



Rogaland Gymnastikk- og Turnkrets inviterer til Junior og Senior samling! 9. september 2023!

Teknisk arrangør er Ålgård Turn, i Gjesdalhallen

Tidsplan

Dørene åpnes 11:30

12:00 - 12:30 • Oppvarming:

12:30 - 13:10 • Første rotasjon

13:10 - 13:50 • Andre rotasjon

13:50 - 14:00 • Nedvarming

14:00 - 15:00 • Pause (Medbrakt lunsj)

15:00 - 15:20 • Oppvarming

15:20 - 16:00 • Tredje rotasjon

16:00 - 16:40 • Fjerde rotasjon

16:40 - 17:20 • Nedvarming

17:20 - 18:20 • Sosialt med pizza!

Samlingen har et fokus på god trening og at man skal kunne møte andre turnere i kretsen og få tid til å bli kjent utenfor konkurranser.

Link til påmelding og mer informasjon

<https://club.spond.com/landing/courses/ålgårdturn/770DF184C7934DCDB6F969BBE8159D3B>

Trenere blir blant andre, Igor Kobiakov, Johann Bråten og Petter Emil Anderssen! Bli med oss og ha en turnfylt dag med godt lag!