



INVITASJON TIL GYMFEST I VEST BARN

IL Jotun turn og Vestland Gymnastikk og Turnkrets vil med dette invitere til Gymfest i Vest Barn 11-13 år i Øvre Årdal
31. mai til 02.juni 2024

FREDAG

- Ankomst lag og innsjekk

LAURDAG I ÅRDALSHALLEN

- Opning av stemnet
- Trening Gym for Life tropper
- Oppvisingskonkurranse – Gym for life
- Workshop trampett, tumbling og grunnteknikk
- Lær på stedet dans lett
- Lær på stedet dans vidarekomne
- Lær på stedet parkour

- Sosiale aktivitetar og disko på kvelden

SØNDAG I ÅRDALSHALLEN

- Trening før stemnekonkurranse
- Stemnekonkurranse (kun trampett og tumbling)
- Oppvisning
- Defilering

INNKVARTERING

Farnes skule

AKTIVITETAR

Me vil sende ut eige informasjonsskriv til påmeldte lag når det er klart kva aktivitetar det vil bli lagt opp til.-s-

Stemne T-skjorte er inkludert i stemnekontigenten

Me oppfordrar alle lag til å delta på Gym for life oppvisning. Gym for life er ein oppvisingskonkurranse for alle

Kvar tropp trenar på og framfører eit innøvd program. Programmet skal være gøy å trene, fint å sjå på og skal

ha treningsverdi. Link til info om gym for life finn de her: <https://gymogturn.no/wp-content/uploads/2022/02/Reglement-Unisport-Gym-for-Life-Challenge-Norge-2019.pdf>

Det er forventet at hvert lag stiller trenere til disposisjon under workshop trampett, tumbling og grunnteknikk.

Oppgi antall trenere i vedlagt skjema.

Det vil bli sendt ut faktura til laga etter påmelding

Påmeldingsfrist: 10.04.2023

Spørsmål kan rettas til haugelin@gmail.com

VEL MØTT