



Gymnastikkarusellen

FINLANDS SVENSKA GYMNASTIKFÖRBUNDS

FESTIVALINFO 1

HANGÖ 14-16.06.2024

INNEHÅLL

FESTIVALINFO 1

Intro	s. 2
Vad är en gymnastikfestival?	s. 3
Hälsning från lokala Kommittén	s. 4
Välkommen till soliga Hangö	s. 5
GYMP & Preliminär tidtabell	s. 6
Program	s. 7
Anmälning och priser	s. 8
Avbokningsvillkor	s. 9
Massprogrammen	s. 10
Galauppvisningar	s. 11
Uppvisning på stadsscen	s. 12
Hälsning från massprogramskoreograferna	s. 13-20
Inkvartering	s. 21
Festival-kickoff hösten 2023	s. 22-24
Föreningsträff via Zoom	s. 25
Sociala medier	s. 26
Avslutning	s. 27

GYMNASTIKFESTEN

I HANGÖ NÄRMAR SIG!

Här kommer den första festivalinfon inför FSG festivalen i Hangö 2024. Det är ett rejält paket som innehåller allt man behöver veta för att kunna berätta om festivalen ute i föreningarna nu när verksamheten kör i gång igen. Preliminära datum, priser och annan viktig information. Vi hoppas att du och din förening är laddade inför det späckade festivalåret. Redan nu finns festivalen på sociala medier och vi kommer att få följa med planeringen och förberedelserna både på plats i Hangö och ute i föreningarna runt om i Svenskfinland.

Om ni har frågor gällande festivalen,
kontakta verksamhetsledare **Elin Blomqvist**
på **elin@idrott.fi** eller **050-3813346**



FSG-FESTIVAL
HANGÖ 2024



VAD ÄR EN GYMNASTIKFESTIVAL?

Den första gymnastikfesten arrangerades 1897 i Björneborg. Förbundsfesterna i sin nuvarande form fick sin början efter kriget genom gymnastikfesten i Jakobstad 1947. Förbundsfester ordnas i regel vart fjärde år. Gymnastikfestivalen samlar medlemsföreningarna med ledare, gymnaster och andra intresserade till en gemensam fest för att dela med sig av gymnastikens glädje bl.a. i form av uppvisningar och workshops.

VAD ÄR FSG?

FSG står för Finlands Svenska Gymnastikförbund. FSG grundades 1896. FSG:s målsättning är att sprida upplysning om och väcka intresse för gymnastik / fysisk fostran. Detta förverkligas genom att utöva gymnastik i alla dess former, och genom att utbilda gymnastikledare och -tränare, domare, arrangera idé- och inspirationsdagar för ledare av vuxen-, barn- och ungdomsgymnastik. Årligen arrangeras utbildningskurser för ledare inom vuxengymnastik, motions- & trendgymnastik, för ledare inom barn- och ungdomsgymnastik, föräldra- och barn-gymnastik, redskapsgymnastik och trupp-gymnastik. Förbundsmästerskap arrangeras inom:
- Redskap, FSGM/mångkamp och FSGM/special.
- Truppmästerskap; fristående estetisk trupp-gymnastik och jumpajippo
För förbundets trupp- & redskapsgymnaster arrangeras träningsläger.

TIDIGARE GYMNASTIKFESTER

1947 Jakobstad
1951 Borgå
1956 Mariehamn
1960 Vasa
1964 Pargas
1968 Jakobstad
1973 Mariehamn
1978 Grankulla
1983 Närpes
1986 Hangö
(90-årsjubileum)
1990 Jakobstad
1996 Ekenäs
(100-årsjubileum)
2000 Mariehamn
2004 Karleby
2008 Grankulla
2012 Jakobstad
2016 Kristinestad
(120-årsjubileum)

HÄLSNING FRÅN LOKALA KOMMITTÉN



Tapio Kekkonen
Photography

*Hangö, Hangö, Hangö sol och sommarfröjd
Hangö Hangö Hangö hos dig min längtan är förtöjd"*

Hangövalsens av Georg Malmstén

Efter en paus på 38 år återvänder gymnastikfesten äntligen till Hangö. Den lokala arrangörskommittén Hejdi r.f. önskar er alla hjärtligt välkomna till vår sommarstad. Festivalen arrangerades här senast år 1986 då FSG firade sitt 90-årsjubileum.

