



Turn menn

Til: Kretser/klubber Region Øst

Oslo, 10. mai 2023

## NGTF's Regions samling region Øst, turn menn 3. juni

Her kommer praktisk informasjon om Regions samling turn menn 3.juni 2023. Samlingen på er for gutter i alderen 7 – 12 år (aspirant og rekrutt). Samlingen arrangeres av NGTF i samarbeid med Nordstrand turnforening. Tema for samlingen vil være mestringsfølelse for utøverne. Meningen er at alle utøvere sitter igjen med en god følelse av å ha lært noe nytt eller forbedret noen elementer.

Vi ønsker alle gymnaster og trenere i Region Øst velkommen til samling!

### Praktisk informasjon:

**Treningshall:** Leirskallen turnhall  
**Adresse:** Leirskallen 2, 1164 Oslo

**Hovedansvarlig:** Jan Schroé

### For deltagere på samlingen:

Alle lag må stille med egne trenere til samlingen, minimum en trener på 6 gymnaster. Hovedansvarlige trenere vil styre innhold på samling og treningene, men det krever at klubbtrenerne er aktivt med i hallen.

### Økonomi:

Egenandel for gymnaster er kr 250,- pr person.

### Egenandel betales til:

Egenandelen kan innbetales til 1600.40.02877  
Merk: Regionssamling TM og klubb.

Gymnaster og trenere betaler selv for reise til og fra.

### Påmelding

Påmelding og betaling sendes samlet fra hver klubb på mail til: regionskontakt (turn@njaard.no)

Regionsansvarlig vil gjerne ha en beskjed av treneren om hva de ønsker å ha fokus på under samlingen. I tillegg vil jeg at alle trenere snakker med utøverne sine om en ting de har lyst til å lære seg under samlingen.

Vi ønsker navn og alder på gymnaster, samt navn og kontaktinfo på trener.




Det er begrenset med antall plasser og derfor er det første mann til mølla.




**Påmeldingsfrist:** 26. mai 2023



Norges Gymnastikk- og Turnforbund



 Sognsveien 73, 0840 Oslo  
 gymogturn@gymogturn.no  
 Org.nr.: 9702322796

 www.gymogturn.no  
 @norgesgymnastikkogturnforbund  
 @gymogturn

## Timeplan for samlingen

### Timeplan samling:

Lørdag:

09.00 - 11.30: Trening 1. økt.

11.30 - 12.30: Pause, lunsj. Ta med matpakke

12.30 – 15.00: Trening 2.økt

Med vennlig hilsen

Jan Schroé

Region Øst

