



RINGERIKE TURNFORENING

STIFTET 23.JANUAR 1964



Trenings samlinger.

Nivået reiser seg blant utøverne våre og vi ser at vi behøver litt mere trening i ennå mere tilrettelagte forhold. Når nivået økes, øker også behovet for sikkerhet. I påvente at vår nye turnhall som er under bygging har vi derfor leid oss inn i Ros Arena 2 ganger denne sesongen. Dette er noe vi anbefaller alle som har anledning til å være med på, da man somregel kommer mange skritt videre på slike samlinger.

Datoene er følgende: 16 Februar og 30 Mars.

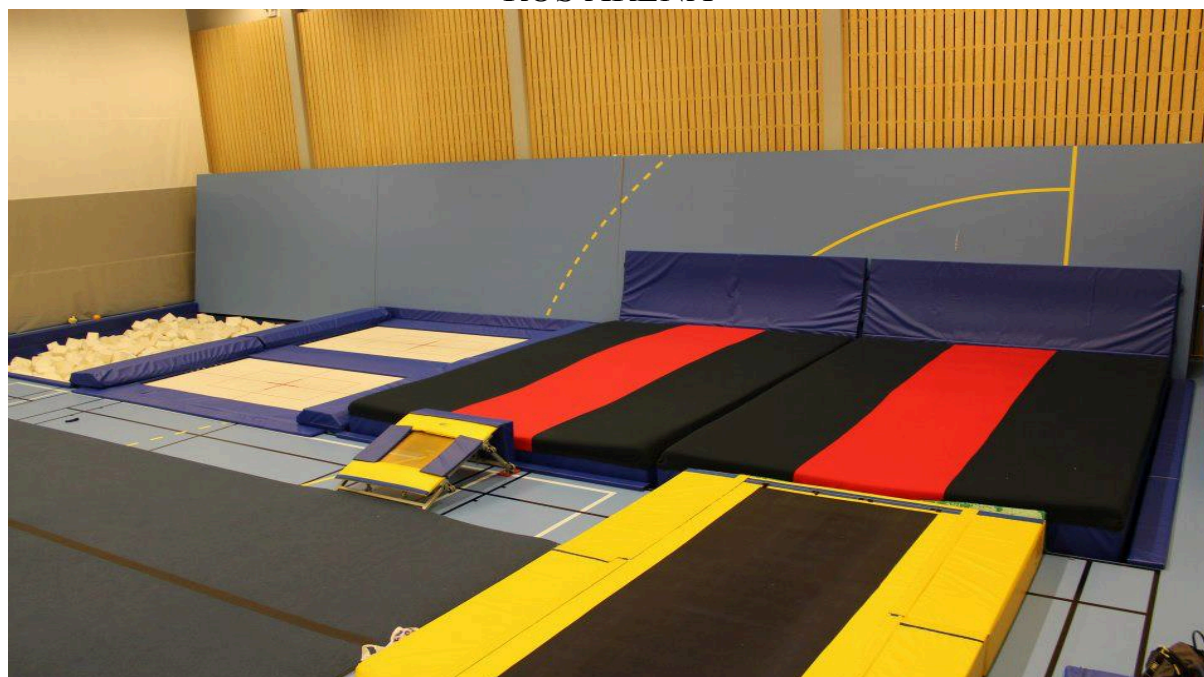
Vi legger opp til en lang dag i hallen der vi har flere økter med pauser og sosialt, samt en god varm lunsj.

En ca tidsplan er følgende:

10.00 oppvarming med påfølgende aktiviteter
12.00 frukt.
12.30 oppvarming med påfølgende aktiviteter
14.00 varm lunsj
15.00 oppvarming med påfølgende aktiviteter
17.00 tøying og oppsummering
18.00 hjemreise

Pris pr samling er 250 kr.

ROS ARENA





RINGERIKE TURNFORENING

STIFTET 23.JANUAR 1964



Påmelding til Trenings samlinger

Navn:

Skal være med på samling den:

16. Februar

30. Mars

Overført kr til konto 2280 08 26318

Svarfrist er Torsdag 6 Februar