gr1
14.35 – 15.00	Gr3	Gr4	Gr1	Gr2

Kl 15.05 Innmarsj med konkurransestart

Konkurranse rotasjon

	Hopp	Skranke	Bom	Frittstående
15.05 – 15.55	Gr3	Gr4	Gr1	Gr2
15.55 – 16.45	Gr2	Gr3	Gr4	Gr1