TIMEPLAN TTF høst 2018 - 6. Utkast - Med forbehold om endringer

Ekstra = Et tilbud om en ekstra treningsdag med litt mer utfordrende apparatturn (eller for Jenter 6-8år også rytmisk gymnastikk). Økende grad av disiplin og treningsvilje er forventet av gymnastene. Disse krever ekstra betaling og påmelding etter at man er blitt medlem på en gruppe og det er "først-til-mølla". Påmelding til disse partiene legges ut senere .

Mellom 6 og 11 års alder tilbys gymnastene i hovedsak **en (1)** trening i uka med mulighet for å kjøpe en **Ekstra** dag. Etter fyllte 11 år er basistilbudet to dager i uka. Dette avhenger av trenertilgangen og antallet gymnaster ved hvert nye semester.

Foreningstropp: Består av gymnaster fra 13/14 års alder som representerer TTF utad på stevner og oppvisninger i innland og utland. Innholdet i troppen er program med innblanding av dans, akrobatikk, rytmisk gymnastikk, pyramider etc

Lukkede partier: Disse partiene er ikke åpne for allmen påmelding men basert på uttak fra breddepartiene. Uttakene gjøres av våre hovedtrenere innen de tre olympiske grenene og baserer seg på treningsvilje, disiplin, og fysisk skikkethet. Treningsopplegget er svært krevende for gymnastene og dugnadsbelastningen på foreldrene er stor.

ARG = Avdeling Rytmisk gymnastikk — Vår konkurranseavdeling for den olympiske grenen Rytmisk gymnastikk (RG). Konkurrerer i redskapene ball, tau, ring, køller og vimpel, eller frittstående
ATK = Avdeling Turn Kvinner — Vår konkurranseavdeling for den olympiske grenen Apparatturn (WAG). Konkurrerer i hopp, skranke, bom og frittstående.
ATM = Avdeling Turn Menn — Vår konkurranseavdeling for den olympiske grenen Apparatturn (MAG). Konkurrerer i frittstående, bøylehest, ringer, hopp, skranke og svingstang.
ATT = Avdeling Turn Tropp — Vår konkurranseavdeling for den nordiske grenen Troppsgymnastikk (TeamGym). Konkurerer i apparatene frittstående, tumbling og trampett.

Feltene merket med undergruppenes navn (ARG/ATK/ATM/ATT) angir totalt tildelt tid, og inneholder flere partier som trener ihenhold til egne timeplaner (ikke oppgitt i detalj her).

TEMPLARHEIMEN

Mandag	Flerbrukshaller			Turnhall						Mandag
Tid	RG-hall	Flerbrukshall	Barnebasishall	Fr.stående	Apparater	Acro	Hopp	Powertumbling	Stortramp	Tid
15:00-15.30	ARG	ARG		ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	15:00-15.30
15:30-16.00										15:30-16.00
16:00-16.30										16:00-16.30
16:30-16:45			Barn 2016-2017 (1-2år) Gr1							16:30-16:45
16:45-17:00										16:45-17:00
17:00-17:15		J2009 (J9år) GR1 m/tilgang til stortramp								17:00-17:15
17:15-17:30			Barn 2014-2015 (3-4år) Gr1							17:15-17:30
17:30-17:45										17:30-17:45
17:45-18:00			Barn 2014-2015 (3-4år) Gr2							17:45-18:00
18:00-18:15										18:00-18:15
18:15-18:30		J2010-2012 (J6-8år) Ekstra (Apparat)								18:15-18:30
18:30-18:45			G2012 (6år)							18:30-18:45
18:45-19:00				ATT						18:45-19:00
19:00-19:15										19:00-19:15
19:15-19:30				ATM/ATK						19:15-19:30
19:30-19:45							ATT		ATT	19:30-19:45
19:45-20:00										19:45-20:00
20:00-20:30	Foreningstropp (Ekstra) (2005+) (13 år+)	Foreningstropp (Ekstra) (2005+) (13 år+)		J2005 (J13år)	J2005 (J13år)	ATT		ATT		20:00-20:30
20:30-21:00										20:30-21:00
21:00-21:30										21:00-21:30
21:30-22:00										21:30-22:00
22:00-22:30										22:00-22:30

