



ÅSANE SEAHAWKS
I SAMARBIED MED NAIF SEKSJON
CHEER GLEDEN AV Å INVITERE TIL

Julecup 2023

2 desember 2023 I ÅSANE ARENA



**NORGES AMERIKANSKE
IDRETTERS FORBUND**

JULECUP 2023

Vi har den gleden av å invitere til Julecup 2023 i Åsane Arena lørdag 2. Desember.

Åsane Arena åpner ca. **kl.08.15** for deltakerne – med forbehold om endringer etter påmeldingsfristen er gått ut.

Alle påmeldte klubber som ønsker det, får spesifikk mattetid til gjennomgang av show i forkant av konkurransstart. Konkurransstart rundt **kl.10.00** – med forbehold om endringer etter påmeldingsfristen er gått ut.

REGLEMENT

For å kunne delta i konkurransen må klubben være medlem av Norges Amerikanske Idretters Forbund (NAIF) og ha betalt medlemskontingent.

Det konkurreres etter gjeldene regelverk som man finner på forbundets nettsider:

<https://amerikanskeidretter.no/cheerleading/konkurransereglement/>

NAIF oppfordrer alle trenere til å lese regelverket svært nøye, og komme med spørsmål i forkant av konkurransen. **Spørsmål rettes til forbundets regelkomité på mail:**

rules@naifcheer.no

KATEGORIER

PERFORMANCE CHEER

Youth Pom

Youth Hip Hop

Junior Pom

Junior Hip Hop

Senior Pom

Senior Hip Hop

GROUPSTUNT

Youth all girl og coed Intermediate (level 2)

Youth all girl og coed Median (level 3)

Youth all girl og coed Advanced (level 4)

Junior all girl og coed Median (level 3)
Junior all girl og coed Advanced (level 4)
Junior all girl og coed Elite (level 5)
Senior all girl og coed Median (level 3)
Senior all girl og coed Advanced (level 4)
Senior all girl og coed Elite (level 5)
Senior all girl og coed Premier (level 6)

PARTNERSTUNT

Junior coed Elite (level 5)
Senior all girl og coed Advanced (level 4)
Senior all girl og coed Premier (level 6)

CHEERLEADING

Youth all girl og coed Intermediate (level 2)
Youth all girl og coed Median (level 3)
Youth all girl og coed Advanced (level 4)

Junior all girl og coed Intermediate (level 2)
Junior all girl og coed Median (level 3)
Junior all girl og coed Advanced (level 4)
Junior all girl og coed Elite (level 5)

Senior all girl og coed Intermediate (level 2)
Senior all girl og coed Median (level 3)
Senior all girl og coed Advanced (level 4)
Senior all girl og coed Elite (level 5)
Senior all girl og coed Premier (level 6)

Åpen klasse (level 3)

OPPVISNING

Det er åpent for Peewee oppvisninger på inntil 5 min pr. Klubb.

NB! Ved tre eller færre påmeldte lag i en kategori kan all girl og coed på samme nivå bli slått sammen og konkurrere som en kategori.

PÅMELDING

Påmeldingsskjema sendes ferdig utfylt til:

Julecup@seahawks.no

Vi ber om at all informasjon i påmeldingslistene samsvarer med informasjon ført opp i SportsAdmin (fornavn, mellomnavn, etternavn og fødselsdato).

FRISTENE ER SOM FØLGER

01. November – Siste frist for påmelding

20 November – Siste frist for etterpåmeldelser og endringer

ETTER-REGISTRERING OG ENDRINGER

Påmelding av lag og/eller deltakere etter **1 november** vil medføre en tilleggsavgift på kr 100 per endring. Endringer av påmeldinger belastes med kr 100 per lag hvis det gjelder en endring for hele laget og kr 100 per utøver ved endring av navn og lignende.

Ved avmelding av lag og/eller deltaker blir ikke påmeldingsavgiften refundert.

Vi ber om at klubbene overholder fristene.

DELTAKERAVGIFT

Performance Cheer og Cheerleading lag: kr 900 pr lag

Group Stunt: kr 350 pr lag

Partner Stunt: kr 350 pr lag

Peewee-oppvisning: kr 350 pr lag

Pris per deltaker:

Deltakeravgift: 375kr

Deltakeravgiften inkluderer konkurransen, en liten gave og lunsj på konkurransedagen.

LISENS

Alle konkurrerende utøvere fra norske klubber må ha gyldig og betalt lisens til NAIF. Lag som har utøvere uten lisens vil bli straffet iht. Sanksjonsreglementet.

