



INVITASJON TIL LANDSTURNSTEVNET 2022

Vestfold og Telemark Gymnastikk- og Turnkrets
i samarbeid med Norges Gymnastikk- og Turnforbund



Vi gir oss ikke - LT skal det bli, og vi satser for fullt i 2022!

Stedet er OSLOFJORD i Melsomvik, Sandefjord kommune

Dato er torsdag 30. juni – søndag 3. juli

Ankomstdag onsdag 29. juni

**NGTF og VTGTK ønsker å gjennomføre et flott
og spennende LT-2022!**



Foto: Oslofjord Convention Center v/ Jesper Rais



Ankomst og transport

Ankomstdagen er onsdag 29. juni, med mulighet for ankomst torsdag 30. juni. Aktivitetene starter torsdag 30.juni kl. 10.00 (merk tiden) med trening bl.a. for alle fellestroppene.

Kommer du til Sandefjord Lufthavn Torp kan du ta shuttlebuss (gratis) til toget som går direkte til Stokke jernbanestasjon. Det går tog hver time, og togturen tar 10 min. Billettautomat for toget finnes på Sandefjord Lufthavn Torp.

Kommer du med fly til Gardemoen går det tog fra Gardemoen direkte til Stokke.

Vi organiserer transport fra / til Stokke jernbanestasjon/OCC.

Dere må melde fra forventet ankomst til Stokke jernbanestasjon, Torp eller Gardemoen.

Kommer du med privatbil er det stor parkeringskjeller under hotellet på Oslofjord.

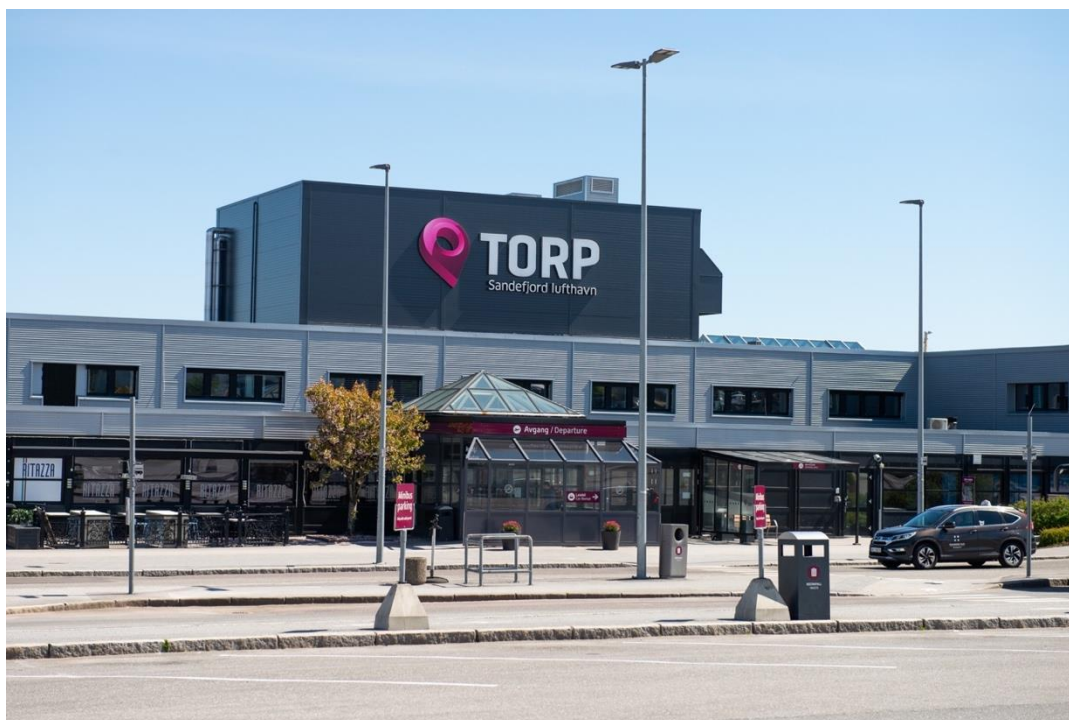


Foto: Landsturnstevnet v/ Carina Log Borge

Stevneområdet

Oslofjord ligger ved sjøen i Melsomvik i Sandefjord kommune med flott utsikt over Vestfjorden. Et fantastisk anlegg med idrettshaller, ishall, baner, hoteller og mange muligheter for aktiviteter og rekreasjon. Alt på ett sted, forbeholdt oss.

