

Invitasjon til treningsleir i Viborg 2026.  
Søndag 26. juli til fredag 31. Juli

Vi har, i år, gleden av å invitere gymnaster på konkurransepartiene i ATF (rekrutt/junior/senior) til turnleir i Viborg i Danmark, midt på Jylland, 1t 43 min kjøring fra Hirtshals. Overnatting og trening skjer ved Viborg Gymnastik-center.

For gymnastene er dette starten på ny sesong, både sportslig og sosialt. Gymnastene blir godt kjent og har det utrolig gøy både på trening og fritiden. Vi leier inn dyktige trenere i tillegg til våre egne, og de gjennomfører 2 økter à 2-3 timer med trening pr dag. På onsdagen er det treningsfri, og da arrangeres det andre aktiviteter. I år ønsker vi å få til en dag i Fårup, dette vil selvsagt koste noen kroner, men vi prøver å få til en dugnad der gymnastene med foreldrene kan spare noen kroner på samlet pris. Selve overnattingen er i hallen, her har vi tilgang på kjøkken og vil derfor lage maten vår selv i år i håp om å spare inn noen kroner.

Foreldre og familie:

Vi er avhengige av at noen foreldre kan være med på leiren hele/deler av uka. Disse må være ansvarlige for gymnastene på kveld/natt, og noen foreldre må derfor sove i hallen. Uten foreldrehjelp kan vi ikke arrangere leiren.

Foreldrevakter får gratis overnatting i hallen (og søsken er også velkomne til å overnatte for 50 kr pr natt). Måltider for foreldre som bidrar med vakt i hallen, kvelds/natte-vakt eller kjøkkenhjelp spiser gratis, andre betaler en liten sum pr måltid.

Fordeling av vakter skjer etter påmeldingsfristen når vi ser hvem som har lyst og anledning til å være med.

Vi håper så mange som mulig har lyst å tilbringe litt av ferien i forbindelse med turnleiren. Det er alltid både hyggelig og sosialt.

Det er et bredt utvalg av aktiviteter å ta del i som for eksempel se på treningene til våre håpefulle, jogge, trene styrke, svømme, sykle, gå tur, shoppe, slappe av og rett og slett ha det sosialt og hyggelig sammen!

Gymnaster uten foresatte:

Mange av utøverne må nødvendigvis reise uten foresatte, og det vil bli laget en liste med kontaktpersoner som er ansvarlig for utøverne hver dag. Det er viktig at ingen går til byen, går for å bade eller forlater hallen av andre grunner, uten først å ha avtalt dette med kontaktpersonen. Snakk godt igjennom dette hjemme på forhånd. Da vil reisen oppleves trygg for alle parter. Det er også lurt at dere tar en prat om viktigheten av å følge bestemmelsene for leggetider og nulltoleranse for energidrikk og alkohol.

Praktisk informasjon:

Avreise søndag 26. juli Fra parkeringsplassen på baksiden av Sør Amfi kl. 06.00 med turbuss til Kristiansand.

Color Line kl. 08.00 fra Kristiansand til Hirtshals, vi har buffet på vei ned.

Buss til Viborg 1t 43 min

Adresse til hallen: Viborg gymnastik-center, Sct. Laurentii vej 22A 8800 Viborg, Danmark

NB! Hjemreise blir fra Viborg fredag 31. juli ca. kl. 16.00.

Buss til Hirtshals

Avgang Color Line fra Hirtshals kl.20.45, vi har buffèt

Ankomst Kristiansand ca. kl. 24.00.

Ankomst Sør Amfi ca. kl. 01.30. (natt).

Pris:

Alternativ 1: Pris pr. gymnast kr 5000,- dekker buss, båt t/r, frokost på fergen søndag, overnatting, treninger og alle måltider (utenom lunsj på onsdagen og på hjemreisen fredag).

Alternativ 2: Kr. 3300,- for gymnaster som reiser på egenhånd. Dette dekker overnatting, treninger og alle måltider (utenom lunsj ons).

Vi oppfordrer alle gymnaster til å starte pante-innsamling for å tjene egne penger til å betale noe av treningsleiren. Start allerede nå og samle flasker, og avtal med familie og venner om de vil støtte. Egen pant går til egen lomme for de som deltar, og ikke til fellesskapet.

Påmelding innen 30.4.26 via utfylling av skjema på lenken som blir lagt ut i egen post på spond.

Betalingsfrist er 1.5.24 til kontonr 2895.44.60985 Arendals Turnforening. Merk med «Viborg og deltagernavn»

Leiren arrangeres med forbehold om at vi får nok foreldrevakter hver dag og natt. Eventuelle ledige plasser i bussen kan benyttes av foreldre og søsken mot et lite tillegg. Ta i så fall kontakt med oss for å avtale.

Pakkeliste: sovepose og liggeunderlag/luftmadrass, badetøy, håndkle, treningstøy, toalettsaker, klær etc. Tenk over volumet på det du pakker. Det er ikke ubegrenset med plass til bagasje i bussen.

Husk! Lommepenger til snacks, måltid onsdag og mat på båten på hjemveien, pass/ID kort, reiseforsikring og Europeisk helsetrygdkort!

Lurer dere på noe mer?

Ta kontakt med oss eller noen andre foreldre som har vært med før. Ikke nøl med å melde dere på! **DETTE ER GØY!!!**

Hilsen fra

Cathrine Lovise og Eiril for Foreldrelaget i Arendals Turnforening