

Inbjudan till
Utvecklingsgruppen
Kvinnlig artistisk gymnastik
Steg 7–10

i VGF- hallen, Västerås



Träff 1: 3–4 september 2022



UTVECKLINGSGRUPPEN- STEG 7–10

Vi välkomnar alla gymnaster som deltagit på nationell tävling under 2021 och 2022 på steg 7-10 till Västerås helgen 3-4 september 2022.

Ansvariga för denna träff är Västerås gymnastikförening tillsammans med KTK.

Denna termin blir fokus i utvecklingsgruppen förberedelser inför tävlingar.

Vi kommer följa checkpoint-upplägg som liknar det som landslagets har gjort i flera år och fokuserar först på grunder/svårigheter, därefter halva serier innan vi sätter ihop hela serier för kommande säsong. För att hålla ner kostnader och möjliggöra att så många som möjligt kan vara med kommer vi att köra en del av avstämningarna digitalt eller i hemmaföreningen.

DATUM

Träff 1: Lördag 3 september-söndag 4 september.

(Övriga datum meddelas senare och sätts med fördel i samråd med tränare som har gymnaster i gruppen)

PLATS

Bellevue arena, VGF- hallen

PRELIMINÄRA TIDER OCH SCHEMA (gäller båda träffen)

Lördag:

Samling	12:45
Träning:	13:00–17:00
Middag:	17:30-18:30
Installering i sovrum	18:30-19:30
Bowling för gymnasterna	19:30-20:30
Seminarium för ledarna	19:00-20:00
Släckt på rummen	21:00

Söndag:

Frukost:	07:30-08:00
Träning:	08:30-12:00 inkl fruktpaus
Lunch:	12:00-13:00
Träning:	13:00-16:00 inkl fruktpaus
Avslutning:	16:00

DELTAGARE

Gymnaster med tävlingsresultat från en nationell tävling på steg 7 eller högre från 2021 eller senare kan delta.

Tränare med gymnaster på steg 6 eller högre är välkomna.

Som tidigare gäller att en gymnast endast kan tillhöra en grupp. Väljer en gymnast att delta i denna grupp måste hon avsäga sig sin plats i den andra gruppen (Aspiranterna, juniorgruppen, seniorgruppen, landslag).

PRELIMINÄR KOSTNAD

Pris: 750: - per gymnast och 550: - för tränare. Anmälan är bindande.

I avgiften ingår mat, frukt, träningsavgifter, boende (valfritt) samt Bowling för gymnaster och seminarium för ledarna.

ANMÄLAN

Anmälan görs till **Gymnastikförbundet** via kvag@gymnastik.se, senast söndagen den 14 augusti 2022.

Gymnaster ska ha med minst 1st ledare/ansvarig (vuxen) från sin förening.

KALLELSE

Kallelse med deltagarlista, ansvariga tränare och spikat träningsschema skickas ut efter anmälningstidens utgång.

Ansvarig:

Christer Andersson VGF i samråd med Harpa från KTK.

crip@vgf.nu

harpa.oskarsdottir@gymnastik.se

Vid frågor. Kontakta kvag@gymnastik.se eller crip@vgf.nu

Välkomna till Västerås!