



Trøgstad, 30. desember 2011.

TIL AKTUELLE FORENINGER.

Trøgstad Turnforening ønsker velkommen til landets junior og senior kvinner og menn til **twentyfour cup nr.1(Norges cup) i FIG konkurranse lørdag 10. mars i Trøgstadhallen.**
TIDER: (Forbehold om tidene i forhold til antall påmeldte og når twentyfour Cup , stige er ferdig)

- Ca. kl. 1600 Generell trening
- Ca. kl. 1615 Apparat trening (enkel prøving)
- Ca. kl. 1645 Åpning og konkurransestart
- Ca. kl. 2100 Premieutdeling

Det blir apparat trening i konkurransen. De 3 første gymnastene i skranke og bom varmer opp. Så turner nr. 1 og bedømmes. Mens bedømmingen foregår varmer nr. 4 opp, osv.....

I frittstående og hopp varmer 6 jenter opp ad gangen.

For guttene varmer de 3 første gymnastene i bøyler, ringer, skranke og svingstang opp. Så turner nr. 1 og bedømmes. Mens bedømmingen foregår varmer nr. 4 opp osv.....

I frittstående og hopp varmer 6 gutter opp ad gangen.

Konkurransen gjelder som kvalifisering til EM for junior og senior.

PÅMELDING OG STARTKONTIGENT:

- Kr. 400,- pr. gymnast.
- Bindene påmelding og startkontigent sendes Trøgstad Turnforening innen 6. februar 2012.
- E-post post@trogstadturnforening.no Bankgiro: 1140.45.32059.
- Ved for sein påmelding beregnes dobbel kontigent.

OVERNATTING:

- Skoleovernatting inkl. frokost kr. 150,-. Ta med liggeunderlag.
- Bakkergården, Trøgstad tlf. 69825550 kr. 350,- inkl. frokost.
- Ditt Gjestehus, Mysen tlf. 69891556 kr. 375,- inkl. frokost. (stablepris)
- Smaalenene Hotell, Askim tlf. 69844040 kr. 385,- inkl. frokost. (stablepris)

TRØGSTAD TURNFORENING

Haugen Gård, 1860 Trøgstad, Tlf: 69 82 64 65 / . Mob: 90 72 86 40, Mail: post@trogstadturnforening.no
Hovedsponsor: Trøgstad Sparebank.



Skoleovernatting bestilles samtidig med påmelding. Overnatting for øvrig må den enkelte forening selv bestille direkte med overnattingsstedene innen 6. februar 2012.

BESPISNING:

- Lunsj kr. 100,- pr. dag bestilles/betales ved påmelding.
- Middag etter konkurransen lørdag kveld kr. 175,- bestilles/betales ved påmelding.

Velkommen til Trøgstad

Hilsen

Trøgstad Turnforening

Per Østreng.

TRØGSTAD TURNFORENING

Haugen Gård, 1860 Trøgstad, Tlf: 69 82 64 65 / . Mob: 90 72 86 40, Mail: post@trogstadturnforening.no

Hovedsponsor: Trøgstad Sparebank.