

Välkommen på sommarläger 1-4 juni 2020 i Vierumäki!

FSG ordnar sitt traditionella sommarläger för redskapsgymnaster vecka 23 på Vierumäki idrottsinstitut. Lägret är för flickor i åldern ca 8-15 år (födda 2012 till 2004) som tränar aktivt och tävlar (klass B-E) inom redskapsgymnastik.

Kom med på ett roligt läger i Vierumäkis nya fina gymnastikhall! Till lägrets program hör träning på alla tävlingsredskap, samt också träning på trampolin, dans, löpträning, lekar och stafetter. Vi spenderar också tid utomhus, samt simmar i Vierumäkis simhall. Mera info om Vierumäki hittas här: www.vierumaki.fi

Gymnasterna delas in i grupper på basen av ålder och nivå så att alla kan träna på sin egen nivå och ha möjlighet att utvecklas.

Varje förening som deltar måste ha med sig en egen tränare eller en vuxen ansvarsperson.

Lägret börjar på måndag ca kl 12 och slutar på torsdag ca kl. 17.00. Gemensam busstransport från Helsingfors kommer att ordnas för alla som behöver, med start ca kl. 10 på måndag. (Bussen ingår inte i deltagaravgiften). Man kan också välja att själv sköta sin transport till och från lägret. Exakt tidtabell ges då anmälningstiden har gått ut.

Lägrets pris är 245 euro, i vilket ingår träning, kost (morgonmål, lunch, middag och kvällsmål) och logi. Vi bor på idrottsinstitutet, lakan och handdukar finns i alla rum. Alla deltagare är olycksfallsförsäkrade.

Anmälningar tas emot per e-post av Karolina Stenfors-Roiha: karolina.stenfors@idrott.fi

Använd anmälningsblanketten "Anmälningsblankett sommarläger" som

ni hittar på:

<https://fsg.idrott.fi/var-verksamhet/tavlingsgymnastik/redskapsgymnastik/traning/>

Anmälan helst föreningsvis. Räkningarna kan skickas enskilt till varje deltagare eller föreningsvis. Meddela i anmälan hur ni vill ha det. Om föreningens hela räkning går rakt till föreningen behöver man inte ange gymnasternas adresser i anmälan.

Kom ihåg att anmäla dej i tid, lägerplatserna går enligt anmälningsordning! **Anmäl dig senast den 27.4.** Även efter att datumet har gått ut kan du höra dig för om det ännu finns plats på lägret. De anmälda får exakt tidtabell och mera information om lägret ca 3 veckor före lägrets början.



Annullering bör ske senast tre veckor före tillfället. Om annullering sker senare, debiterar vi halva kurspriset. Vid sjukdom/skada ingen avgift mot uppvisande av läkarintyg.

Eventuella frågor om lägret kan riktas till Karolina.

Karolina Stenfors-Roiha
Koordinator för redskapsgymnastik
Finlands Svenska Gymnastikförbund
karolina@idrott.fi
040-8269827

Välkommen med på ett roligt och aktivt läger i Vierumäki



Finlands Svenska Gymnastikförbund rf

T: +358-405452260

E: fsg@idrott.fi

W: www.fsg.fi

B: FI72 2022 3800 0065 57

FO-nummer: 0235627-0

A: Gjuterivägen 10, 00380 Helsingfors, Finland