



**Stryn
Turn**

**INVITASJON TIL
GYMFEST I VEST (BTS)
STRYN TURN & IL
21. – 23. APRIL 2023**



Stryn Turn og Vestland Gymnastikk og Turnkrets vil med dette invitere til Gymfest for barn 11-13 år (5.-7. trinn) i Stryn 21. – 23. April 2023

Info: Det tradisjonelle barneturnstemne slik vi kjenner det frå tidlegare i Sogn og Fjordane er historie. No skal det vere lik mal på stemna over heile landet, så opplegg og gjennomføring blir heilt nytt for oss.

Lær på stedet

Alle deltakarar skal melde seg på noko som heiter «Lær på stedet». Her kan ein velje mellom ulike greiner, og kvar gymnast kan melde seg på 2 program som ikkje går parallelt. Dette kan vere noko som er heilt nytt for gymnasten eller noko vedkomande vil bli betre i. Ein kan velje mellom trampett, tumbling, dans nivå 1 (erfarne), dans nivå 2 (mindre erfarne) og parkour.

Oppvisning i Lær på stedet

Det blir oppvisning i dei ulike greinene innan Lær på stedet. Her skal alle vere nokon lunde likt kledd, f.eks i heilsvart eller at ein brukar stemne-t-skjorta som ein får utdelt ved ankomst. Dette kjem vi tilbake til.

Gymfest konkurranse

Her kan kvar klubb melde på lag i trampett og tumbling. Det er maks 12 stk per lag i konkurransen. Klubben melder på eitt eller fleire lag, alt etter kor mange dei er i gruppa som vil prøve konkurransen. Kretsen sender ut reglement/element som kan vere med i seriane, og dommarar vil kommentere og dømme deltakarane. Premiering. Reglement/element vert utsendt i løpet av veke 7.

I tillegg blir det ein Gym for Life-konkurranse i dans/frittstående (open klasse). På NTGF si heimeside kan de lese/sjå litt meir om Gym for Life: <https://gymogturn.no/2022/07/02/gym-for-life-challenge-norge-2022/>

Sosiale aktivitetar

I tillegg til turnaktivitetane får deltakarane melde seg på sosiale aktivitetar. Det kan vere f.eks symjing, klatring, kano, ballspel etc. Vi vil sende ut eit eige informasjonsskriv til påmeldte lag når det er klart kva aktivitetar det vil bli lagt opp til.

Nærområdet:

Det er turmulegheiter i gåavstand frå hallen/skulen. I nærleiken er det også ballbinge, skatepark, fotballbaner, symjehall og treningssenter med klatrevegg.

Andre arrangement

Kino og diskotek.

T-skjorter: T-skjorte med stemnelogo er inkludert i stemnekontingenten.

Innkvartering:

Stryn vidaregåande skule, Hegrevegen 1

Løpande informasjon:

Det vil bli oppretta ei Facebookside for arrangementet. Vi sender ut info til klubbane så snart vi har denne på plass. «Gymfest i Vest 2023»

Påmelding gjerast samla av klubben!

Scan og send påmeldinga til: lisbetn72@hotmail.com Frist: **3. mars Bindande påmelding!**

Foreløpig tidsplan (med mulegheit for justeringar)

Fredag:

20.00 Innkvartering for dei som har lang reiseveg og ønskjer overnatting også fre-laur.

21-22 Kveldsmat

Laurdag:

08.30 Frukost for dei som kjem fredag

09.00 Ankomst/innkvartering

10:00-11:30 Lær på stedet trampett/tumbling i Stryn Basishall + parkour (desse går parallelt)

10:00-11:30 Sosiale aktivitetar (for dei som ikkje deltar på LPS trampett/tumbling eller parkour)

11:30-12:30 Lunsj

12:30-14:00 Lær på stedet Dans nivå 1 (Stryn Basishall), Dans nivå 2 (speilsal)

12:30-14:00 Sosiale aktivitetar (for dei som ikkje deltar på LPS dans 1 eller 2.

15.00 Gymfest konkurranse i trampett og tumbling. Premieutdeling etter konkurransen. Mulegheit for fri aktivitet utandørs før/etter ditt lag er ferdig med konk.

18.00 Middag

19.00 Discotek, kino, open hall etc

23.00 Ro

Søndag:

8-10 Frukost og pakke ut av skulen

10-11:30 Gym for Life konkurranse i dans eller frittstående

11.30 Defilering

12.30 Oppvisning i Lær på stedet trampett/tumbling, dans 1, dans 2, parkour

14:00 Gymfest i Vest 2023 vert avslutta

Klubbane må hugse å sende inn liste på kven som skal ha bronse, sølv, gullmedalje, plakett etc!

Med sportsleg helsing frå

Stryn Turn

Vestland Gymnastikk- og Turnkrets

PÅMELDING KLUBB: _____

| | Antal | Pris pr | Sum |
|--------------------------------------------------------|-------|---------|-----|
| Stemnekontingent (alle må betale denne) | | 500 | |
| Overnatting laur-søn inkl 1 lunsj, 1 middag, 1 frukost | | 450 | |
| Ekstra overnatting fre-laur inkl 1 kvelds, 1 frukost | | 100 | |
| T-skjorte og deltakarmedalje | | 0 | |
| Total sum å betale | | | |

Betaling til: 3705.15.69122. Mrk med navn på klubb samt «Gymfest i Vest 2023»

| Eg ønsker å delta på: | Antal gymnaster | Antall tropper |
|-------------------------------------------------|-----------------|----------------|
| Lær på stedet trampett | | |
| Lær på stedet tumbling | | |
| Lær på stedet dans – nivå 1 (erfarne) | | |
| Lær på stedet dans – nivå 2 (mindre erfarne) | | |
| Lær på stedet parkour (ute) | | |
| Gymfestkonkurranse trampett | | |
| Gymfestkonkurranse tumbling | | |
| Gym for life konkurranse – dans el frittstående | | |

| Fyll inn her antal ønsker om glutenfri, laktosefri eller vegetarmat | | | |
|---------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| Glutenfri: | Laktosefri: | Vegetarmat: | Andre allergier (spesifiser): |

Stemme t-skjorte (rett modell)

| | | | | | | | |
|-----|--|-----|--|-----|--|---|--|
| 146 | | 152 | | 164 | | M | |
|-----|--|-----|--|-----|--|---|--|