



RINGERIKE TURNFORENING

STIFTET 23.JANUAR 1964



Ringerike Turnforening er i sterk utvikling og det har skjedd mye positivt de siste årene. Vi har en fantastisk gjeng med trenere og hjelpetrenere som hver uke forøker å gi barna mestringsfølelse og motivasjon. Vi er heldige som får delta i en sportsgren som kan gi alle utfordringer uansett nivå!

Utviklingen vi har vært vitne til de siste årene har gjort at våre treninger har blitt mer og mer populære. Vi har i dag ventelister på alle partier! Dette gir oss en gledelig bekreftelse på at vi har gjort flere ting rett, men samtidig er det en fortvilet situasjon å ha så mange barn på venteliste. Vi ser også at den positive trenden gir resultater i form av flere gode utøvere som ønsker å konkurrere. Det finnes «konkurranser» for utøvere i alle aldre, men det er først det året utøverne fyller 11 år at de kan stille i konkurranser med karakterer. Vi ønsker å bidra til at alle utøvere får utvikle seg videre og at Ringerike Turnforening skal få gode plasseringer i utvalgte konkurranser.

Gjennomføring av opptaksprøver

For å sikre kontinuitet, god treningskvalitet og riktige tilbud på de ulike nivåene, besluttet vi for to år siden å starte med årlige opptaksprøver til mellompartiet og til konkurransepartiet. Dette er noe vi kommer til å gjøre i slutten av hvert år og foregår slik:

- Alle fra massepartiet som fyller 10 år i 2015 (eller eldre) og som ønsker å trene på et høyere nivå kan bli med på opptak. Noen vil få plass på mellompartiet og noen kan i spesielle tilfeller komme rett inn på konkurransepartiet. De som ikke får plass vil beholde plassen på massepartiet.
- Alle fra mellompartiet og konkurransepartiet skal være med på opptak. Dersom det for eksempel kommer en utøver på opptak fra massepartiet som åpenbart er bedre enn en utøver på mellompartiet, vil disse bytte plass slik at utøveren på mellompartiet flyttes til massepartiet. Det kan altså skje at noen mister en treningskveld i uken. Det samme vil skje mellom mellompartiet og konkurransepartiet. Vi mener det er åpenbart at en bedre utøver fra mellompartiet skal bytte plass med en mindre god utøver fra konkurransepartiet. Hvis utøvere fra massepartiet møter på opptak og ikke blir tatt ut, beholder de uansett plassen sin på massepartiet!

Fordeling av utøvere

Det er trenerne på konkurransepartiene og mellompartiene som skal avgjøre fordelingen etter opptak. Det kan være stor variasjon på partiene fra år til år og det kan derfor også være stor variasjon på nivået til de utøvere som blir tatt opp hvert år.

Massepartiet

Vi har to barnepartier på fredager: 1. – 4. klasse og 5. – 8. klasse. Her vil det nok bli noen endringer når vi flytter i den nye hallen 2015, men dette har ingen betydning for opptaket

Mellompartiet

Mandager har vi et tilbud som vi har valgt å kalle mellompartiet. Her ønsker vi å tilby plass til de beste fra massepartiet som ikke er gamle nok eller ikke har tilstrekkelige ferdigheter til å starte på konkurransepartiet. De vil altså få trene på mellompartiet i tillegg til massepartiet.



RINGERIKE TURNFORENING

STIFTET 23.JANUAR 1964



Konkurransespartiene

Det øverste nivået er konkurransespartiene for rekrutt og junior (trening tirsdag og torsdag). Dette skal være for de beste utøverne vi har i klubben. Disse ønsker å trene mye for å gjøre det best mulig på de konkurranser vi kan delta på. Vi forutsetter at utøvere på konkurransespartiene deltar på ca. 4 konkurranser i halvåret.

Frittstående

Frittståendepartiet er et eget parti som ikke kjører opptak nå.

Årets opptak er følgende datoer:

Rekrutt: 9.12.2014

Junior : 16.12.2014

Oppmøte er ifra 17.30 til vi er ferdige. Vi regner ca. 2 timer.

Det er ingen påmelding, men hvis utøveren skal forsøke å sikre seg en plass på mellompartiet eller konkurransespartiet er det avgjørende å møte på opptak. Ved sykdom eller lignende må Fredrik ha beskjed på tlf. 93690878.

På opptaksprøven vil det bli felles oppvarming. Utøverne får deretter vise hva de kan i fastsatte øvelser på tumbling og trampett med og uten pegasus. Det vil være trenere som sikrer utøverne på vanlig måte.

Eksempel på øvelser tumbling: Håndstående, rulle, hjul, araber, flikkflakk, salto, stift.
Eksempel på øvelser trampett: Salto (kroppert, pikert eller strak), salto med skru, dobbelsalto. Overslag eller Tzukahara på pegasus.

Alle vil få svar på hvilket parti de har fått plass på i løpet av desember, slik at man i 2015 starter opp på tildelt parti.

Vi gleder oss allerede til et nytt år med positive utøvere som vil oppleve mestring, utfordring og utvikling. Vårt mål er å skape et godt turnmiljø med plass til alle!

Vel møtt!!

Med vennlig hilsen trenerne.