



Kristiansunds Turnforening

Sommershow 2015

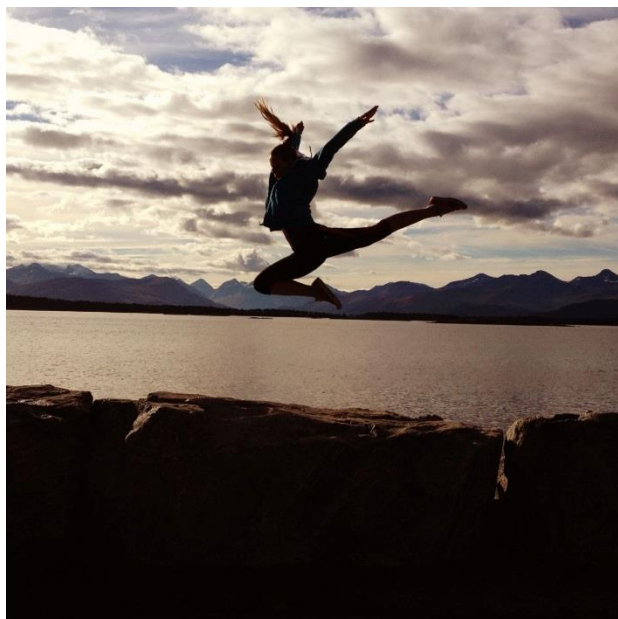


12. juni klokka 15.00 er det sommershow i Braatthallen. Turnerne i Kristiansunds Turnforening skal igjen vise frem det de har øvd på i løpet av semesteret. Vi garanterer at det blir mange høye hopp, akrobatiske øvelser og god stemning på årets sommershow. Det blir også salg av kaffe, kaker, pølser, turndrakter og lodd. Vi elsker fullt hus, så her er det bare å invitere med dere alle dere kjenner, besteforeldre, tanter, onkler, venner, naboer og lærere.

Sommershowet starter kl. 15.00, og dørene åpner kl. 14.30.
(Vi forventer at det varer i ca. 2 timer.)

Barn: 50 kr. (Opptil 16 år)

Voksen: 150 kr. (Vi tar kun mCASH og kontanter)



Se vedlegg for nærmere beskrivelse av partienes arbeidsoppgaver, kostymer og treningstidspunkt.

Med vennlig hilsen

Styret i Kristiansund Turnforening

Sommershow 2016



Søndag, 12. juni

Under showet skal gymnastene sitte på tretribunen. Vi ønsker at alle barn og voksne sitter under showet, så vi får ro i salen når gymnastene framfører det de har øvd på. Vi håper at alle foreldre kan hjelpe oss med dette.

Arbeidsfordeling for foreldre og gymnaster:

Parti	Arbeidsoppgaver
De som var med til Elnesvågen på Barneturnstevnet.	Foreldre og gymnaster: - Utsett av apparater fra 12.15 – 13.05 (Trening på stevneprisprogrammet er fra 13.05-13.30)
Gymlek	Foreldre: - Bake kake og ta med ei kaffe fylt med kaffe. - En foresatt eller et søsken følger gymnasten fra 14:20.
1-2. klasse	Foreldre: - Bake kake og ta med ei kaffe fylt med kaffe. - Hjelpe til med rydding av apparater etter showet (ca. 17.00-17.45). - For de gymnastene som trenger ei hand å holde i under søndagen; når gymnastene ikke er på matta er det supert om en foresatt eller et søsken kan følge gymnasten.
2.-3. klasse	<i>Foreldre:</i> - Stå i kaféen fra 14.00 – til slutten av pausen. Vi ønsker tilbakemelding over hvem som kan stå i kaféen med navn på gymnast, foresatt og parti sendt på mail til: bentemoest@hotmail.com (slik at vi får oversikt over om det blir nok folk.) - De som ikke har mulighet til dette kan ta med noe til kaféen.
4.-5. klasse	<i>Foreldre:</i> - Stå i kaféen fra starten av pausen, samt rydde opp kaféen etter showet (til ca. 17.45). Vi ønsker tilbakemelding over hvem som kan stå i kaféen med navn på gymnast, foresatt og parti sendt på mail til bentemoest@hotmail.com (slik at vi får en oversikt over om det blir nok folk). - De som ikke har mulighet til dette kan ta med noe til kaféen. <i>Gymnaster:</i> - Salg av sportslotteri under pausen. Oppmøte ved musikkanlegget.
6.-7. klasse	Foreldre og gymnaster: - Utsett av apparater 12.15-13.05. (Øving for 6.-7. klasse starter 13.20) - Bake kake og ta med ei kaffe fylt med kaffe. Gymnaster: - Salg av sportslotteri under pausen. Oppmøte ved musikkanlegget.
Guttepartiet	<i>Foreldre og gymnaster:</i> - Ta med pølser og pølsebrød.

