

# TRENINGSPLAN HAUSTEN 2018 OG VÅREN 2019

Dag	Tid	Turnhallen (Myra)	Ulsteinhallen	Ulstein Arena	Ulstein skule
Mandag	16:30	17:00 Turn 3 kl. jenter			
	17:00				
	17:30				
	18:00		17:30 RG Rosa 8-10 år		
	18:30				
	19:00				
	19:30				
Tirsdag	16:30	16:30 Turn 2 kl. jenter			
	17:00				
	17:30				17:30 Gymleik 5-åringar
	18:00				
	18:30				
	19:00			19:00 Turn 6-7 jenter	
	19:30				
	20:00				20:00 Troppgymnastikk mix
	20:30				
	21:00				
	21:30				
Onsdag	15:30				
	16:00				
	16:30	16:30 Turn 1 kl. jenter	16:30 Turn 4 kl. og eldre gitar		
	17:00				17:00 Gymleik 4-åringar
	17:30			16:30 Turn 4-5 kl. jenter	
	18:00				
	18:30				
	19:00				
	19:30				
Torsdag	16:30	16:30 Turn 1-3 kl. gitar			
	17:00				
	17:30				17:30 Gymleik 3-åringar
	18:00				
	18:30				
	19:00			19:00 Turn 6-7 jenter	
	19:30				
	20:00				20:00 Troppgymnastikk mix
	20:30				
	21:00				
	21:30				
Fredag					

**MERK! Etter avtale med trener:**

**Konkurransen turn kvinner (Mandag-Torsdag, Lørdag/Søndag)**

**Konkurransen turn kvinner aspiranter (Mandag, Onsdag, Torsdag, Fredag)**

**Gitar 4 kl. og eldre**

**SALTO/breidde/apparat**

**RG rekrutt/junior (Etter egen plan)**

**RG Rosa (Etter egen plan)**

**RG Perle (Etter egen plan)**