



Treningssamling i Førde 10. – 13. august 2023

Til klubber med tilbud til Turn kvinner og Turn menn i Vestland gymnastikk- og turnkrets

Førde IL Turn og Vestland gymnastikk- og turnkrets har gleden av å invitere til Treningssamling Turn kvinner og Turn menn

Tid: 10.-13. august 2023

Sted: Førde

Overnatting: camping hytter i Førde (<https://fordecamping.com>)

Alder: 10 år (2013) og eldre

Pris: kr 1000 overnatting og transport. Det går Expressbuss fra Bergen Busstasjon til Førde rutebilstasjon, så ringbuss fra Førde rutebilstasjon til Førde camping. Fra Førde camping er det gangavstand til turnhallen.

Tema: Varme opp til ny sesong

Foreløpig plan:

Torsdag:

Avreise Bergen ca. kl. 12
Trening kl. 16-18
Middag kl. 19-20
Sosialt til kl. 22

Fredag og lørdag

Frokost: kl. 9.00
Trening: kl. 10-12
Lunsj: kl. 12-14
Trening: kl. 14-17
Middag: kl. 18-19
Sosialt til kl. 22

Søndag:

Frokost: kl 8.00
Trening: kl 09-11
Avreise: ca. kl.12

En detaljert tidsplan vil bli sendt ut etter at påmeldingsfristen har gått ut.

Deltaker klubber stiller med 1 lagleder pr lag og 1 trener pr. 7 gymnaster.

Påmelding: Vedlagt påmeldingskjema sendes samlet for hver klubb innen fredag 16. juni til fordeturn@gmail.com.

Startkontigent: kr 1000 per gymnast som også dekker frokost, lunsj, middag og sosial aktivitet unntatt rafting som man kan melde seg på som alternativ til aktivitet i hallen den kvelden.

Som en annen sosial aktivitet for alle prøver vi å få til et matkurs hvor vi lager middagen sammen.

Betales samlet for hver klubb til Vipps 108003. Merk betaling med «TS klubb», til dels «TS Førde».



Hilsen Førde IL Turn og
VESTLAND GYMNASTIKK- OG
TURNKRETS

