

Tidsplan lørdag 5. juni

Skolen åpner for innkvartering kl 09.30
 Hallene åpnes 09.45
 Instruktørmøte kl 10.00 i Ishallen (møterommet i 2. etasje)

| Kl | Ishallen | Kl | Gymsal |
|-------------|-------------------------------------|-------------|-------------------------|
| 10.00-11.00 | Lær på stedet 13+ | 10.00-11.00 | |
| 11.00-12.00 | Fellestropp 10-12 år | 11.00-12.00 | Lær på stede 13+ |
| 12.00-13.00 | Fellestropp 8-9 år | 12.00-13.00 | Fellestropp RG |
| 13.00-14.00 | Fellestropp apparatturn | 13.00-14.00 | |
| 14.00-15.00 | Åpningsshow | | |
| 15.15-17.30 | Generalprøve særtropp konkurranse | 16.00-17.30 | Film på storskjerm |
| 17.45 | Dørene åpnes for publikum | | |
| 18.00-20.00 | Turn galla med særtropp konkurranse | 21.00-22.30 | Disco med leker 9-12 år |
| | | 23.00 | Vi går til ro ☺ |
| | | | |
| | | | |

| Kl | Curlinghall | Kl | Bespisning (SFO rom) |
|-------------|--|-------------|---|
| 10.00-10.45 | Trampett & airtrack: 8-9 år, RG, Apparat gymnaster | 10.00-11.00 | |
| 11.00-11.45 | Hip/Hop, Break: 8-9 år, RG, Apparat gymnaster | 11.00-12.00 | |
| 12.00-12.45 | Hip/Hop, Break: 10-12 år og 13+ | 12.00-13.00 | |
| 13.00-13.45 | Trampett & airtrack: 10-12 år og 13+ | 13.00-14.00 | |
| | | 13.00-15.00 | Lunch hentes fra 13.00-15.00 |
| | | 16.00-17.00 | |
| | | | |
| | | 20.00-21.00 | Grill mat for 9-12 ved skolen |
| | | 20.45-23.00 | Avreise for 13 + Rolling & Bowling (pizza med mer) |
| | | 23.00 | Vi går til ro ☺ |
| | | | |

NB: tidsplanen er forløplig, endringer kan forekomme angående treningstid.

Tidsplan søndag 6. juni

Ishallen åpnes fra 08.15 og Curlinghallen fra 09.15
Instruktørmøte kl 10.00 i Ishallen (møterommet i 2. etasje)

| Kl | Ishallen | Kl | Gymsal |
|--------------------|--|-------------|---------------------|
| 08.30-09.30 | Fellestropp 10-12 år | 09.00-09.30 | |
| 09.30-10.30 | Lær på stedet 13+ | 09.30-10.00 | |
| 10.30-11.30 | Fellestropp RG | 10.00-10.30 | |
| 11.30-12.30 | Fellestropp 6-8 års piker | 10.30-11.00 | |
| 12.30-13.30 | Fellestropp apparatturn | 11.00-11.30 | |
| 13.30-14.30 | Fellestropp 8-9 år | 11.30-12.00 | |
| | | 12.00-12.30 | |
| | | 12.30-13.00 | |
| | | 13.00-13.30 | Moss særtropp |
| 14.30 | Gymnastene stiller til innmarsj | 13.30-14.00 | Rakkestad dametropp |
| 14.45 | Dørene åpnes for publikum | 14.00-14.30 | |
| 15.00-17.00 | Oppvisning | | |

| Kl | Curlinghall | Kl | Bespisning (SFO rom) |
|-------------|--|-------------|---------------------------------------|
| 09.30-10.30 | Trampett & airtrack: alle fra 6 til 9 år | 08.00-09.00 | Frokost hentes fra 07.30-09.00 |
| 10.30-11.30 | Hip/Hop, Break: alle fra 6 til 9 år | | |
| 11.30-12.30 | Hip/Hop, Break: alle fra 10 år | | |
| 12.30-13.30 | Trampett & airtrack: alle fra 10 år | 13.00-14.30 | Lunch hentes fra 13.00-14.30 |
| | | | |
| | | | |

Gymnaster i gruppen 6-8 år har oppmøte sammen med sin instruktør søndag kl 09.00 ved sekretariatet i Ishallen. De vil da få utlevert t-trøyer og medaljer.
Aktiviteter for denne aldersgruppe starter kl 09.30 i Curlinghallen.

NB: tidsplanen er forløplig, endringer kan forekomme angående treningstid.