



Kristiansunds turnforening

Byens eldste idrettslag – stiftet 29. mai 1891

Epost: ktfturn@hotmail.com • Adresse: Postboks 408, 6501 Kristiansund • Hjemmeside: turn.kristiansund.com

Velkommen til juleshow, søndag 11. desember!

Dato: **Søndag 11. desember 2022**
Tid: **Kl. 11:30-13:40 (dørene åpner 11.00)**
Sted: **Braatthallen**

Barn: **50 kr** (fra og med 6 år)
Voksen: **150 kr** (fra og med 16 år)

Det er mulig å betale med vipps og kontanter.

Showplan

1. Innmarsj med elektriske lucialys (Gymnastene må ha med seg eget lys)
2. **Foreldre og barn-partiene**
3. **Konk.** – To gymnaster
4. **1.-2. kl. jenter, tors.**
5. **Konk.** – To gymnaster
6. **Ungdomspartiet Apparatturn**
7. **Konk.** – To gymnaster
8. **4.-8. kl. gutter, man.**
9. **Konk.** – To gymnaster
10. **Akroteam**
11. **Konk.** – To gymnaster
12. **3.-4. kl. gutter, man.**

35 min pause

13. **2.-3. kl. jenter, ons.**
14. **1.-3. kl. gutter, tors.**
15. **Konk.** – Tre gymnaster
16. **4.-5. kl. jenter, tors.**
17. **Troppsturn**
18. **Konk.** – Tre gymnaster
19. **1.-2. kl. jenter, man.**
20. **3.-6. kl. jenter, man.**
21. **2.-4. kl. jenter, tors.**
22. **Ungdomspartiet Fritt**
23. **Konkurranspartiet**

Under finner dere oversikt over: Arbeidsfordeling, kostymer og øvingsplan.

Arbeidsfordeling

For å få til et best mulig arrangement er vi avhengig av at foreldre, gymnaster og trenere hjelper til med sine utdelte oppgaver! På forhånd tusen takk til alle sammen!

- Alle gymnaster fra 5. klasse og eldre må være med å rydde apparater, matter og kasser etter showet. Om alle hjelper til går det fort. :)

Parti:	Arbeidsoppgaver:
4.-8. kl. gutter, man.	Hjelpe til med klargjøring av apparater, kiosk og klubbklær. Vakt fra 08:00-08:45. - Og ta med noe godt til kiosken i juletema.
Christina I. og Konkurranspartiet - Velg vakt i Spoortzappen	Hovedansvar for kiosken: Vakt 1 fra 08:00-11:00: Utsett og salg – 6 stykk Vakt 2 fra 10:45-13:00: Salg – 4 stykk Vakt 3 fra 12.30-14.45: Salg og rydding – 6 stykk - Og ta med vanlige grillpølser og pølsebrød.
Akroteam - Velg vakt i Spoortzappen	Salg av klubbklær: Vakt 1 fra 09:00-11:30: Utsett og salg – 2 stykk Vakt 2 fra 11:00-13:00: Salg – 2 stykk Vakt 3 fra 12:30-14:30: Salg og rydding – 2 stykk - Og ta med ei kake eller vanlige grillpølser og pølsebrød.
Troppsturn	Salg av inngangsbilletter: Vakt fra 10:30-13:10: Utsett, salg og rydding - Og ta med gjærbakst, eple- eller gulrotkake.
1.-2. kl. man. og tors. og 1.-3. kl. gutter	Stå i kiosken til slutten av pausa: Vakt fra 10:30 til slutten av pausa, ca. 12:55. - Og ta med ei kake, gjærbakst eller smurte rundstykker.
2.-4. kl. jenter, tors.	Stå i kiosken fra starten av pausa til slutten av showet: Vakt fra 12:15 til 13:45 - Og ta med vanlige grillpølser og pølsebrød, gjærbakst eller oppskjært frukt i beger.
4.-5. kl., tors.	Hovedansvarlig for rydding av kiosken etter showet: Vakt fra 13:15-14:45. - Og ta med noe spiselig i jule-tema til kiosken.
Ungdomsp., App. tors. og Ungdomsp., Fritt, ons.	Hjelp til i kiosken under pausa: Vakt fra 12:15-13:00 i kiosken. - Og ta med oppskjært frukt i beger eller gjærbakst.
2.-3. kl. jenter. ons. og 3.-4. kl. gutter, man.	Bossplukking av hall og tribunene etter showet: Vakt fra 13:40-14:45 - Og ta med ei eplekake, gulrotkake, pavlova eller gjærbakst.
3.-6. kl. jenter, man.	Rydding av garderobene og gangene etter showet: Vakt fra 13:40-14:45 - Og ta med vanlige grillpølser og pølsebrød eller gjærbakst.
Foreldre og barn-partiene	- Ta med ferdig kakao eller gløgg på kaffekanne/termos (må merkes tydelig), skolebrød eller muffins.
Christian, Sivert, Leander mfl.	Ansvarlig for flytting av turnutstyret under øving og show. Vakt fra 10:00-13:40

- Det holder med et bidrag til kiosken per familie. Lag gjerne noe ekstra kult i jule-tema.
- Flott om noen tar med allergivennlig mat, merk det godt før levering.
- Husk merking med navn av serveringsfat, kakespader og kaffekanner/termoser.

