



## Vennskapskonkurransen 22.oktober 2023

Vi ønsker å arrangere en vennskapskonkurransen for jenter f. 2013-2017 i Idrettens Hus Nordbyen, Haavard Martinsensvei 30, 0978 Oslo  
Håper din klubb vil delta.

### Foreløpig tidsplan:

09:00	Hallen åpner
09:00-10:25	Fri oppvarming; generell og i apparater
10:30	Innmarsj og konkurransstart
12:30	Premieutdeling

Alle får lik premie og de rangeres ikke.

Musikk: frittstående musikk (de som har) sender til [turn.hsil@hsil.no](mailto:turn.hsil@hsil.no)  
Det må være mp3 fil og merkes med navn og klubb.

Påmelding sendes til [turn.hsil@hsil.no](mailto:turn.hsil@hsil.no) innen 15.oktober, bruk vedlagt påmeldingskjema. Påmeldingen er bindende.  
Påmeldingsavgift: 300,- per utøver, faktura sendes til klubb i etterkant.

Inngangspris for publikum kr. 100,- for voksne og kr. 50,- for barn.

Det vil være åpen kafé.

Velkommen!