



Kristiansunds turnforening

Byens eldste idrettslag – stiftet 29. mai 1891

Epost: ktfturn@hotmail.com • Adresse: Postboks 408, 6501 Kristiansund • Hjemmeside: turn.kristiansund.com

Vi ønsker alle nye og gamle medlemmer i foreningen velkommen til høstsemesteret 2017!

KTF starter opp med treninger igjen fra og med mandag 21. august. Vi gleder oss til et nytt semester med 40 spente trenere og 310 ivrige gymnaster.

Her kommer praktisk informasjon i forbindelse med oppstart.

- Påmeldingen for høstsemesteret må være i orden før gymnastene møter til første trening.
- Spørsmål ang. påmeldingen og beskjed om avmelding sendes til ktfturn@hotmail.com.
- Om gymnasten har deltatt på tre treninger eller mer ønsker vi at det betales full pris for partiet.
- Til høsten kommer fakturaen på mail 5. september. Vi ber alle som ikke mottar denne fakturaen om å gi oss beskjed om dette på mail, slik at vi kan sende den til deg manuelt.

- Vi har 25 gymnaster på venteliste og godkjenner disse fortløpende etter hvert som andre gymnaster melder seg av.

- Vi har fortsatt ledige plasser på følgende 2 av 19 parti:

4.-6. klasse (jenter) – tirsdager fra 15.45-17.00.

Voksentrupp (menn og kvinner fra 20 til 65 år) – tirsdager, 21.00-22.15

– søndager, 16.00-17.30

- På grunn av et arrangement i Idrettshallen blir første trening til **1. klasse** utsatt til onsdag 30. august, **uke 35**.

- **Alle andre parti** starter treningene sine i **uke 34**, fra og med mandag 21. august.

Semesterplan for høsten 2017

- Uke 34: Oppstart mandag 21. august
- Uke 35: Oppstart for 1. klasse-partiet fra onsdag 30. august
- Uke 35: KM arrangert av KTF i Braatthallen, lørdag, 2. september
- Uke 37: Sikringskurs i trampett i Braatthallen, lørdag 16.-søndag 17. september
- Uke 39: Utdeling av lodd bøker
- Uke 41: Høstferie – breddepartiene har IKKE trening i høstferien
- Uke 42/43: Klubbkonkurranse

For gutter og jenter, 1. klasse og eldre. (Deltakeravgift: 150 kr, Inngang: Voksen: 50 kr)

- Uke 49: Juleshow 10. desember.

(Gratis inngang for alle gymnaster som deltar. Inngang: Voksen: 150 kr, Barn: 50 kr)

Beskjed ved sykdom eller lignende:

- Fin regel: Gi beskjed til hovedtrener om gymnasten er borte fra trening to ganger eller mer. Om gymnasten er borte tre ganger på rad uten å gi beskjed tar vi kontakt for å høre om gymnasten skal fortsette.
- Kontaktinfo til hovedtrenerne finner dere på hjemmesiden til KTF: turn.kristiansund.com

Et ønske til alle foreldre som er med i hallen:

- Under treningene ønsker vi at foreldre oppholder seg på tribunen, og ikke rundt turnarealet. Vi har erfart at det blir mer støy i hallen med foreldrene til stedet, gymnastene blir mer urolige, og apparatene blir brukt som sitteplasser. (Foreldrene har dessverre begrenset med utsikt fra tribunen, men gymnastene får sett foreldre om de føler behov for dette.) Vi håper at foreldre og søsken kan følge dette ønsket.

- Om gymnasten er avhengig av nær mental støtte under treningen, eller om man en sjelden gang vil se hva gymnastene gjør på trening kan man bli med inn i hallen.
- Bruk stolene som er plassert ved skrankeområdet. Turnmattene og apparatene er ikke beregnet til sitteplasser for familie og venner, men er der for gymnastene. Hent dere heller en stol fra under tribunen om alle stolene er opptatt, og sett dere ved veggen. (Sko settes i garderobe nr. 8.)
- Alle foreldre som ser på treningene må være stille. Det er en stor hall og lydnivået i hallen er allerede en utfordring for trenere og gymnaster.

- **Foreldre og barn 3-5 år** er et parti hvor vi forventer at både barn og voksne er aktivt med på treningene, og at både stor og liten har på seg treningsklær på treningene. De foresatte gir barna en trygg relasjon i en helt ny situasjon, og dette er kjempeviktig for at de små barna skal ha det ekstra gøy i gymsalen.

