



## Vestland Gymnastikk og Turnkrets

Troppsutvalget har gleden av å invitere til

### Treningssamling i troppsgymnastikk for rekrutt og junior, Åsane Arena 15.-16. februar 2025

Samlingen vil inneholde rytme og frittstående, trampett både med og uten hoppredskap, samt tumbling. Det vil være trenere som kan inspirere med høyt tempo, gode teknikkstasjoner, spennende oppvarminger og utfordrende rytmesekvenser. Vi anbefaler alle rekrutt- (f. 2014-2012) og juniorgymnaster (f. 2012 - 2008) i kretsen til å bli med. Dette blir gøy!

**Maks antall deltakere: 120** («førstemann-til-møllen»).

Frist for påmelding: **07. februar 2025**. Påmeldingen er bindende, og alle påmeldte vil bli fakturert selv om de ikke møter opp.

Deltakeravgift kr 500,- pr. turner faktureres **lagene** i etterkant av påmeldingen.

Påmeldingen gjøres her: [Nivåskjema - samling Vestland \(google.com\)](#)

*\*Dere må levere inn et skjema per gymnast.*

Tidsplan

**Lørdag 10:00 – 16:00**

**Søndag 10:00 – 16:00**

*Det vil være opplegg for lunsj, men man må ta med egen lunsj*

Lurer dere på noe,

kontakt Sara Kverme ([kverme-@hotmail.com](mailto:kverme-@hotmail.com)) eller Henrik Lundekvam ([henrik@sotraterno.no](mailto:henrik@sotraterno.no))

Turnhilsen fra

VGTK Troppsutvalget