(Om man var med på utsett av apparater fra 12.15 (Barneturnstevnet), er rydding fra 17.00-17.45 valgfritt)	- Bossplukking og rydding av tribuner, kafé-området og alle garderobene etter showet (fra ca. 17.00-17.45.) Vaktmester forklarer hvor bosset skal plasseres. <i>Gymnaster:</i> - Salg av sportslotteri under pausen. Oppmøte ved musikkanlegget.
Konkurransen, gutter (Kan se bort fra arbeidsoppgavene til guttepartiet)	<i>Foreldre:</i> - 2 kaféhjelpere til Bente (Send beskjed til bentemoest@hotmail.com) - 2 turndraktseiere (Send beskjed til bentemoest@hotmail.com) - Bossplukking og rydding av tribuner, kafé-området og alle garderobene etter showet. Vaktmester forklarer hvor bosset skal plasseres. <i>Gymnaster:</i> - Salg av sportslotteri under pausen. Oppmøte ved musikkanlegget.
Troppspartiet	<i>Foreldre og gymnaster:</i> - Ta med pølser, pølsebrød og ketchup . - Rydding av apparater etter showet (ca. 17.00-17.45) <i>Gymnaster:</i> - Salg av sportslotteri under pausen.
Show og oppvisning	Foreldre og gymnaster: - Ta med pølser og pølsebrød. - Utsetting av apparater 12.15.
Konkurransen, jenter	- 4 stykker til salg av inngangsbilletter, oppmøte fra 14.00 (Marion). - 3 stykker til utdeling av lodd fra sportslotteriet med poser til penger. Gi posene til alle ledige gymnaster dere får tak i, i pausen. (May-Liz – Utdeling ved musikkanlegget.) - 2 kaféhjelpere til Bente. (Bente) - Rydding av apparater etter showet (ca. 17.00-17.45)
Trenere	- Utsett av apparater 12.15 og rydding av apparater etter showet (til ca. 17.45.) (Marius og Arve er sjefer ved utsett av apparater, rydding av apparater, og ansvarlig for apparatflyttere under selve showet.) - Musikkansvarlig: Arve . Alle hovedtrenerne må sende inn musikken sin til arvemo2@online.no innen mandag 06. juni. Han vil ha musikkfiler i riktig format, ikke en sangtittel eller en link. - Ansvar for å henge opp partilapper til de forskjellige garderobene. (Vi får bruke alle garderobene. (Usikker på antall, kanskje 6 stykker?), (Amalie og Victoria) - Ellers har alle ansvaret for sine partier, gymnaster og overoppsyn med deres arbeidsoppgaver.

Det holder med en kake per familie, om det er flere gymnaster fra samme familie.

Parti	Tema	Kostyme
Stevneprisprogrammet	Apokalypse	Alle må ta på seg det de hadde i Elnesvågen.
Gymlek 5 år	Elektrisk	Caps og fargerike klær.
1.-2. klasse	Mulan (Disney)	Gjerne litt lang rød t-skjorte, med svart bånd rundt livet og svart tights/sykkelsshorts.
2.-3. klasse	Sol og sommer	Hvit tights, gul overdel (helst t-skjorte) og innflettet gult bånd i håret.

4.-5. klasse	Michael Jackson	Svart tights, svart singlet og noe som ligner på en rød bolero. (Vær kreativ angående boleroen, men viktig at den er rød.) Håret skal settes opp i en dott, helst med donut.
6.-7. klasse	Rock	Helst svart skinnthights (evt. vanlig svart tights), grønn t-skjorte og rufsete hår.
Guttepartiet		Hvit t-skjorte og blå shorts.
Troppspartiet	Girlpower	Blå skjorte/t-skjorte, rødt tørkle og sort skjørt.
Show og oppvisning	Champions	Har kostymene klare
Aspiranter og rekrutt 11 år	James Bond	Svart singlet, svart shorts og svart ballerinasjørt.
Resten av konkurranse, jenter	Sommer-OL	Kostymer etter forskjellige idretter

Tidsplan:

