



EN TRENER- OG TRENINGSSAMLING FOR UNGDOM

Dato: 2. – 4. mars 2018

Sted: Steinkjer turnhall. Overnatting på Steinkjer ungdomsskole (på området).

Påmeldingsfrist: 15. januar 2018 **(NB! FRIST RETT OVER JUL!).**

Aldersgrense: Fra det året man fyller 13 år.

Arrangør: Nord-Trøndelag Gymnastikk- og Turnkrets.

Mail: splittsamling@gmail.com

Kontakt tlf: 48 10 02 90 eller 90 95 91 18.

“Bli med på ei helg fylt med sosiale aktiviteter, inspirasjon og turn!”

2. – 4. mars 2018 arrangeres SPLITT – en trener- og treningssamling for ungdom, for andre gang. Vi håper å kunne gjenta braksuksessen i år også – og litt til! Målet med samlingen er å samle ungdommer fra hele Nord- og Sør-Trøndelag gymnastikk- og turnkrets til ei sosial, lærende og inspirerende samling. Det vil legges stor vekt på det sosiale aspektet ved samlingen i tillegg til å benytte den nye, flotte turnhallen aktivt. Oppvisningen under avslutningsseremonien på søndag vil være en felles lær-på-stedet-oppvisning der show og det ungdommene har lært under helga vises frem for publikum. Samlingen krever således ingen forberedelse i form av innøvd oppvisning.

Hvert lag må delta med minst en lagleder over 18 år, men det anbefales å se an antall i gruppen turnere som skal delta (trenere som deltar på treningssamling teller ikke som lagledere!) slik at det blir forsvarlig. MYE info på facebook så alle lagledere anbefales å følge oss (se slutten av invitasjonen).

Samlingen vil være to-delt. Fredag og deler av lørdag vil være forbeholdt trenere i kretsen. På stevner er det sjelden tid til at trenere selv kan få utfolde seg fordi man ofte har ansvaret for mange turnere. Vi ønsker derfor å sette av tid til at trenerne selv kan få tid i turnhallen, bli kjent med andre trenere i kretsen og i tillegg legge grunnlaget for en god trenersamling for turnerne. Se tidsplan under. Dette blir bra!

PÅMELDING OG BETALING

Påmelding skjer via deltager.no: http://www.deltager.no/splitt_2018_02032018.
Her melder dere på deltagere og betaler samtidig.

850,- i deltageravgift for turnere fra 13 år.

Deltageravgift dekker lunsj og middag på lørdag, og frokost og lunsj på søndag, fruktmåltid begge dagene, overnatting og sosiale aktiviteter, i tillegg til treningssamling med dyktige trenere, og treningsskjorte.

850,- i deltageravgift for trenere.

Deltageravgift for trenere dekker kveldsmat fredag, frokost, lunsj og middag på lørdag og frokost og lunsj på søndag (og middag for ledsagere), fruktmåltid begge dagene, overnatting og sosiale aktiviteter, i tillegg til fri deltagelse på treningssamling og treningsskjorte.

600,- i deltageravgift for lagledere.

NB! All påmelding er bindende og deltageravgiften må betales fullt ut om ikke legeattest blir framvist. Det vil ikke bli mulig å bytte plasser med noen, om noen ikke kan delta av grunner som ikke gir legeattest. Gjennomføring av samlingen forutsetter nok påmeldte. Om samlingen avlyses vil innbetalt deltageravgift tilbakeføres.

Forsinket betaling vil faktureres med 200,- ekstra. Så hold påmeldingsfristen – det gjør det mye enklere for alle parter!

Vi håper at akkurat du og din turngruppe kommer slik at vi sammen kan fortsette å skape en god tradisjon for en sosial møteplass for ungdom.

SPLITT har egen facebook-side. Gå inn og lik på www.facebook.com/splittsamling. Her vil også all informasjon om samlingen legges ut, etter hvert som den utvikler seg. Vi anbefaler at også ledere og trenere går inn på siden slik at alle får samme info.

Med vennlig hilsen

Maria M. Haugnes og Sigrid B. Nygård,
Ungdomskontakter i Nord-Trøndelag Gymnastikk- og Turnkrets

TIDSPLAN SPLITT 2018

MED FORBEHOLD OM ENDRINGER. OBS! Møt opp presis – også sosialt!

FREDAG kun trenere	
17.30 – 18.30	Registrering av trenere Hovedinngang Steinkjer ungdomsskole NB! Lurt å ha på treningstøy – kort tid til å skifte.
18.45 – 19.15	Velkommen og foredrag i kantina
19.00 – 19.15	Lagledermøte kjøkken i kantina
19.15 – 19.45	Middag i kantina
20.00 – 20.30	Oppvarming i turnhallen
20.30 – 22.00	Åpen turnhall – velg fritt mellom stasjonene
22.30 – 23.30	Åpen kantine – spill og div.
00.00	Ro på rommene
LØRDAG kun trenere	
08.00 – 08.30	Frokost i kantina - Smør matpakke!
08.45 – 09.15	Oppvarming i turnhallen
09.15 – 10.30	Åpen turnhall
10.30 – 10.45	Fruktpause + kiosk (alle ut av hallen i pausen)
10.45 – 11.45	Øving til SHOW - velg en stasjon som skal vises frem på søndag
11.45 – 12.15	Lunsj utenfor turnhallen – matpakke!

LØRDAG både trenere og utøvere	
11.00 – 11.30	Registrering av utøvere
11.00 – 12.00	Lunsj for utøvere i kantina
12.15 – 14.30	Åpen turnhall – velg fritt mellom stasjonene
14.30 – 15.00	Fruktpause + kiosk (alle ut av hallen i pausen)
15.00 – 17.00	Åpen turnhall – velg fritt mellom stasjonene
17.00 – 18.30	Øving til SHOW - velg en stasjon som skal vises frem på søndag
18.30 – 19.00	Dusj i garderobes i hallen
19.00 – 19.30	Middag i kantina
19.30 – 21.00	QUIZ + sosialt i kantina (møt opp presist!)
21.00 -	Spill/sosialt i kantina
00.00	Ro på rommene
SØNDAG både trenere og utøvere	
08.00 – 08.30	Frokost i kantina – Smør matpakke! Pakk ferdig til hjemreise.
09.00 – 09.30	Oppvarming i turnhallen
09.30 – 11.00	Åpen turnhall – velg fritt mellom stasjonene
11.00 – 11.30	Lunsj utenfor turnhallen (matpakke) + KIOSK
11.30 – 13.30	Øving til SHOW – Gjennomkjøring SHOW
14.00 – 14.45	SHOW! Inviter gjerne ☺
14.45 – 15.15	Alle må være ut av rommene innen 15.15 – husk søppel!

Info publiseres på [facebook.co/splittsamling](https://www.facebook.com/splittsamling) og show er et arrangement på facebook.