På grund av pandemin har det blivit en längre paus för festivalen som i vanliga fall arrangeras vart fjärde år. Det är nu viktigt att igen få uppleva gemenskap och gymnastikglädje tillsammans. Vi hoppas ni ute i föreningarna marknadsför festivalen riktigt stort. Arrangera gärna informationstillfällen och titta på tidigare festivalfilmer med era medlemmar. Sträva till att varje medlem i er förening har fått info om festivalen på era timmar, via e-post eller sociala medier. Med gemensamma krafter kan vi locka med oss alla gymnastik- och dansvänner till Hangö.

Arbetet i Hangö har påbörjats under vårvintern 2022. Vi har ett ivrigt gäng instruktörer, styrelsemedlemmar och

gymnaster som håller i trådarna i de tio olika arbetsgrupperna som tillsammans bildar kärngruppen i arrangörskommittén. Vi är måna om att arrangera en festival där alla kan delta, oberoende ålder, kön och ursprung.

I Hejdi r.f. veckovisa program arrangerar vi ett mångsidigt schema för alla som vill röra på sig tillsammans i grupp. Hos oss finns det timmar för nybörjare, för dem som gillar att dansa, för dem som vill träna riktigt hårt. Vi har timmar som förbättrar rörligheten, funktionsförmågan och återhämtningen. Vi har grundgymnastik för dem som vill upprätthålla och stärka sin muskelkondition. Våra medlemmar provar öppet och glatt på nya motionsformer. Nu väntar vi alla ivrigt på nästa sommars gäster.

Välkommen till Hangö!

På den lokala kommitténs vägnar
Julia Salmela, Hejdi r.f. ordförande



VÄLKOMMEN TILL SOLIGA HANGÖ

DEN LILLA STADEN VID HAVET

Hangö stad grundades 1874 så 2024 firar vi 150 årsjubileum.

Det är sålunda med glädje vi välkomnar FSG festivalen till Hangö den 14-16 juni som en del av vårt jubileumsårs firande.

Hangö hamn grundades ett år tidigare - så staden är en följd av hamnen. Hamnverksamheten är fortfarande mycket viktig för Hangö och verksamheten växer. Hamnen är i nuläget Finlands tredje största och är mycket viktig för Finlands exportindustri. Hamnen erbjuder ett stort antal Hangöbor jobb och välfärd.

Många känner oss som sommarstaden där det ordnas stora evenemang längs hela sommaren och trots att Hangö är Finlands sommarstad nummer 1 så finns det mycket att göra och uppleva året om. Även om stadens befolkning minskat under många år så har den alltjämt ökande semesterboendet sett till att staden är livskraftig och utbudet på tjänster brett. Hangös starka bränd handlar mycket om sol, hav, segling och fina stränder. Hangö har också en intressant historia, inte minst krigshistoria som man kan bekanta sig med på våra två fina museer; Frontmuseet i Lappvik samt stadens museum i Manners gamla industribyggnad som invigs på våren 2024. Vi har ett stort antal föreningar, däribland vår aktiva gymnastikförening Hejdi r.f. som handhar arrangemangen för FSG festivalen.

Jag önskar er lycka till med festivalen, sol och fint väder. Hoppas ni ska trivas i vår lilla stad vid havet.

