



Malvik Turn og RG



www.malvikturnogrg.no

Vi inviterer til åpen treningssamling i rytmisk gymnastikk 15.-17. oktober 2021



Sted: Fylkeshallen, Elvdalsvegen 2, 7560 Vikhammer, Malvik kommune

Tidspunkter: Fredag: 17:00-20:00 / Lørdag 10:00-18:00 / Søndag 10:00-15:00

Overnatting: Det vil bli mulighet for overnatting i klasserom på Malvik videregående skole, dersom koronarestriksjonene tilsier det. Pris kr. 200,- pr. pers inkl. frokost lørdag og søndag.

Påmeldingsavgift: Kr 500,- (ledsager/trener kr. 400,-). Inkludert trening og sosialt opplegg, frukt i pausene, lunsj lørdag og søndag, kveldsmat fredag og middag lørdag.

Innhold på samlingen: Treningene vil bestå av blant annet redskaps- og kroppsteknikk, dans, bevegelse, koordinasjon, ballett og turn. Info om trenere kommer når det nærmer seg. Treningene blir tilpasset gymnastenes nivå og alder, så denne treningssamlingen passer for alle som synes RG er gøy! Det blir lagt opp til sosialt opplegg fredag og lørdag kveld.

Påmeldingsfrist: Fredag 1. oktober 2021. Ved for sen påmelding påregnes dobbel deltakeravgift.

Påmelding sendes til RG-samling@malvikturnogrg.no. Påmeldingen skal inneholde navn, fødselsdato, klubb og konkurranseklasse sesongen 2021. Betaling merkes med navn/klubb og sendes til kontonr. 4240.07.30886 innen påmeldingsfristen 01.10.2021. Detaljert program og informasjon om samlingen blir sendt ut til de påmeldte etter påmeldingsfristens utløp.

Spørsmål kan rettes til Marte Stalsberg, marte.stalsberg@hotmail.com.

Velkommen til en morsom treningshelg i Malvik!

