



Kristiansunds turnforening

Byens eldste idrettslag – stiftet 29. mai 1891

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

Juleshow 2016



3. desember er det igjen klart for et spektakulært juleshow med Kristiansunds turnforening. I år skal vi ringe jula inn med et show preget av den olympiske ånd.

Det vil bli salg av kaffe, kaker, pølser og adventskalendere, og familie og venner er hjertelig velkommen!

Juleshowet starter kl. 15:00 og dørene åpner kl. 14:30.

(Vi forventer at showet varer i ca. 2 timer.)

Barn: 50 kroner (Opp til 16 år)

Voksen: 150 kr (Vi tar kun mCASH og kontanter)



Lengre ned i dokumentet finner dere samlet informasjon om partienes arbeidsoppgaver, oppmøtetidspunkt og kostymer.

Med vennlig hilsen Kristiansunds turnforening

Juleshow 2016

Arbeidsfordeling for foreldre:

Parti/Klasse	Arbeidsoppgaver
Gymlek 5 år	<ul style="list-style-type: none"> - Bak ei kake og ta med ei kanne fylt med kaffe. - En foresatt eller et søsken følger gymnasten fra 14:05.
1. klasse, jenter	<ul style="list-style-type: none"> - Bak ei kake og ta med ei kanne fylt med kaffe. - For de gymnastene som trenger ei hand å holde i under søndagen; når gymnastene ikke er på matta er det supert om en foresatt eller et søsken kan følge gymnasten.
2. klasse, jenter 7. klasse, jenter 8. klasse, jenter	<ul style="list-style-type: none"> - Bak ei kake og ta med ei kanne fylt med kaffe.
3. klasse, jenter 4. klasse, jenter 5. klasse, jenter 6. klasse, jenter	<ul style="list-style-type: none"> - Stå i kaféen fra 14.00 til slutten av pausen. eller - Stå i kaféen fra starten av pausen til slutten av showet, samt opprydding av kaféen etter showet (til ca. 18.00). <p>Vi ønsker tilbakemelding fra alle som skal stå i kaféen: Send navn, parti og når du kan hjelpe til på mail til: bentemoest@hotmail.com</p> <p><i>(Om man ikke har sjanse i havet til å stå i kafeen: Bak ei kake og ta med ei kanne fylt med kaffe.)</i></p>
1.-7. klasse, gutter	<ul style="list-style-type: none"> - Ta med pølser og pølsebrød. - Bossplukking og rydding av tribuner, kafé og alle garderobene etter showet (ca. 17.00-18.00.) Vaktmester forklarer hvor søppelet skal plasseres.
Ungdomspartiet Show og opp. Storetropp Akrobatikk 4.-7. kl. Ekstra Basis	<ul style="list-style-type: none"> - Utsett av apparater, fredag 19.00 og rydding av apparater lørdag ca. 17.00. - Salg av evt. adventskalendere man ikke har fått solgt ut, for de som har dette. - (Ta med pølser og pølsebrød eller bak ei kake, om man også har mulighet til dette).
Konkurransепartiene	<ul style="list-style-type: none"> - Speaker og mCASH (Morten) - Kiosksjefer (Bente, Camilla, Silje, Gjertrud) + skaffe dere 2 til fra konk. - Pengeskrin og vekslepenger (Arve) - Salg av inngangsbilletter, oppmøte 14.00 (Berit og Yngve) + skaff dere 2 til fra konk. - Apparatflytting under showet (Paul André og Thomas-Gunnar: Må være med under øvingene på lørdagen for å gjøre seg kjent med apparatoppsettene. Kan være lurt å tegne en tegning til hvert parti). - Utsett av apparater, fredag 19.00 og rydding av apparater lørdag ca. 17.00 (Alle fra konk. som IKKE er med på noen av de andre oppgavene.) - Alle gymnaster - Salg av evt. adventskalendere man ikke har fått solgt ut.
Trenere	<ul style="list-style-type: none"> - Utsett av apparater, fredag 19.00 og rydding av apparater lørdag ca. 17.00 (Alle trenere.) - Apparatflytting under showet (Marius, Arve, Christian og Henning). - Musikkansvarlig: Anne Marte. Alle hovedtrenerne må sende inn musikken sin til kftturn@hotmail.com innen lørdag 26. november. - Ansvar for å henge opp partilapper til de forskjellige garderobene. (Ingrid og Emma)

	Ansvarlig for partiene under showet, (samt partiets oppvarming og øving før showet): 1.-4. klasse, jenter (Anne Grete og Sara) 5.-8. klasse, jenter (Emilie og Anne Marte) Gymlek 5 år (Christina, Maja og Hannah) 1.-2. klasse, jenter (Christiane og Julia) 2.-3. klasse, jenter (Kristine, Siv og Emma) 4.-5. klasse, jenter (Trine og Ingvill) 6.-8. klasse, jenter (Trine og Hanne) 1.-4. klasse, gutter (Trude, Cecilie og Henning) 5.-7. klasse, gutter (Phillip) Ungdomspartiet (Christian) Akrobatikk 4.-7. klasse (Karoline) Storetropp (Anne-Eline) Show og oppvisning (Tomine) Konkurransen, jenter (Marion, Tomine og Victoria) Konkurransen, gutter (Øystein)
--	---

- Det holder med en kake per familie, om det er flere gymnaster fra samme familie.