Denis Strandell
stadsdirektör



Paulina Rökman
FOTOGRAF

GYMP

För att underlätta organiseringen och informationsöverföringen mellan förbundet och föreningarna ber vi alla föreningar utse en ansvarsperson, eller GYMP, som fungerar som kontaktperson mellan FSG och föreningen samt dess medlemmar. Denna person får information angående festivalen och ansvarar också för att informera vidare i föreningen. Gympen behöver inte vara en styrelsemedlem eller ledare, huvudsaken är att personen är intresserad och har tid att sköta sin uppgift på ett ansvarsfullt sätt.

Meddela din förenings Gymp senast 30.10, [HÄR](#)

<https://www.lyyti.fi/questions/aa759af4e9>



PRELIMINÄR TIDTABELL

13 september 2023	Digital föreningsträff. Tema: FSG-festival
7 oktober 2023	FSG-festivalens kickoff i Korsholm
28 oktober 2023	FSG-festivalens kickoff i Vanda
30 oktober 2023	Anmäl föreningens GYMP
14 januari 2024	Instruktioner, Solvalla, Esbo
15 januari 2024	Bokning av hotell öppnar
21 januari 2024	Instruktioner, Norrvalla Vörå
31 januari 2024	Preliminär anmälan, föreningsvis
31 januari 2024	Sista anmälningsdag för galaprogram
10 mars 2024	Slutlig anmälan + dräktbeställning
27 april 2024	FSG vårmöte
30 april 2024	Beställning av biljetter till galor och kamratsits
15 maj 2024	Sista anmälningsdag till Hop on-programmet
25-26 maj 2024	Samövningar i Österbotten och Södra Finland

PROGRAM

Under FSG festivalen 14-16.6.2024 finns det många olika programpunkter, nedan listar vi några av dem.

FREDAG

Ankomst, gärna före kl.12

Gemensamma träningar

Kvällsgala "Friska vindar och hav" i Idrottshuset

LÖRDAG

Gemensamma träningar

Festparad och invigning

Uppvisning på stadsscen

Aktiviteter för barn och ungdomar

Kvällsgala "Gymnastikkarusellen" i Idrottshuset

Kamratsits vid Hangö Casino

SÖNDAG

Gemensamma träningar

Inmarsch och huvudfest

ANMÄLNING OCH PRISER

Den preliminära föreningsvisa anmälningen senast 31.1.2024 och den slutliga anmälan **10.3.2024**.

Observera! Alla som deltar i festivalens uppvisningar (massprogram eller föreningars egna program på galor eller torg) skall ha ett deltagarpass, också "observatörer" – föräldrar och ledare, som bor på skola eller äter lunch på skola eller bokar hotellplats via förbundet (Med undantag för medföljande spädbarn eller barnvakter boende på hotell, som inte äter lunch/middag. Hotellplats för dessa måste dock bokas via förbundet).

DELTAGARAVGIFT

Deltagaravgift, oberoende ålder: **50 €**

I deltagarpasset ingår:

- försäkring
- deltagande i festivalen (parad, uteuppvisningar, kvällsprogram)
- fri entré till huvudfesten (söndag)
- festkasse (programblad, deltagarkort, pins)

GALABILJETTER

20 € för vuxna

15 € för ungdomar (12-17 år), studerande och pensionärer

10 € för barn (3-11 år)

MÅLTIDER

6 € frukost

12 € lunch

9 € middag

*OBS! Dessa pris gäller för slutlig anmälan senast den 10.3 2024.
Efteranmälda betalar en tilläggsavgift på 20 € på deltagaravgiften.*

AVBOKNINGSVILLKOR

Anmälan är bindande

Dräkter och annan rekvisita för massprogrammen kan inte avbokas eftersom de görs enligt beställning, de måste lösas ut oavsett om du deltar eller ej.

Namnbyte

Det är möjligt att göra ett namnbyte avgiftsfritt fram till 15.5.2024, då överförs alla bokade produkter och tjänster till den nya deltagaren. Efter detta datum är det INTE möjligt att byta person.

