



VELKOMMEN SOM GYMNAST I ELNESVÅGEN TURNFORENING



INFORMASJON OG KOMMUNIKASJON

Informasjon vil i hovedsak sendes ut på Spond. I tillegg vil noe informasjon sendes på e-post, legges ut på hjemmesiden www.elnesvaagenturn.no og legges ut på foreningens facebook-side. Vi bruker også Instagram for å reklamere for turnforeningen, og oppfordrer dere til å følge turnforeningen i alle kanaler. Vi kan også nås på e-post (se kontaktinfo i dette skrivet eller på hjemmesiden). Foresatte er selv ansvarlig for å følge med på oppdateringer.



[Her](#) kan du følge oss på Instagram.



[Her](#) kan du følge gymnastene på junior på Instagram



[Her](#) kan du følge oss på Facebook.

MEDLEMSKONTINGENT OG TRENINGSAVGIFT

Turnsesongen følger skoleåret. Treningsavgiften faktureres i to deler, en for høstsemesteret og en for vårsemesteret. Medlemskontingent gjelder for kalenderåret og faktureres med første faktura og senere med vårsemesteret. Det ligger en lovpålagt forsikring i medlemskontingenten som turnforeningen tegner for alle medlemmer. Forsikringen er aktiv gjennom Norges Idrettsforbund, og gjelder fra den dag kontingenten er betalt.

Medlemskap i Elnesvågen Turnforening er gyldig og regnes fra den dag kontingent er betalt. For å ha stemmerett ved årsmøtet og være valgbar, må et medlem ha vært tilsluttet idrettslaget i minst 1 måned og ha betalt kontingent. Den stemmeberettigede må være fylt 15 år. Medlemskap i Elnesvågen turnforening kan opphøre ved utmelding, stryking eller eksklusjon. Har du fått plass i turnforeningen, har du plass fram til du sier opp plassen din. Du trenger derfor ikke å søke om nytt opptak til neste sesong.

Fritidskassen er en støtteordning der en på en enkel måte kan søke om penger slik at alle barn og unge mellom 0-24 år skal få delta i organiserte fritidsaktiviteter.

Ta kontakt med oss på e-post elnesvaagenturnforening@gmail.com dersom du ønsker å benytte deg av denne støtteordningen.

Alle medlemmer må registreres i Elnesvågen turnforening gjennom <https://www.minidrett.no/>

Ta kontakt med styret dersom du trenger hjelp til dette.

TRENINGER

Vi ønsker beskjed så tidlig som mulig om gymnasten kommer på trening eller ikke. Dette for å planlegge treningene best mulig. Gi også beskjed til trenerne om det er noen spesielle hensyn ifht. ditt barn.

Vi ønsker at barn fra 4-8 år skal ha med en voksen.

Pass på at tilskuere eller gymnaster som venter på sin trening ikke løper på utstyret under treningene/pausene. Vi minner også om at sko skal plasseres på tribunen i Frænahallen/Eidehallen og i skohyllen i Brynhallen.



Infoskriv 2026/2027

FRAVÆR

Fravær skal meldes gjennom appen Spond. Her skal alle medlemmer registrere om de kommer på trening, og ved fravær skal det legges med en kommentar om grunn for fravær. Når en trykker "Avslå" på treningen via SPOND, ønsker vi at det blir lagt igjen en kommentar som sier noe om årsak til fravær (f.eks syk, bursdag etc.). Hvis en gymnast er borte fra trening mer enn 3 ganger på rad (uten dokumentert fravær) går plassen til førstemann på ventelisten.

TRENINGSTØY

Alle våre gymnaster skal stille på trening i treningsklær. Alle typer treningsklær er greit, men vi ser helst at de er så tettsittende som mulig, og de må være dekkende (du kan ikke trene i feks. kun sportsbh eller korte topper) pga. sikkerhet. Når trenerne skal "inn å sikre" gymnastene, er det viktig at de får tak i gymnasten og at store klær ikke kommer i veien. Hettegenser og store tyllskjørt el. er ikke tillatt på trening. Har du langt hår må du bruke hårstrikk, og hestehalen må flettes eller settes opp i en topp, slik at trenerne ikke lugger gymnastene eller de setter seg fast i utstyret. Smykker, klokke, øredobber, ringer el. må tas av før trening. Har du nylig tatt hull i ørene kan du snakke med trener om dette. Vi ser helst at gymnastene våre turner barbeint pga. sklifare (turnsko er også greit).

