



## Invitasjon til Barnekretsturnstevnet 2024

**Arrangør:** Ekko/Aureosen IL Turn

**Dato:** 1.-2. juni 2024

Ekko/Aureosen IL Turn har invitert oss til Møre og Romsdal Gymnastikk og Turnkrets sitt årlige barnekretsturnstevne for barn og unge. Dette blir ei spennende helg med turntog, hyggekveld, workshops, oppvisning, mye sosialt og moro.

Hver forening kan delta med stevneprisprogram (stor tropp) eller oppvisning for mindre tropper. Tema for årets stevneprisprogram er musikaler og KTF har valgt The Greatest Showman og alle medlemmer fra 1. kl.-22 år kan melde seg på og bli med. Vi skal ha fellesøvinger i mai, kjøre med buss og ligge over på skole.

I 2018 var turnstevnet i Kristiansund. [Her kan dere se videoene fra 2018](#)

**Sted og overnatting** - Aktiviteten på lørdag og overnattingen blir ved Julsundet skole. Gjennomføring av treningene og stevnet på søndag blir i Aukrahallen, en fergetur over til Gossen.

**Mat** – Maten blir servert i gymsalen på Julsundet skole samt at det blir lunsj/mellommåltid til utdeling hos stevnekontoret. Opplysninger om allergier meldes inn i påmeldingsskjema. Det blir kiosk både på Julsundet skole og i Aukrahallen.

**Medaljer: Deltakermedalje** - Alle gymnaster får utdelt deltakermedalje.

**Medalje etter antall år** - I tillegg får man utdelt medalje etter antall stevner man har deltatt. Dette deles ut etter følgende kriterium:

Bronse	2. stevnet
Sølv	4. stevnet
Gull	6. stevnet
Gull m/krans	7. stevnet
Plakett	8., 9. og 10. stevnet

**Stevneskjorte** – Det blir egen stevneskjorte for alle gymnaster.

**Workshops på lørdag** - Julsundet ligger blant fjell, fjord og øyer og har mye flott natur å by på, men også idretts- og kulturlivet er rikt i området. Dette ønsker de å vise frem gjennom workshopene. På lørdag får hver deltager delta på én workshop. Ved påmeldingen legger man inn tre ønsker. Merk: Arrangøren kan ikke garantere at alle får et av sine ønsker oppfylt. For aktiviteter som foregår utendørs minner vi om at deltagerne må kle seg etter været.

**Taekwon-Do** - Taekwon-Do er en morsom og spennende aktivitet med stor variasjon, hvor du utvikler styrke, kondisjon, motorikk og balanse. Du lærer selvforsvar, samtidig som du kjenner gleden av fysisk aktivitet. Oppdeling i grupper etter alder.

**Ekko/Aureosen I.L. Fotball** - Inndelt etter alder vil gruppene delta på en fotballturnering utendørs på Ekkobanen, en liten gåtur unna Julsundet skole.

**Ekko/Aureosen I. L. Bredde – Turorientering** - Med base fra Julsundet skole lages det en orienteringsløype i skolens nærområde.

**Ekko/Aureosen I. L. Bredde – Kajakk** - Opplev en av Julsundets perler, Jendembukta, i kajakk. Det er begrenset med plasser på denne workshopen og nedre aldersgrense er 10 år. Barna får låne redningsvester.

**Ekko/Aureosen I. L. Bredde – Klatring** - I gymsalen på Julsundet skole har vi en klatrevegg og deltagerne får låne nødvendig utstyr. Begrenset antall plasser.

**Aukra kulturskole – Kunst** - Gjennom kunsten kan man få utløp for sin skaperglede, og i denne workshopen har deltagerne fokus på maling og collage på lerret, og temaet vil være «musikaler». Maks 12 deltagere på hver gruppe. Én gruppe for barn 8-11 år og én gruppe for barn 12-15 år.

**Hip hop med Stella** - Stella har lang erfaring med hiphop fra Noise danseklubb og er også norgesmester i hiphop! Hun lager en dans som passer for barn i alle aldre.

**Fræna Aureosen speidergruppe** - Speiding er vennskap, friluftsliv, mestring og mye mer! Dette får deltagerne kjennskap til sammen med den lokale speidergruppa.