Avboking p.g.a. sjukdom/skada

Det är möjligt att avboka deltagarpasset mot uppvisande av läkarintyg. Läkarintyget sänds till förbundet senast en vecka efter avbokning. Kontakta oss för mer information om hur du sänder ditt intyg till oss.

Fram till 30.4 2024

Avbokningsavgift 50% av deltagarpasset + drätkostnader

Efter 15.5.2024

Inga avgifter returneras.

ALLA KAN DELTA I GYMNASTIKFESTEN

MASSPROGRAMMEN

UTOMHUS:

We are golden

Massprogram med akrobatik

Koreografi: Carina, Emma och Ida Björkman

Bi Happy

Massprogram för barn

Koreografi: Anna Backlund och Johanna Hägg

It's now or never, I will rock forever

Massprogram med dans

Koreografi: Jasmine Kuusisaari och Mikaela Kurula

We are family

Massprogram med familjegymnastik

Koreografi: Rebecca Siegfriids och Nicolina Eriksson

Dancedancedance

Hop-on massprogram

Koreografi: Teresa Vuorensola-Perkiö och Sara Anttila

Les Pions

Massprogram för motionärer

Koreografi: Pia Nyman, Lena Lindström och Pia Boström

Kompassen

Massprogram med truppgymnastik

Koreografi: Nora Hermansson och Erika Fellman

Avslutningen

Koreografi: Hejdi r.f. (LOK)

INOMHUS:

Massprogram med seniordans

Koreografi: Regina Forssten

GALAUPPVISNINGAR

Uppvisningarna på galakvällarna skall symbolisera den stämning som vår underbara stad Hangö står för. Stämning och miljö kan vara ett inre eller yttre tillstånd och kan naturligtvis tolkas med frihet i gruppernas program.

FRISKA VINDAR OCH HAV

Fredagens galakväll går under namnet "Friska vindar och hav". Vi upplever att de fysiska elementen ger möjligheter till oändligt många tolkningar. Vårt hav kan vara både dramatiskt och rofyllt lugnt. Vindarna i Hangö växlar från lätt sommarbris till november storm.

GYMNASTIKKARUSELLEN

Lördagkvällens gala "Gymnastikkarusellen" önskar fartfyllda och färgsprakande program. Här behövs program med hög energifaktor! Festivalens logo är Plagenstrandens vattenkarusell.

Galorna hålls i Hangö idrottshus och visas två gånger per kväll. Uppvisningsunderlaget är dansmatta och utrymmet är ca 15 x 15 m. Det kan eventuellt förekomma publik på tre sidor. Den bakre väggen kommer att vara svart och det kommer vara möjligt att ge önskemål om ljusarrangemanget.

Uppvisningssektionen vill att föreningarna skickar in sina program med en video samt information om programidé, stil, åldersgrupp, dräktidéer och musik senast den 31 januari för att därefter kunna välja ut programmen och utforma galorna. Videon behöver inte visa ett helt färdigt program utan huvudsaken är att man genom videon får ett smakprov av programmet där känslan och idén framgår. Programlängd är max 3 minuter.

Meddela redskap!

UPPVISNING PÅ STADSSCEN

Under festivalen finns det även möjlighet att uppträda på stadsscen i Casinoparken efter lördagens invigning och eventuellt på fredag kväll, om många grupper är intresserade.

Scenen har ett trägolv som inte täcks med matta. Skor eller tissor rekommenderas.

Scenens mått: längd 9,5 m längst fram (scenen blir smalare efterhand och är 6,8 m längst bak) djupet är 5,8 m.

Anmälan om program på stadsscen senast den 31 januari.



HÄLSNING FRÅN MASSPROGRAMSKOREOGRAFERNA

We are golden

MASSPROGRAM MED AKROBATIK

Carina, Emma och Ida Björkman

Bostadsort:

Nykarleby

Hur föddes idén till programmet:

Vi vill att alla, ung som gammal, ska kunna ha roligt med akrobatik enligt egen förmåga.