Kostymer:

Parti	Idrett	Kostyme
Gymlek 5 år	Svømming	Kortermet turndrakt eller badedrakt/badetøy (IKKE bikini) (Gjerne badehette, dusjhette eller lignende om man har dette.)
1-2. klasse, jenter	Håndball	Håndballdrakt, evt. rød t-skjorte og valgfri farge på shorts
2.-3. klasse, jenter	Sykling	Gul t-skjorte og svart «sykkelshorts». (Evt. andre praktiske sykkeleffekter (eks. refleksvest).
4.-5. klasse, jenter	Synkronsvømming	Kortermet turndrakt, eller badedrakt (IKKE bikini). Gjerne med en shorts over (ikke dongeri!!) eller en svart tights.
6.-8. klasse, jenter	Rytmask sports gymnastikk	Hvit tights, tutu-skjørt og en rosa singlet. For dere som ikke har tutu skjørt: dere får kjøpt slike på BR-leker, dansebutikken i gågata eller på H&M. Håret: Alle skal ha med egne hårstrikk, klemmer og hårbørste. Vi skal ha håret i en «dott», eller smultring (etter eget behag), gjerne et turnstrikk også om dere har det fra før.
1.-4. klasse, jenter	Åpningsnummer, OL-ringene	Svart shorts, rød, gul, svart, grønn eller blå t-skjorte. Hver enkelt får beskjed på trening om hvilken farge de skal ha på t-skjorta si.
5.-8. klasse, jenter	Apparatturn, kvinner	Turndrakt, om man ikke har turndrakt: kort shorts og singlet i samme farge. Høy, stram hestehale. Bruk hårspray og klemmer.
1.-7. klasse, gutter	Fotball	Fotballskjorte og fotballshorts, evt. blå/rød t-skjorte og svart/hvit shorts.
Ungdomspartiet	Trampoline	Svart tights og svart singlet

Akrobatikk, 4.-7. klasse	Fekting	Hvit pologenser, hvit tights og svart sminkedetaljer i ansiktet. Mer informasjon gis i facebookgruppen: Akrobatikk KTF
Storetropp	Seiling	Svart tights og blå- og hvit-stripet overdel.
Show og oppvisning	Boksing	Fikser selv.
Aspirant og rekrutt	Tae Kwon Do	En hvit, litt stor t-skjorte og svart turnshorts.
Konkurransen, gutter	Apparatturn, menn	Egen beskjed på trening.

Tidsplan:

Fredag 19.00:	<ul style="list-style-type: none"> - Apparatutsett i hallen (frittstående gulv, tumbling, herreskranke, bom og hest) - Fiksing av bord til kafé - Plassering av tidsplan og lapper til garderobene. 																																																	
Lørdag Øvingsplan:	<ul style="list-style-type: none"> - Alle gymnaster møter opp 10 minutter før sin oppvarming. Gymnastene legger fra seg tingene sine i tildelt garderobe, og møter deretter til oppvarming. Send med niste etter behov, og ta gjerne gymnastene med ut av hallen for ei pause når de er ferdig med sin øving. - Alle gymnastene må være i hallen fra 14.15, ferdig skiftet og sminket, så man er tilgjengelig om trenerne har noen siste forberedelser. <p>Øvingsplan:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Parti</th> <th>Oppvarming</th> <th>Øving på frittstående gulvet</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Show og oppvisning</td> <td>10.30 – 10.45</td> <td>10.45 – 11.00</td> </tr> <tr> <td>Storetropp</td> <td>10.45 – 11.00</td> <td>11.00 – 11.15</td> </tr> <tr> <td>Konk. jenter og gutter</td> <td>11.00 – 11.15</td> <td>11.15 – 11.30</td> </tr> <tr> <td>Aspirant og rekrutt</td> <td>11.15 – 11.30</td> <td>11.30 – 11.45</td> </tr> <tr> <td>Akrobatikk, 4.-7. klasse</td> <td>11.30 – 11.45</td> <td>11.45 – 12.00</td> </tr> <tr> <td>6.-8. klasse, jenter</td> <td>11.45 – 12.00</td> <td>12.00 – 12.15</td> </tr> <tr> <td>5.-8. klasse, jenter</td> <td>12.00 – 12.15</td> <td>12.15 – 12.30</td> </tr> <tr> <td>4.-5. klasse, jenter</td> <td>12.15 – 12.30</td> <td>12.30 – 12.45</td> </tr> <tr> <td>2.-3. klasse, jenter</td> <td>12.30 – 12.45</td> <td>12.45 – 13.00</td> </tr> <tr> <td>1.-4. klasse, jenter</td> <td>12.45 – 13.00</td> <td>13.00 – 13.15</td> </tr> <tr> <td>1.-2. klasse, jenter</td> <td>13.00 – 13.15</td> <td>13.15 – 13.30</td> </tr> <tr> <td>Ungdomspartiet</td> <td>13.15 – 13.30</td> <td>13.30 – 13.45</td> </tr> <tr> <td>1.-4. klasse, gutter</td> <td>13.30 – 13.45</td> <td>13.45 – 14.00</td> </tr> <tr> <td>5.-7. klasse, gutter</td> <td>13.45 – 14.00</td> <td>14.00 – 14.15</td> </tr> <tr> <td>Gymlek:</td> <td></td> <td>14.15 – 14.30</td> </tr> </tbody> </table>		Parti	Oppvarming	Øving på frittstående gulvet	Show og oppvisning	10.30 – 10.45	10.45 – 11.00	Storetropp	10.45 – 11.00	11.00 – 11.15	Konk. jenter og gutter	11.00 – 11.15	11.15 – 11.30	Aspirant og rekrutt	11.15 – 11.30	11.30 – 11.45	Akrobatikk, 4.-7. klasse	11.30 – 11.45	11.45 – 12.00	6.-8. klasse, jenter	11.45 – 12.00	12.00 – 12.15	5.-8. klasse, jenter	12.00 – 12.15	12.15 – 12.30	4.-5. klasse, jenter	12.15 – 12.30	12.30 – 12.45	2.-3. klasse, jenter	12.30 – 12.45	12.45 – 13.00	1.-4. klasse, jenter	12.45 – 13.00	13.00 – 13.15	1.-2. klasse, jenter	13.00 – 13.15	13.15 – 13.30	Ungdomspartiet	13.15 – 13.30	13.30 – 13.45	1.-4. klasse, gutter	13.30 – 13.45	13.45 – 14.00	5.-7. klasse, gutter	13.45 – 14.00	14.00 – 14.15	Gymlek:		14.15 – 14.30
Parti	Oppvarming	Øving på frittstående gulvet																																																
Show og oppvisning	10.30 – 10.45	10.45 – 11.00																																																
Storetropp	10.45 – 11.00	11.00 – 11.15																																																
Konk. jenter og gutter	11.00 – 11.15	11.15 – 11.30																																																
Aspirant og rekrutt	11.15 – 11.30	11.30 – 11.45																																																
Akrobatikk, 4.-7. klasse	11.30 – 11.45	11.45 – 12.00																																																
6.-8. klasse, jenter	11.45 – 12.00	12.00 – 12.15																																																
5.-8. klasse, jenter	12.00 – 12.15	12.15 – 12.30																																																
4.-5. klasse, jenter	12.15 – 12.30	12.30 – 12.45																																																
2.-3. klasse, jenter	12.30 – 12.45	12.45 – 13.00																																																
1.-4. klasse, jenter	12.45 – 13.00	13.00 – 13.15																																																
1.-2. klasse, jenter	13.00 – 13.15	13.15 – 13.30																																																
Ungdomspartiet	13.15 – 13.30	13.30 – 13.45																																																
1.-4. klasse, gutter	13.30 – 13.45	13.45 – 14.00																																																
5.-7. klasse, gutter	13.45 – 14.00	14.00 – 14.15																																																
Gymlek:		14.15 – 14.30																																																
14.00:	<ul style="list-style-type: none"> - Kafemedarbeidere møter opp for å ta imot kaker samt gjøre i stand kafeen. - De som skal ta inngangsbilletter møter opp. 																																																	
14.30:	<ul style="list-style-type: none"> - Dørene åpner for publikum. 																																																	
14.55:	<ul style="list-style-type: none"> - Oppstilling under tribunen for innmarsj. 																																																	
15.00-17.00:	<ul style="list-style-type: none"> - Juleshow. 																																																	
17.00-18.00:	<ul style="list-style-type: none"> - Rydding av apparater, tribuner, garderobes og kafé. 																																																	

Alle gymnaster stiller seg opp under tribunen to nummer før det er deres tur på matta.

Showplan

Nummer	Parti
1	Innmarsj
2	1.-4. klasse, jenter
3	Konkurransегymnast – Bom, Maiken Møst
4	Gymlek
5	4.-5. klasse, jenter
6	Ungdomspartiet
7	Konkurransегymnast – Frittstående, Mia Lyftingsmo
8	2.-3. klasse, jenter
9	Akrobatikk, 4.-7. klasse
10	1.-4. klasse, gutter
11	5.-7. klasse, gutter
	<i>Pause, 30 minutter</i>
12	5.-8. klasse, jenter
13	1.-2. klasse, jenter
14	Konkurransегymnast – Frittstående, Sigrіd Aspehaug Kjøl
15	6.-8. klasse, jenter
16	Konkurransе, gutter
17	Konkurransегymnast – Bom, Martine Bjørshol
18	Storetropp
19	Konkurransегymnast – Frittstående, Maiken Møst
20	Aspirant og rekrutt
21	Show og oppvisning

Håper alle kan bidra, så vi får til et best mulig arrangement!

På forhånd tusen takk!

Med vennlig hilsen

Styret i Kristiansunds turnforening