



AKTIVITETSDAG

FOR JENTER OG GUTTER 6-10 ÅR

Arrangeres av VESTLAND GYMNASTIKK OG TURNKRETS

OG TERTNES TURN

Sted: Åstveithallen, Tertnes

Tid: Lørdag 20. april

Alle jenter og gutter som driver med turn i Bergen og omegn ønskes hjertelig velkommen til årets store aktivitetsdag i aldersgruppen 6-10 år. Sammen skal vi ha mange aktiviteter både i og utenfor Åstveithallen. Dagen avsluttes med FELLES OPPVISNING der alle foreldre, søsken, besteforeldre m.m er hjertelig velkommen til å se.

TIDSSKJEMA:

| Aktivitet | Tidspunkt |
|----------------------------|----------------------|
| Fremmøte | 09.00 |
| Felles oppvarming | 09.30 |
| Aktivitetene starter | 10.00 |
| MATPAUSE | 11.15 – 11.45 |
| Aktivitetene forts. | 11.45 |
| Oppstilling til oppvisning | 13.00 |
| Hallen åpner for PUBLIKUM | 13.00 |
| OPPVISNING | 13.30-15.00 |

Oppvisning: Vi oppfordrer alle deltakere til å ha oppvisning i fargene til laget de kommer fra.

Uteklær: Da en del av aktivitetdagen vil foregå ute, er det viktig at gymnastene tar godt med ytterklær med seg. Regntøy/støvler, dersom det regner. Dette i tillegg til treningstøy til innendørsaktiviteter.

Lagledere: Alle lag må sørge for å ha tilstrekkelig med ledere til å ta seg av sine utøvere både under aktivitetene og i pausen. Kravet er minst 1 trener/leder pr- 10 gymnaster. Matpausen vil være i garderobene. Deltakerne vil få noe å spise, men bør ha med niste og drikkeflaske i tillegg.

Deltakerne vil få drikke av arrangør.

Samlet påmelding sendes innen 01.april: Kr 300,- pr. deltaker (inkludert i denne prisen er matbit, drikke og deltakerpremie til alle).

Vedlagte påmeldingsskjema sendes til: sandra_holgensen@hotmail.com

Betaling sendes til:

Tertnes turn v/Silje Grinde

Kontonr: 0533.03.13627

Merk innbetaling med lagets navn og Aktivetsdag 2024

Mer informasjon blir sendt til påmeldte lag etter fristen er gått ut.

Da ønsker vi alle velkommen til aktivetsdag på Tertnes!

Påmeldingsskjema til Aktivitetsdagen 2024

| | |
|-------------|--|
| LAGETS NAVN | |
|-------------|--|

| | |
|-------------------|-------|
| LAGLEDER(E) | |
| | |
| | |
| NAVN PÅ DELTAKERE | ALDER |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

Samlet påmelding sendes innen 01.04 til sandra_holgensen@hotmail.com

Kr 300,- pr. deltaker (inkludert i denne prisen er en matbit, drikke og deltakerpremie).

Betaling sendes til:

Tertnes turn v/ Silje Grinde

Kontonr: 0533.03.13627

Merk innbetaling med lagets navn og Aktivitetsdag 2024