

KALLELSE

Landslagsläger trampolin & DMT i Lidköping 23-25 februari 2018

Följande gymnaster och tränare kallas härmed till lägret:

Namn	Född	Klubb	Uttagen t o m	Ansvarig(a) tränare
TRA seniorer herrar				
Oscar Smith	1991	TK Levo	2018-06-30	Per Holgersson
Jonas Nordfors	1992	Uppl Väsby GK	2018-06-30	N. Grönström, L. Nordfors, T. Nordfors
Måns Aberg	1993	Uppl Väsby GK	2018-06-30	N. Grönström, L. Nordfors, T. Nordfors
Niklas Lindqvist	1996	Uppl Väsby GK	2018-06-30	N. Grönström, L. Nordfors, T. Nordfors
Felix Holgersson	2000	TK Levo	2018-06-30	Per Holgersson
TRA seniorer damer				
Lina Sjöberg	1993	Uppsala GF	2018-06-30	U. Andersson, M. Lindeberg, L.
Hanna Rydén	1997	Uppl Väsby GK	2018-06-30	N. Grönström, L. Nordfors, T. Nordfors
Alva Lemoine	1998	Gefle Flyers GF	2018-06-30	Pelle Tingelöf
Alice Flensburg	1999	Klippans GK	2018-06-30	Albin Ekenberg
DMT seniorer herrar				
Jonas Rosenlind	1991	Uppsala GF	2018-06-30	U. Andersson, M. Lindeberg, L.
Gustav Tingelöf	1994	Uppsala GF	2018-06-30	U. Andersson, M. Lindeberg, L.
DMT seniorer damer				
Lina Sjöberg	1993	Uppsala GF	2018-06-30	U. Andersson, M. Lindeberg, L.
TRA juniorer pojkar				
Alvin Olsson	2003	TK Levo	2018-12-31	Per Holgersson /Tony Kjellen
Hugo Salomonsson	2002	TK Levo	2018-12-31	Per Holgersson /Tony Kjellen
Linus Sjöblom	2005	TK Levo	2018-12-31	Per Holgersson /Tony Kjellen
Vilhelm Edhammer	2005	TK Levo	2018-12-31	Per Holgersson /Tony Kjellen
Linus von Heideman	2004	V. Frölunda TK	2018-12-31	Paul Andersson/Niklas von Heideman
Lucas Kjellén	2003	TK Levo	2018-12-31	Tony Kjellén
TRA juniorer flickor				
Clara Melin	2003	Uppsala GF	2018-12-31	Samuel Wanselow
Linnéa Larsson	2002	Klippans GK	2018-12-31	Albin Ekenberg
Lova Heiman	2003	V. Frölunda TK	2018-12-31	Paul Andersson/Niklas von Heideman
Sofia Redman	2001	TK Levo	2018-12-31	Per Holgersson /Tony Kjellen
Tess Palmquist Mickelin	2003	Uppsala GF	2018-12-31	Samuel Wanselow
Thea Liljeroth	2004	Gefle Flyers	2018-12-31	Pelle Tingelöf
Mira Wassberger	2004	Uppl Väsby GK	2018-12-31	N. Grönström, L. Nordfors, T. Nordfors
Siri Elisson	2003	V. Frölunda TK	2018-12-31	Paul Andersson/Niklas von Heideman

Tränarmedverkan

Samtliga föreningar med gymnaster i landslaget förväntas i möjligaste mån skicka med minst en tränare på lägret. Det är önskvärt att deltagande tränare har tränarlicens steg 4, minst steg 3 licens är ett krav. Vid de tillfällen som den för gymnasten ansvarige tränaren inte kan medverka är det önskvärt att klubben skickar en ersättare.

Tider och plats

Lägret startar med samling på Kommunals semesterhem i Filsbäck fredag 23 februari senast kl 21.00, vi finns på plats från kl 19.30 så efter dess är det bara att komma när det passar. Kvällsfika serveras från ca kl 20.00. Lägret avslutas kl 15.00 söndag 25 februari.

Träning & aktiviteter

Vi kommer träna i TK Levos träningshall där det finns 4 trampoliner (varav 2 st Ultimate) samt DMT. Fokus på detta läger är träning på serier och kombinationer samt genomförande av Checkpoint 2 inför JEM/EM 2018 i Baku.