På «vår egen LT-strand» kan du slappe av og ta et bad, om du har lyst til det.

Hele område med sine fasiliteter er arenaen for LT-2022 «Stevne i ny drakt».

Det blir oppvisninger på kunstgressbane, i konferansesalen og på en stor terrasse med amfi. Workshops vil være både ute og inne. «Get-together party» blir på stranden med mat, underholdning og aktiviteter. Med et helt nytt, flott hotell og med alle sine fasiliteter er Oslofjord Norges flotteste Convention Center.



Foto: Oslofjord Convention Center, Jesper Rais og GymforLife

Aktiviteter

Flere av aktivitetene retter seg spesielt mot ungdom. Vi har ungdom med på laget som deltar i planleggingen og kommer med mange gode innspill.

Du kan delta på:

- Åpning og «Get-together party» for alle på torsdag
- Oppvisninger for fellestropper, særtropper, kretstropper, «lær på stedet» mm.
- Workshops for alle aldersgrupper - trening hver dag, med mulighet for oppvisning
- Paraturn - RG og turnaktiviteter
- Aktiviteter spesielt for ungdom
- Unisport Gym for Life Challenge som deltaker eller som tilskuer
- Avslutning med galla, hvor høydepunkter fra stevnet blir vist samt avslutningsfest
- Kommer dere på onsdag, er det samling på stranden. Møt gamle og nye turnvenner.

Oppvisninger

Fellestropp Ungdom

Programmet tar utgangspunkt i filmen «Step up» og har to grupper.

Gruppe 1 har et litt høyere nivå/turnelementer og dans/hiphop-dans.

Gruppe 2 har enklere turnelementer og hiphop-dans.

Maren Nervik er en ung og dyktig instruktør med erfaring fra dans, turn og cheerleading, både som utøver og trener.

Dette blir kjempetøft – så meld deg på!



Maren Nervik

Fellestropp for alle

Fellestropp for alle tar utgangspunkt i filmens verden. Programmet har to grupper.

Gruppe 1 er for de som mestrer enkle løft og raske dansekombinasjoner.

Gruppe 2 har enkle par-øvelser og enklere trinnkombinasjoner.

Vera Rahd Bekken og Janne Rahd er to dyktige instruktører med lang erfaring som trenere og koreografering av oppvisningsprogram.



Janne Rahd



Vera Rahd
Bekken

Norges Kvinnelige Gymnastikk Veteraner (NKGV)

Programmet heter «Sommer», vi liker fine sommerdager med gode opplevelser, litt mimring fra yngre dager med dans og moro. Programmet har to nivåer. Nivå 1 har litt større utfordringer enn nivå 2, ellers er mange av øvelsene samkjørt i de to gruppene.

Wenche Havnås har koreografert programmet. Hun har lang erfaring i å koreografere program for store tropper og er spesielt opptatt av at seniorer og veteraner skal ha glede av å drive med turn og gymnastikk.



Wenche Havnås



Norges Turn Veteraner (NTV)

Herreveteranene deltar med sin spesialøvelse under ledelse av Odd Mikkelsen, som har vært instruktør for gruppen i 40 år.

Lær på stedet ungdom, gutter og jenter 13 - ca. 20 år

Programmet blir satt sammen av akrobatikk, dans, enkle matteøvelser og øvelser på apparater som trampett og airtrack. Instruktør er Nikoline Knutsen. Hun er trener for ungdom og tropp og har god erfaring med å sette sammen oppvisningsprogram som inneholder både apparater, gymnastikk, turnelementer og dans.

