



Til: * gymogturn.no
* Nyhetsbrev

9 desember 2021

Invitasjon trenerseminar troppsgymnastikk, 22.-23. januar 2022, Thon Hotell Opera og Haslehallen, Oslo

1. Tid og sted

Trenerseminar		
Lørdag 22. januar: Kl. 10.00 – 18.00.	Thon Hotell Opera. Adresse: Dronning Eufemias gate 4 https://www.thonhotels.no/hoteller/land/norge/oslo/thon-hotel-opera/	
Søndag 23. januar: Kl. 09.00 – 15.30.	Haslehallen, Oslo. (konkurransesal B) Adresse: Eikenga 6, 0579 Oslo.	

2. Bakgrunn og mål

Teknisk komité troppsgymnastikk (TKTR) ønsker å gjennomføre et seminar som kan bidra til å øke kompetansen innenfor aktuelle områder. Seminaret skal ha et godt og aktuelt faglig innhold slik at det er attraktivt å være deltaker. Deltakerne skal ha mulighet til å utvikle seg og bli motivert ved at de blir oppdatert og får ny kunnskap.

3. Målgrupper og krav for å kunne delta

Trenere på alle nivåer.

4. Reise og overnatting

All reise og overnatting ivaretas og betales av hver enkelt. De som ønsker å booke rom på Thon Hotell Opera kan bruke koden **210122NORG** ved bestilling direkte med hotellet.

E-post: booking@olavthon.no



5. Mat

Lunsj lørdag og søndag samt frukt og kaffe/te er inkludert i deltakeravgiften. Annen mat ivaretas av hver enkelt.

7. Hovedansvarlige

Teknisk komité troppsgymnastikk ved Brian Carlsen og Patrick Vesth

8. Tidsplan

Lørdag 22. januar – møterom Carmen - Thon Hotell Opera

- Kl. 10:00-10:05 Velkommen og praktiske avklaringer.
- Kl. 10:05-11:00 Landslag i troppsgymnastikk v. Landslagssjef Henning Ottersen
- Kl. 11:00-13:00 Nye reglement i troppsgymnastikk v. Brian Carlsen, Siw Zunder og Patrick Laulo Vesth
- Kl. 13:00-14:00 Lunsj
- Kl. 14:00-15:30 Turn og fysisk trening v. Runar Leirvik
- Kl. 15:30-17:00 Hvordan fastholde seniorer? v. Henrik Moum
**forbehold for endringer.*
- Kl. 17:00-18:00 Åpent diskusjonsforum v. Brian Carlsen og Patrick Laulo Vesth

Søndag 23. januar – Haslehallen, Oslo turnforening

- Kl. 09:00-10:00 Inspirasjons til oppvarmingsprogrammet v. Henrik Moum.
- Kl. 10:00-11:30 Velg én av tre temaer:
1. Hvordan peake til konkurranse? Teoretisk opplegg v. Henrik Moum.
2. Arbeidskrav for de høye bakoverserier – v. Runar Leirvik
3. Inspirasjon til stasjonsbygging v. Morten Ormstrup
- Kl. 11:30-13:00 Velg én av tre temaer:
1. Hvordan peake til konkurranse? Teoretisk opplegg v. Henrik Moum.
2. Arbeidskrav for de høye bakoverserier – v. Runar Leirvik
3. Inspirasjon til stasjonsbygging v. Morten Ormstrup
- Kl. 13:00-14:00 Lunsj
- Kl. 14:00-15:30 Frittstående v. Odin Horne.

9. Økonomi – deltakeravgift - fakturering

Teknisk komité trossgymnastikk har satt av midler i sitt budsjett som dekker deler av utgiftene ved seminaret. Gjennom det subsidierer komiteen deler av deltakeravgiften. For å dekke de totale utgiftene krever vi en deltakeravgift på kun kr. 1300,- pr. person. Deltakeravgiften inkluderer lunsj lørdag og søndag. Hver enkelt betaler all reise og overnatting selv.

NB! Vi oppfordrer aktuelle deltakere til å søke eget lag og/eller krets om dekning av deres utgifter i god tid på forhånd. Forbundskontoret sender faktura direkte til hver enkelt deltaker i etterkant av kurset.

10. Påmelding og påmeldingsfrist

Påmelding: Hver enkelt må selv foreta påmeldingen direkte via www.gymogturn.no

Påmeldingsfrist: Innen utgangen av onsdag 12. januar 2022. Det er bindende påmelding. Det er kun legeattest som godkjennes som gyldig dokumentasjon ved et eventuelt forfall, om man skal unngå å bli fakturert for deltakeravgiften. Eventuell legeattest må sendes forbundskontoret senest 1. februar.

11. Annet

Eventuelle spørsmål kan rettes til Gabriel Negru på forbundskontoret. Telefon: 93 47 89 87 eller på e-post: Gabriel.Negru@gymogturn.no. Se også forbundets internettside: www.gymogturn.no

Velkommen!

Med vennlig hilsen
Norges Gymnastikk- og Turnforbund
Teknisk komité trossgymnastikk

Tron Lunde
Leder
(sign.)

Constantin Gabriel Negru
Konkurranssekonsulent
(sign.)