Vem riktar sig programmet till:

Gymnaster i åldern 9-99 som gillar akrobatik oberoende av nivå och tidigare erfarenhet.

Bästa festivaltips:

Förbered dig på regn, ha alltid med ombyteskläder och gå på så många uppvisningar du kan för att ta del av festivalstämningen!

Övrig hälsning:

Alla med! Vi behöver såväl stadiga stommar som lätta toppar för att t.ex. bygga pyramider.



Bi Happy

MASSPROGRAM FÖR BARN

Anna Backlund och Johanna Hägg

Bostadsort:

Jakobstad

Hur föddes idén till programmet:

I massprogrammet "Bi Happy" vill vi ge barnen en chans att uppleva det bästa med gymnastik. Njutningen i att röra sig till musik, glädjen i att få vara en del av en gemenskap, stoltheten i att lära sig någonting nytt och spänningen i att få uppträda inför publik.

Vem riktar sig programmet till:

Bi Happy är ett roligt och tydligt program som bygger på grundrörelser. Det är lätt att ta till sig men bjuder på utmaningar även för längre hunna små gymnaster. I det här programmet kan alla barn vara med, de flesta barn kommer att vara i åldern 6–9 år. Det blir ett spännande äventyr!

Bästa festivaltips:

Passa på och lär känna gymnaster i andra föreningar! Ni har ju redan ett gemensamt intresse, och det är superkul att ha kompisar i hela Svenskfinland.

Övrig hälsning:

I barnmassprogrammet Bi Happy kommer vi att ha specialsydda fallskärmar med blommotiv. Alla barn hör till en egen blomma, vilket skapar trygghet och vi-känsla. I varje blomma finns dessutom lite äldre blomflickor som hjälper till.

Via den här webbadressen kan du titta på programmet:

<https://youtu.be/ai38D-RN-rU>



It's now or never, I will rock forever

MASSPROGRAM MED DANS

Jasmine Kuusisaari & Mikaela Kurula

Bostadsort:

Vasa

Hur föddes idén till programmet:

De första idéerna för dansmassen uppkom under hösten 2018. Genom brainstorming att hitta ett roligt tema med en röd tråd genom hela programmet. Efter första träffen med alla andra massprogramskoreografer började vi (jag och Mikaela Kurula som jag gjorde dansmassen tillsammans med) ivrigt att söka efter musik som skulle passa de olika teman. Vi insåg ganska snabbt att Rock fick bli temat! Rocken bidrog till gemenskap på ett helt annat sätt än de andra idéerna vi hade. Rock binder och bjuder in dansare i olika åldrar och livsskeden på ett helt annat sätt än vad många andra teman gör. Därför är alla välkomna att vara med i dansmassen!

Vi har valt de mest fiilis låtarna inom genren som ska bidra med energi, glädje och gemenskap hos dansare och publiken.

Dansmassen består av 6 rocklåtar som alla är väldigt olika, vi har bland annat försökt hitta låtar från olika årtionden så att ingen del ska bli den andra lik.

Vem riktar sig programmet till:

Ungdomar, unga vuxna och vuxna som vill ta sig utmaningen att lära sig och vara med i ett rockigt, roligt och pulshöjande massprogram.

Bästa festivaltips:

Ha roligt, bli inspirerad av andras program och bilda nya vänskaper.



We are family

MASSPROGRAM MED FAMILJEGYMNASTIK

Rebecca Siegfriids och Nicolina Eriksson

Bostadsort:

Vasa & Åbo

Hur föddes idén till programmet:

Under den senaste FSG festivalen 2016 i Kristinestad då vi gjorde akrobatik- och hopprepssmasserna hade ingen av oss barn men båda var gravida. Nu är vi båda tvåbarnsmammor och har hållit familjegymnastik på varsitt håll i flera år. Målet med vårt familjegymnastik-massprogram har från början varit att det ska passa för familjer med både små och stora barn.