Kostymer

Parti:	Detaljer for hvert parti:
ALLE GYMNASTER	Ta med et elektriske lucialys (merket med navn) til innmarsj
Foreldre og barn:	«Julestemningen» med Barnelatter, vintersne Svart bukse og rød eller grønn overdel. Jentene kan ha musefletter.
1.-2. kl. jenter, man.:	«På låven sitter nissen» fra Barnesanger av Barnas beste Mus etter egen fantasi. Morsomt med noe sminke.
1.-2. kl. jenter, tors.:	«Spikke-Sage-Lime-Banke» med Putti Plutti Pott Låvenisser, gjerne som ligner på Putti Plutti Pott. Fletter og fregner, ullgenser, svart skjørt og svart tights/stillongs. Rekvisitt: En sleiv eller kjevle eller hvis noen har pøseklype i tre (som kan ligne på en saks).
1.-3. kl. gutter, tors.:	“You make me feel like Christmas” med Gwen Stefani Julegenser og valgfri underdel.
2.-3. kl. jenter, ons.:	«Engler i sne» av eMMA En gruppe julekuler og en gruppe snøflak. Gymnastene bør ha kontroll på hva de selv er. Snøflak-gruppen: Svart shorts, hvit overdel og julenisselue, de kan ha snøflak sminket på kinnene. Håret i ei flette. Julekule-gruppen: Svart shorts og rød eller grønn overdel, evt. fregner i fjeset. Håret satt opp i høy hestehale.
2.-4. kl. jenter, tors.:	«Julis’s glade sang» og «Sov i ro» fra Snøfall med Henrik Skram og Kringkastingsorkesteret Alle barna skal være pyntet til julefest. Ta på noe fint, gjerne en julekjole med svart tykkstrømebukse og evt. en svart shorts under. Man bør ta en kontroll for å sjekke om man får til å turne i klærne. Håret satt opp til fest.
3.-4. kl. gutter, man.:	«Feliz Navidad» (Trap Remix) Grå eller svart genser og shorts (matchende) og caps.
4.-5. kl. jenter, tors.:	«Juletragedien» med Erik Follestad og Linni Meister Grinchen etter egen fantasi. Morsomt med noe grønn sminke i ansiktet.
3.-6. kl. jenter, tirs.:	«Cruisin for å Bruizin» fra Teen Beach Movie Nissemor, nissefar, rampenisser og barn. 3 rampenisser etter egen fantasi. – De som er dette vet det selv. Resten av gymnastene - Barn pyntet til julefest/noe pent. Man bør ta en kontroll for å sjekke om man får til å turne i klærne. Håret i to musefletter.
4.-8. kl. gutter, man.:	«Hey ho» med Freddie Kalaas Svart shorts/bukse og fargerik overdel. Gavepapir, tape og saks. Guttene skal pakkes inn.
Akroteam:	«Stjernestøv» av Aurora Gymnastene skal ha på seg parti-drakten, svart tights og string-lights (disse lysene fikser trenerne). Håret i to fletter som går inn til to lave hestehaler.
Ungdomsp. App., tors.:	«La La Song» from «The Smurf’s» og «Stayin Alive» med Bee Gees Smurfer. Gymnastene skal ha på seg hvit bukse, blå genser og nisselue. Håret satt opp i lav hestehale. Morsomt med noe blå sminke i ansiktet.
Ungdomsp. Fritt, ons.:	«Happy» av Pharrell Williams Gymnastene skal kle seg ut som minions.
Troppsturn:	Svart tights/bukse og hvit t-skjorte. Langt hår i høy hestehale.
Konkurransепartiet:	Egen beskjed

