



Turn menn

Til: Kretser/klubber Region nord

**NGTF's Regionssamling Region nord
Turn Menn
Tromsø 14-16. mars, 2025**

Vi gjennomfører den første Regionssamling i 2025 i Tromsø for apparatturnere i Nord Norge. Samlingen er for gutter i alderen 8-18 år, som driver innen apparatturn. Vi inviterer også klubber som er i ferd med å starte opp apparatturn for gutter. Samlingen arrangeres av NGTF v/regionsansvarlig. Tema for samlingen vil som tidligere være **basistrening** og innlæring av nye elementer. Vi ønsker apparatgymnaster og trenere i Region nord velkommen til samling, og håper at klubbene prioriterer dette samarbeidet!

Det vil også bli arrangert en uttakskonkurranse til Barentskampen 2025, for juniorer/seniorer som ønsker å forsøke kvalifisere seg, samme helgen i Tromsø. (Junior FIG rules).

Praktisk informasjon:

Treningshall: Tromsø turnhall

Hovedansvarlig: Børge Johansen

Klubbtrenerne: Deltakende klubber

For deltagere på samlingen:

Alle lag må stille med trener(e) til samlingen, minimum en trener på 7 gymnaster. Hovedansvarlig vil styre innhold på samlingen i samarbeide med klubbtrenerne. Det kreves at klubbtrenerne som er med gymnaster er aktivt med i hallen.

(Om en klubb ikke klarer stille med trener(e), ta kontakt med regionsansvarlig).

Overnatting:

Det tilbys overnatting på Turnhallen. Overnatting er på klasserom i turnhallen. Ta med sovepose og liggeunderlag.

NB! Det MÅ være en voksen leder fra hver deltakende klubb, som bor sammen med gymnastene fra din forening, og har ansvaret for disse. I tillegg forventes det at ledere bidrar med matlaging/servering.

Det er **kun påmeldte** gymnaster, trenere og ledere som tilbys plass på klasserom.

Hotellovernatting eller annet ivaretas av hver enkelt klubb.

Økonomi:

Egenandel for gymnaster kr 800,- pr person som dekker trening, kost og losji.

Egenandel for trenere/ledere kr 400,- pr person som dekker kost og losji.

Egenandel for gymnaster som **ikke** bor på skolen kr. 500,- som dekker trening, lunch og middag lørdag.

Egenandelene skal betales felles og vil bli fakturert hver enkelt klubb i etterkant av samlingen.

Gymnaster, trenere og ledere betaler og organiserer selv reise til og fra Tromsø.

Påmelding

Påmeldingen sendes samlet fra hver klubb på mail til: regionsansvarlig boergejo@hotmail.com

Vi ønsker navn og alder på gymnaster, samt navn på trener(e) og andre ledere.

Legg også ved fakturaadresse til klubben din.

Oppgi i tillegg om dere har noen gymnaster som ønsker delta i uttakskonkurransen.

Påmeldingsfrist: 1. mars



Norges Gymnastikk- og Turnforbund



Sognsveien 73, 0840 Oslo

gymogturn@gymogturn.no

Org.nr.: 9702322796

www.gymogturn.no

[@norgesgymnastikkogturnforbund](https://www.facebook.com/norgesgymnastikkogturnforbund)

[@gymogturn](https://www.instagram.com/gymogturn)

Foreløpig timeplan for samlingen

Fredag: 14/3:

18.00: Registrering
18.30-20.30: Trening 1. økt
20.30-21.30: Kveldsmat (for de som bor på klasserom)

Lørdag: 15/3:

08.30 - 09.00: Frokost (for de som bor på klasserom)
09.30 - 11.30: Trening 1. økt

11.00 – 11.30: *Oppvarming jr/sr kvalifisering Barentskamp*
11.30 – 12.30: *Oppvarming i apparater jr/sr*
12.30 – 15.00: *Konkurransen jr/sr*

12.00 - 12.30: Lunsj (alle påmeldte)

15.30 - 18.00: Trening 2. økt
18.15 - 19.30: Pizza og sosialt v/Turnhallen (alle påmeldte)

Søndag 16/3:

09.00-09.30: Frokost (for de som bor på klasserom)
10.00-12.30: Trening 1. økt
12.30-13.00: Rydding/avslutning

Med vennlig hilsen
Børge Johansen
Region nord