Vem riktar sig programmet till:

Familjer med barn i åldern 0 till cirka 8 år.

Bästa festivaltips:

Ta med hela familjen och anmäl alla till något massprogram för att få ut så mycket som möjligt av festivalhelgen och så att alla får egna festivalminnen!



Dancedancedance

HOP-ON MASSPROGRAM

Sara Anttila & Teresa Vuorensola-Perkiö

Bostadsort:

Vanda & Helsingfors

Hur föddes idén till programmet:

Hangös Hop On-program kommer vara en twist av tidigare Närpes Hop On-programmet och ny fartfylld koreografi där alla kan delta. Programmet har olika delar så du kan hoppa med redan under hösten eller på plats i Hangö.

Vem riktar sig programmet till:

Till alla åldrar. Du kan ha på dig festival t-skjortan och uppträda på plan eller dansa med på läktaren.

Bästa festivaltips:

Samla ihop ett gäng och kom med på FSG Festival tillsammans till Hangö.



Les Pions

MASSPROGRAM FÖR MOTIONÄRER

Lena Lindström, Pia Nyman och Pia Boström

Bostadsort:

Jakobstad & Pedersöre

Vi är alla JKG ledare sedan många år men med lite olika stil och inriktning. Det vi har gemensamt är att vi tycker om att få andra att röra på sig och må bra.

Vem riktar sig programmet till:

Les Pions är således programmet för motionärer i olika åldrar. Man kan välja mellan lätt-, dansant- eller povernivå. Den sista kommer att få en "karavänlig variant" för vi justerar programmet som introducerades till 2020. Trumpinnar (pound sticks) används som rekvisita i en del av programmet som förmedlar rörelseglädje och gemenskap. Alla kan delta - vi välkomnar såväl nya som rutinerade festivaldeltagare.

Bästa festivaltips:

Kom och var delaktig i FSG festivalen 2024 i Hangö!



Kompassen

MASSPROGRAM MED TRUPPGYMNASTIK

Erika Fellman & Nora Hermansson

Bostadsort:

Åbo

Hur föddes idén till programmet:

Idén till programmet föddes från att vi ville ta upp hur mångsidigt truppgymnastik är och hur man kan få inspiration från alla delar av världen, dess natur, kultur och struktur.

Truppmassens tema är "Kompassen" och lyfter fram de fyra väderstrecken. Programmet är uppdelat i fyra delar, en del för varje väderstreck; väst, norr, öst och söder. Välkommen med på vår resa!

Vem riktar sig programmet till:

Ett väderstreck representeras av en viss åldersgrupp tävlingsgymnaster: 8-12 år, 12-15 år, över 15 samt en gemensam del där alla är med. I programmet kan man delta som en trupp eller som individ och välja vilken svårighetsgrad som passar en bäst. Vi rekommenderar att gymnaster under 12 år deltar i den lättaste delen, men tränarna kan välja vilken roll gymnasterna klarar av. Det finns ingen övre åldersgräns, alla med bakgrund i truppgymnastik är välkomna med.

Bästa festivaltips:

Våga prata med alla runt en och få vänner från andra föreningar. Vi har mycket gemensamt. Försök vara med om så mycket som möjligt; uppträda, uppleva och träffa nya likasinnade jumpagalna för att få en massa fina festivalminnen.



MASSPROGRAM MED SENIORDANS

Regina Forssten

Som pensionerad lärare i matematik och naturvetenskaper har jag varit seniordansledare i 17 år. Jag bor i egnahemshus i Ekenäs och har villa på en ö i Närpes. Jag har tre vuxna barn och fem barnbarn och en man med Alzheimers sjukdom.

Jag älskar att sy, sticka och spela bridge samt att hänga tvätt utomhus.