TEMPLARHEIMEN

Tirsdag	Flerbrukshaller			Turnhall						Tirsdag
Tid	RG-hall	Flerbrukshall	Barnebasishall	Fr.stående	Apparater	Acro	Hopp	Powertumbling	Stortramp	Tid
15:00-15.30				ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	15:00-15.30
15:30-16.00										15:30-16.00
16:00-16.30										16:00-16.30
16:30-16:45	J2009-2012 (J6-9år)/J2005-2008 (J10-13år) Ekstra RG		Barn 2014-2015 (3-4år) Gr3							16:30-16:45
16:45-17:00										16:45-17:00
17:00-17:15	J2009-2012 (J6-9år) Ekstra (RG)									17:00-17:15
17:15-17:30			Barn 2014-2015 (3-4år) Gr4							17:15-17:30
17:30-17:45		J2010 (J8år) Gr1 m/tilgang til stortramp								17:30-17:45
17:45-18:00										17:45-18:00
18:00-18:15	J2007 (J11år)		Barn 2013 (5år) Gr1							18:00-18:15
18:15-18:30										18:15-18:30
18:30-18:45				G2009-2010 (8-9år)/G2006-2008 (10-12år)	ATM/ATK/G2009-2010 (8-9år)/G2006-2008 (10-12år)	G2009-2010 (8-9år)/G2006-2008 (10-12år)	G2009-2010 (8-9år)/G2006-2008 (10-12år)			18:30-18:45
18:45-19:00										18:45-19:00
19:00-19:15			G2011 (G7år)							19:00-19:15
19:15-19:30		J2010 (J8år) Gr2 m/tilgang til stortramp								19:15-19:30
19:30-19:45										19:30-19:45
19:45-20:00								ATT		19:45-20:00
20:00-20:15	J2006 (J12år) Gr1									20:00-20:15
20:15-20:30				ATT	Voksenturn 18-25? Tilbudet er ennå ikke klart	ATT	ATT		ATT	20:15-20:30
20:30-21:00										20:30-21:00
21:00-21:30		Herretrim								21:00-21:30
21:30-22:00	Herretrim									21:30-22:00
22:00-22:30										22:00-22:30

TEMPLARHEIMEN

Onsdag	Flerbrukshaller			Turnhall						Onsdag
Tid	RG-hall	Flerbrukshall	Barnebasishall	Fr.stående	Apparater	Acro	Hopp	Powertumbling	Stortramp	Tid
14:00-14:30	ARG	ARG/Ungdomsgruppa J2004+(J14år+) + G2005+ Avklart med Lisa (Juni2018)		ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	14:00-14:30
14:30-15:00										14:30-15:00
15:00-15.30			Ungdomsgruppa J2004+(J14år+) + G2005+							15:00-15.30
15:30-16.00										15:30-16.00
16:00-16.30										16:00-16.30
16:30-16:45			Barn 2013 (5år) Gr2							16:30-16:45
16:45-17:00										16:45-17:00
17:00-17:15										17:00-17:15
17:15-17:30			Barn 2013 (5år) Gr3							17:15-17:30
17:30-17:45		J2008 (J10år) Gr1 m/tilgang til TH								17:30-17:45
17:45-18:00										17:45-18:00
18:00-18:15			J2012 (J6år) Gr1							18:00-18:15
18:15-18:30										18:15-18:30
18:30-18:45										18:30-18:45
18:45-19:00										18:45-19:00
19:00-19:15	J2009 (J9år) Gr2	J2008 (J10år) Gr2 m/tilgang til TH	J2011 (J7år) Gr1	J2007 (J11år) og J2006 (J12år) Gr1+2	J2007 (J11år) og J2006 (J12år) Gr1+2	J2007 (J11år) og J2006 (J12år) Gr1+2	J2007 (J11år) og J2006 (J12år) Gr1+2	J2007 (J11år) og J2006 (J12år) Gr1+2	J2007 (J11år) og J2006 (J12år) Gr1+2	19:00-19:15
19:15-19:30										19:15-19:30
19:30-19:45										19:30-19:45
19:45-20:00										19:45-20:00
20:00-20:30			ATT							20:00-20:30
20:30-21:00	J2005 (J13år)	J2005 (J13år)	Disponibelt	Voksenturn 25-55	Voksenturn 25-55	ATT/Voksenturn 25-55	ATT/Voksenturn 25-55	ATT/Voksenturn 25-55	ATT/Voksenturn 25-55	20:30-21:00
21:00-21:30										21:00-21:30
21:30-22:00				ATT						21:30-22:00
22:00-22:30										22:00-22:30

