

TIL ALLE KLUBBER I VOGTK MED TROPSPGYMNASTIKK
Invitasjon til kretssamling Viken og Oslo Gymnastikk- og turnkrets



REKRUTTSAMLING

Kretssamling for alle født 2011-2009

Sted: Teglveien 8B, 1400 Ski

Dato: 19.-20. Mars

Tid: 12:00-19:00 lørdag og 10:00-15:00 søndag

Pris: 300 kr per gymnast. Klubben vil bli fakturert i etterkant av samlingen

Påmeldingsfrist: 08. Mars

Påmelding sendes til tropp@vogtk.no.

Merk påmeldingen tydelig med *Påmelding kretssamling VOGTK – Navn på klubb*. Påmeldingen skal inneholde navn på gymnastene, alder og navn på trener som stiller fra klubb.

OBS! Det er et begrenset antall plasser på samlingen, førstemann til mølla prinsippet gjelder. Ved for få påmeldte vil samlingen bli avlyst.

Informasjon om samlingen

Samlingen vil ha 12 timer varighet, fordelt over lørdag og søndag, for konkurrerende gymnaster i troppsgymnastikk. Det vil bli forberedt trening i alle tre apparater; frittstående, tumbling og trampett.

Utøverne tar med egen matpakke til lunsj. Vi ønsker at alle klubber stiller med en trener som kan følge sine gymnaster i sal. Dette er en god mulighet for lokale trenere til å tilegne seg ny kompetanse og dele erfaringer med andre trenere. Samlingen vil være lagt opp slik at alle gymnastene får utfordringer ut ifra sine ferdigheter.

Trenerne på samlingen er trenere fra den nasjonale trenerpoolen og jobber til vanlig med konkurransegymnaster på høyt nivå i Norge. Ansvarlig trener for samlingen er Kjartan Frafjord som selv er landslagsutøver og trener i Oslo Turnforening. Trenerne fra trenerpoolen har et overordnet ansvar for samlingen, og vil ta oppvarming for alle gymnastene. Viktig at alle overholder tidene slik at vi får mest mulig ut av samlingen.

Med hilsen

VIKEN OG OSLO GYMNASTIKK- OG TURNKRETS

Teknisk utvalg troppsgymnastikk

Andrea Emilie Nordal Thunem

Mia Michelle Malmer