

# Gymnastikläger med Jonna Adlerteg i Eskilstuna den 20-23 juni

## EGF tränarteam och dansskolan Let's Move

EGF's unika tränarteam med bland annat tidigare landslagsgymnaster står för uppvärmning, styrka och planerar upplägg/schema under lägret.

Du som tränare följer dina egna gymnaster på träningarna. Ni kommer även att få dansträning med Let's Move



## Boende

Boende bokas på egen hand:

Vi rekommenderar Vilsta Sporthotell/campingen som ligger precis bredvid gymnastikhallen med fint bad, camping, minigolf, fotbollsplaner, beachvolleyboll och löpspår.

Ni bokar själva boende, säg att ni kommer från EGF om ni bokar på Vilsta Sporthotell så får ni ett förmånligt pris.

I närheten av Vilstaområdet finns en Coop butik där ni kan köpa egen frukost för de som vill hålla nere kostnaderna.

Boka boende så fort som möjligt

Telefonnr: 016-513080

Hemsida: [www.vilstasport hotell.se](http://www.vilstasport hotell.se)

email: [bokning@vilstasport hotell.se](mailto:bokning@vilstasport hotell.se)

[lotta@vilstasport hotell.se](mailto:lotta@vilstasport hotell.se)

## Nivå

Rekommenderad  
nivå:

Steg 4 och uppåt  
samt Region- och  
Rikspokalen



## Lägerkostnad

Kostnad: 2600 kr/gymnast & 1400 kr/tränare.

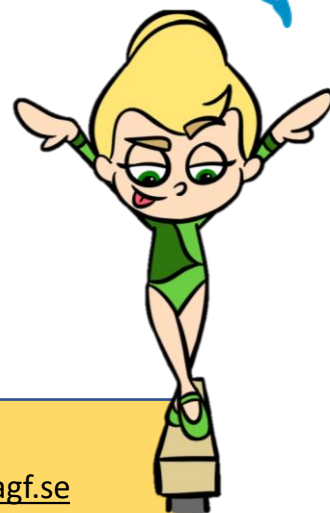
I priset ingår:

- Lunch, mellanmål, middag samt kaffe/te tränare under hela lägret.
- Samtliga träningspass och extra-aktiviteter

## Aktiviteter

Förutom träningarna ingår även:

- ✓ Professionell dansundervisning med Let's Move
- ✓ Inspirationsträff för gymnaster med EGF tidigare och nuvarande landslagsgymnaster
- ✓ Inspiration för tränare med Helena och Sebastian Melander
- ✓ Gympa bio och Gympa Disco
- ✓ Utomhuslek och tillgång till badplats utomhus



## Anmälan

Anmäl senast 30 april 2022 via email [event@eskilstunagf.se](mailto:event@eskilstunagf.se)