



KRETSSAMLING

TROPSPGYMNASTIKK

13. -14. JUNI 2020

Sola Turn inviterer lagene i kretsen som driver med troppsgymnastikk til kretssamling i vår helt nye turnhall – Fjogstad-Hus Turnarena 13. – 14. juni 2020.

Informasjon

Samlingen er for aspiranter og rekrutter (f. 2008 og yngre). Det er ingen ferdighetskrav for å kunne delta. Alle er velkomne! I løpet av helgen skal vi gjennom alt fra tumbling, trampett, pegasus og frittstående. Vi kommer til å stille med dyktige trenere som bl.a. har bakgrunn som landslagstrener og landslagutøvere.

Igor Kobiakov

Igor er 31 år og kom til Norge fra Ukraina for 8 år siden for å jobbe som trener i Sandnes TF. Han har turnet i 15 år, 10 år med apparatturn og 6 år med power-tumbling. Igor har pedagogiske utdannelse fra Ukraina, med fem år på det Nasjonale Pedagogiske Universitetet. Igor er hovedtrener i Sandnes TF og er ansvarlig for alle grupper innen troppsgymnastikk, både rekrutt, junior og senior. Han underviser på Wang (privat ungdomsskole med toppidrett), Sandnes VGS (toppidrett) og er en del av trenerteamet til landslaget i troppsgymnastikk.



Nadia Skovboo Rasmussen

Nadia er 31 år, bosatt i Danmark og jobber til daglig som pedagog. Hun har vært internasjonal dommer i teamgym siden 2009. Hennes meritter som gymnast er utallige medaljer som rekrutt og junior gymnast og bronse i Dansk mesterskap med Bellinge senior dame. Som trener har hun vært med på å ta gull i Dansk mesterskap med Bellinge senior damer. Hun var også landslagstrener i 2018 da senior dame landslaget tok bronse i Europamesterskap.





Jonathan Leon Solheim

Jonathan er 21 år gammel og studerer for øyeblikket i Oslo. Han er fremdeles aktiv som utøver og er en del av landslaget i trossgymnastikk. Hans meritter er flere gullmedaljer fra Norgesmesterskap, bronse fra Europamesterskap og en nylig gullmedalje i Nordiskmesterskap sammen med Oslo Turn. Ved siden av studie jobber han som trener i Oslo Turn.

Michael Frahm Jensen Vu

Michael er 26 år og har bakgrunn fra Teamgym. Han har 6 år utdannelse på Universitetet i Stavanger innen idrett og pedagogikk. Han har turnet for Sandnes, Haugesund og Holmen, og har gjennom sin turnkarriere fått med seg flere gullmedaljer, sølvmedaljer og bronsemedaljer fra Norgesmesterskap, deltakelse i Nordisk Mesterskap og en bronsemedalje fra Europa Mesterskap. Michael jobber som hovedtrener i Sola Turn, sportslig ansvarlig for konkurransepartier i Sola turn og toppidrett på Sola VGS.



Trenere/ledere

Alle foreninger må stille med minimum én trener til samlingen. Siden dette er yngre gymnaster så anbefaler vi at det er med flere ledere i tillegg til treneren. Klubbtrener skal bidra med sikringshjelp under samlingen.

Bindende påmelding

Vi har kapasitet til å ta imot totalt 130 gymnaster. **Påmeldingsfristen settes til 1. mai 2020.** Da skal det også sendes inn liste over navn på gymnaster, fødselsdato, og hvilket nivå de enkelte innehar. Se vedlagte påmeldingsskjema. Påmelding sendes på mail til konkurranse@solaturn.no. Hvis det blir for stor interesse for samlingen, må vi komme tilbake til hver forening med hvor mange dere får delta med. Vi vil uansett prøve å få med deltakere fra alle klubbene.

Pris

Kr. 650,- pr. gymnast og trener (inkludert lunsj og frukt). Faktura sendes til lagene etter påmeldingsfristen.

Kontaktperson hos arrangør

Hvis spørsmål om samlingen, ta kontakt med Sola Turn's ansvarlig for konkurransepartier, Michael Frahm Jensen Vu. Han treffes på mail konkurranse@solaturn.no eller telefon 988 30 184.

PROGRAM



Lørdag 13. juni

10:00-10:20	Oppvarming
10:20-10:55	Modul 1
10:55-11:30	Modul 2
11:30-12:05	Modul 3
12:05-12:40	Modul 4
12:40-13:00	Cool down
13:00-14:00	Lunsj
14:00-14:20	Oppvarming
14:20-14:50	Modul 5
14:50-15:20	Modul 6
15:20-15:35	Fruktpause
15:35-16:05	Modul 7
16:05-16:35	Modul 8
16:35-17:00	Cool down

Søndag 14. juni

09:00-09:20	Oppvarming
09:20-09:55	Modul 9
09:55-10:30	Modul 10
10:30-11:05	Modul 11
11:05-11:40	Modul 12
11:40-12:00	Cool down
12:00-13:00	Lunsj
13:00-13:20	Oppvarming
13:20-13:50	Modul 13
13:50-14:20	Modul 14
14:20-14:30	Fruktpause
14:30-15:00	Modul 15
15:00-15:30	Modul 16
15:30-15:45	Fremvisning av frittstående
15:45-16:00	Cooldown og avslutning