Checkpoint 2 består av att JEM/EM-aktuella gymnaster genomför en testtävling i trampolin och DMT lördag eftermiddag, med bedömning. Alla kör en första serie och två andra serier och i DMT körs fyra kombinationer. Tävlingskläder ska användas. På söndag förmiddag visar alla gymnaster igen upp en första serie och två andra serier eller fyra kombinationer i DMT som en del i träningspasset, denna gång utan bedömning. Det exakta upplägget går vi igenom på plats i Lidköping fredag kväll med berörda gymnaster och tränare.

Övriga gymnaster som ej är aktuella för JEM/EM kommer att ha andra aktiviteter och träning parallellt med checkpointen.

Landslagsfysio

Vår landslagsfysio Petra Källman Navier att finnas på plats från fredag kväll till lördag kväll. Alla seniorer får en kortare personlig träff och avstäm med Petra. För er juniorer som har problem med smärta/skador kan ni även få hjälp från Petra, meddela detta vid anmälan så vi kan planera in det med Petra.

Mat och boende

Vi kommer på Kommunals semesterhem i Filsbäck som ligger ca 5 min bilresa från hallen (mot Götene), samma ställe som vi bodde på vid lägret i oktober. Det är en jättefräsch anläggning med boende i 4-bädds rum med dusch och toa i varje rum. Ta med lakan och handduk. Täcke och kudde finns på plats. På anläggningen finns även en stor samlingshall och kök. Kvällsfika fredag och frukostarna kommer vi hjälpas åt att fixa i köket på anläggningen, där kommer vi även äta middag lördag kväll. Luncher lördag och söndag och mellanmål serveras i TK Levos hall.

Resa

För gymnaster och ledare från Gävle och Uppsala samordnar vi resan så ni åker en i gemensamt hyrd minibuss som utgår från Gefle. Pelle Tingelöf tar kontakt med berörda och informerar om avresetid och plats. Gymnaster och ledare från Upplands Väsby samåker i en bil. Jenny och Petra reser med tåg till Lidköping. Övriga gymnaster och ledare ordnar sina egna resor till Lidköping men ska i möjligaste mån att samåka för att hålla nere kostnaderna. Är det någon som planerar att resa med tåg kontakta Jenny eller Jonas för hjälp med att boka biljetterna via Gymnastikförbundets reseavtal med SJ.

Ekonomi

Gymnastikförbundet står för hela kostnaderna för detta läger inkl. resa, boende och mat från fredag kvällsfika till söndag lunch. Deltagande och resa för en tränare per förening bekostas av Gymnastikförbundet, är det någon förening som vill skicka mer än en tränare kontakta Jenny för att stämma av, troligen kan vi lösa att det blir kostnadsfritt även för dessa ledare.

Packlista

- Landslagskläder, vi använder oss i första hand av dessa kläder under lägret, men ni behöver inte ta med alla kläderna, bara så det täcker helgens behov.
- Tävlingskläder (gäller gymnaster som ska delta i Checkpoint 2)
- Träningskläder
- Löparskor för utomhusbruk
- Vattenflaska
- Lakan och örngott
- Duschgrejer inkl. handduk
- Badkläder inkl. handduk
- Ev. mediciner, skydd, tejp et c

Anmälan

Alla kallade gymnaster och ledare måste anmäla sitt deltagande eller icke deltagande i lägret senast söndag 18 februari genom att fylla formuläret via denna länk:

<https://goo.gl/forms/3t4zKCLfYddo7Tw63> (länken finns även i landslagets facebookgrupp).

Om någon gymnast är tveksam till fullt aktivt deltagande p g a av skada/sjukdom skriv det under övrig info i formuläret vid anmälan.

Har ni några frågor eller funderingar inför lägret, ställ frågan i facebookgruppen eller kontakta någon av oss.

Med vänliga hälsningar,

JENNY SÖDERLUND
 Förbundskapten Trampolin
 jenny.soderlund@gymnastik.se
 070-5852560

JONAS HEIMAN
 Junioransvarig Trampolin
 jonas.heiman@gymnastik.se
 076-543 08 25