**Sangkoret Fjelljom** - Fjelljom er et blandakor med røtter i Julsundet og stiller opp med kor-/sang workshop.

**Gårdsbesøk på Hollingsetra gård** - På dette småbruket kan man oppleve det idylliske livet på landet med nærkontakt med høner, gris, hest, sau og ender.

### **Forventet program. Med forbehold om endringer:**

#### **Lørdag, 1.juni:**

08.00	Oppmøte Braatthallen – Registrer deg til Anne Marte ved ankomst
08.30	Avreise fra Braatthallen
10.00	Ca. ankomst Julsundet skole Vi pakker ut og gjør oss klare for turntoget. Utlevering av stevneskjorter og medaljer. <b>(Husk klubbklær og tidligere turnstevnemedaljer til turntoget.)</b>
10.30-11.30	Lunsjbuffet i foajeen
11.45	Lagbilde
12.00	Oppstilling til turntog på fotballbanen <b>(Rute: Julsundet skole – Julsundet torg, retur)</b>
14.00-16.00	Workshop
16.00	Tid til spising, ordning av klasserom, avslapping og bytting til pentøy.
18.00	Middag i gymsalen (45 min pr. gruppe)
20.00-21.30	Diskotek i gymsalen og film i auditoriet <b>(Husk penklær)</b>
21.00-22.30	Vi roer ned, pusser tennene og tar på oss nattklær
23.00	Det skal være stille på alle klasserom

## Søndag 2. juni

07.00-08.00	Ta på treningsklær, puss tenner, pakk sammen og legg bagasjen i buss eller bil.
08.00-10.00	Frokost (nærmere tidspunkt kommer)
09.00-12.00	Trening i Aukrahallen for hvert lag (fordeling av tid i hallen per klubb kommer senere), på med kostymet etter treninga. Lunsj
11.00-11.30	Lagledermøte, oppe på møterom
12.45	Oppstilling til innmarsj
13.00	Stevnestart
Ca. kl. 16.00	Stevneslutt

## Fellesøvinger til stevneprisprogrammet

Om man skal være med på stevnet er det kjempeviktig at man prioriterer stevneøvingene. Disse treningene bør prioriteres over andre treninger (unntak for konkurransepartiet), hytteturer og bursdagsfeiring. Det er også veldig viktig at man krysser av i Spoortzappen for de fellestreningene man vet man ikke kan delta på. Da blir det lettere for oss å planlegge øvingene.

- Onsdag, 8. mai – 16:30-19:30 – 3 timer
- Tirsdag, 14. mai – 16:30-19:00 – 2,5 timer
- Tirsdag, 21. mai – 16:30-19:00 – 2,5 timer
- Søndag, 26. mai – 12:00-14:45 – 2,75 timer
- Onsdag, 29. mai – 16:30-19:30 – 3 timer
- Torsdag, 30. mai – 16:30-19:30 – 3 timer

## Semesterplan

Uke	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag	
10	04.mar	05.mar	06.mar	07.mar	08.mar	09.mar	10.mar	
11	11.mar	12.mar	13.mar	14.mar	15.mar	16.mar	17.mar	
12	18.mar	19.mar	20.mar	21.mar	22.mar	23.mar	24.mar	Påskeferie
13	25.mar	26.mar	27.mar	28.mar	29.mar	30.mar	31.mar	
14	01.apr	02.apr	03.apr	04.apr	05.apr	06.apr	07.apr	
15	08.apr	09.apr	10.apr	11.apr	12.apr	13.apr	14.apr	
16	15.apr	16.apr	17.apr	18.apr	19.apr	20.apr	21.apr	F.og b på lørdag
17	22.apr	23.apr	24.apr	25.apr	26.apr	27.apr	28.apr	OKEA-cup
18	Dugnad	30.apr	A. kampdag	1.mai	02.mai	03.mai	04.mai	05.mai
19	06.mai	07.mai	Ikke E.App+2.-3.kl.	8.mai	09.mai	10.mai	11.mai	12.mai
20	13.mai	14.mai	Øving Turnstevnet	Kristi H.	16.mai	17.mai	18.mai	19.mai
21	20.mai	21.mai	Øving Turnstevnet	22.mai	23.mai	24.mai	25.mai	26.mai
22	27.mai	28.mai	Ikke E.App+2.-3.kl.	29.mai	30.mai	31.mai	01.jun	02.jun
23	03.jun	04.jun	Øving Turnstevnet	Øving Turnstevnet	06.jun	07.jun	08.jun	09.jun
24	10.jun	11.jun	12.jun	13.jun	14.jun	15.jun	16.jun	F.fest i F.
25	17.jun	18.jun	19.jun	20.jun	21.jun	22.jun	23.jun	
26	24.jun	25.jun	26.jun	27.jun	28.jun	29.jun	30.jun	Sommerturn
27	01.jul	02.jul	03.jul	04.jul	05.jul	06.jul	07.jul	Sommerturn
28	08.jul	09.jul	10.jul	11.jul	12.jul	13.jul	14.jul	Sommerturn

