

Elite Hold

Udtaget hold

Sæson: **5. august - 27. juni**

Træningstid: Mandag kl. 17.30 - 20.00
Onsdag kl. 17.30 - 20.00
Torsdag kl. 17.30 - 20.00
Fredag kl. 17.00 - 19.00
Søndag kl. 15.00 - 18.00

Trænere: Svitlana Pedersen svitped@outlook.dk tlf. 28733303

Ruslan Hruzda ruslanhruzda@gmail.com



Beskrivelse: Gymnasterne udtages til dette hold af den ansvarlige træner.
Gymnaster deltager i nationale og internationale konkurrencer.

Elite Hold

Krav: Træning 4-5 gange om ugen, samt deltagelsen i konkurrencer.
Se konkurrence kalender s. 22.

Kontingent: **4.200 kr.** Indbetales på www.springteamnordjylland.net
Kontingentet indeholder konkurrencedragtleje,
konkurrencegebyrer, kørsel, og træning 4-5 gange om ugen i 11
mdr.

Afregning :	15/9	1.100 kr.
	30/11	1.100 kr.
	15/1	1.000 kr.
	30/3	1.000 kr.

Følgende stævner er ikke medregnet i kontingentet:

Loule Cup, Frivolten Cup, Scandinavian Open, NM, EM, VM.

Hold deltager i: Se trampolinkalender s. 22.

Tøj: Alle gymnaster på holdet skal købe Nike træningsdragt.
Træneren står for en fælles bestilling. Opkrævning kommer
senere.
Pris info se s. 6.

Ferie: Der er træning i skolens ferie. Afholdelse af ferie aftales
individuel med træneren.

Elite Hold

Dato	Aktivitet	Sted
Oktober		
06-okt	Dan Cup 2	Haslev
19-21-okt	Nordisk Mesterskab	Gøteborg, Sverige
November		
03-nov	DM Senior Hold	Haslev
10-nov	Klubtræf 1	Holstebro
December		
1-2-dec	Dan Camp 2	Haslev
Januar		
19-jan	Klubtræf 2	Aars
Februar		
02-feb	Vendsyssel Mesterskab	Hjørring
Marts		
09-mar	Dan Cup 1	Haslev
April		
6-7 apr	DM U 12,14, 17 Ind&Synk.	Hjørring
27-apr	Klubtræf 3	Ry
Maj		
04-maj	Dan Camp 1	Haslev
25-maj	DM Senior Ind&Synkron	Haslev
26-maj	Sommerafslutning	Hjørring
30-maj - 2-juni	Frivolten Cup	Herrljunga, Sverige