



# Innkalling til Vestfold og Telemark Gymnastikk- og turnkrets sitt kretsting 2025

## Velkommen

Vi ønsker velkommen til VGTK sitt kretsting i Langesund!

**Sted: Quality Hotel Skjærgården, Stathelleveien 35, 3970 Langesund**

## Foreløpig program

### Fredag 28.02.25.

Ankomst for dem som ønsker det. Åpen/fri prat med likesinna.  
Kl. 19.00 Skjærgårdsbuffet

### Lørdag 01.03.25

Kl. 10.00 – 17.30 Tingforhandlinger

## Foredragsholder Gyrid Beck Solberg kommer lørdag med «Det er meg det kommer an på».

Gyrid tar salen med på en engasjerende reise gjennom egne erfaringer og utfordringer, skreddersydd til din virksomhet og bransje. Med utstråling og et vennlig provoserende perspektiv, inspirerer hun til å ta ansvar for egne tanker og handlinger.

Du vil lære:

- Hvordan mentale barrierer hindrer deg i å nå målene dine
- Hvordan mental trening kan løfte både individer og organisasjoner
- Praktiske strategier for å endre tankesett og handlekraft
- Hvordan ta ansvar for egne valg og prestasjoner
- Inspirasjon til å skape en sterkere og mer målrettet kultur

Foredraget varer i 60 minutter og inspirerer til handling og refleksjon.

Kl. 20.00 Ting middag

### Søndag 02.03.25

Kl. 09.00 – 15.00 Seminar

Alle klubber og turngrupper som er medlem i NGTF har anledning til å møte med minst én representant på kretstinget. Her vedtas saker av betydning for idretten vår.

**Vi oppfordrer klubbene til å melde på ungdomsrepresentanter/trenere!**



## Deltakerpakker / priser:

### Fra fredag til søndag: Enkeltrom kr. 6.220, - Dobbeltrum kr. 4.910, -

Dette inkluderer overnatting med helpensjon.

Fredag: Skjærgårdsbuffet

Lørdag: Kretsting, frokost, lunsj og ting middag, kaffepauser i løpet av dagen

Søndag: Seminar, frokost og lunsj, kaffepauser i løpet av dagen

### Fra lørdag til søndag: Enkeltrom kr. 4.285, - Dobbeltrum kr. 3.620, -

Dette inkluderer overnatting med helpensjon.

Lørdag: Kretsting, lunsj og tingmiddag, kaffepauser i løpet av dagen

Søndag: Seminar, frokost og lunsj, kaffepauser i løpet av dagen

### Dagdeltaker med ting middag lørdag – søndag: kr. 2.795, -

Lørdag: Kretsting, lunsj og middag, kaffepauser i løpet av dagen

Søndag: Seminar, lunsj, kaffepauser i løpet av dagen

### Dagdeltaker lørdag – søndag: kr. 1.700, -

Lørdag: Kretsting, lunsj, kaffepauser i løpet av dagen

Søndag: Seminar, lunsj, kaffepauser i løpet av dagen

### Dagdeltaker pr. dag: kr. 850, -

Dette inkluderer lunsj, kaffepauser og møter.

## Påmeldingsfrist: 01.02.2025

Deltaker bekrefter i påmeldingsskjemaet at representanten er valgt eller utpekt til å representere klubben i henhold til § 12 i kretsens lov.

Påmelding foretas her [Påmelding](#)

Ved påmelding etter 1. februar 2025 vil muligheten for overnatting være avhengig av kapasitet.

## Faktura:

Denne sendes fra kretsen etter påmeldingsfristen, og skal være betalt innen påført betalingsfrist, og senest før ankomst.

## Saker som ønskes tatt opp på tinget må sendes inn skriftlig.

### Fristen for å sende inn forslag er 10. februar 2025.

Alle saker som skal tas opp på tinget skal først behandles av kretsstyret. Sakene med underlagsdokumenter sendes på e-post til [eirunn.finsrud@gymogturn.no](mailto:eirunn.finsrud@gymogturn.no)

## Representasjon

Hvert lag/forening kan stille med følgende representanter:

- Inntil 50 medlemmer 1 representant
- Mellom 50 og 100 medlemmer 2 representanter
- Over 100 medlemmer 3 representanter

Representantene må være sammensatt etter NIF s lov § 2-4

Det er anledning å ta med så mange observatører som laget ønsker.

(Husk at disse ikke har stemme- og talerett under selve tingforhandlingene)

**Vi oppfordrer lag/foreninger til å delta med tillitsvalgte, ungdomsrepresentanter og trenere!**

### **Kjønnsfordeling**

Ved valg av representanter skal det i henhold til NIFs lov § 2-4 velges representanter fra begge kjønn. "ved valg /oppnevning av representanter til årsmøte/ting, samt medlemmer til styre, råd og utvalg i NIF og NIFs organisasjonsledd skal det velges kandidater fra begge kjønn. Idrettsstyret kan, når det foreligger særlig forhold, gjøre unntak fra denne bestemmelsen. *For representasjon på vårt ting betyr det at hvis man stiller med 2 representanter, må det være en av hvert kjønn. Har man ikke mulighet til det, må man søke Vestfold og Telemark Idrettskrets om dispensasjon.*

### **Sakspapirer**

Vil bli tilsendt 1 uke før tinget.

Eventuelle praktiske spørsmål omkring arrangementet kan rettes til [eirunn.finsrud@gymogturn.no](mailto:eirunn.finsrud@gymogturn.no)

**Med vennlig hilsen**  
**Vestfold og Telemark Gymnastikk- og Turnkrets**

Kjetil Knutsen, Kretsleder