TEMPLARHEIMEN

Torsdag	Flerbrukshaller			Turnhall						Torsdag
Tid	RG-hall	Flerbrukshall	Barnebasishall	Fr.stående	Apparater	Acro	Hopp	Powertumbling	Stortramp	Tid
15:00-15.30	ARG	ARG		ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	15:00-15.30
15:30-16.00										15:30-16.00
16:00-16.30										16:00-16.30
16:30-16:45		G2011-2012 (G6-7år) Ekstra	Barn 2016-2017 (1-2år) Gr2							16:30-16:45
16:45-17:00										16:45-17:00
17:00-17:15										17:00-17:15
17:15-17:30			Barn 2014-2015 (3-4år) Gr5							17:15-17:30
17:30-17:45										17:30-17:45
17:45-18:00										17:45-18:00
18:00-18:15		G2009-2010 (G8-9år)	J2012 (J6år) Gr2							18:00-18:15
18:15-18:30										18:15-18:30
18:30-18:45										18:30-18:45
18:45-19:00										18:45-19:00
19:00-19:15			J2011 (J7år) Gr2	J2008-2009 (J9-10år) Ekstra						19:00-19:15
19:15-19:30										19:15-19:30
19:30-19:45		G2006-2008 (G10-12år)			J2008-2009 (J9-10år) Ekstra	J2008-2009 (J9-10år) Ekstra	J2008-2009 (J9-10år) Ekstra	J2008-2009 (J9-10år) Ekstra	J2008-2009 (J9-10år) Ekstra	19:30-19:45
19:45-20:00										19:45-20:00
20:00-20:30			G2005+ (G13år+)	Ungdomsgruppa J2004+(J14år+)						20:00-20:30
20:30-21:00	J2006 (J12 år) Gr2			Ungdomsgruppa J2004+(J14år+)/G2005+ (G13år+)	Ungdomsgruppa J2004+(J14år+)/G2005+ (G13år+)	Ungdomsgruppa J2004+(J14år+)/G2005+ (G13år+)	Ungdomsgruppa J2004+(J14år+)/G2005+ (G13år+)	Ungdomsgruppa J2004+(J14år+)/G2005+ (G13år+)	Ungdomsgruppa J2004+(J14år+)/G2005+ (G13år+)	20:30-21:00
21:00-21:30										21:00-21:30
21:30-22:00										21:30-22:00
22:00-22:30										22:00-22:30

TEMPLARHEIMEN

Fredag	Flerbrukshaller			Turnhall						Fredag
Tid	RG-hall	Flerbrukshall	Barnebasishall	Fr.stående	Apparater	Acro	Hopp	Powertumbling	Stortramp	Tid
15:00-15.30		ARG		ATM/ATK		ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	15:00-15.30
15:30-16.00										15:30-16.00
16:00-16.30										16:00-16.30
16:30-16:45										16:30-16:45
16:45-17:00										16:45-17:00
17:00-17:15										17:00-17:15
17:15-17:30										17:15-17:30
17:30-17:45										17:30-17:45

17:45-18:00	ARG		Utleie barnebursdag / andre idretter		ATM/ATK					17:45-18:00
18:00-18:15										18:00-18:15
18:15-18:30										18:15-18:30
18:30-18:45		ARG/ATT								18:30-18:45
18:45-19:00										18:45-19:00
19:00-19:15				ATM/ATK/ATT		ATT	ATT	ATT	ATT	19:00-19:15
19:15-19:30		ARG								19:15-19:30
19:30-19:45										19:30-19:45
19:45-20:00										19:45-20:00
20:00-20:30										20:00-20:30
20:30-21:00										20:30-21:00
21:00-21:30										21:00-21:30
21:30-22:00										21:30-22:00
22:00-22:30										22:00-22:30

