

Invitasjon til treningssamling gymnastikkhjul 6. mai 2017

Gymnastikkhjulkomiteen i Oppland gymnastikk og turnkrets inviterer til treningssamlingen for alle lag som har drevet og driver med gymnastikkhjul.

På treningssamlingen legges det vekt på det å planlegge og lage oppvisning og trening i gymhjulstigen.

Oppvisning: En workshop med ideer om hvordan en oppvisning kan lages. Oppvisninger med en gymnast, synkront med to eller flere, parøvelser, ideer til litt utradisjonelle oppvisninger. Her er det lov til å komme med innspill fra alle deltagere.

Det blir en oppvisningskonkurranse under barnekretsturnstevnet i Øyer – Tretten 10.-11. juni. Benytt denne treningssamlingen som del av forberedelse til barnekretsturnstevnet.

Gymnastikkhjulstigen er en god hjelp til trenere og gymnaster til trening for konkurranser. Vi prøver å få til litt informasjon og hjelp til denne på samlingen. Informasjon og instruksjonsvideoer om gymhjulstigen finner du på www.gymogturn.no => Aktiviteter => Gymnastikkhjul => Reglement og bestemmelser. Ta gjerne en titt og kom med spørsmål hvis dere lurere på noe.

Tid: Lørdag 6. mai i kl. 10.00 - 16.00.

Sted: Kallerudhallen, Vardal/Gjøvik

Trenere: Trude Linvolden Agasøster, Solveig Sæthre med flere.

Treningsavgift: Kr 100 pr deltaker, trenere gratis.

Påmelding og påmeldingsfrist

Fyll ut påmeldingsskjema nedenfor med navn, fødselsdato, klubb, e-postadresse og hjulestørrelse. Denne sendes til Inger Linvolden pr. e-post:

inger.linvolden@gmail.com innen **24. april**

Ta med drikke og niste

Ved eventuelle spørsmål – kontakt Inger Linvolden tlf 984 80592

Med vennlig hilsen
Oppland gymnastikk og turnkrets
gymnastikkhjulkomiteén