



ÅPEN TRENINGSSAMLING RYTMISK GYMNASTIKK 28.-29. SEPTEMBER 2024

HAUGESUND

Haugesund Turnforening arrangerer, i samarbeid med NGTF, åpen treningssamling for gymnaster fra 7 år og oppover



- STED:** Turnhallen, Hanne Hauglandsvei 8, Haugesund
- TIDSPUNKT:** Lørdag 28.- søndag 29. september
Lørdag: kl.10:00-18:00
Søndag: kl. 09:00-15:00
- BESPISNING:** Lunsj og middag (lørdag). Måltider er inkludert.
- PÅMELDINGSFRIST:** Innen 1. september til Ingjerd Vikse til e-post: ingjerd.vikse@gmail.com
(navn, alder, klasse og evt. allergier).
Max antall deltakere 70.
- Hver klubb må sende samlet påmelding.
«Førstemann til mølla»-prinsippet.
- PRIS OG PÅMELDING:** 700,- pr. Gymnast.
Påmelding er bindende da vi leier inn trenere i henhold til antall påmeldte. Innbetalt deltakeravgift refunderes kun mot legeerklæring.
- Hver klubb blir fakturert samlet for påmeldte gymnaster.
- ANNET:** Kiosksalg. Gymnastene kan ta med lommepenger for å handle kos i kiosken. Vipps aksepteres også.

**OVERNATTING:**

Clarion Collection Amanda
Smedasundet 93 tlf: 52808200
www.strawberry.no
Enkeltrom: 990,-
Dobbeltrom: 1290,-
Triple: 1490,- (begrenset antall)

Book online med kode «HaugesundTurnforening 27-29/09-2024» på hjemmesiden deres.

Banken Hotell
Strandgata 161 tlf: 52700030
Enkeltrom: 1200,-
Dobbeltrom: 1400,-
Book ved å sende e-post til info@banken-hotel.no og vis til treningsssamling Haugesund turnforening.

Ved booking av hotell anbefaler vi at dere er tidlig ute.

Det kan ordnes med privat overnatting, gi beskjed om dette er ønsket i påmelding, og vi forsøker å finne en løsning.
Vennskapsbånd på tvers av foreninger er noe vi oppfordrer til.

BESPISNING:

Måltider serveres i kafeen i Turnhallen. Lunsj – middag.
Eget oppsett for tider vil bli sendt ut til påmeldte deltakere.

TRENING:

Turnhallen (sal A, B, C, trampetthall og styrkerom)
Gymnaster blir delt inn i grupper ut fra alder og nivå.
Timeplan vil sendes ut til påmeldte deltakere.

TRENERE:

Foreløpig trenersteam:
Stela Sultanova (RG)
Ivon Stoykova (RG)
Monika Maldziuniene (yoga)
Elise Fjeldheim (RG og dans)
Kaisa Dalen Jensen (RG og fysioterapi)
Silje Høyvik Rist (drama)



Endelig program gjøres kjent på et senere tidspunkt, og sendes ut til klubbene for videre distribusjon.

Her blir det variert trening med redskapsteknikk, kroppsvansker, trampett, ballett, drama og yoga. Med idrettsglede kommer mestringsfølelse! Bli med for god trening og vennskapsbånd!



VELKOMMEN TIL HAUGESUND!