12.15-13.05:	<ul style="list-style-type: none"> - Apparatutsett i hallen - Fiksing av bord til kafe - Plassering av lapper på garderobedørene 																																										
13.05-14.35:	<ul style="list-style-type: none"> - Alle gymnaster møter opp ferdig skiftet og sminket, legger fra seg tingene sine i tildelt garderobe, og møter deretter opp ved brytematta. - Mellom 14.00 – 14.30 bør man få i seg litt mat før showet begynner, spesielt de som er i hallen lengst. Ta med matpakke eller kjøp noe i kafeen. <p>Øvingsplan:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Parti</th> <th>Oppmøte (I garderoben)</th> <th>Oppvarming (På tumbling/ brytematta)</th> <th>Øving på frittstående gulvet</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Stevneprisprogram</td> <td>12.15 (Utsett apparater)</td> <td>13.05 – 13.15</td> <td>13.15 – 13.30</td> </tr> <tr> <td>6.-7. klasse</td> <td>12.15 (Utsett apparater)</td> <td>13.20 – 13.30</td> <td>13.30 – 13.40</td> </tr> <tr> <td>4.-5. klasse</td> <td>13.25</td> <td>13.30 – 13.40</td> <td>13.40 – 13.50</td> </tr> <tr> <td>Guttepartiet</td> <td>13.35</td> <td>13.40 – 13.50</td> <td>13.50 – 14.00</td> </tr> <tr> <td>2.-3. klasse</td> <td>13.45</td> <td>13.50 – 14.00</td> <td>14.00 – 14.10</td> </tr> <tr> <td>1.-2. klasse</td> <td>13.55</td> <td>14.00 – 14.10</td> <td>14.10 – 14.20</td> </tr> <tr> <td>Troppsturn</td> <td>14.05</td> <td>14.10 – 14.20</td> <td>14.20 – 14.25</td> </tr> <tr> <td>Gymlek:</td> <td>14.20</td> <td></td> <td>14.25 – 14.35</td> </tr> <tr> <td></td> <td>14.00 (Matpause)</td> <td>14.00 – 14.30</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>Konkurransепartiet får egen beskjed fra trenerne ang. oppmøtetidspunkt.</p>			Parti	Oppmøte (I garderoben)	Oppvarming (På tumbling/ brytematta)	Øving på frittstående gulvet	Stevneprisprogram	12.15 (Utsett apparater)	13.05 – 13.15	13.15 – 13.30	6.-7. klasse	12.15 (Utsett apparater)	13.20 – 13.30	13.30 – 13.40	4.-5. klasse	13.25	13.30 – 13.40	13.40 – 13.50	Guttepartiet	13.35	13.40 – 13.50	13.50 – 14.00	2.-3. klasse	13.45	13.50 – 14.00	14.00 – 14.10	1.-2. klasse	13.55	14.00 – 14.10	14.10 – 14.20	Troppsturn	14.05	14.10 – 14.20	14.20 – 14.25	Gymlek:	14.20		14.25 – 14.35		14.00 (Matpause)	14.00 – 14.30	
Parti	Oppmøte (I garderoben)	Oppvarming (På tumbling/ brytematta)	Øving på frittstående gulvet																																								
Stevneprisprogram	12.15 (Utsett apparater)	13.05 – 13.15	13.15 – 13.30																																								
6.-7. klasse	12.15 (Utsett apparater)	13.20 – 13.30	13.30 – 13.40																																								
4.-5. klasse	13.25	13.30 – 13.40	13.40 – 13.50																																								
Guttepartiet	13.35	13.40 – 13.50	13.50 – 14.00																																								
2.-3. klasse	13.45	13.50 – 14.00	14.00 – 14.10																																								
1.-2. klasse	13.55	14.00 – 14.10	14.10 – 14.20																																								
Troppsturn	14.05	14.10 – 14.20	14.20 – 14.25																																								
Gymlek:	14.20		14.25 – 14.35																																								
	14.00 (Matpause)	14.00 – 14.30																																									
14.00:	<ul style="list-style-type: none"> - Kafemedarbeidere møter opp for å ta imot kaker samt gjøre i stand kafeen (2.-3. klasse). - De som skal ta inngangsbilletter møter opp. 																																										
14.30:	<ul style="list-style-type: none"> - Dørene åpner for publikum. 																																										
14.55:	<ul style="list-style-type: none"> - Oppstilling under tretribunen for innmarsj. 																																										
15.00:	<ul style="list-style-type: none"> - Sommershowet starter. 																																										
15.00-17.00	<ul style="list-style-type: none"> - Sommershow. 																																										
17.00-17.45	<ul style="list-style-type: none"> - Rydding av tribuner, garderober, kafé og apparater. 																																										

Partiene stiller seg opp klar til innmarsj, under tretribunen, to nummer før sin tur. Når partiene er ferdige med sitt show skal de marsjere helt ut til under tretribunen igjen.

Nummer	Parti
1	Innmarsj
2	Stevneprisprogrammet
3	Gymlek
4	Konkurransgymnast
5	4.-5. klasse
6	Troppsturn
7	Konkurransgymnast
8	1.-2. klasse
9	Aspirant og rekrutt 11 år
	Pause, 30 minutter
10	Konkurransgymnast
11	Show og oppvisning
12	Konkurransgymnast
13	6.-7. klasse
14	Konkurransgymnast
15	Guttepartiet
16	Konkurransgymnast
17	2.-3. klasse
18	Konkurranspartiet

Håper alle kan bidra, så vi får til et best mulig arrangement!

På forhånd tusen takk!

Med vennlig hilsen

Styret i Kristiansunds Turnforening