



TRENINGSSAMLING 27.-28. SEPTEMBER 2025

HAUGESUND

Haugesund Turnforening arrangerer,
i samarbeid med NGTF,
åpen treningssamling for gymnaster født 2014 og eldre

STED: Turnhallen, Hanne Hauglandsvei 8, Haugesund

TIDSPUNKT: Lørdag 27.- søndag 28. september
Lørdag: kl. 10:00-18:00
Søndag: kl. 09:00-15:00

BESPISNING: Lunsj og middag (lørdag). Måltider er inkludert.

PÅMELDINGSFRIST: Innen 25. august til Ingjerd Vikse til e-post:
ingjerd.vikse@gmail.com
(navn, alder, klasse og evt. allergier).
Maks. antall deltakere 80.

Hver klubb må sende samlet påmelding.
«Først mann til mølla» prinsippet.

PRIS OG PÅMELDING: 700,- pr. Gymnast.
Påmelding er bindende da vi leier inn trenere i henhold til antall påmeldte. Innbetalt deltakeravgift refunderes kun mot legeerklæring.

Hver klubb blir fakturert samlet for påmeldte gymnaster.

Arrangementet gjelder for gymnaster fra det året de fyller 11 år og oppover.



- ANNET:** Kiosksalg. Gymnastene kan ta med lommepenger for å handle kos i kiosken. Vipps aksepteres også.
- OVERNATTING:** Banken Hotell
Strandgata 161 tlf: 52700030
15% av dagsprisen under arrangementet.
Book via deres hjemmeside www.banken-hotel.no og oppgi kode TURN25.
- Ved booking av hotell anbefaler vi at dere er tidlig ute da det kan være begrenset hotellkapasitet.
- Det kan ordnes med privat overnatting, gi beskjed om dette er ønsket i påmelding, og vi forsøker å finne en løsning.
Vennskapsbånd på tvers av foreninger er noe vi oppfordrer til.
- BESPISNING:** Måltider serveres i kafeen i Turnhallen. Lunsj – middag.
Eget oppsett for tider vil bli sendt ut til påmeldte deltakere.
- TRENING:** Turnhallen (sal A, B, C, trampetthall og styrkerom).
Gymnaster blir delt inn i grupper.
Timeplan vil sendes ut til påmeldte deltakere.
- TRENERE:** Foreløpig trenerteam:
- Stela Sultanova -RG (Haugesund) og landslagstrener
 - Vyara Klisurska – dans (profesjonell danser – Skal vi danse)
 - Ivon Stoykova - RG (Haugesund)
 - – trampett (Haugesund)
 - Milli Carrasco Pini -RG (Straen)
 - Silje Høyvik Rist -dramainstruktør (Haugesund barne- og ungdomsteater)
 - - yoga
 - Kaisa Dalen Jensen -RG (Haugesund og fysioterapi)
- Endelig trenerteam vil bli annonsert når timeplan blir fastslått ut fra antall påmeldte.



Endelig program gjøres kjent på et senere tidspunkt, og sendes ut til klubbene for videre distribusjon.

Her blir det variert trening med;
Redskapsteknikk
Kroppsvansker
Trampett
Ballett
Drama
Yoga.

Med idrettsglede kommer mestringsfølelse! Bli med for god trening og vennskapsbånd!



VELKOMMEN TIL HAUGESUND!