Lær på stedet voksne, damer og herrer

Programmet er satt sammen av øvelse med ulik vanskelighetsgrad og passer for voksne, senior og veteraner. Et morsomt program som det er gøy å trene og lære for oppvisning. Instruktør er Veronica Knutsen. Hun trener ungdom og voksne og har god erfaring med å koreografere både trenings- og oppvisningsprogram.

Særtropper

Særtropper som deltar på LT-2022 kan også delta på Gym for Life som arrangeres på lørdag. Se mer informasjon på side 12.

Tid

Maks 3 minutter, inn- og utmarsj inkludert, for tropper med inntil 20 deltakere

Maks 5 minutter inn- og utmarsj inkludert, for tropper med 21 deltakere eller flere.

Se spesielle retningslinjer for aktuelt arrangement.

Musikk

Musikken skal tilpasses programmets karakter og tema. Rytmen skal være variert, klar og tydelig. Vokalinnslag brukes helst kun for å understreke tematikken i programmet. Innspilling av musikken må foretas med spesialutstyr, slik at man unngår brå og unaturlige kutt av musikken. Musikken skal sendes i riktig filformat, wav eller mp3 i god kvalitet til arrangør innen og senest **7. mai 2022**.



Arena

Oppvisningsarena: 14x20m med teppe

Oppvisningen kan foregå både inne og ute.

Kretstropper

Felles program for deltakere fra klubber innen en krets.

Tid

4 - 5 minutter, inn- og utmarsj inkludert, for under 150 deltakere.

5 - 6 minutter, inn- og utmarsj inkludert, for over 150 deltakere.

Musikk

Musikken skal tilpasses programmets karakter og tema. Rytmen skal være variert, klar og tydelig. Vokalinnslag brukes helst kun for å understreke tematikken i programmet. Innspillingen av musikken må foretas med spesialutstyr, slik at man unngår brå og unaturlige kutt av musikken. Musikken skal sendes i riktig filformat, wav eller mp3 i god kvalitet til arrangør innen og senest **7. mai 2022**.

Arena utendørs eller i hall

Oppvisningen skal foregå ute på stor bane eller innendørs ved dårlig vær.

Hvis troppen har færre enn 70 deltakere, kan oppvisningen foregå innendørs.

Oppvisningsarena innendørs 14x20m med teppe.



Workshops

Det blir mange spennende og morsomme workshops å velge mellom for alle - i hall og på uteområder. Blant annet dette og mye mer – her er det bare å velge:

- Klatring i klatrevegg
- Parkour
- Trampett og airtrack
- Trening med corebar
- Akrobatikk
- Zumba
- Paraturn



Fullstendig liste over alle workshops sendes klubbene medio februar. På LT-2022 kan du være deltaker kun på workshops hvis du ønsker det. Meld deg på som deltaker og merk av i rubrikk for «bare workshops».

Koreografi – en utvidet workshop

Dette er spennende og nytt. OPPVISNING 1-2-3 - kom, bli med!

På denne workshopen lærer du en oppskrift på hvordan du kan lage en koreografi. Du får gode tips og råd, en dose inspirasjon, og vi skal være kreative sammen - og - vips - har vi også laget en oppvisning som skal vises frem på avslutningsshowet lørdag kveld.

Instruktør er Gry Fredriksen. Hun har tidligere vært aktiv i Troppsgymnastikk og gymnast på en rekke show, oppvisninger, forestillinger og konkurranser.

Hun har koreografert en rekke program for rekrutt, junior og senior gutter og jenter, samt særtropp program til både ungdom og voksne.

