



BVHIF Charmers cheerleading i samarbeid med NAIF seksjon Cheer har gleden av å ønske velkommen til Nadderud Arena og



*Lørdag 29.mars og søndag 30.mars*

**18.februar**

Påmeldingsfrist for klubber, lag, deltakere, trenere og lagledere

**8. mars**

Stengt for etterregistrering og endringer



## KONKURRANSEN

Det skal konkurreres i følgende kategorier:

### **Cheerleading – GS og PS**

#### **Youth**

Group Stunt intermediate (Level 2)  
Group Stunt Median (Level 3)  
Group Stunt Advanced (Level 4)

#### **Junior**

Group Stunt Median (Level 3)  
Group Stunt Advanced (Level 4)  
Group Stunt Elite (Level 5)

#### **Senior**

Group Stunt Median (Level 3)  
Group Stunt Advanced (Level 4)  
Group Stunt Elite (Level 5)  
Group Stunt Premier All Girl (Level 6)  
  
Partner Stunt Advanced Coed (Level 4)  
Partner Stunt Elite Coed (Level 5)  
Partner Stunt Premier Coed (Level 6)

### **Performance Cheer**

#### **Youth**

Pom  
HipHop

#### **Junior**

Pom  
HipHop

#### **Senior**

Pom  
HipHop  
  
Pom Doubles  
HipHop Doubles

### **Cheerleading – Lag**

#### **Youth**

Novice (Level 1)  
Intermediate (Level 2)  
Median All Girl & Coed (Level 3)

#### **Junior**

Intermediate (Level 2)  
Median All Girl & Coed (Level 3)  
Advanced All Girl & Coed (Level 4)

#### **Senior**

Intermediate All Girl og Coed (Level 2)  
Median All Girl & Coed (Level 3)  
Åpen Klasse (Level 3)  
Advanced All Girl & Coed (Level 4)  
Elite All Girl & Coed (Level 5)

Antall utøvere på alle lag er minst 10 utøvere, maks 24 utøvere + maks 5 reserver. Antall utøvere på Groupstunt er opptil 5 utøvere, maks 1 reserve.

NB! Ved 3 eller færre påmeldte lag i en kategori, vil det gjøres sammenslåinger mellom all girl og coed på samme nivå, dersom arrangøren mener dette er hensiktsmessig.

Nadderud Arena åpner kl. 08.00 for de som er akkreditert. Hvis tidsplanen tillater det, kan lag som ønsker det få tildelt mattetid til gjennomkjøring, men dette er først og fremst et tilbud for de som ikke har fulle mattesett å trene på i forkant av konkurransen. Vi vil sende ut egen informasjon om dette etter at meldingsfristen har gått ut.

Konkurransstart er satt til å starte tidligst kl 09.00 lørdag og kl 09.00 på søndag. Antall påmeldinger og oppsett av tidsplan vil kunne føre til justeringer av starttidspunkt.

- Youth og Junior Cheerleading konkurrerer lørdag.
- Senior Cheerleading, Åpen klasse samt Pom og Hip Hop (både youth, junior og senior) konkurrerer søndag

### **Oppvisning:**

Det avsettes **2,5 minutter pr lag** til oppvisning. Ønsker dere at deres oppvisningslag skal kjøres samlet etter hverandre så, gi oss beskjed om dette.



## **Reglement:**

### **Idrettens regelverk:**

Dette arrangementet er underlagt regelverket til Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF) og Norges amerikanske idretters forbund. Dette omfatter også NIFs antidopingregelverk.

En sak som gjelder et mulig brudd på idrettens regelverk, vil bli behandlet av NIFs doms organer, og eventuelt med endelig virkning i Idrettens voldgiftsrett, dersom saken gjelder brudd på antidopingregelverket. Brudd på reglene kan medføre sanksjoner, bl.a. utelukkelse fra all idrettslig aktivitet under NIF herunder Norges amerikanske idretters forbund.

For mer informasjon se NIFs nettsider, [www.idrettsforbundet.no/tema/juss/antidoping](http://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/antidoping)

Ved påmelding vedkjennes det at dere har lest og forstått vilkårene for deltakelse og godtar disse.

## **PÅMELDING**

**18.februar:** Frist for påmelding

**8.mars:** Stenges for etteranmeldelser og endringer i påmeldinger

Påmelding gjøres digitalt: <https://arrangement.amerikanskeidretter.no/arrangement/24>

Merk at dette er samme påmeldingssystem som har blitt brukt tidligere og klubber kan derfor logge på med samme innlogging. Er dere en ny klubb eller har glemt innloggingsinfo, ta kontakt på mail med klubbnavn og ønsket kontaktperson: [cheer@naifcheer.no](mailto:cheer@naifcheer.no)

Etteranmeldelser og endringer koster kr 100,- pr endring etter fristen **18.februar 2025**.

