

# Samträning med Lindesberg

4 december, Lindesberg Arena

Gäller endast gymnaster i nivå 5A & 5B



Nu på lördag (4 dec) åker vi till Lindesberg för att träna i deras superfina hall. Vi är otroligt tacksamma för att vi får komma på besök igen! Precis som sist tränar vi tillsammans med deras gymnaster. Förmodligen är det mest killar med denna gång.

## En helt ny hall

I samband med bygget av den nya handbollsarenan i Lindesberg har gymnastiken (RG & trupp) fått otroligt fina träningsmöjligheter. Hallen, som invigdes den 16 aug 2010, har bland annat ett friståendegolv, trampolin, airfloor och mängder med helt nya madrasser och andra redskap – men framför allt en höj- och sänkbar hoppgröp samt ett tumbling-golv som går att hissa upp i taket. Vem blir inte sugen på att träna?! ☺ För karta till hallen, se nästa sida.

Datum?	4 december
Kostnad?	<b>50kr / gymnast</b> som tas med kontant i <u>kuvert med namn</u>
Anmälan?	Hör av er endast om ni <u>inte</u> kan följa med. Annars räknar vi med att alla följer med.
Tider?	11.55           samling utanför Skogstorp 12.00           avresa 13.00-17.00   träning i Lindesberg ca 18.00       hemma i Kumla igen
Skjuts?	Therese kör bil. Sedan behövs ytterligare 3 bilar dit & 3 bilar hem. Just nu saknas 2 bilar som kan <u>skjutsa hem</u> . Kolla hemma om mamma eller pappa kan och meddela Therese så snart som möjligt.
Mat?	Alla gymnaster ska ha ätit en <b>ordentlig lunch</b> innan vi samlas! Ta med 2 frukter + mellis samt vattenflaska.

## Packningslista

Inte så mycket att packa denna gång. Ta med den lilla röda väskan och ha på er resten när vi samlas.

Ta med:

- 50kr i kuvert med namn
- 2 frukter
- mellis
- vattenflaska
- eventuella fot- eller knäskydd

Ha på er:

- leggings (hela) + dräkt
- svarta byxor (från RM)
- vitt linne (från RM)
- valfri tröja med GYMNAST-tryck
- uppsatt hår!!

## Lämna smycken hemma!

I Lindesberg gäller totalt smyckesförbud i hallen för att få träna. Alla smycken, örhängen och piercingar måste tas ur eller tejpas över.

## Karta till Lindesbergs Arena

Lindesbergs Arena ligger i anslutning till Lindeskolan på Nyborgsgatan. Den syns redan från infarten till Lindesberg på andra sidan vattnet.



### Koordinater:

WGS 84 (lat, lon): N 59° 35.607', E 15° 13.075'  
WGS 84 decimal (lat, lon): 59.59345, 15.21792  
RT90: 6608296, 1466832  
SWEREF99: 6606156, 512304