"Seniordans ger glädje, gör glad"

Regina vill visa hur mångsidig seniordansen är och att den riktar sig till alla oavsett ålder. Som musik används Oskar Merikantos "Valse lente"



INKVARTERING



Inkvarteringen sker på hotell, i skolor och via privata aktörer. Preliminära priser för hotellen kommer att publiceras på fsg.fi under hösten. Förbundet har förhandsbokat samtliga hotell i Hangö, så all bokning av hotellinkvartering sker via förbundet. Hotellbokningen öppnar 15 januari 2024.

SKOLINKVARTERING

Skolövernattning från fredag till söndag kostar 45 €, frukost lördag och söndag ingår. Skolövernattning bokas i samband med slutliga anmälningen senast 10 mars 2024.

PRIVATA LOGIALTERNATIV

Förutom logi på hotell och i skola kan man även välja att boka in sig via de många fina privata alternativen.

De hittar du via länken: [HÄR](#)

<https://visithanko.fi/sv/infosivu/privatinkvartering/>

FESTIVAL-KICKOFF

HÖSTEN 2023

Vi välkomnar er till [Korsholm](#) och Vasa lördagen den 7 oktober för att delta i vår höstmötesdag. Under dagen får ni bekanta er med de härliga FSG-festivalkoreografierna och inspireras av trendiga motionspass innan vi mot kvällen söker oss in mot Vasa för förbundets stadgeenliga höstmöte för att senare avnjuta en trevlig middag i gott sällskap. <https://fsg.idrott.fi/hostmotesdag/>

PROGRAM

kl. 09.00-16.15 Kickoff inför FSG-festivalens 2024 + inspirationspass

kl. 18.00 Höstmöte vid Sokos Hotel Royal Vasa

kl. 19.30 Gemensam middag vid hotellet

ANMÄLNING

Anmäl dig [HÄR](#) https://www.lyyti.fi/reg/hostmote_2023

Sista anmälningsdag till passen och middagen är 27 september

PRISUPPGIFTER

Hela dagen 25€, 1 pass 10 €

HÖSTMÖTE

Mötet hålls vid Sokos Hotel Royal och på distans kl. 18.00

Fullmaktsgranskning från kl. 17.45

MIDDAG

Vi samlas efter höstmötet i restaurangen för att njuta av god mat och trevligt sällskap. Anmälan till middagen görs senast 27.9.

Menyn kostar 34€/person och faktureras i samband med deltagaravgiften. Eventuella måltidsdrycker betalas på plats i restaurangen.

Meny:

- Laxsallad - Rökt lax, romain sallad, caesarsås, parmesan, rödlök, ägg och skärgårdbrödskrutonger
- Crème brulée och björnbär

PROGRAM I

KORSHOLM 7.10

Vi förbehåller oss rätten för ändringar

Lördag 7 oktober	SAL 1 Vilpe Arena	SAL 2 Botniahallens spegelsal
09.00-09.50		Hopprensinspiration
10.00-11.15	Hop-On massprogram Sara Anttila & Teresa Vuorensola Perkiö	Massprogram med akrobatik Carina, Emma & Ida Björkman
11.15-12.00	LUNCHPAUS	
12.00-13.15	Massprogram med dans Jasmin Kuusisaari & Mikaela Kurula	Massprogram med familjegymnastik Nicolina Eriksson & Rebecca Siegrids
13.30-14.45	Massprogram för motionärer Pia Boström, Lena Lindström & Pia Nyman	Massprogram med seniordans Regina Forssten
15.00-16.00		Fiesta Julia Salmela & Hanna Österlund
15.00-16.15	Massprogram med truppgymnastik Erika Fellman & Nora Hermansson	
18.00	Höstmöte vid Sokos Hotel Royal Vasa	
19.30	Gemensam middag vid hotellet	

Observera!

Barnmassprogrammet "Bi Happy" som riktar sig till alla dansglada barn kommer inte att instrueras vid detta tillfälle. Johanna Hägg finns på plats under dagen och kan svara på frågor gällande programmet.

Vi återkommer med ett datum för en första träff för alla intresserade.

