



Information - Junior piger

Sæson 2018-2019

Kontingent tilmelding: <https://www.tga.dk/cms/TeamOverview.aspx>

Tilmelding til holdet, ekstra info osv.: <https://goo.gl/forms/vyCXKY4LC1ZnNhQ33>

Hvad er TeamGym?

DR Sporten omkring Teamgym: [Link](#)

- TeamGym er en holdsport, hvor du:
 - Laver en rytmisk serie til fri musik
 - Springer på måtte. Her sætter du en række spring sammen til én samlet serie
 - Springer i trampet, som er en lille skrå trampolin. Her laver du f.eks. en salto

TeamGym Aarhus juniorpiger

Består af 2 hold, hhv. et første og andehold, disse bliver fordelt efter sæsonstart. Junior pigerne deltager i flere konkurrencer i løbet af året, samt opvisninger. Derudover er der overnatninger, hvor der bliver givet gas, men også hvor det sociale er i fokus.

Hvis man leder efter et hold, hvor man ønsker, at fordybe sig i detaljer og teknik og blive endnu dygtigere til gymnastik, så er man kommet til det helt rette sted :)

Fordybelse er netop nøgleordet i denne sammenhæng, hvorfor det er vigtigt, at man kommer til alle træninger og arrangementer. (afbud i god tid og efter aftale er selvfølgelig i orden)

Man kan følge nogle videoer der er lavet gennem studiet "Gode idrætsmiljøer for piger", hvor TeamGym Aarhus er blevet valgt til nogle inspirations historier:

<https://www.youtube.com/channel/UCfXa1mZDfmOFyOgpoMKPYbQ/videos>

Et hold består således af ca. 15 gymnaster, hvoraf der er 10 i konkurrence, mens fem gymnaster er reserver - vi tilstræber dog, at alle gymnaster har minimum en konkurrence i løbet af året.

Hvert hold(15 gymnaster) består af et trænersteam på ca. 4-5 instruktører, hhv.:

- 1-2 rytme instruktører
- 2 spring instruktører
- 1 Fysioterapeut/fysisk træner (Delt mellem begge hold)

Træningstider er følgende:

Junior piger 1

- Tirsdag 16.30 til 19.30
- Onsdag 18.00 til 21.00
- Fredag 18.00 til 20.30
- Lørdag 16.00 til 18.00

Junior piger 2:

- Tirsdag 17.00 til 19.30
- Onsdag 18.00 til 21.00
- Fredag 18.00 til 20.30
- Lørdag 16.00 til 18.00 (Aftales fra gang til gang med trænerne)

Begrænsning

Vores største opgave er, at sikre forholdene omkring junior piger er optimale og sikkerheden er i top! Det er ikke optimalt, hvis vi er for mange i rækken, samt sikkerheden falder, hvis der bliver flere gymnaster pr. træner. Derudover kan det bl.a. nævnes, at der simpelthen ikke kan være flere i hallen. Hvilket giver en naturlig begrænsning på ca. 30-31 piger.

Optagelsesprocessen

Vi har valgt ikke at udtage over en dag, da vi ikke mener, at dette giver et retvisende billede af den enkelte gymnast. Vi har derfor afsat flere træninger, samt en momenttest for, at vurdere hvilke gymnaster der kan indgå på de to juniorpigehold.

Der er ingen fortrinsret for nogen, dvs. ved optagelsen er alle gymnaster lige.

Der skal være betalt kontingent inden tirsdag d. 14 august (moment test)

- Hvis man ikke får en plads, bliver hele beløbet tilbagebetalt
- Hvis man får tildelt en plads, men takker nej, får man 70% retur.

Gøres ved følgende link: <https://www.tga.dk/cms/TeamOverview.aspx>

Standby pladser

Der kan forekomme standby pladser, hvilket betyder at hvis der falder nogle fra når holdet er sat, kan man blive tilbudt en plads på holdet.

Alternativt holdtilbud

Hvis man er i tvivl, vil vi anbefale at man skriver sig op på andre hold, samt deltager i udtagelsen på andre hold og så derefter kan melde fra hvis man bliver optaget hos os. Så hvis man er i tvivl, så tilmeld jer andre hold også.

Q&A

Spørgsmål: Hvorfor er der ingen fortrinsret til TGA og VIK (samarbejdsklub)?

Svar: Vi er en konkurrence forening og ønsker, at sætte det hold der har de bedste forudsætninger for udviklingen over lang tid.

Vi kigger på kriterier såsom:

- **Motivation for at lære**
- Kommunikation og kropsforståelse så rettelser bliver forsøgt efterlevet
- Momenttest (rytmiske momenter)
- Springfærdigheder (stil, sværhed osv.)
- M.fl.

Tidsplan for opstart:

Kronologisk tidsplan for opstartsfasen.

Type	Dato	Tidspunkt	Forældre
Springtræning	Mandag d. 13 August 2018	17.30 - 20.00	Infomøde for helt nye forældre i klubben. kl. 17.30 til ca. 18.30 Sted: 2.sal i springcenter
Momenttest*	Tirsdag d. 14 August	17.00 - 19.30	Vorrevangskolen
Springtræning	Onsdag d. 15 August	18.00 - 21.00	
Svar	Torsdag. 16 august, senest kl. 10.00		Besked via mail til forældre, om man er kommet på eller ej.
Overnatning	Lørdag til søndag 18 august til 19 august.	Lørdag: 14.00 Søndag: 11.00	BGI
Normale træningstider efterfølgende			
Obligatorisk forældremøde for alle Juniorpige forældre.	Onsdag d. 22 august	17.30 til 19.00	Springcenter, 2.sal

Steder:

Spring: Springcenter Aarhus, Hvidkildevej 11, 8240 Risskov

Momenttest: Vorregårds Alle 109, 8200 Aarhus N

Praktisk information:

Kontingent

Dækker halleje omkostninger og trænerløn

- 4.300kr.

Holdkonto

Dækker alle omkostninger i forbindelse med stævner/overnatning, deltagergebyr, dragtleje, overnatning osv. (Hvis der brugt færre penge og der står mere end 100kr. på holdkonto, vil de blive sendt retur til jer)

- 2.150kr.
- Skal betales senere på sæsonen.