Paraturn

Et flott opplegg for parautøvere. Basistrening og innføring i bruk av ball og ring til oppvisning. Instruktør er Katelyn Garbin. Hun har selv vært konkurranseutøver i RG og har flere gullmedaljer i Special Olympic og er i dag hovedtrener RG i Stabekk turnforening. Tilrettelagt turnaktiviteter, grunnleggende turntrening og innlæring av elementer og øvelser. Fokus er ikke prestasjon, men gjennomføring.

Andre aktiviteter

Onsdag 29. juni

Det er ankomst fra onsdag 29. juni.

Vi samles på stranden, hilser på gamle kjente og treffer nye venner. Det er frie aktiviteter for dem som ønsker det, eller så kan man slappe av og hygge seg. Det blir salg av mat og drikke.



En super start på stevnet!

Flashmob

Stevnets flashmob ligger på hjemmesiden (LT-2022.no under fanen 'program' / <https://vimeo.com/456147073>). Frida fra Sem IF har koreografert dansen og leder an. Flashmoben passer for alle, så klikk deg inn og sett i gang.



Foto og video: Landsturnstevnet v/ Carina Log Borge

Optimist

Stevnesang, som går på Jahn Teigens melodi «OPTIMIST», er klar.

Denne melodien passer fint i disse tider - vi er optimister og jobber for at

LT-2022 skal bli tidenes landsturnstevne.

Åpning av LT-2022

Åpningen skal være på kunstgressbanen torsdag 30. juli. Defilering starter utenfor banen kl. 17.00, oppstilling kl. 16.30. Her blir dere ønsket velkommen til Sandefjord og LT-2022, etterfulgt av show og oppvisning. Umiddelbart etter åpning og show går vi ned til stranden. Der blir det underholdning og mat, et stort «get-together party» **inkludert** for alle deltakere.



Foto: Oslofjord Convention Center v/ Jesper Rais



Ungdomskveld

Fredag kveld blir ungdommens kveld på stranden. Musikk, mange aktiviteter både i vann og på land, og det serveres taco bowl. Her blir det mye fart og moro og kanskje noen overraskelser!

Inkludert for alle mellom 13 og 18 år.

Kryss av på «ungdomsfest» på påmeldingen, så du får mat.

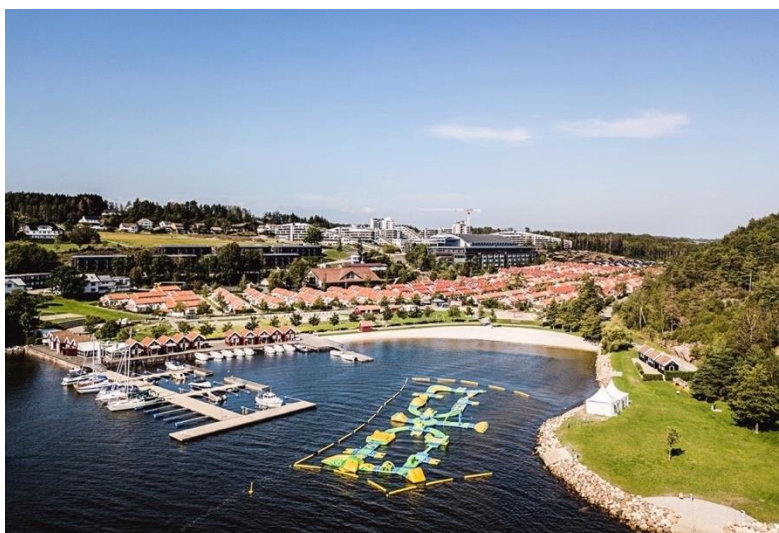


Foto: Oslofjord Convention Center v/Jesper Rais

Avslutning og show

Etter oppvisningen lørdag kveld samles vi til «farewell party» og avslutningsshow i og utenfor konferansesalen. Under stevnets gang plukkes det ut noen «wildcards» til dette showet. Både fellestroppe, krets og særtroppe eller workshops kan bli plukket ut. Det blir oppvisning av noen av de beste troppene fra «Gym for Life» og noen overraskelser.

