



Invitasjon til åpen FIG juniorsamling 13.-15. mai 2022, Oslo

Informasjon om samlingen:

Det vil være plass til maks 35 jenter som kan delta på denne samlingen. Samlingen er forbeholdt gymnaster som har plan om å stille i FIG-konkurransene i 2022.

Tidsplan:

Fredag 13.05	Oppvarming for gymnaster	17.00-17.15
	Apparattest	17.15-18.00
	Gjennomkjøring av selvvalgt FIG øvelser	18.00-20.00
Lørdag 14.05	Oppvarming for gymnaster	09.00-10.00
	Artisteri trening	10.00-12.15
	Lunsj	12.30-14.00
	Oppvarming	14.00-14.30
	Apparattrening	14.30-16.30
Søndag 15.05	Oppvarming	09.00-09.45
	Apparattrening	09.45-12.00
	Avslutning	12.00-12.30

Informasjon om samlingen:

Fredag vil det være gjennomkjøring av selvvalgte FIG øvelser. Det registreres antall krav i hvert apparat sett opp imot inntakskravene på landslag junior. Lørdag jobbes det med felles mimikk og uttrykkstrening for artisteri.

Trenere/støtteapparat:

Trenere: Antonio Egri, Joanna Uracz, Tiril Døvre, Madalina Tanase

Fysioterapeut: Bente Amundsen

Landslagssjef vil være til stede under deler av samlingen.

Alle gymnaster må ha med egen trener.

Sted:

Haslehallen, Eikenga 6, 0579 Oslo





Turn kvinner

Reise: Reise og losji for gymnaster og trenere ivaretas av den enkelte klubb.

Mat:

Lunsj lørdag til alle gymnaster. Påmeldt trener tilbys lunsj, og klubben faktureres med kr 200,- for dette.

Økonomi:

Pris for samlingen er kr 800,- pr gymnast. Faktura sendes til respektive klubb i etterkant av samlingen.

Påmelding:

Da det er begrenset antall plasser, blir det førstemann til mølla. Frist for påmeldingen er **fredag 6. mai**. Påmeldingen må inneholde navn på gymnast samt navn på trener og klubb. Dersom det er allergier, må dette gis beskjed om. Påmeldingen sendes til camilla.borgan@gymogturn.no.

Annet: Alle som ikke er fullvaksinert eller hatt covid-19 de siste 6 måneder må gjennomføre negativ hjemmetest før samlingen. Ved symptomer kan man ikke delta.

Med vennlig hilsen
Norges Gymnastikk- og Turnforbund

Birgit Vallestrand
Landslagssjef turn kvinner
(sign.)

Camilla M. Borgan
Konsulent turn kvinner



Norges Gymnastikk- og Turnforbund