Treningsklær:

- Til første trening holder det med praktiske treningsklær og sokker.
- I det lange løp anbefaler vi alle å kjøpe inn turndrakt (gutter og jenter), shorts/tights og turnsko. Det er veldig upraktisk når t-skjorta faller ned hver gang man er opp ned. [Her finner dere en oversikt over klubbklærne til KTF](#). Bestillingsfristen til denne høsten er satt til fredag 8. september. Da vil det ta ca. 8-9 uker før klubben mottar klærne fra produsenten.
- De første ukene er det kjempeflott om gymnastene kan ha på seg t-skjorte eller turndrakt med navnet sitt på. Dette gjør det enklere for gymnaster og trenere ved innlæring av nye navn. (En bit med sportstape og sprittusj eller tekstiltusj gjør susen.)
- Alle med langt hår skal ha håret satt opp i strikk på trening.
- Av sikkerhet til både trenere og turnere ber vi alle ta av seg klokker, smykker, ørepynt, armbånd, ringer og lignende på trening.

Garderobe:

- Vi bruker garderobe nr. 8 i Braatthallen og inngang B for garderober i Idrettshallen. Det har vært tyveri i garderobene, så verdisaker bør tas med inn i hallene.
- Sko og yttertøy legges i garderoben.
- Alle bør ha med seg en flaske med vann på trening. Disse kan settes ved enden av treningsarealet. Mat spises kun i garderoben og skal ikke bli med inn i hallen.
- Gjenglemte eiendeler blir enten tatt hånd om av vaktmesterne eller tatt med inn i turnbua.
- Turnere og foreldre skal ikke oppholde seg på brytemattene før, under eller etter trening. (Da dette ikke alltid blir overholdt: Vi har fått beskjed fra bryterne om at det er svært viktig at ingen går barfot eller med sko på brytemattene. Dette er fordi de sliter med ringorm på mattene).

Når går vi inn i hallen?

- Vi ber alle vente i garderobene til gymnastene blir hentet av en trener på starten av treninga.

Mailer fra KTF:

- For de av dere som er plaget med at mailene vi sender ut havner direkte i søppelposten; for å sikre deg om at e-postene havner i innboksen din må du legge oss til i kontaktlisten din. Du kan evt. gi oss en annen mailadresse, om mailene ikke kommer fram i det hele tatt. Det går også an å krysse av for melding på mobil når man registrerer seg inne på Mysoft. Alle som sliter med få mailer fra oss bør krysse av for melding til mobil (selv om det koster 3 kroner per melding).

Facebook:

For de som er på Facebook og vil holde seg oppdatert har vi *en gruppe* som heter Kristiansunds Turnforening og *en side* som heter Kristiansunds Turnforening. Her kommer det mye nyttig informasjon.

Kommunikasjon:

- På hvert parti er det en hovedtrener. Foreldre bes å henvende seg til hovedtreneren hvis det er noe de vil fortelle om barnet eller noe de lurer på angående treningen.
- Kontakt gjerne også trenerne for å komme med skryt. Vi har mange unge trenere som vi ønsker å utvikle og lære opp. Vi tar imot konstruktive tilbakemeldinger om det er noe dere er misfornøyd med, men det ønsker vi at dere kontakter administrasjonen om, slik at vi får tatt det på riktig måte.
- Vi møtes på e-post til ktfturn@hotmail.com

GRASROTANDELEN

Som de fleste idrettslag og foreninger er også vi avhengig av inntekter til å drive våre aktiviteter. Vi håper derfor at flest mulig av våre medlemmer velger å gi sin grasrotandel til Kristiansunds turnforening.

Slik gjør du det:

1. Ta med ditt spillekort fra Norsk Tipping.
2. Ta med Kristiansunds Turnforenings nummer (984 067 542)
3. Gå til en av Norsk Tippings Kommisjonærer.
4. Tippekommisjonæren gjør registreringen.

Vi håper alle får en fin turnhøst her i Kristiansunds turnforening!

Tusen takk til Gjensidige som har bidratt med penger til mye nytt utstyr som vi nå skal ta i bruk, samt et stort beløp til nye treningsjakker!



Gjensidige
Nordmøre og Romsdal