Mat kan kjøpes i Oasen, rett utenfor konferansesalen. Vi nyter en fin sommerkveld og koser oss på terrassen. En fin avslutning av stevnet.

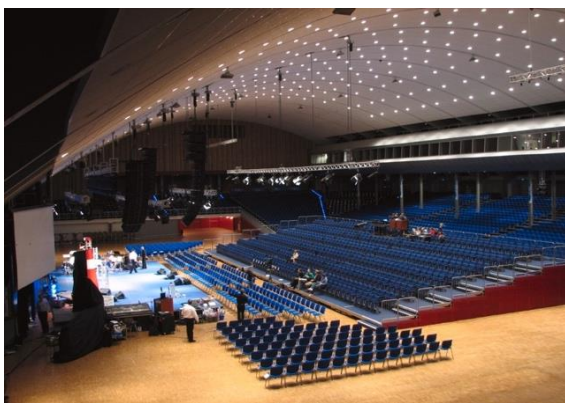


Foto: Oslofjord Convention Center og Jesper Rais

Unisport Gym for Life Challenge Norge

Oppvisningskonkurransen blir arrangert i konferansesenteret lørdag 2. juli 2022. Mulighet for trening på fredag. Lørdag, kun syning av felt før konkurransen.

Dersom en tropp ønsker kun å delta i oppvisningskonkurransen, er det egen deltakerkontingent og påmelding skjer på eget skjema. For deltakende tropper på LT er konkurransen inkludert. Disse troppene må også fylle ut eget skjema i tillegg til hovedpåmelding til LT. Kryss av for deltaker på GfL på hovedpåmeldingen og deltaker LT på det andre skjemaet.

Reglementet og eget påmeldingsskjema finner du i invitasjonen til Gym for Life på vår nettside.

Tropper som kun skal delta på GfL, kan bestille overnatting på hotellet.

Ta kontakt med arrangør på mail: pameldingLT2022@gmail.com for bestilling innen 23. april 2022, merket 'GfL'.



Påmelding og priser

Kostnad per deltaker vil være stevneavgift + innkvartering.

- Stevneavgiftens totalpris er kr. 1550,- (hvorav kr. 300,- betales ved påmelding).
- Innkvartering på Oslofjord kommer i tillegg – se egne priser for dette.
- Frokost og lunsj er inkludert i innkvartering.
Bor du utenom kommer eventuelle matkostnader i tillegg.
- Om du melder deg på Fellestropp for Alle vil det komme en ekstra kostnad til bekledning per nå på kr. 300,- (Egen bestilling for dette sendes ut senere).

Stevneavgiften inkluderer bl.a. adgang til alle oppvisninger/seremonier/Gym for Life, stevne-t-skjorte, stevne-medalje, deltakelse på workshops og oppvisninger, deltakelse på Gym for Life, åpning og «get-together party», eget arrangement for ungdom fredag, «farewell party» og avslutningsshow.

Frist for forhåndspåmelding er 28. november 2021

Forhåndspåmeldingen vil skje via et skjema som blir tilgjengelig på hjemmesiden vår. Vi har endret påmeldingssystemet fra i fjor, og nå kan én person registrere klubben med bl.a. klubbinfo, kontaktperson og forventet antall deltakere.

Det skal så betales kr. 300,- per deltaker.

Samlet påmeldingsavgift fra klubben skal deretter innbetales, uoppfordret, til kontonr.: **2480.25.35593**. Innen 28/11-2021. Merket med lagets navn og 'forhåndspåmelding'.

Når forhåndspåmelding er gjennomført vil det bli sendt ut et regneark hvor klubben registrerer deltakerne fra klubben, velger ulike aktiviteter, overnattinger mm. Regnearket vil beregne hvor mye klubben skal innbetale totalt.

