

INVITASJON TRENINGSLEIR VINTERFERIE STABEKK TURNFORENING

Stabekk Turnforening inviterer parautøvere i RG til leir:

Dato: mandag 21. februar – onsdag 23. februar

Tid: 10:00-15:00

Sted: Bærum Idrettspark, Hauger skole vei 36, 1351 RUD

Påmelding: brendagarbin@hotmail.com

Betaling: 500,-/dag til 5083.06.22249. Merk betaling med navn og parautøvere og Vinterferieleir 2022.

Gymnastene må ha med vann og lunsj. Vennligst ikke send melkeprodukter, saft eller brus.

Trening skal inneholde følgende:

- Oppvarming
- Kropps- og apparat teknikk
- Program kjøring og innlæring av nye programmer
- Styrke

Vi har utstyr til utlån hvis noen trenger det.

Overnatting: <https://www.thonhotels.no/hoteller/norge/sandvika/>