



Turn kvinner

REGIONAL SAMLING VIKEN

Fra 8-12 år JENTER

**Nedre Glomma Turn ønsker velkommen til første regionale samling for
Region Øst
21.-22. mars 2020**

Sted: Activ Center, Tomteveien 25, 1618 Fredrikstad

**Alle jenter mellom 8-12 år som driver med konkurranseturn apparater inviteres til
treningssamling og sosialt samvær for Region Øst**

Dette er en flott mulighet for å få nye treningsvenninner og bli bedre kjent med de dere treffer ved andre konkurranser og samlinger fra samme region.

Program

Lørdag

Oppmøte i hallen fra	kl 1330
Turntrening	kl 1400 – 1700
Frukt pause	kl 1700 - 1715
Felles dans	kl 1715 – 1745
Middag for alle	kl 1830
Sosiale aktiviteter	kl 1915



Søndag

Frokost	kl 0800
Trening	kl 0900-1200
Lunsj	kl 1215

Overnatting

Mulighet for overnatting i hallen.

- Ta med sovepose og liggeunderlag.

Alternativ overnatting i Fredrikstad sentrum (ingen transport satt opp fra oss)

- Quality Hotel Fredrikstad, Telefon: +47 69 39 30 00
- E-post: g.fredrikstad@choice.no



Norges Gymnastikk- og Turnforbund



Turn kvinner

Trenere/voksne

Hver klubb må stille med 1 trener pr 10 gymnaster som kan hjelpe til under samlingen i ett apparat. Hver forening må ha med en voksen som overnatter sammen med gymnastene.

Påmelding og betaling

Bruk vedlagte påmeldingsskjema med navn på gymnast og stige trinn for bindende påmelding – så snart som mulig - og senest innen 15. mars 2020 til post@nedreglommaturn.no

Deltageravgift som inkluderer frukt, middag lørdag, frokost og lunsj søndag samt trening er kr 500,- pr gymnast

Faktura sendes til klubbene ut ifra påmeldingen

Har dere spørsmål kontakt:

Ansvarlige trenere fra arrangør

Martine Magnussen 90 22 21 39 / martinem.magnussen@gmail.com

Maja Gabestad 48209117 / maja.gabestad@gmail.com

Velkommen til en hyggelig og sosial samling!!

Med hilsen
Norges Gymnastikk- og Turnforbund
Marianne Erevik
Ansvarlig Region Øst

Martine Magnussen
Ansvarlig trener
Nedre Glomma Turn

Maja Gabestad
Ansvarlig trener
Nedre Glomma Turn



Norges Gymnastikk- og Turnforbund