Frist for innbetaling av sluttoppgjør er 27. februar 2022

Klubben har ansvar for innbetaling av totalbeløp for klubbens deltakere.

Samlet innbetaling fra klubben skal skje til kontonr: **2480.25.35593**. Merket lagets navn. For spørsmål vedr påmelding, ta kontakt via: pameldingLT2022@gmail.com

NB: Ved påmelding eller innbetaling av sluttoppgjør etter 27. februar påløper et ekstra forsinkelsesgebyr på kr. 300,- per deltaker.



Innkvartering

Innkvarteringen blir på leilighetshotell i samme område som haller, baner, osv. Tilbudet gjelder overnatting i leilighet med oppholdsrom, soverom, bad, egen terrasse/balkong, kokemulighet og TV. Dere kan velge mellom leilighet for 1-2-3-4-5 eller 6 personer. Ønsket fordeling av deltakere i leilighetene avtales med klubbene i god tid før stevnet.

Frokost i Oasen serveres torsdag - søndag kl. 07.30 - 09.00.

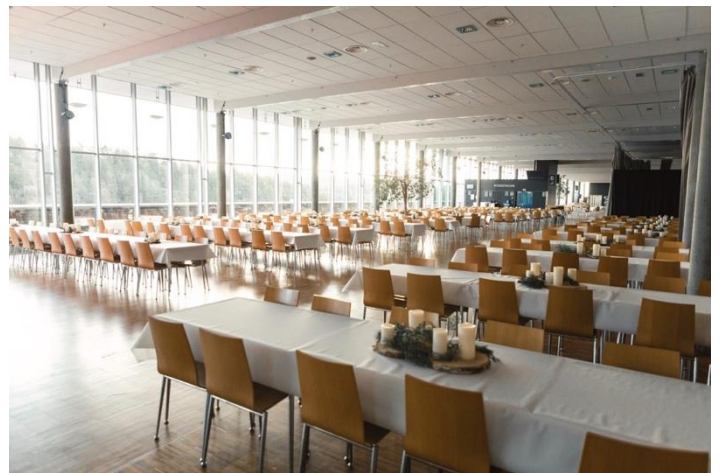
Varm lunsj serveres i Oasen onsdag - lørdag kl. 12.00 - 15.00.

Ved ankomst etter kl. 15.00 onsdag trekkes prisen for lunsj fra.

Overnatting, frokost og varm lunsj er inkludert i prisen!!

| | | |
|------------|-------------------------------|---|
| 6 personer | pr. pers. pr. døgn kr. 545,- | onsdag-søndag kr. 2180,- torsdag-søndag kr. 1635,- |
| 5 personer | pr. pers. pr. døgn kr. 590,- | onsdag-søndag kr. 2360,- torsdag-søndag kr. 1770,- |
| 4 personer | pr. pers. pr. døgn kr. 640,- | onsdag-søndag kr. 2560,- torsdag-søndag kr. 1920,- |
| 3 personer | pr. pers. pr. døgn kr. 680,- | onsdag-søndag kr. 2720,- torsdag-søndag kr. 2040,- |
| 2 personer | pr. pers. pr. døgn kr. 820,- | onsdag-søndag kr. 3280,- torsdag-søndag kr. 2460,- |
| 1 personer | pr. pers. pr. døgn kr. 1270,- | onsdag-søndag kr. 5080,- torsdag-søndag kr. 3810,- |





Alle foto: Oslofjord Convention Center v/ Kasper Van Wallinga og Jesper Rais

Oasen

"Oslofjord er de første i Norge på høyeste nivå innenfor CovidClean sertifisering – en trygghet for gjester, arrangører og ansatte. Sertifiseringen innebærer en gjennomgang med 200 kontrollpunkter av våre prosesser, rutiner og planer tilknyttet hygiene- og sikkerhetstiltak."



