



GRÄNNA AIS – GYMNASTIK



# Föräldrainformation

**Vår barn- och ungdomsverksamhet börjar redan i treårsåldern och följer barnen i deras utveckling upp i åldrarna till ungdom. Från början är det mest lek och motorisk träning och i de äldsta grupperna tränar vi truppgymnastik. Här får du lite information om vår förening och vad du behöver tänka på som förälder.**

Alla våra gymnaster är försäkrade när de tränar gymnastik.

## Säkerhetsregler för tävlingsgymnastiken:

- Vid träning använder vi antingen gymnastikdräkt eller tight linne och leggings. För pojkar gäller tight linne och shorts. Detta är mycket viktigt för säkerhetens skull.
- Inga smycken får användas under träning eller tävling.
- Långt hår ska ALLTID vara uppsatt med snoddar och spännen.

## Medlemskap i GAIS

För att ditt barn ska få delta i aktiviteter och träning samt tävlingar, måste barnet vara medlem i GAIS. Aktuella avgifter och tider hittar du på [www.grenna-ais.se](http://www.grenna-ais.se) eller får via GAIS kansli. Är ni osäkra? Det går bra att prova någon gång innan ni bestämmer er!

Till flera av grupperna är det kö. Stäm av med aktuell ledare innan du kommer första gången, uppgifter till ledarna hittar du på [www.grenna-ais.se](http://www.grenna-ais.se). Vi ber alla aktiva att alltid meddela om du av någon anledning inte vill fortsätta med träningen, då kan någon annan ha möjlighet att vara med istället!



## Uppgifter för gymnastikföräldrar

Gymnastiken kostar en hel del pengar så som hallhyra, försäkringar, tävlingslicenser, redskap m.m. Tyvärr täcker inte medlemsavgiften allt och därför är vi beroende av din hjälp ibland.

Du som förälder kommer få en del uppgifter. Det kan tex vara att

- hjälpa till med städning av sporthallen
- stå i garderoben vid Gyllene Utterns julbord
- hjälpa till på GAIS olika evenemang, tex Diggiloo,

Mer info får du av ledarna.

Även vid träningstillfällena kan vi komma att behöva din hjälp.

Glöm inte lämna dina kontaktuppgifter så att vi kan nå dig! Vi behöver också barnets uppgifter för försäkring och registrering av närvaro.

### Våra grupper

Du kan läsa mer om våra olika grupper på GAIS hemsida. Där finns också kontaktuppgifter till ledare och information om anmälan och eventuella förkunskapskrav.

## Välkommen som ledare och domare!

Många av våra ledare både i barngrupperna och i tävlingsgrupperna är föräldrar som blivit intresserade av att göra något kul och nyttigt ihop med sina barn.



Du behöver inte ha några förkunskaper i gymnastik för att bli ledare hos oss, du får den utbildning som krävs.

När det gäller vår tävlingsgrupp så måste de ha med egna domare på tävling. Som förälder till barn i dessa grupper kan du gå en domarkurs. Inga förkunskaper krävs!

*I gymnastiken vill vi ha en öppen dialog med dig som förälder. Du är alltid välkommen att ventilera tankar och åsikter om verksamheten!*

## VÄLKOMNA TILL GRÄNNA AIS GYMNASTIKSEKTION!

### Kontakt:

Tfn kansli: 0390-10485  
E-post kansli: [info@grenna-ais.se](mailto:info@grenna-ais.se)  
Hemsida: [www.grenna-ais.se](http://www.grenna-ais.se)

### Kontakt gymnastiksektionen:

Gun Karlsson  
E-post: [gunkarlsson@telia.com](mailto:gunkarlsson@telia.com)  
Tfn: 073-6351288