



Kretsturnstevne for Voksne

Åsane Turn

Åsane 16.-18. juni 2023



*Åsane Turn og Vestland Gymnastikk og Turnkrets
har gleden av å ønske velkommen til*

Kretsturnstevne for Voksne 2023

i vårt nye anlegg Åsane Arena

Program

Fredag - Konkurransen Åpen klasse i Åsane Arena kl.20.00

Lørdag - Treninger, Workshops, Aktiviteter og Turnfest

Søndag - Diverse treninger, defilering, offisiell åpning av stevnet og oppvisninger

Instruktører på Kretsturnstevnet

- ✓ Fellesprogram "Back in Time" 3 nivåer m/Marit Hagen Halvorsen
- ✓ LPS Zumba m/Ingvild Schuman
- ✓ LPS Aerobic m/Anne Lisbeth Gjøvåg

Lørdag

➤ Lær På Stedet

- ✧ Zumba m/Ingvild
- ✧ Aerobic m/Anne Lisbeth

➤ Workshops

- ✧ Fascia Fitness m/ Margunn Aguilar
- ✧ Turn for voksne

- 2 timers Gøy i Salen - Tumbling, Trampett og Frittstående

Når du holder bindevevet (fascia) «mykt og formelig» opprettholder/får du en bedret bevegelsesfrihet.
- Frihet til å bruke kroppen din til det du må og det du vil!

➤ Aktiviteter

- ✧ Omvisning på Åsane Arena
 - Tilpasset treningstidene
- ✧ Klatring
 - kr 100 pr time + kr 40 for leie av sko

NB! Vi vil sørge for at treningstidene på LPS-programmet ikke kolliderer med andre program.



Overnatting

Vi har dessverre ingen tilbud på skoleovernatting.

Hotellovernatting i Bergen sentrum på

Hotel Scandic Byparken til sportspris pr natt inkl frokost

- Enkeltrom kr 890
- Dobbeltrum kr 990
- Trippelrom kr 1 230

Busstopp ved Byparken - ca 1 min fra hotellet

Linje 3 og 4 tar Ca 15 minutter til Åsane Terminal

Priser

- | | |
|---------------------------------|---------------------------------------|
| ✧ Stevneavgift | kr 400 |
| ✧ Åpen klasse - startkontingent | kr 500 |
| ✧ Turnfest med middag | kr 550 meld fra om evt matintoleranse |
| ✧ Turnfest uten middag | kr 200 |
| ✧ Stevne T-skjorte | kr 280 |

Stevne T-skjorter

Herre/Unisex

Dame



Teknisk Pro-Dry - skjorter

Damemodell · litt liten i størrelsen

Påmelding innen 18 april 2023

✓ På e-post til sisselgronsdal@asaneturn.no

✓ Og innbetaling til konto: 5226 05 05386

Ved påmelding etter oppgitt frist tilkommer 25% tillegg på stevneavgift.

Kontaktpersoner

- Stevneleder - Wenche Hestad - 92 65 55 27 wenchehestad@asaneturn.no
- Økonomiansvarlig - Sissel Grønsdal - 90 07 02 73 sisselgronsdal@asaneturn.no
- Overnatting - Eli Østenstad - 91 61 32 31 eliostenstad@asaneturn.no

Velkommen til Stevnet