## Pakkepris gymnaster – 1 150 kr

Pakkeprisen inkluderer buss, deltakelse på workshop og stevnepris, deltakermedalje, stevneskjorte, overnatting og fellesmat.

Kostyme, ikke inkl. i pakkeprisen. Dette må ordnes selv for de som ikke allerede har:

- Jentene fra breddepartiene: Klubbdrakta (med lange ermer og gullstripe) og svart tights
  - Guttene fra breddepartiene: Marineblå klubbturndrakt (se hjemmesiden)/marineblå KTF-skjorte (Intersport) og svart bukse
  - Akroteam: Akrodrakta og svart tights
  - Konkurransепartiet: Konkurransedrakta og svart tights
  - Ungdomspartiet, Fritt, torsdager: Etter egen avtale
- **Alle jenter fra breddepartiene som ikke har riktig turndrakt, må bestille denne under påmeldingen. Turndrakta koster 900 kr ny, men kan kanskje også finnes brukt. Det er salg av brukte klubbklær i Facebookgruppa til KTF som heter «Kristiansunds Turnforening» Klubbdrakta kan også brukes under klubbkonkurranser, treninger og av og til som kostyme under juleshow.**

For å tjene inn noe av prisen oppfordrer vi alle til å kjøre flaskeinnsamling som dugnad i løpet av april eller mai. Vi har lagd lapper som alle kan skrive ut og legge i naboenes postkasser. [Disse finner dere her.](#)

### **Foresatte:**

- Alle gymnaster fra 1.-3. kl. må ha med seg en foresatt på turen. Disse må reise sammen med gymnasten i buss eller bil og overnatte sammen med gymnasten. Vi foretrekker at også de yngste overnatter på skolen sammen med resten, men det er lov å ordne seg annen overnatting.

- Alle gymnaster blir delt inn i grupper etter alder. En trener og to foresatte blir sammen ansvarlig for hver sin gruppe gymnaster. Vi ønsker minst en tilhørende voksen til hver gruppe, så vi trenger også foreldre fra de eldre gymnastene som vil reise og overnatte sammen med oss.

Vi trenger også en stor heilagjeng på søndag. Alle som vil kan komme å se på!

### **Følgende priser gjelder for foresatte:**

- Dette blir dekt av KTF om man stiller som foreldreansvarlig

Buss	kr 400,- pr. voksen
Overnatting på skolen og fellesmat	kr 550,- pr. voksen
<b>Totalt for buss, overnatting og mat:</b>	<b>kr 950,- pr. voksen</b>

### **Trener- og foreldreansvarlige:**

**Vi har behov for ca. 5 treneransvarlige** - Som treneransvarlig må man være født i 2008 eller tidligere. Dette er en sosial tur tuftet på dugnad. Lønna til de som blir plukket ut som treneransvarlige er derfor at KTF dekker buss, fellesmåltider og overnatting til stevnet. Om trenerne også vil delta som gymnaster får de deltakelse under show, deltakermedalje og stevneskjorte i tillegg. Man må selv fikse kostyme.

**Alle treneransvarlige** må hjelpe til som trenere under stevneøvingene, sette seg inn i showprogrammet, komme med idéer og bistå så godt en kan. Under selve stevneturen må du som treneransvarlig bli kjent med gymnastene på din gruppe, sjekke at de har det bra i bussen, på klasserommet og på trening, og følge en av workshopsgruppene. Du må bidra til at alle har det bra, at de vet hva som skal skje og du har medtreneransvar for alle gymnastene under stevneøvingen på søndagen.

