



Invitasjon til seniorsamling i teamgym

Trøndelag Gymnastikk- og Turnkrets i samarbeid med TeamGym Trøndelag inviterer til seniorsamling.

Dato: 19.-21.april

Sted: Ørland

Samlingen er åpen for alle gymnaster i Trøndelag Gymnastikk- og Turnkrets som fyller 17 år inneværende år og eldre. Denne samlingen vil være for å trene i alle apparater i teamgym, ha det sosialt med andre senior gymnaster og skape et godt seniormiljø på tvers av klubbene i Trøndelag.

TeamGym Trøndelag (TGT) skal være et samlingspunkt for seniorgymnaster i Trøndelag Gymnastikk- og Turnkrets, med mulighet for å stille sammen som ett lag til Senior NM Teamgym hvert år i alle klassene. Vi oppfordrer trenere og utøvere som ønsker å delta/samarbeide om å stille til NM Teamgym å bruke treningssamlingene som arena for planlegging av dette. Selv om gymnaster skal konkurrere for egen klubb skal det være åpent for at gymnastene skal kunne komme på samlingene for å trene og møte andre i sin aldersgruppe. Gymnaster som stiller for egen klubb i juniorklassen i teamgym kan ikke stille med TGT i seniorklassen.

Lag med flere enn 4 påmeldte gymnaster stiller med trener som kan bistå under samlingene. Det oppfordres likevel at klubber som har som har færre utøvere også stiller med trener.

Påmelding

Påmeldingen er bindende, det er kun legeattest som godkjennes som gyldig dokumentasjon ved et eventuelt forfall.

Påmelding via

https://app.rubic.no/Public/Events/19325?fbclid=IwAR0nEfPoLVN3nQBSGUc8Rs_y0WyOiCgUKDVKAGVmhxtHWxBfM0OgL4IKzq4

Betaling skjer ved påmelding.

Påmeldingsavgift kr. 650,-

Påmeldingsfrist: 15.april

Tidsplan

Fredag

18:00 Oppmøte

18:15 – 18:45 Oppvarming

19:00 – 20:45 Økt 1

21:00 Kveldsmat

Lørdag

09:00 – 09:45 Frokost

10:00 – 10:30 Oppvarming

10:45 – 11:45 Økt 2

12:00 – 13:45 Lunsj

14:00 – 16:45 Økt 3

17:00 – 18:45 Middag

19:00 – 20:45 Økt 4

21:00 Kveldsmat

Søndag

09:30 – 10:15 Frokost

10:30 – 11:00 Oppvarming



11:15 – 13:15 Økt 5

13:30 – 14:00 Takk for nå!

Overnatting

Overnatting vil være på skole/gymsal så man må ha med seg sovepose, liggeunderlag og dusjesaker selv.

Ved eventuelle spørsmål kan rettes til mikkel.vitting@gmail.com