



Viken og Oslo Gymnastikk- og Turnkrets inviterer til

SIKRINGSKURS 1 TRAMPETT og SIKRINGSKURS 1 TUMBLING/AIRTRACK

Sikringskurs 1 Trampett og Sikringskurs 1 Tumbling/Airtrack arrangeres i samarbeid med IL R.O.S. Turn. Kursene gjennomføres etter den nye trenerløypa, og retter seg mot alle som bruker trampett, tumbling og airtrack på trening, i konkurranser, eller i undervisning. Man kan delta på sikringskurs fra det året man fyller 16 år.

Sted: ROS Arena, Ovnerudveien 1, 3430 Spikkestad

Dato: 01.02. - 02.02.2020

Tidspunkt: Lørdag 01.02 kl. 10:00-17:00
Søndag 02.02 kl. 10:00-17:00

Kurslærer: Martine Lillegraven

Pris: 1500,- inkl. kursmateriell for deltakere med trenerlisens fra NGTF.
1850,- inkl. kursmateriell for deltakere uten trenerlisens fra NGTF.

Kursmateriell for Sikringskurs 1 Trampett og Sikringskurs 1 Tumbling/Airtrack, samt lunsj inngår i prisen, men garanteres bare dersom påmeldingsfristen overholdes.

Deltakerne må selv laste ned og medbringe nyeste reglement for troppsgymnastikk, dommerskjema, symbolreglement og vanskeskjema fra: www.gymogturn.no/konkurranse/troppsgymnastikk.

Betaling: Kurset blir fakturert i etterkant. Påmeldingen er bindende. Kun legeerklæring er gyldig for å slippe å betale kursavgift etter at påmeldingsfristen er utløpt. Faktura sendes til klubben om ikke annet blir oppgitt.

Reise og overnatting: Den enkelte deltaker ivaretar all reise og overnatting selv.

[Her kan du finne hoteller i nærheten.](#) NGTF har avtale med Nordic Choice. Om du ønsker å bruke denne avtalen, ligger rabatten inne ved å bruke denne koden: <https://www.nordicchoicehotels.no/kampanjer-og-tilbud/ngtf/>

Påmelding: Påmeldingsfrist er **onsdag 29. januar 2020**.

Påmelding skjer ved å sende e-post til kristin.axberg@gymogturn.no.

NB! For at påmelding skal registreres må du oppgi følgende informasjon:

Fullt navn, klubb, fødselsdato, telefonnummer og e-postadresse.

Kurset har begrenset med plasser, så det er første mann til mølla som gjelder.

Det blir gitt beskjed til alle som får plass, og til alle som kommer på venteliste.

For spørsmål, ta kontakt med konsulent Kristin B. Axberg: kristin.axberg@gymogturn.no

Husk: Mat, drikke, skrivesaker, treningsklær og godt humør.

VEL MØTT TIL KURS! 😊

Mvh

Viken og Oslo Gymnastikk- og Turnkrets