Klubbene er selv ansvarlig for å registrere lisenser for sine utøvere og gjør dette ved hjelp av SportsAdmin. Spørsmål som gjelder registrering av lisens eller bruk av SportsAdmin rettes til NIF IT Support på support@idrettsforbundet.no eller tlf: 21 02 90 90 (åpent man-tors kl. 08:00-19:00, fre 08:00-15:30). Andre spørsmål angående lisens sendes til NAIF på mail: cheer@naifcheer.no

AKKREDITERING

Utøvere trenger ikke å vise ID på mindre konkurranser i Norge, men alle konkurranser følger allikevel noenlunde lik prosedyre for akkreditering:

Hver utøver stiller opp i alfabetisk rekkefølge etter etternavn og må si sitt fulle navn når de kommer til akkrediteringen. Deretter går de til 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

IDRETTENS SENTRALE 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 domsorganer, 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: <https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/antidoping/>

Ved påmelding vedkjenner klubbene at de har lest og forstått vilkårene for deltakelse og godtar disse.

ANTIDOPING

Alle utøvere plikter å sette seg inn i de dopingreglene som er fastsatt av Antidoping Norge (ADNO, www.antidoping.no). Dersom man er usikker på om medisinene man bruker står på dopinglisten anbefaler vi å sjekke for sikkerhetsskyld, det kan gjøres ved et legemiddelsøk: <https://antidoping.no/regler/legemiddelsok>

MUSIKK

Musikken som skal brukes til rutinen må spilles av direkte fra en telefon eller musikkavspiller med en AUX-kabel. Det blir ikke anledning til å bruke CD. Hvis man benytter seg av en telefon, må denne settes i flymodus. Det vil være en AUX-Lightning overgang tilgjengelig både på oppvarmingsmatten og på konkurransematten for de som har iPhone.

INFORMASJON

Spørsmål om arrangementet kan sendes til:

Julecup@seahawks.no

VEIBESKRIVELSE TIL ÅSANE ARENA

Adresse: Åsane Senter 60, 5131 Nyborg

Parkering: Det er svært liten mulighet for parkering utenfor hallen, så det oppfordres til kollektivtransport.

ANKOMST MED KOLLEKTIVTRANSPORT

Fra Bergen sentrum

Stoppet festplassen eller bryggen kan man ta følgende busser til Åsane terminal:

3 Støbotn eller 4 Flaktveit tar ca. 18 minutter.

Fra Bergen busstasjon kan man ta følgende busser til Åsane terminal:

36 Hordvik eller 300 Knarvik tar ca. 15 minutter.

Fra Flesland

Ta Bybanen fra Flesland til Bergen busstasjon og bytt der til buss 36 Hordvik eller 300 Knarvik og gå av på Åsane terminal.

Eller ta bybanen fra Flesland til byparken og bytt til buss 3 Støbotn eller 4 Flaktveit og gå av på Åsane terminal. Ellers er det mulig å ta flybussen fra Flesland til Åsane terminal, den tar ca. en time.

Bussene i Bergen drives av Skyss. Man kan bruke skyss.no eller appen Skyss Reise for å planlegge reise og se reisetider. Billett kjøpes via appen Skyss Billett.

Det tar 10-15 minutter å gå fra Åsane Terminal til Åsane Arena.

Aktiviteter i Bergen

Bergen er en fin by men ulike aktiviteter man kan ta seg til dersom dere ønsker å finne på noe med laget. Har laget en liten liste med ting som er mulig å finne på dersom dere ønsker :)

- Julemarkedet som ligger sentralt i Bergen sentrum åpner fredag 1 desember og er et veldig koselig sted hvor man lett finner julestemningen med pariserhjul, lys og mange gode lukter.
- Pepperkakebyen, verdens største finner dere også sentralt i byen og er virkelig verd å besøke om dere ikke har vært der før. Her er det samlet flere tusen pepperkakehus som er satt sammen til en stor by.
- Akvariet, som ligger ute på Nordnes. Dette er en liten spasertur fra Bergen sentrum. Her har de alt fra pingviner, seler til alle mulige små fisker.
- Tur på fløyen, her tenner de adventslys søndag 3 desember, det er en fin tur å gå da den ikke er så veldig lang eller krevende. Men det er også fult mulig å ta den spektakulære Fløibanen som er en svært bratt kabelbane som trekker dere hele veien opp til toppen. Fra fløyen får dere nydelig utsikt over Bergen.
- Ellers finnes det mange restauranter i sentrum, her vil jeg anbefale dere å bestille bord på forhånd da det fort kan være fult i helgene.

Vi ønsker dere hjertelig velkommen til Bergen og Julecup 2023