Vi bruker ullsokker og genser/jakke uten hette under oppvarmingen for å holde oss varme.

KLUBBKLÆR/TURNDRAKT

Foreningen har egen kolleksjon av Puma-klær til bruk på trening og konkurranser. Denne får du kjøpt på Intersport Elnesvågen, og det er mulighet for å få trykt navn på gymnasten på klærne. Våre sponsorer er representert på klærne med reklame.

Last ned Intersport-appen og legg til Elnesvågen turnforening som din klubb. Koden vår er: TURN23. Ved bruk av appen får dere disse fordelene:

- **20% på Puma klær til medlemmer**
- Kickback til vår klubb (du handler og Puma sponser oss etter hvor mye som handles)
- Dere vil også bli invitert på klubb dager på Intersport med rabatter.

Vi har turndrakter til salgs i Frænahallen. Dette er Elnesvågen turnforening sin offisielle konkurranse- og oppvisningsdrakt. Denne drakten er spesialdesignet og sydd for Elnesvågen turnforening og skal ikke brukes i konkurranser/oppvisninger utenfor foreningen. Det er svært viktig å følge vaskeanvisningen på draktene, da de kun kan håndvaskes separat på vrangen og ikke kan ligge i bløt, blant annet for å bevare glansen. Draktene selges til selvkost fra turnforeningen.

Elnesvågen turnforening har et eget strikkemønster på ullsokker til bruk ved oppvarming. Ta kontakt om du ønsker mønsteret.

ARRANGEMENT

Vi er en aktiv forening som gjennomfører flere ulike arrangement i løpet av året. For eksempel har vi et eget klubbstevne, Omya Spretten, som gjennomføres i oktober. Her får alle gymnaster som ønsker det mulighet til å vise frem det de har lært. I tillegg har vi vårt tradisjonelle juleshow i desember. Vi arrangerer også Halloweendisco og har karnevaltrening.

Våren 2027 skal vi delta på barnekretsturnstevne i Møre og Romsdal, og denne gangen blir det i Kristiansund. Her møtes turnforeningene til en helg fylt av turn og moro. Vi setter opp ekstra treninger i forkant og øver inn et konkurransenummer som fremføres under stevnet. Gymnaster fra 1. klasse og oppover kan delta på stevnedansen.

Informasjon om arrangementene blir lagt ut i Spond i god tid.

Besøksadresse: Frænahallen, Bøen 22 6440 Elnesvågen
Orgnr. 995 238 594

www.elinesvaagenturn.no
kontonr. 3905.24.76333

Grunnlaget legges i gym og turn!
Vipps nr: - [128147](https://vipp.no/128147)



Infoskriv 2026/2027

DUGNAD

Det kreves mye for å drive en turnforening. Vi oppfordrer foreldre/foresatte til å bidra der de ser det trengs både før, under og etter trening, samt på arrangementer vi gjennomfører. Vi ber om at foresatte til gymnastene på dagens første trening møter 15 minutter før for å hjelpe til med å ta ut utstyr, og at foresatte til gymnastene på dagens siste trening hjelper til med å rydde inn utstyret.

I løpet av sesongen er det lagt opp til at alle våre gymnaster med foresatte skal gjennomføre litt dugnadsarbeid, slik som loddsalg og hjelp under arrangement. Vi har komiteer som skal hjelpe til med driften av foreningen - arrangementskomité, sportslig utvalg, dugnadskomité og marked- og kommunikasjonskomité. Foresatte som er med i slike utvalg er fritatt fra arrangementrelaterte oppgaver som kioskvakt, baking og rigging/opprydding.

FOTOGRAFERING OG BRUK AV BILDER

Vi lever i en tid der fotografering og publisering av bilder er svært vanlig og viktig for kommunikasjon og uttrykk. Mange utøvere opplever glede og stolthet over denne oppmerksomheten, noe som bidrar til motivasjon og styrker klubbmiljøet. Samtidig er det viktig å respektere barn, ungdom og voksnes integritet og rett til personvern.