**Vi har behov for ca. 10 foreldreansvarlige.** – Får dekt buss, overnatting og fellesmat. **Som forelderansvarlig** må man ha kontroll på, bli kjent med, ligge over i klasserom med og være tilgjengelig som kontaktperson for, sin tildelte gruppe gymnaster (og foresatte). Man bør også sitte på med bussen, men dette er ikke et krav. Det vil bli ca. 8-12 gymnaster på hver gruppe, avhengig av hvor mange som melder seg på. Vi ønsker to foreldreansvarlige per gruppe/rom. De foreldreansvarlige skal passe på at barna spiser godt, har god lufting på buss og klasserom, at alle får med seg tingene sine, har på seg riktige klær til riktig tid, at de rydder og at de oppfører seg, at alle har det bra, at alle er informert om hva som skal skje, bistå ved evt. tur til butikken, følge en av workshopsgruppene og bistå med typiske foreldreoppgaver i hallen. De foreldreansvarlige må også ha et øye med resten av barna på turen.

### **Påmeldingsfristen er 23.03.2024.**

**Alle som skal være med på turen må melde seg på via [denne linken](#).** Dette gjelder alle gymnaster, trenere og foreldre som skal sitte på med bussen og/eller ligge over på skolen. En påmelding per person. Faktura blir sendt ut i løpet av mai via Spoortz. Foreldres beløp blir fakturert sammen med beløpet til barna.

### **NB! Påmeldingen er bindende fra 23.03.2024!**

Alle som melder seg på forplikter seg til å betale hele pakkeprisen, selv om man finner ut at man ikke kan/ikke vil være med på turen i etterkant av påmeldingsfristen.

**Om man ikke kan være med på turen pga. skade eller sykdom og sender inn legeerklæring for dette til [ktfturn@hotmail.com](mailto:ktfturn@hotmail.com), krediterer/refunderer KTF halvparten av beløpet.**

### **Pakkeliste:**

- Mat og drikke til bussturen
- Mat og drikke til å ha på skolen, lørdag
- Mat og drikke til å ha i hallen og på bussturen hjem på søndag

**Vi har erfaring med at ikke alle liker det som blir servert av lunsj og middag og at det ofte blir servert for lite lunsj. Det er derfor svært viktig at alle har med ekstra mat som er lett tilgjengelig i buss, på skolen og i hall, om det blir behov for å fylle på mellom måltidene. Mye energirikt og godt, som dere vet barna/ungdommen spiser, og noe litt sunnere.**

- Drikkeflaske
- Reisesykeletter for den som trenger dette
- Bagger er å foretrekke da det er begrenset med plass i bussen.
- Gode sko, jakke og evt. regnbukse. Sjekk værvarselet og pakk deretter.
- Lommepenger, evt. mobil og lader (Det blir kiosk i hallen og på skolen, og vi kan dra til butikken).
- Medaljer fra tidligere år – Skal festes på venstre bryst før bussturen

- Klubbklær og evt. KTF-gymbag/sekk/trillbag.  
Antrekk for avreise fra Kristiansund, turntog og øving:  
(Håret satt opp i høy hestehale, helst med blå scrunchie og hårspray.)
  - Svart bukse/tights og evt. shorts
  - KTF-jakke/-genser
  - KTF-skjorte/KTF-treningsdrakt (den blå turndrakt uten ermer)/evt. stevneskjorta
- Klær til workshopen
- Håndduk og toalettsaker
- Penklær til hyggekvalden
- Litt godteri/snacks til etter middagen på lørdagen (skal ikke spises i bussen nedover)
- Liggeunderlag, sovepose og ei lita pute
- Natklær
- Kostyme

Nedenfor er lenke til klubbklærne vi selger. Manglende turndrakt må bestilles ved påmelding. Om dere ønsker å bestille noe fra Intersport til stevnet er det lurt å bestille i løpet av april. Stikk innom butikken og ta kontakt med betjeningen for bestillingsskjema.

– <http://turn.kristiansund.com/oversikt-over-klubbklærne/>

Spørsmål sendes til [ktfturn@hotmail.com](mailto:ktfturn@hotmail.com)

Vi gleder oss til ei opplevelsrik helg!  
Hilsen Kristiansunds Turnforening