TEMPLARHEIMEN

Lørdag	Flerbrukshaller			Turnhall						Lørdag
Tid	RG-hall	Flerbrukshall	Barnebasishall	Fr.stående	Apparater	Acro	Hopp	Powertumbling	Stortramp	Tid
09:30-10:00				ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	ATM/ATK	09:30-10:00
10:00-10:30	Lørdagsbarn 2015-2016 (2-3år)	Lørdagsbarn 2015-2016 (2-3år)	Lørdagsbarn 2015-2016 (2-3år)							10:00-10:30
10:30-11:00										10:30-11:00
11:00-11:30	Lørdagsbarn 2013-2014 (4-5år)	Lørdagsbarn 2013-2014 (4-5år)	Lørdagsbarn 2013-2014 (4-5år)							11:00-11:30
11:30-12:00										11:30-12:00
12:00-12:30	Lørdagsjenter 2010-2012 (J6-8år)	Lørdagsjenter 2010-2012 (J6-8år)	Lørdagsjenter 2010-2012 (J6-8år)							12:00-12:30
12:20-13:00										12:20-13:00
13:00-13:30										13:00-13:30
13:30-14:00	ARG	ARG/andre	Utleie barnebursdag / andre idretter	Apparatlørdag Gutter	Apparatlørdag Gutter	Apparatlørdag Gutter	Apparatlørdag Gutter	Apparatlørdag Gutter	Apparatlørdag Gutter	13:30-14:00
14:00-14:30										14:00-14:30
14:30-15:00										14:30-15:00
15:00-15:30				Apparatlørdag Jenter	Apparatlørdag Jenter	Apparatlørdag Jenter	Apparatlørdag Jenter	Apparatlørdag Jenter	Apparatlørdag Jenter	15:00-15:30
15:30-16:00										15:30-16:00
16:00-16:30										16:00-16:30
16:30-17:00				Disponibelt til utleie (treningssamlinger)	Disponibelt til utleie (treningssamlinger)	Disponibelt til utleie (treningssamlinger)	Disponibelt til utleie (treningssamlinger)	Disponibelt til utleie (treningssamlinger)	Disponibelt til utleie (treningssamlinger)	16:30-17:00
17:00-17:30										17:00-17:30
17:30-18:00										17:30-18:00
18:00-18:30										18:00-18:30
18:30-19:00										18:30-19:00
19:00-19:30										19:00-19:30
19:30-20:00										19:30-20:00

TEMPLARHEIMEN

Søndag	Flerbrukshaller			Turnhall						Søndag
Tid	RG-hall	Flerbrukshall	Barnebasishall	Fr.stående	Apparater	Acro	Hopp	Powertumbling	Stortramp	Tid
09:30-10:00										09:30-10:00
10:00-10:30	ATT m/blått felt	ATT m/blått felt	Utleie barnebursdag / andre idretter	Disponibelt til utleie (treningssamlinger)	Disponibelt til utleie (treningssamlinger)	Disponibelt til utleie (treningssamlinger)	Disponibelt til utleie (treningssamlinger)	Disponibelt til utleie (treningssamlinger)	Disponibelt til utleie (treningssamlinger)	10:00-10:30
10:30-11:00										10:30-11:00
11:00-11:30										11:00-11:30
11:30-12:00										11:30-12:00
12:00-12:30										12:00-12:30
12:20-13:00										12:20-13:00
13:00-13:30										13:00-13:30
13:30-14:00										13:30-14:00
14:00-14:30	ARG	ARG		Åpen hall/kafe?	Åpen hall/kafe?	Åpen hall/kafe?	Åpen hall/kafe?	Åpen hall/kafe?	Åpen hall/kafe?	14:00-14:30
14:30-15:00										14:30-15:00
15:00-15:30										15:00-15:30
15:30-16:00										15:30-16:00
16:00-16:30										16:00-16:30
16:30-17:00										16:30-17:00
17:00-17:30				Disponibelt	Disponibelt	Disponibelt	Disponibelt	Disponibelt	Disponibelt	17:00-17:30
17:30-18:00										17:30-18:00
18:00-18:30										18:00-18:30
18:30-19:00										18:30-19:00
19:00-19:30										19:00-19:30
19:30-20:00										19:30-20:00