



Invitasjon breddesamling troppsgymnastikk 08.-09. oktober

Molde Turnforening arrangerer i samarbeid med Møre- og Romsdal Gymnastikk- og turnkrets lagene i Møre- og Romsdal til breddesamling i troppsgymnastikk, helgen den 08.-09. oktober.

Sted: Idrettens Hus, Idrettsvegen 6

Aldersgrense: Fra ungdom født i 2012 og oppover

Påmeldingsfrist: 23. september

Påmelding sendes til kari@moldeturn.com

Program:

Lørdag 08. oktober

10.00: Oppmøte

10.05.-12.30: Trening 1. økt

12.30-14.00: Lunsj som serveres i hallen

14.00-15.30: Trening 2. økt

15.30-17.00: Hyggekveld med mat og sosiale aktiviteter

Søndag 09. oktober

10.00: Oppmøte

10.05.-12.30: Trening 1. økt

12.30-14.00: Lunsj som serveres i hallen

14.00-15.30: Trening 2. økt

Alle deltakere stiller med egen klubbtrener, som bør ha sikringskurs 1 i trampett og tumbling.

Hovedansvarlige trenere for samlingen kommer fra Oslo turnforening. Ida Furuseth og Martin Raundholm Fosse har begge deltatt i internasjonale mesterskap og var med og tok NM gull i teamgym 2022 for Oslo Turnforening.

Molde Turnforening flyttet inn i ny turnhall i Idrettens Hus, høsten 2020, og kan



investert i masse nytt turnutstyr. Vi har i tillegg til stortrampoline ut i skumgrop, både tumblingbane, airtrack og trampetter med landing i hev og senk groper. Vi håper at denne samlingen vil motivere flere klubber i kretsen til å starte med troppsgymnastikk.

Det vil legges vekt på grunnteknikker og stasjonstrening for innlæring av elementer i apparatene trampett og tumbling samt rytme og koordinasjon på frittstående. Dette er den perfekte samling for dere som har ønske om eller nettopp har startet med troppsgymnastikk

Turnkretsen dekker alle kostnader med samlingen, så da er det ingen deltakeravgift.

Vel møtt!

Mvh
Kari Frisvold Jensen
Molde Turnforening