



Invitasjon til åpen nasjonal treningsamling i gymnastikkhjul, Holum IL Turn, 02.-03. mai 2026

NGTFs arbeidsgruppe gymnastikkhjul (AGH) inviterer til åpen nasjonal treningsamling for utøvere på alle nivåer. Samlingen arrangeres i samarbeid med Holum IL Turn, som holder til i Agder på Sørlandet.

Tid:	Lørdag 2. mai kl. 09.30 – 16.30 (med forbehold om endringer) Søndag 3. mai kl. 09.00 – 15.30 (med forbehold om endringer)
Sted:	Holumhallen Adresse: Laustøheia 202, 4519 Holum.
Bakgrunn og mål for samlingen:	Treningsamlingen legges opp slik at den skal gi et tilbud både til nye utøvere, gymnaster som ønsker å fokusere på oppvisninger og for konkurranseutøvere. Klubbtrenerne bør delta på samlingen
Målgruppe:	<ol style="list-style-type: none">1. Basisgruppe – fokus på rekrutteringsstigen (se www.gymogturn.no). Gruppen passer for gymnaster på alle nivåer som ønsker å øve på basisferdigheter i hjulet.2. Konkurransesgruppe – for gymnaster som ønsker å fokusere på utvikling av sine konkurranseøvelser. Utøverne i denne gruppen må ha erfaring med gymnastikkhjul fra før.
Instruktører:	Hovedansvarlig: Dina S. R. Harridsleff Flere instruktører vil bli annonsert nærmere samlingen. Alle klubber er velkommen til å delta med egen trener.
Reise:	Ivaretas av den enkelte.
Deltakeravgift – fakturering	Deltakeravgift kr 350,- pr. person pr. dag. Deltakeravgiften inkluderer lunsj lørdag og søndag, samt middag lørdag. Forbundskontoret fakturerer klubbene i etterkant av treningsamlingen. Hver enkelt betaler reise selv.
Overnatting	Klasserom i skolen som ligger ved siden av hallen er holdt av for overnatting fra lørdag til søndag 2.-3. mai. Det er også mulighet til å overnatte fra fredag 1. mai for de som ønsker det. Sovepose og liggeunderlag må medbringes. Det kjøpes inn til enkel frokost og kveldsmat.
Hjul	Holum IL Turn og AGH stiller med hjul til samlingen.



Påmelding:

Benytt dette skjema: [Påmeldingsskjema treningssamling, Holum IL 02.-03. mai 2026](#). Påmeldingen sendes på e-post til konkurransekonsulent gymnastikkhjul: henrik.alvaer@gymogturn.no innen **25. april**.

Det er bindende påmelding. Det er kun legeattest som godkjennes som gyldig dokumentasjon ved et eventuelt forfall, om man skal unngå å bli fakturert for deltageravgiften. Eventuell legeattest må sendes til forbundskontoret.

Ved eventuelle spørsmål – ta kontakt via e-postadressen ovenfor.

Velkommen til samling!

Med vennlig hilsen

Norges Gymnastikk- og Turnforbund

Heidi Kaugerud Voilås
Leder arbeidsgruppa gymnastikkhjul
(sign.)

Henrik Alvær
Konkurransekonsulent gymnastikkhjul