### ***Deltakeravgifter***

Pr konkurranse lag	900,- pr lag
Pr oppvisningslag	400,- pr lag
Group Stunt og Partner Stunt	400,- pr lag
Pr utøver/trener	375,- pr deltaker
Pr lagleder/støttepersonell	250,- pr deltaker
Pr Mini/PeeWee utøvere	250,- pr deltaker

Alle utøvere får Spring Open t-skjorte. PeeWee/Mini oppvisning får medaljer i tillegg.

De tre beste lagene i hver kategori får pokal samt medaljer til utøverne. Vinneren får også et Spring Open 2025 banner.

Medaljer for Mini/PeeWee blir gitt ut til lagleder/trener med en gang de er ferdige med oppvisningen.

Endringer koster kr 100,- pr endring etter fristen 18.februar og må gjøres manuelt ved å sende mail til [charmernesspringopen@gmail.com](mailto:charmernesspringopen@gmail.com).

### **Betaling:**

Faktura blir tilsendt umiddelbart etter at påmeldingsfrist har gått ut. Klubbene får faktura samlet per klubb – ikke per lag.

**NB; påmeldingen er ikke endelig før betaling er gjort.**

Spørsmål til påmelding kan sendes til: [charmernesspringopen@gmail.com](mailto:charmernesspringopen@gmail.com).



## PRAKTISK INFO

### Akkreditering:

Utøvere trenger ikke vise ID på Spring Open. Hver utøver stiller opp i alfabetisk rekkefølge etter etternavn og må si sitt fulle navn når de kommer til akkrediteringen. Deretter går de piercing/smykkekontroll.

Alle klubber må levere et bekreftelsesskjema på at de påmeldte utøverne er de som faktisk stiller på matta og at de har betalt lisens. Skjema kan enten sendes inn i forkant eller senest leveres ved innsjekk før man får utdelt akkrediteringsbånd. Skjema blir sendt ut til kontaktperson etter at påmeldingsfristene har gått ut.

Spørsmål om akkreditering kan sendes til forbundet, [cheer@naifcheer.no](mailto:cheer@naifcheer.no).

### Lisens:

Alle konkurrerende utøvere fra norske klubber må ha gyldig og betalt lisens til NAIF. Dette gjelder også trenerlisens for påmeldte trenere. Lisens for sesongen 2024/2025 kan registreres fra og med august 2024. Forbundet eller arrangør vil ikke kontrollere lisenser ved akkreditering, men det vil bli tatt stikkprøver. Lag som har utøvere uten lisens, vil bli straffet av forbundet med diskvalifisering samt bøter iht. sanksjonsreglementet. Minner også om at alle trenere som meldes på norske konkurranser må ha tatt trenerattesten.

Spørsmål angående lisens og trenerattest sendes til NAIF på mail: [cheer@naifcheer.no](mailto:cheer@naifcheer.no)

### Musikk:

Musikk til rutinene tar trener/lagleder med til konkurransen på telefon. Husk også å ta med back-up. Pass på at musikken kan spilles offline. Husk at det er klubbens ansvar å ha en person som kan trykke "Play" for laget. Denne personen må være akkreditert. Arrangørklubb tar ansvar for å ha med overgang til riktig telefon.

### Streaming:

I samråd med NAIF vil det ikke bli lagt opp til streaming av Spring Open 2025 slik vi har hatt tidligere år. Dette på grunn av nye og strengere retningslinjer for streaming i barne- og breddeidretten. Vi vil derimot fortsatt forsøke å få til filming av rutinene slik at lagene kan få sett seg selv i opptak etter at de har vært på matta, men dette vil ikke deles eller være tilgjengelig for andre.

### Konkurransematte og oppvarming:

Konkurransematten vil være 8 matter, tilsvarende 16m x 14m, både for cheerleading og performance cheer. På oppvarmingsområdet vil det være to fulle gulv (14x16 m), hvorav et med musikk.

## OVERNATTING:

### Thon Hotel Oslofjord:

Med sportsrabatter kan dere nyte et deilig opphold på Thon Hotell Oslofjord i Sandvika.

Thon Hotel Oslofjord ligger sentralt i Sandvika, 10 minutter fra Oslo sentrum. Med store rom og en av landets største konferansefasiliteter er hotellet ideelt for møter og opphold, med enkel tilgang til kollektivtransport og parkering. For bestilling av rom under Spring Open fra fredag 28.03 til søndag 30.03, bruk ta kontakt med oss i Charmers, så får du koden til et godt tilbud

### Scandic Fornebu:

Her er du nær naturen med aktiviteter for alle. Flotte uteområder rett utenfor døren med strender, turløyper, windsurfing og innendørs golf. For bestilling, følg linken: [Spring Open 2025 | Scandic Hotels](#)

### Scandic Sjølyst:

Bo urbant, og samtidig nær flotte friluftsområder, på Skøyen i Oslo. På vårt nyrenoverte hotell nyter du sentral beliggenhet kombinert med landlig idyll. Følg linken for bestilling: [Spring Open 2025 | Scandic Hotels](#)



## ØVRIG INFORMASJON:

Arrangør tar ikke ansvar for eiendeler som oppbevares i garderobe eller i hallen og vi oppfordrer alle til ikke å ta med verdisaker.

