

Aalesunds Turnforening inviterer til åpen treningssamling i rytmisk gymnastikk

16 - 17. september

For gymnaster født 2018 og eldre.

Hovedfokuset på samlingen vil være redskapsteknikk, redskapsvansker, kroppsvansker, dans og ballett. Ved interesse for hjelp med program, gi beskjed i påmeldingen.

Noen av våre trenere: Marte Magnussen (gymnast, dommer, danser), Svitlana Yakovleva (ukrainsk pedagog i ballett), Erica Fannemel Brudevoll (dommer, RG trener), Ulrikke Riise (dommer, RG trener) m.m ved stor påmelding vil vi engasjere flere trenere.

Sted: Larsgården Idrettshall, Larsgårdsringen 12, 6009 Ålesund

Tid: 16 - 17. september 2023

Lørdag 10.00 - 17.00 + sosial kveld og middag

Søndag 10.00 - 16.00

Pris: 700 kr per person (vi sender faktura til klubbene) Alle måltid og overnatting er inkl.

Påmelding: ulrikke.riise@gmail.com sendes samlet fra alle klubbene.

Vi trenger gymnastens navn, fødselsår, nivå f.eks konkurranseklasse eller antall dager trening i uken, allergier og om dere ønsker overnatting eller ikke.

Påmeldingsfrist søndag 10. september

Vi jobber enda med en felles overnatting i idrettshallen, eller så kan privat overnatting bli aktuelt. Kommer tilbake med info når vi vet hvor mange som ønsker å overnatte.

Innlegg for trenere, dommere og andre engasjerte i klubbene.

Søndag 17. september 12.00 - 16.00

- Informasjon om kommende sesong, konkurranseklasser
- Oppbygging av et nasjonalt program
 - Hva bør et program inneholde
 - Hvordan bør en bygge det opp for å oppnå best karakter til gymnasten
- Evnt andre ønskelige tema, spørsmål/svar