Familiepakke

Ønsker familien å være med på stevnet, kan dere leie rom inkludert frokost og varm lunsj til samme pris som deltakerne. Dere får se mye flott turn og gymnastikk, og dere kan bade og kose dere på stranden når det frister. Hva med «sydenferie» i Oslofjord? Kyststien går forbi Oslofjord og det er fine muligheter for turgåing samt kort vei til Sandefjord og Tønsberg.

Ta kontakt med arrangør på mail: pameldingLT2022@gmail.com for bestilling innen 23. april 2022, merket 'familiepakke'.

Båtplass

Det er også mulighet for å komme i båt. Oslofjord har 20 båtplasser til utleie.

Pris per døgn:

- Bredde t.o.m. 3m kr. 160,-
- Bredde 3 - 4m kr. 210,-
- Bredde over 4m kr. 330,-



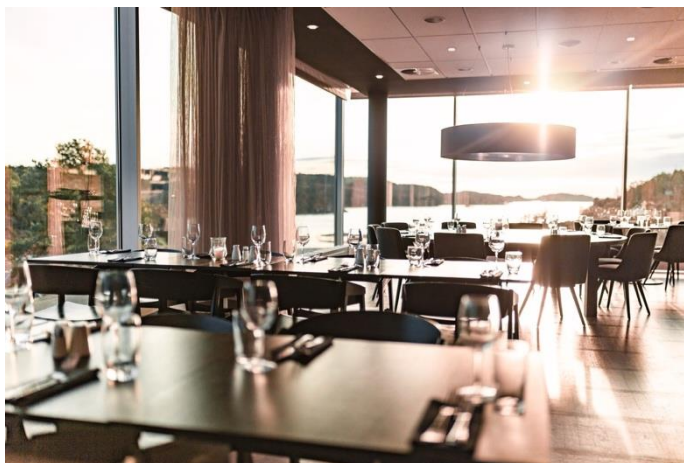
Begge foto: Oslofjord Convention Center

Båtplass bestilles direkte hos Oslofjord på tlf.: 930 66 680.

Spesialtilbud

Fredag kveld åpner Oslofjord tre restauranter for dere som ønsker en hyggelig kveld med god mat og drikke.

Hvilke restauranter det gjelder samt mer info om reservering av bord kommer i eget skriv senere.



Fotografering/filming og publisering

På dette arrangementet vil det være offisiell fotograf til stedet. Bilder og film av deltagere kan bli publisert på NGTFs kanaler samt publisert i media. Bildene kan også brukes ved senere anledninger som markedsføring av NGTF. Dersom en deltager ikke ønsker å bli tatt bilde av eller filmet under stevnet, må det krysses av i påmeldingen under feltet som omhandler dette.

Det er den enkeltes ansvar å gi beskjed til offisiell fotograf at man ikke skal være med på bilde eller filmes. Foreldre/foresatte/trenere og andre har ansvar for å spørre, få samtykke, før det tas bilder og video av andre og søke tillatelse før eventuell publisering på sosiale medier.

Dette omhandler ikke oversiktsbilder og video der personer ikke lett kan identifiseres.

Regler for endringer / avbestilling

All påmelding er bindende, men det gis grunnlag for refusjon av innbetalt avgift ved følgende:

Ved avbud tre måneder før stevnet kan en ny deltaker fra samme forening erstatte den som melder avbud. Den som erstatter deltakeren som har meldt avbud skal da få sitt navn oppført på deltakerlistene.

- Ved avbestilling før 30. mars 2022 tilbakebetales overnatting og mat. Deltakeravgiften refunderes ikke.
- Dersom en deltaker under stevnet ikke lenger vil benytte seg av det overnattings- og bespisingstilbud som arrangøren har lagt opp til, kan ikke deltakeren kreve noe av avgiften refundert.
- Førstegangs-påmeldingsavgift kr. 300,- refunderes ikke.





Her er noen av oss i arrangørstaben du vil møte i 2022.
Vi gleder oss til å se dere alle på Oslofjord!

Vennlig hilsen Hovedkomitéen