FESTIVALINSTRUKTION

VANDA 28.10

Vi förbehåller oss rätten för ändringar

Helsinge skola
Övitsbölevägen 3, Vanda

Lördag 28 oktober	SAL 1	SAL 2
11.30-12.45	Hop-On massprogram Sara Anttila & Teresa Vuorensola Perkiö	Massprogram med seniordans Regina Forssten
13.00-14.15	Massprogram för motionärer Pia Boström, Lena Lindström & Pia Nyman	Massprogram för barn Anna Backlund och Johanna Hägg
14.30-15.45	Massprogram med dans Jasmin Kuusisaari & Mikaela Kurula	Massprogram med familjegymnastik Nicolina Eriksson & Rebecca Siegfriids
16.00-17.15	Massprogram med trupp gymnastik Erika Fellman & Nora Hermansson	Massprogram med akrobatik Carina, Emma & Ida Björkman

ANMÄLNING

Förhandsanmälan senast 12 oktober. Anmäl dig [HÄR](#)

https://www.lyyti.fi/reg/kickoff_vanda

PRISUPPGIFTER

Hela dagen 25€, 10 € per pass

Faktureras till given adress efter evenemanget

Läs mer, [Vanda](#)

<https://fsg.idrott.fi/kickoff-infor-fsg-festivalen/>

FÖRENINGSTRÄFF

ONSDAGEN DEN 13 SEPTEMBER KL. 18-19 VIA ZOOM

Vid höstens digitala föreningsträff fokuserar vi på nästa sommars FSG-festival och dess förberedelser. Vi ger er information och tips och ni får dela med er av era bästa knep för hur vi tillsammans ska kunna locka så många som möjligt med till soliga sommarstaden Hangö!

Anmäl dig senast 13.9 **HÄR** så ses vi i rutan!
https://www.lyyti.fi/reg/foreningstraff_2023



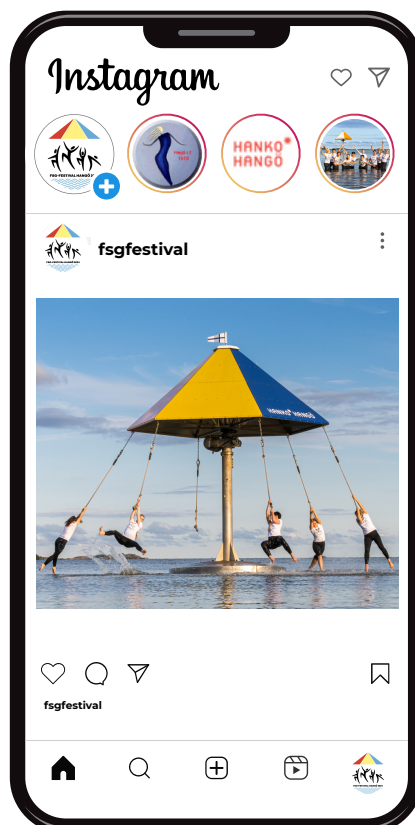
Tapio Kekkonen
Photography

SOCIALA MEDIER

Du kan redan nu bekanta dig med Hangö och arrangörskommittén Hejdi r.f. genom att följa oss på sociala medier.

På facebook hittar du oss på sidan [FSG-Festival 2024](#) och på instagram på sidan [fsgfestival](#). Gilla och följ sidorna och sprid dem i dina föreningskanaler.

Använd hashtaggen [#fsgfestival2024](#) och tagga [@fsgfestival](#) på dina inlägg, reels och händelser. Det är roligt att få följa med alla förberedelser i de olika föreningarna.



VÄLKOMMEN TILL

Hangö

FINLANDS SYDLIGASTE STAD



HANGÖ

59°49'28"N 22°58'06.6"Ö



fsgfestival



Finlands Svenska
Gymnastikförbund

Nokiavägen 2-4
00510 Helsingfors
FINLAND



FSG festival 2024