Turn menn

Til: Kretser/klubber Region Øst

21.11.2026

NGTF's regionssamling i region Øst
Turn Menn
Oslo 21/22.11.26

Vi gjennomfører den andre regionssamling i 2026 i Oslo turnforening for apparatturnere i region øst. Samlingen er for gutter fra 7-14 år som driver med apparatturn. Vi ønsker også å invitere klubber som ikke har noen satsing på turn menn, men som har utøvere som kunne vært aktuelle for å lære seg mer om turn. Samlingen arrangeres av NGTF v/regionsansvarlig. Tema for samlingen vil være kartlegging av styrke og fleksibilitet samt videre bygging av basis i de ulike apparatene. Vi ønsker trenere, klubber og utøvere velkommen til samling i region øst.

Praktisk informasjon
Treningshall: Oslo turnforening (Haslehallen), Eikenga 6, 0579 Oslo
Hovedansvarlig: Simen Solberg Uriansrud

For deltagere på samlingen
Alle lag må stille med egne trenere til samlingen, minimum en trener på 7 gymnaster.
Hovedansvarlig trener vil styre innhold på samling og treningene, men det krever at klubbtrenere er aktivt med i hallen.

Overnatting
Overnatting ordnes av hver enkelt klubb samt transport til og fra trening

Bespisning
Lunsj lørdag og søndag, og middag søndag serveres i turnhallen.

Økonomi
Samlingen er gratis å delta på
Gymnaster og trenere betaler selv for reise til og fra.

Påmelding
Påmelding sendes samlet fra hver klubb på mail til: **Simen Solberg Uriansrud (simen.uriansrud@gmail.com)**
Vi ønsker navn og alder på gymnaster samt navn på trener eventuelt andre voksne.

Påmeldingsfrist: **16.11.2026**

GRUNNLAGET
LEGGES I GYM
OG TURN

Foreløpig tidsplan for samlingen

Lørdag:
14:00 - 16.00: Trening 1. økt
16:00 - 16:30: Pause, lunsj
16:30 - 18:30: Trening 2. økt

Søndag:
10.00 - 12.00: Trening 1. økt
12:00 - 12:30 Lunsj
12:30 - 14:30 Trening 2. økt

Med vennlig hilsen

Simen Solberg Uriansrud
Regionsansvarlig region Øst