



Turn menn

Til: Kretser/klubber Region Øst

11/08/2021

## NGTF's Regions samling region Øst

Turn Menn

4. - 5. september 2021

*Her kommer praktisk informasjon om Regions samling Turn Menn 4. - 5. september 2021. Samlingen på lørdag 4. september er for gutter i alderen 11 – 18 år (rekrutt og junior), på søndag 5. september er det trening for gutter i alderen 7-10 år (aspiranter). Samlingen arrangeres av NGTF i samarbeid Lørenskoggymnastikklag. Tema for samlingen på lørdag vil være å forberede seg til høstens konkurransesesong som begynner allerede i september. På søndag fokuserer vi også på øvelser til første kretskonkurransene og i tillegg skal vi fokusere på å forbedre basisteknikker. Vi ønsker alle gymnaster og trenere i Region Øst velkommen til samling!*

### Praktisk informasjon:

Treningshall: Kjennhallen  
Adresse: Mailandveien 24, 1471 Lørenskog

Hovedansvarlig: Jan Schroé

### For deltagere på samlingen:

Alle lag må stille med egne trenere til samlingen, **minimum en trener på 6 gymnaster**. Hovedansvarlige trenere vil styre innhold på samling og treningene, men det krever at klubbtrenerne er aktivt med i hallen.

### Overnatting:

Vi tilbyr ingen overnatting

### Økonomi:

Egenandel for **gymnaster er kr 100,- pr person.**

### Egenandel betales til:

Egenandelen kan innbetales til 1628.30.00374

Merk: Regionsamling TM og klubb.

Gymnaster og trenere betaler selv for reise til og fra.

### Påmelding

**Påmelding og betaling sendes samlet fra hver klubb** på mail til: regionskontakt (turn@njaard.no)

Vi ønsker navn og alder på gymnaster samt navn på trener, eventuelt andre voksne. Pga smittesporingen trenger vi også et tlf på hver enkelt person.

Det er begrenset med antall plasser og derfor er det første mann til mølla.

Påmeldingsfrist: 27. august 2021



Norges Gymnastikk- og Turnforbund

Sognsveien 73, 0840 Oslo

gymogturn@gymogturn.no

Org.nr.: 9702322796

www.gymogturn.no

@norgesgymnastikkogturnforbund

@gymogturn

## Timeplan for samlingen

### Timeplan samling:

#### Lørdag:

10.00 - 12.30: Trening 1. økt.

12.30 - 13.30: Pause, lunsj.

13.30 - 16.00: Trening 2.økt

#### Søndag:

10.00 - 12.30: Trening 1. økt.

12.30 - 13.30: Pause, lunsj.

13.30 - 16.00: Trening 2.økt

Med vennlig hilsen  
Jan Schroé  
Region Øst