



Treningstilbud 2016/2017

Parti	Alder	Ukedag	Tid	Sted	Hovedtrener/tlf	Hjelpetrenerne	Kapasitet
Gymlek (med foreldre)	3-4 år	Torsdag	1630-1730	Gruben barneskole	Marita Lilleheim / 45617480	Anita F. Hansen / 91594386 Marthe Olsen Line Ruud	20
Gymlek	4-6 år	Torsdag	1700-1800	Lygheim	Tuva Solstrand / 98828723	Berit Sørfjordmo Ingrid Jakobsen	30
Gym-X Oppstart etter høstferien ☺	13+	Tirsdag	1800-1900	Gymsal Ranahallen	Tuva Solstrand / 98828723	Veronica Braathen	20
Idrettens grunnstige	5-6 år	Torsdag	1730-1830	Gruben barneskole	Marita Lilleheim / 45617480	Anita Hansen / 91594386 Tone Gurendal	13 Økes?
Idrettens grunnstige	1.-2.kl	Torsdag	1800-1900	Lygheim	Mia Eilerine Ovesen / 90208212	Monja Kristin Ovesen Sarah Haugen	25
Oppvisningstropp	1.-3.kl	Onsdag	1800-1900	Båsmohallen	Mia Eilerine Ovesen / 90208212	Monja Kristin Ovesen Sarah Haugen	20
Oppvisningstropp	4.-10.kl	Onsdag	1900-2000	Båsmohallen	Mia Eilerine Ovesen / 90208212	Monja Kristin Ovesen Sarah Haugen	20
Salto	3.-6.kl	Torsdag	1800-1900	Mo u.skole	Fredrik Westgaard / 41613756	Sander Mattson Angelica Unosen Isak Lund Helen Saghei	20
Turn jenter aspirant	2.-3.kl	Tirsdag	1700-1800	Lygheim skole	Kaja Michalsen / 90775885	Siri Drageset Natalia Grippio (oppstart) Kari Ludvigsen Dina Johansen Martine Høgås	16
Turn jenter rekrutt	4.-6.kl	Tirsdag	1800-1900	Lygheim skole	Kaja Michalsen / 90775885	Natalia Grippio (oppstart) Kari Ludvigsen Dina Johansen	20



						Martine Høgås	
Turn jenter aspirant/ rekrutt, konkurranse	4.-6.kl	Onsdag	1800-1930	Lyngheim skole	Kaja Michalsen / 90775885	Eyvind Strømnes Merete Markussen Julia Gruben Janne Marit Berg	18
Turn jenter klasse I, II og III, konkurranse	Fra 12 år	Onsdag	1930-2100	Lyngheim skole	Bjørnar Skogheim / 91884680	Stian Skogheim Kaja Michalsen Maria Braaten	18
Troppsturn, veteraner	Fra 40 år	Torsdag	1800-1900	Gruben u-skole	Kari Nodland / 90586611		60
Troppsturn, særtropp	Fra 16 år	Torsdag	1900-2000	Gruben u-skole	Kari Nodland / 90586611		60
Troppsturn, damer	Fra 16 år	Torsdag	2000-2100	Gruben u-skole	Kari Nodland / 90586611		60
Troppsgymnastikk	5.-10.kl	Tirsdag	1630-1730	Ranahallen	Rachel B Ovesen / 91543597	Fredrik Westgaard Sindre Aune Sander Mattson Liselotte Hovdahl Maja Erlandsen Marthe Fagerli Monja Kristin Ovesen (Lise L Haugjord) (Sissel Holdahl)	30
Troppsgymnastikk	2.-4.kl	Tirsdag	1730-1830	Ranahallen	Fredrik Westgaard / 41613756	Sindre Aune Angelica Unosen Sander Mattson Tuva Holten Jan Ove Ulstad Rebekka B Bruvoll	30
Troppsgymnastikk, konkurranse rekrutt	11-13 år	Torsdag	1730-1900	Ranahallen	Stian Skogheim / 48000574	Eyvind Strømnes Hugo Johnsen Maria Braaten Rachel B Ovesen	24
Troppsgymnastikk, konkurranse junior	13-17 år	Torsdag	1600-1730	Ranahallen	Stian Skogheim / 48000574	Eyvind Strømnes Hugo Johnsen	45



						Mia Eilerine Ovesen	
Troppsgymnastikk, konkurransen senior	Fra 16 år	Tirsdag	1830-2000	Ranahallen	Stian Skogheim / 48000574	Eyvind Strømnes Hugo Johnsen Mia Eilerine Ovesen	20

Sist endret 03.09.2016