

Kristiansands turnforening

Inviterer

til treningssamling i rytmisk gymnastikk for konkurransegymnaster

Jegersbergveien 3, 4630 Kristiansand

RS-hallen og turnhallen

2.november 2024

Treningssamlingen er åpen for alle klubber i kretsen som har aktive konkurransegymnaster i rytmisk gymnastikk. Treningssamlingen gjelder for rekrutt internasjonal og nasjonal 12 år 3-kamp, samt junior- og seniorgymnaster som konkurrerer. Denne samlingen er ment for de konkurransegymnastene som har egne program. Målet er å samarbeide med sjekk av program på tvers av klubbene.

Samlingen vil ha trenere som har fått oppdatering på det nye reglementet for 2025. Vi ønsker at klubbene skal ha tenkt ut spesifikke ting de ønsker en ekstra sjekk på i programmene. Dette kan for eksempel være vansker, danseserier, risiko, artisteri osv. På denne måten kan vi forberede oss bedre. Vi kan ikke love at vi klarer å komme gjennom alle program hos alle gymnaster, dersom det blir stor påmelding. Vi håper likevel mange ønsker å delta slik at vi kan dele erfaringer og lærdom, og ikke minst bli inspirert av hverandre 😊

Tid:

kl.10:00 – 17:00, med lunsjpause.

Timeplan legges etter påmelding.

Måltid:

Det serveres enkel lunsj og frukt mellom øktene.

Pris:

300,- per gymnast (med lunsj).

Påmelding:

Påmelding sendes samlet fra klubbene til mariahlund@icloud.com innen torsdag 17.oktober.

Påmeldingen skal inneholde:

- Navn og e-post på klubbens kontaktperson.
- Navn og fødselsår på gymnastene, samt konkurranseklasse for 2025.

- Hvilke program gymnastene ønsker å få sjekket/jobbe med, i prioritert rekkefølge.
- Eventuelle allergier.

Betaling: Samlet betaling fra klubbene til kontonummer: 3060 07 60005. Merk betalingen med «treningssamling RG». Frist for betaling 17.oktober.

Kontaktinformasjon:

Har du spørsmål om samlingen kan du ta kontakt med Maria Heidenberg Lund

E-post: mariahlund@icloud.com

Telefon: 470 14 526