

# Velkommen til UngUke

23-28 juni-2017 i vakre Haugesund



UngUke er et breddetilbud til ungdom i alderen 13-20 år. Alle deltakerne på UngUke har tilgang til hele Landsturnstevnet 2017.

Målet med ung uke er at turnere skaper en positiv tilhørighet til Landsturnstevnet.

Vi ønsker å legge til rette for en arena for idretts glede, vennskap og minneverdig turnopplevelser for alle ungdommene.



# Hva kan vi tilby?



**Workshops:** Frittstående, tumbling, trampoline, stortrampoline, RG nybegynnere, jazzdans akrobatikk, parkour, lyrisk jazz, moderne dans, styrke, boot camp, stretching, zumba, gøy med kroppen. Espen Jansen kommer og har 2 workshops: Basis trening for turn.

**Åpne lagleder aktiviteter:** bading, bytur, rebus, ballspill m.m.  
her kan laglederen ta med egne gymnaster og være aktiv sammen med andre grupper.

**Lær på stedet** Eget LPS fra 13-20 år. Flere fellestreninger før en deltar på fellesoppvisningen på stadion. Dette blir en knall kjekk, kjempestor oppvisning ute!

**Oppvisningskonkurranse for særtropper** Her gleder vi oss til å få se flinke små og store særtropper som har øvd mye hjemme før de kommer på LT2017. Denne konkurransen blir arrangert sammen med de voksne særtroppene. Dette blir en fargerik og kreativ oppvisningskonkurranse full av turn, dans og akrobatikk!

**Byoppvisninger** Vil dere opptre i sentrum? Har dere lyst, har dere lov! Dere får et heiende publikum i et flott, maritimt sentrum!

**Egentrening i tramphallen** Grupper/Lag kan etter ønske bestille private treningstimer i tramphallen under LT2017. Laget må selv stille med egen trener med godkjent sikringskurs. Det blir en avgift pr. time. Reservasjon av tramphall skjer pr. mail til [post@landsturnstevnet2017.no](mailto:post@landsturnstevnet2017.no)

**Konsert eller disco lørdag kveld** Det blir en super kveld i nærområdet til idrettsparken. Det blir salg av brus, snacks og lett mat. Rusfritt arrangement.



# Utvalgte aktiviteter



Vi tilbyr flere kjekke aktiviteter som du bør få med deg når du besøker Haugesund



Valhall er et stort "lekeland" for voksne. Her er det MASSE aktiviteter, alt fra det enkle til mer krevende. Morsomt, spennende, samarbeid og konkurranse – Mye latter og stort engasjement! For å se film sjekk ut: [https://www.youtube.com/watch?v=qmt\\_EvFu8Ss](https://www.youtube.com/watch?v=qmt_EvFu8Ss)



Kasjotten er morsomt og spennende Laser tag i Haugesund sentrum. Tøffe lokaler innredet som et gammelt fengsel med lys, lyd og røyk effekter. Adrenalin kick til tusen!!! For å se film sjekk ut: <https://www.youtube.com/watch?v=FWNnBqLJuxA>  
Aldersgrense 14 år.



Hva med rib båt? Nydelig måte å oppleve Haugesunds flotte skjærgård. Noe sjøsprøyt, fart og masse frisk Luft og en flott opplevelse på sjøen. For å se film sjekk ut: <https://www.youtube.com/watch?v=RHMi-l5rZWo>

Billetter fås kjøpt på stevekontoret under arrangementet.  
Første mann til mølla. Ikke inkludert i deltager kortet.



# Informasjon:

Prisen inkluderer deltagerkort for UngUke og hele Landsturnstevnet, mange forskjellige workshops, disko, 3 måltider om dagen, t-skjorte og overnatting på skole ved idrettsparken. Det er kort avstand til alle aktivitetene og NM

For alt dette betaler du kun kr. 2100,- pr. pers.

Aldersgrense fra 13-18 år.

Velkommen til noen lærerike, kjekke og morsomme dager i Haugesund!

Påmelding til UngUke skjer igjennom MySoft.

[http://medlem.gymogturn.no/portal/page/portal/gt\\_utv/st\\_login](http://medlem.gymogturn.no/portal/page/portal/gt_utv/st_login)  
Anbefaler alle å lese reglement for påmelding:  
<http://landsturnstevnet2017.no/shownobckgr.php?action=pmlid&retur=jumbo&txt=8&type=innhold>

**Frist: 19 mars 2017.**

Fra og med 20 mars koster det kr. 200,- ekstra pr. person.

Sjekk ut vår nettside: [www.landsturnstevnet2017.no](http://www.landsturnstevnet2017.no) for mer informasjon.

Ta kontakt med oss om du har spørsmål.

[post@landsturnstevnet2017.no](mailto:post@landsturnstevnet2017.no)

Tlf.: 485 14 641



## Våre samarbeidspartnere



Trykket av: KONICA MINOLTA

Følg oss på:



Landsturnstevnet 2017



Unguke17



Unguke17