



VÄLKOMNA på prova-på träning i Artistisk Gymnastik!

Till denna prova-på dag välkomnar vi flickor födda 2013-2014 som är intresserade av tävlingsgymnastik.

Från höstterminen kommer vi att ha ett antal lediga platser i vår BAS- verksamhet i Artistisk gymnastik för flickor födda 2013-2014.

När: 14 september kl 9.00-10.00

Var: STG-hallen, Ulvsundavägen 106 i Bromma

Träningen är 1 timme lång där barnen kommer att få prova redskapen hopp, barr, bom och fristående som ingår i den kvinnliga artistiska gymnastiken. Även uppvärmning och inslag av styrketräning och stretching.

Barnen ska ha på sig kläder att röra sig obehindrat i, inte stora vida kläder som kan fastna i redskap. Gymnastikdräkt, shorts/tights, linne/t-shirt fungerar bra. Barfota och väl uppsatt hår. Inga smycken eller band runt handleder.

Artistisk gymnastik är en individuell tävlingsgren där barnen så småningom börjar tävla enligt Svenska Gymnastikförbundets stegprogram. Vi tränar på redskapen hopp, barr, bom och fristående. Vi har begränsat antal platser i våra basgrupper. De som inte får plats kommer behålla sin plats i kön eller i nuvarande grupp de går i.

För att anmäla er till prova-på träning skicka ett mail med namn, ålder och kontaktuppgifter till kanslitavling@stockholm-top.se

*Stockholm Top Gymnastics har tre viktiga ledord som styr vår verksamhet - TRÄNA, TÄVLA, TRIVAS
Med kontinuerlig utbildning och utvärdering arbetar vi för en stark trygghet, gemenskap och glädje för alla våra medlemmar under träning, tävling, läger och andra aktiviteter.*

Vi vill att alla ska få träna och utvecklas på den nivå de befinner sig. I våra förberedande tävlingsgrupper går utvecklingen i snabbare takt men det viktigaste är fortfarande säker och glädjefylld träning. Det mest väsentliga är att ha roligt och tränarna låter gymnasterna prova olika redskap och utmana sig själva.

