



# Invitasjon til trener- og dommerseminar 2023

## rytmisk gymnastikk

Teknisk komité rytmask gymnastikk ønsker trenere og dommere velkommen til høstens seminar. Seminaret er en god mulighet til å gå dypere inn i temaer som opptar dommere og trenere, og vi håper at så mange som mulig har anledning til å delta.

### Målgruppe

Innholdet i seminaret rettes spesielt mot trenere og dommere. I tillegg har komiteen lagt opp til at en del av seminaret settes av til fellesmøte med informasjon fra komiteen og innspilte aktuelle saker. Representanter fra styre og daglige ledere oppfordres til å delta denne dagen. Se tidsplanen for opplysninger.

### Tid

Seminaret avholdes 2.-3. desember 2023.

Lørdag 02.12.2023 kl. 10:00 – 18:00, oppmøte Idrettens hus (hovedinngang NIF)

Søndag 03.12.2023 kl. 09:00 – 18:00, oppmøte Idrettens hus (hovedinngang NIF)

### Sted

- Idrettens hus på Ullevål (Sognsveien 73, 0855 Oslo).
  - Hall (kommer)
- Se programmet for ytterligere detaljer.



### Deltakeravgift

Begge dager: 800,- (inkl. lunsj lørdag og søndag)

Kun lørdag: 400 kr (inkl. lunsj)

Kun søndag: 400 kr (inkl. lunsj)

Faktura sendes klubb etter endt arrangement.

Dersom du deltar som representant fra kretsen, faktureres krets. Det oppfordres derfor til at den enkelte gjør de nødvendige avtaler med klubben/kretsen før påmelding foretas.

### Påmelding

Frist for påmelding: **15. november (bindende påmelding).**

Påmelding gjøres elektronisk til både fellesmøte og seminaret her: [Påmeldingsskjema](#)

Eventuelle temaer som ønskes tatt opp på fellesmøte, sendes i eget skjema senest innen

**1. november.** [Meld inn forslag til saker til fellesmøte her](#)

Komiteen plukker ut aktuelle saker om det ikke er tid til å gjennomgå alle innspill.

Agenda til fellesmøte offentliggjøres 8. november.

### Overnatting og reise:

Den enkelte dekker og organiserer selv overnatting og reiser. Det er ikke reservert rom, men for de som trenger overnatting anbefaler vi Thon Hotel Ullevål eller annet Thon Hotel Storo.

Se mer om Thon Hotels her <https://www.thonhotels.no/> Avtalekode: TH87811.

NGTF har også samarbeidsavtale med både SAS og Norwegian. Sjekk ut mer her for reiser som er til lave priser og med fleksibilitet <https://gymogturn.no/om-ngtf/samarbeidspartnere/>





## Program

### Lørdag 2. desember

|                   |                                 |               |
|-------------------|---------------------------------|---------------|
| Kl. 09:45 – 10:00 | Oppmøte                         | Idrettens hus |
| Kl. 10:00 – 10:05 | Velkommen v/Kristin Gilbert     | Idrettens hus |
| Kl. 10:05 – 10:30 | Fellesmøte: TKRG presenterer    | Idrettens hus |
| Kl. 10:30 – 12:30 | Fellesmøte: Innspilte saker Q&A | Idrettens hus |
| Kl. 12:30 – 14:00 | Verdiarbeid v/Maria Dalsbø      | Idrettens hus |
| Kl. 14:00 – 14:30 | Lunsj                           |               |
| Kl. 14:30 – 18:00 | CoP v/Marie Moltubakk og andre  | Idrettens hus |



Maria Karin Dalsbø,  
Rådgiver verdiarbeid  
NGTF



Brenda Garbin  
Leder Parautvalget  
NGTF



Marie Moltubakk,  
Utdanningskonsulent NGTF  
Medlem FIG TCRG

### Søndag 3. desember

|                   |  |               |
|-------------------|--|---------------|
| Kl. 09:00 – 09:15 | Oppmøte                                  | Idrettens hus |
| Kl. 09:15 – 09:45 | «Vår vei til 2024 og videre» v/Elizabeth | Idrettens hus |
| Kl. 09:45 – 10:45 | Skadeforebygging v/Hanna K og Marte      | Idrettens hus |
| Kl. 10:45 – 11:00 | Pause                                    |               |
| Kl. 11:00 – 12:00 | Forskningsprosjektet v/Marte             | Idrettens hus |
| Kl. 12:00 – 12:30 | Informasjon fra parautvalget v/Brenda    | Idrettens hus |
| Kl. 12:30 – 13:30 | Lunsj og forflytning                     |               |
| Kl. 13:30 – 15:30 | Rekruttreglement i sal                   | Hall kommer   |
| Kl. 15:30 – 17:45 | Prøvedømming i sal                       | Hall kommer   |



Elizabeth Paisieva,  
Landslagssjef RG  
NGTF



Hanna Kristine B. Weinholdt,  
Medisinsk støtteapparat  
NGTF



Marte Dobbertin Gram,  
Medisinsk støtteapparat  
NGTF



### **Tilleggsinformasjon:**

Det tas forbehold om avlysning hvis deltakelsen er lav. Det anbefales derfor at den enkelte tar høyde for dette ved bestilling av blant annet hotell og fly som inkluderer kanselleringsmuligheter. NGTF dekker ikke tap ved avlysning. Det kan komme justeringer i programmet hvis behov.

Ta med noe varmt tøy da det kan være kjølig i møterommet og i hall. Adresse til hallen informeres om på et senere tidspunkt.

### **Hovedansvarlig og kontaktinformasjon**

Teknisk komité rytmisk gymnastikk er hovedansvarlige for dette seminaret.

Eventuelle spørsmål kan rettes til konkurransekonsulent for rytmisk gymnastikk på forbundskontoret, Marianne Halberg.

E-post: [marianne.halberg@gymogturn.no](mailto:marianne.halberg@gymogturn.no)

Telefon: 47 47 72 36 (operativ i arbeidstiden)

## **Velkommen til seminar!**