



Norges Gymnastikk og Turnforbund

0840 OSLO

Besøksadresse: Sognsveien 75 L, Tlf. 21 02 90 00 Fax: 21 02 96 11 www.gymogturn.no
Bankgiro: 5134.06.05.075 Bankgiro lisenser: 5010 05 18489- Org.nr.: 970 232 796

Til: Kretser/klubber Region Vest

30.01.2019

NGTF's Regionssamling region vest Turn Menn Sandnes 15.03.2019

Her kommer praktisk informasjon om Regionssamling Turn Menn 15.03.-17.03. Samlingen er for gutter i alderen 10+. Samlingen arrangeres av NGTF i samarbeid med Sandnes turnforening. Tema for samlingen vil være innøving av nye elementer og basis i apparatene, samt fokus på øvelsesoppbygging. Vi ønsker alle gymnaster og trenere i Region vest velkommen til samling!

Praktisk informasjon:

Treningshall: Vågen Idrettshall, Holbergs gate 23, 4306 Sandnes
Hovedansvarlig: Odin Nielsen

For deltagere på samlingen:

Alle lag må stille med egne trenere til samlingen, minimum en trener på 7 gymnaster. Hovedansvarlige trenere vil styre innhold på samling og treningene, men det krever at klubbtrenerne er aktivt med i hallen.

Overnatting:

Det er mulighet for å overnatte på Quality Hotel Residence.
Adresse:

Julie Eges gate 5

4306, Sandnes

Pris pr. rom:

enkeltrom 640,-
dobbelrom 820,-
tre-mannsrom 1050,-
fire-mannsrom 1240,-

Rommene er holdt av til **1. mars.**

Oppgi koden 004604 og Sandnes Turnforening

Quality Hotel Residence

Tel: +47 51 60 57 00 | Fax: +47 51 60 57 01 | q.residence@choice.no

Julie Eges gt. 5 | NO-4306 SANDNES | www.choice.no/quality/residence

Parkering: Amfi Parkeringshus kr 115,- per døgn

P-billett kjøpes i resepsjonen

Økonomi:

Egenandel for gymnaster og trener kr 500,- pr person som dekker kost.

Egenandel betales samlet fra hver klubb til: Sandnes Turnforening

Sandnes Turnforening kontonr: **3260.06.59609**

Merk: Regionssamling TM og klubb.



Grunnlaget legges i gym og turn!

Gymnaster og trenere betaler selv for reise til og fra.

Påmelding

Påmelding sendes samlet fra hver klubb på mail til: Odin Nielsen
(odin.nielsen@gmail.com)

Vi ønsker navn og alder på gymnaster samt navn på trener eventuelt andre voksne som ønsker mat i hallen.

Påmeldingsfrist: **01. Mars.**

Timeplan for samlingen

Foreløpig timeplan samling:

Fredag:

17-20 trening

Lørdag:

10.00-13.00: Trening 1. økt.

13.00-14.30: Pause, lunsj.

14.30-17.30: Trening 2. økt.

17.30: Middag

Søndag:

10.00-13.00: Trening.

13.00 Lunsj så avreise.

Med vennlig hilsen
Odin Nielsen
Region Vest