Det er en god skikk å alltid spørre om lov før bildet tas. Hovedregelen er at det alltid skal innhentes samtykke fra alle som lett kan identifiseres på bildene før de publiseres. Dersom de som er avbildet er under 18 år må samtykke hentes inn både av barnet selv og foresatte.

STØTTEMEDLEMMER

Vi oppfordrer foresatte til å registrere seg som støttemedlem via <https://www.minidrett.no/>.

Medlemskontingenten går i sin helhet til turnforeningens arbeid, og gir deg stemmerett ved årsmøtet.

ANGRERETT

Nye medlemmer i Elnesvågen turnforening har tre gratis prøvetimer. Dersom du ønsker å fortsette i turnforeningen ber du om å bli lagt til i SPOND-gruppen og du vil i den forbindelse bli fakturert medlemskontingent og treningsavgift.

UTMELDING

Utmelding skal skje ved å sende melding på SPOND til gruppeadministrator på fellesgruppen til Michelle Hustad.

Hvis du ønsker å avslutte ditt medlemskap i Elnesvågen turnforening ved semesterslutt (høst), må du melde fra skriftlig innen **15. november**.

Dersom du melder deg ut senest 15. november, vil du ikke få faktura for vårsemesteret.

Dersom du melder deg ut etter 15. november, må treningsavgiften for vårsemesteret betales i sin helhet.

Utmeldingsfrist dersom du ønsker å avslutte medlemskapet ditt etter sesongens slutt er **15. juni** hvert år.

Dersom du ikke melder deg ut innen **15. juni**, vil du bli fakturert for neste sesong.

Ved langvarig sykdom eller skade som medfører fravær resten av semesteret, godtas vanligvis utmelding etter avtale i hvert enkelt tilfelle mot fremleggelse av sykmelding og/eller legeerklæring. Treningsavgiften kan da bli refundert helt eller delvis etter skriftlig avtale mellom medlem og styret. Medlemskontingenten refunderes ikke.

KONTAKTINFO

Vi tar gjerne imot både konstruktiv kritikk og ros angående gjennomføring av trening og andre aktuelle tema. Ta kontakt med ansvarlig trener muntlig før eller etter trening, eller kontaktpersoner (se under). Vi ønsker minst mulig forstyrrelser under treningene.

Besøksadresse: Frænahallen, Bøen 22 6440 Elnesvågen
Orgnr. 995 238 594

www.elnesvaagenturn.no
kontonr. 3905.24.76333

Grunnlaget legges i gym og turn!
Vipps nr: - [128147](https://vipp.no/128147)



Infoskriv 2026/2027

Vi jobber hele tiden med å forbedre oss og for å gi gymnastene våre et best mulig tilbud uansett nivå. Det skal være både lærerikt og kjekt å være gymnast i Elnesvågen turn!

Barneidrettsansvarlig:Christabell Finseth

Tlf: 90362047

Kort om Barneidrettsansvarlig: Sikre at barneidrettsperspektivet blir ivaretatt i klubbens drift og arrangement, sørge for et mangfoldig aktivitetstilbud med variasjon og sikre bred deltakelse med lave kostnader.

Turnforeningens formål er å drive idrett organisert i Norges Idrettsforbund og Olympiske Komité (NIF). Arbeidet skal preges av frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd. All idrettslig aktivitet skal bygges på grunnverdier som idrettsglede, fellesskap, helse og ærlighet.

Hovedtrener:June Viel Elnes

Tlf: 40609123

Elnesvaagenturn.trenere@gmail.com

Styret består av:

Styreleder Linn Antonie Nerlandsrem

Nestleder Michelle Hustad

Kasserer Jenny Versloot Bergem

Styremedlemmer Malin Kleppen, Marita Nøsavik, Sølvi Egge og Gerd Anne Gammelsæter

Varamedlem Torunn Skotheim

Styret kan kontaktes på: elnesvaagenturnforening@gmail.com eller i Spond.

Trenerkoordinator og/eller representant fra styret er tilstede i Frænahallen onsdager mellom kl 17.00 - 20.30.

*Sportslig hilsen
Elnesvågen turnforening*



Besøksadresse: Frænahallen, Bøen 22 6440 Elnesvågen
Orgnr. 995 238 594

www.elnesvaagenturn.no
kontonr. 3905.24.76333

Grunnlaget legges i gym og turn!
Vipps nr: - [128147](https://vipp.no/128147)