Eksakte tider kommer i siste informasjon til klubbene. Tidsskjemaet kan bli endret underveis, ved uforutsette hendelser. Vi oppfordrer derfor klubbene til å informere «sitt publikum» å møte i god tid før «deres utøvere» skal i ilden. Vi anslår at arrangementet er ferdig innen. kl. 18 :00 begge dager litt avhengig av antall påmeldinger.

## BILLETTPRISER FOR PUBLIKUM:

Voksen:	kr 200,- pr dag
Pensjonister & studenter:	kr 100,- pr dag
Barn/ungdom 5-15 år:	kr 50,- pr dag
Barn under 5 år:	Gratis
Ledsagerbevis:	Gratis

Familiepris (2 voksne & 2 barn): kr 400,- pr dag

Vi har bankterminal/Vipps både i billettluke og i kiosk/kafeteria samt at du kan betale med kontanter.

Vi har som vanlig et meget godt utvalg av kioskvare og diverse varm mat.

## Informasjonskanaler:

All informasjon om arrangementet vil bli lagt ut på nettsiden: [www.charmers.no](http://www.charmers.no).

Spørsmål om konkurransen rettes til [charmersspringopen@gmail.com](mailto:charmersspringopen@gmail.com).

## God sportsånd:

Charmers Cheerleading og NAIF seksjon Cheer minner alle utøvere, lagledere, trenere og tilskuere om å vise god sportsånd under Spring Open 2025. Alle utøverne har trent hardt og fortjener oppmerksomhet og respekt - vi reiser oss ikke midt i rutinen. Både tilskuere og utøvere oppfordres til å heie på alle lag.

## Anti-doping:



Charmers Cheerleading er et rent idrettslag og vi ønsker å minne om at Spring Open er et rent arrangement. Som arrangør vil vi tilrettelegge forholdene for en eventuell kontroll etter gjeldende rutiner fra Anti-doping Norge. Alle utøvere og ledere skal forholde seg til instruks gitt fra representanter fra Anti-doping Norge. Se [www.antidoping](http://www.antidoping) for mer informasjon.

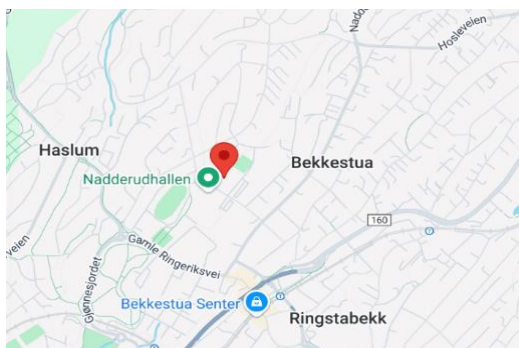


## VEIBESKRIVELSE:

### Adresse

Nadderud: Arena  
Haukeveien 11  
1357 Bekkestua

[Klikk her for større kart](#)



### Tog til Stabekk eller Sandvika:

Både flytoget og VY går jevnlig fra og til Oslo Gardermoen flyplass. Det tar ca. 40 minutter til flyplassen med flytoget.

### Fra Sandvika:

Ta buss 230 «Ila», gå av på holdeplassen «Nadderudhallen», derfra tar det ca. 5 minutter å gå til Nadderud Arena

### Fra Stabekk Stasjon:

Ta buss fra Stabekk Stasjon til Bekkestua, bytt til buss 140 «Skøyen via Østerås», gå av på holdeplassen «Nadderudhallen», derfra tar det ca. 5 minutter å gå til Nadderud Arena

### T-Bane til Bekkestua:

T-banen går hvert 15.minutt fra Oslo. Ta linje 3 mot Kolsås. Gå av på Bekkestua Stasjon.

### Buss fra Bekkestua:

Ta buss 140 «Skøyen via Østerås», gå av på holdeplassen «Nadderudhallen», derfra er tar det ca. 5 minutter å gå til Nadderud Arena.

### Parkering:

Utenfor Nadderud Arena og Nadderudhallen.

**Vi ønsker alle klubber hjertelig velkommen til en sosial og givende helg med Cheer på Nadderud Arena. Vi gleder oss veldig og håper så mange som mulig har anledning til å delta!**

## BVHIF CHARMERS CHEERLEADING

Arrangementskomiteen

v/ Camilla Haugen

Mob: 917 78 069

E-post: [charmersspringopen@gmail.com](mailto:charmersspringopen@gmail.com)