Tids- og øvingsplan

Når:	Hva:																																																
08.00:	- Rigging av hallen, bord til kiosk, klubbklær og inngang																																																
Øvingsplan 07:53-11:25:	<ul style="list-style-type: none"> - Alle gymnaster møter opp minst 10 minutter før sin oppvarming. Send med niste etter behov. - Gymnastene kan ta pause med foreldre etter øving om man har kontroll på kostyme og show. - Alle gymnaster må være tilbake i hallen fra 11.00. - Alle trenere må hjelpe til på sine parti. <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">Parti</th> <th style="text-align: center;">Oppvarmingstid og hovedansvarlig for partiet</th> <th style="text-align: center;">Øving på matta</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Ungdomsp. App.</td> <td>07:53-08:13 – Karoline F.</td> <td>08:13-08:26</td> </tr> <tr> <td>Akroteam</td> <td>08:06-08:26 – Karoline V. K</td> <td>08:26-08:39</td> </tr> <tr> <td>Troppsturn</td> <td>08:19-08:39 – Christian</td> <td>08:39-08:52</td> </tr> <tr> <td>4.-8. kl. gutter</td> <td>08:32-08:52 – Sondre</td> <td>08:52-09:05</td> </tr> <tr> <td>4.-5. kl.</td> <td>08:45-09:05 – Christine G.</td> <td>09:05-09:18</td> </tr> <tr> <td>3.-4. kl. gutter</td> <td>08:58-09:18 – Emma</td> <td>09:18-09:31</td> </tr> <tr> <td>Ungdomsp. Fritt</td> <td>09:11-09:31 – Lillian</td> <td>09:31-09:44</td> </tr> <tr> <td>1.-2. kl. tors.</td> <td>09:24-09:44 – Eirin</td> <td>09:44-09:57</td> </tr> <tr> <td>3.-6. kl.</td> <td>09:37-09:57 – Hermela</td> <td>09:57-10:10</td> </tr> <tr> <td>1.-3. kl. gutter</td> <td>09:50-10:10 – Thomas</td> <td>10:10-10:23</td> </tr> <tr> <td>2.-4. kl.</td> <td>10:03-10:23 – Eline</td> <td>10:23-10:36</td> </tr> <tr> <td>2.-3. kl.</td> <td>10:16-10:36 – Lone</td> <td>10:36-10:49</td> </tr> <tr> <td>1.-2. kl. man</td> <td>10:29-10:49 – Frida</td> <td>10:49-11:02</td> </tr> <tr> <td>F. og barn</td> <td>10:42-11:02 – Hilde</td> <td>11:02-11:15</td> </tr> <tr> <td>Konkurranssep.</td> <td>10:15-11:02, Oppvarming og i de andre apparatene –Siri og Miriam</td> <td>11:15-11:25</td> </tr> </tbody> </table>	Parti	Oppvarmingstid og hovedansvarlig for partiet	Øving på matta	Ungdomsp. App.	07:53-08:13 – Karoline F.	08:13-08:26	Akroteam	08:06-08:26 – Karoline V. K	08:26-08:39	Troppsturn	08:19-08:39 – Christian	08:39-08:52	4.-8. kl. gutter	08:32-08:52 – Sondre	08:52-09:05	4.-5. kl.	08:45-09:05 – Christine G.	09:05-09:18	3.-4. kl. gutter	08:58-09:18 – Emma	09:18-09:31	Ungdomsp. Fritt	09:11-09:31 – Lillian	09:31-09:44	1.-2. kl. tors.	09:24-09:44 – Eirin	09:44-09:57	3.-6. kl.	09:37-09:57 – Hermela	09:57-10:10	1.-3. kl. gutter	09:50-10:10 – Thomas	10:10-10:23	2.-4. kl.	10:03-10:23 – Eline	10:23-10:36	2.-3. kl.	10:16-10:36 – Lone	10:36-10:49	1.-2. kl. man	10:29-10:49 – Frida	10:49-11:02	F. og barn	10:42-11:02 – Hilde	11:02-11:15	Konkurranssep.	10:15-11:02, Oppvarming og i de andre apparatene – Siri og Miriam	11:15-11:25
Parti	Oppvarmingstid og hovedansvarlig for partiet	Øving på matta																																															
Ungdomsp. App.	07:53-08:13 – Karoline F.	08:13-08:26																																															
Akroteam	08:06-08:26 – Karoline V. K	08:26-08:39																																															
Troppsturn	08:19-08:39 – Christian	08:39-08:52																																															
4.-8. kl. gutter	08:32-08:52 – Sondre	08:52-09:05																																															
4.-5. kl.	08:45-09:05 – Christine G.	09:05-09:18																																															
3.-4. kl. gutter	08:58-09:18 – Emma	09:18-09:31																																															
Ungdomsp. Fritt	09:11-09:31 – Lillian	09:31-09:44																																															
1.-2. kl. tors.	09:24-09:44 – Eirin	09:44-09:57																																															
3.-6. kl.	09:37-09:57 – Hermela	09:57-10:10																																															
1.-3. kl. gutter	09:50-10:10 – Thomas	10:10-10:23																																															
2.-4. kl.	10:03-10:23 – Eline	10:23-10:36																																															
2.-3. kl.	10:16-10:36 – Lone	10:36-10:49																																															
1.-2. kl. man	10:29-10:49 – Frida	10:49-11:02																																															
F. og barn	10:42-11:02 – Hilde	11:02-11:15																																															
Konkurranssep.	10:15-11:02, Oppvarming og i de andre apparatene – Siri og Miriam	11:15-11:25																																															
11.00:	Dørene åpner for publikum																																																
11.20:	Oppstilling bak tribunen for innmarsj																																																
11.30-13.40:	Juleshow																																																
13.40-14.45:	Rydding av turnhallen, tribuner, garderober, klubbklær og kiosk																																																

Vi gleder oss! :)

Hilsen Kristiansunds Turnforening