

ATT VARA MEDLEM I GF ÖREBRO

Välkommen till Örebros största barn- och ungdomsförening!
Träningsgymnastiken är stommen i vår verksamhet. Vi tränar på gymnastikens grundövningar och vänder oss till barn 3–15 år.

Träningsgymnastik

Anmäl och **återanmäl** er till grupperna [på vår bokningssida](#).
Återanmälan måste göras till träningsgrupperna inför varje termin.
Platserna förlängs inte automatiskt.

Nivåer

Våra träningsgrupper är indelade i tre olika nivåer: A, B & C.

Nivå A: Tränar på handstående, kullerbytta (framåt & bakåt) samt hjula på matta, ljushopp på trampett. Börjar med rörelse till musik.

Nivå B: Tränar på rondat, grunder inför flickis samt handvolt, hög kullerbytta samt grunder inför volt på trampett. Börjar träna på enkla danssteg och koreografier.

Nivå C: Tränar på handvolt, rondat, flickis och volter på trampett. Börjar träna in danser samt fristående grunder.

Beskrivning av träningsgrupperna och deras förkunskapskrav finns att läsa på [hemsidan](#).

Vill ditt barn börja i en **tävlingsgrupp**? [Gör då en intresseanmälan på hemsidan](#). Barnen går inte automatisk upp i en tävlingsgrupp.

Byte av grupp

Vill ditt barn byta träningsgrupp? Inför varje ny termin finns möjlighet att byta grupp i mån av plats. Det gör ni på bokningssidan och information inför varje termin skickas ut via mejl från kansliet.

Läger anordnas varje lov. Anmäl er till läger [på bokningssidan](#).

Ledare

GF Örebros verksamhet bygger till största delen på ideellt engagemang från föräldrar som ställer upp som ledare.

Vi söker alltid nya ledare för att kunna utveckla vår verksamhet. Genom att bli ledare hos oss får ditt barn förtur in i verksamheten och betalar ingen träningsavgift. Vi erbjuder även utbildning. [Läs mer här!](#)

#glädje #gemenskap #utveckling #engagemang



**GYMNASTIK-
FÖRENINGEN
ÖREBRO**

VÄLKOMMEN!

HÄR PÅGÅR BARNIDROTT
VI VILL BE ER TÄNKA PÅ:

BARNIDROTT ÄR LEK OCH GLÄDJE

BARN ÄR INTE SMÅ ELITIDROTTARE

FÖRÄLDRAR HEJAR PÅ ALLA

DOMAREN ÄR MÄNSKLIG

LEDARE ÄR OFTAST IDEELLA



Vårtermin

Terminsstart vecka 4
Lov; sportlov (v8) och påsklov
Terminsavslut vecka 18

Sommartermin

Terminsstart vecka 21
Terminsslut vecka 25

Hösttermin

Terminsstart vecka 36
Lov; höstlov (v44)
Terminsslut vecka 49
Uppvisning vecka 50

Välkomstbrev från ledarna
med info mejlas ut innan
terminsstart.

Återanmälan måste göras på [bokningssidan](#) inför varje ny termin. Din plats förlängs **inte** automatiskt.

Medlemsavgift
200kr/år

Licensavgift
150kr eller 180kr/år

Träningsavgift
[Se hemsidan](#)