



Välkommen till en ny termin med Rödebygymnasterna/Gymmix Rödeby!

Vill du träna med oss under 2021 behöver du betala en terminsavgift (i denna avgift är både träningsavgift och medlemsavgift inkluderad).

Ej betald avgift innebär att du är oförsäkrad på passen!

Inom idrottsrörelsen behandlar vi en mängd personuppgifter. Uppgifterna används till att föra medlemsregister, fördela ekonomiskt stöd och vid tävlingsarrangemang. Personuppgifterna används inte till något annat ändamål än det ovannämnt och sparas enbart under tiden som medlemmen är aktiv. Den information som samlas in finns enbart tillgänglig för de personer som hantera medlemsregistret.

Avgifter se baksida.

Så här betalar du via **BANKGIRO 310-0609**

1. Ange följande uppgifter för att vi ska kunna registrera ditt medlemskap:
Personnummer (10 siffror)
Namn
Adress
2. När din betalning är registrerad kommer du att bli "grönmarkerad" på våra närvarolistor. Behöver du ett kvitto så ordnar våra Fixare på passen det!
Gymmix deltagare kommer att få ett armband som fungerar som "medlemskort".

Så här betalar du via **SWISH, nummer 123 616 19 21**

OBS! Du måste fylla i dina uppgifter på en blankett innan du swishar!

1. Fyll i dina uppgifter på en blankett som du får av en av våra funktionärer/Fixare. Vi behöver personnummer, namn och adress samt mobilnummer du swishar ifrån, för att kunna registrera dig i vårt medlemsregister och för att försäkringen ska gälla.
Endast en medlem per blankett!
2. Ge blanketten till en Fixare och genomför därefter betalningen på din telefon. I meddelanderutan i Swish behöver du **endast fylla i ditt NAMN!**
Visa upp din betalning för Fixaren.

UNDER COVID-19 har Rödebygymnasterna satt förhållningsregler för att följa Folkhälsomyndighetens restriktioner. Vi vill att alla medlemmar respekterar och följer dessa:

- Kom ombytta. Kom i god tid till passet för att minska köbildning
- Håll avstånd till varandra och respektera att alla har olika åsikter/ åtgärder
- Ha en god handhygien, det kommer finnas tvål och handsprit på plats vid passen
- Om du känner dig krasslig eller har familjemedlemmar som är sjuka så kräver vi att ni stannar hemma från passet
- Hjälp oss som förening och dina medmänniskor att följa restriktionerna
- Håll en trevlig ton mot omgivning och funktionärer – vi finns på plats för att du ska få träna men under förutsättningar som vi inte råder över

TACK för er förståelse och välkomna till en ny termin! TACK för att ni håller i och håller ut!

Rödebygymnasterna/Gymmix Rödeby har föreningsavtal med INTERSPORT, Amiralen.

Medlemsdagar från INTERSPORT meddelas på passen.

Medlemsoveraller och övriga föreningskläder kan du även beställa på **INTERSPORT.SE**

Där klickar du på **TEAM** och söker på Rödebygymnasterna eller Gymmix.

Nedan ser du direktlänk till webbshopen: <https://team.intersport.se/rodebygymnasterna>

Koppla gärna ert Svenskospel medlemskap till Rödebygymnasterna och ge poäng till Gräsroten!

VÅRA TRÄNINGSPASS HT 2021

Alla golv- och uteträningar är det drop-in på, välkomna!

Vattenträning är det anmälan till, se hemsida hur anmälan görs.

Begränsat med platser under rådande omständigheter

- Max 45 platser/pass som är i helsal, inomhus
- Max 30 platser/pass som är i halvsal, inomhus
- Max 25 platser/pass till vattenträningen
- Medtag egen matta/underlag samt step-bräda till de pass som kräver det.
- Kom ombytta. Dörrarna öppnas inte förrän 10 minuter innan start

RÖDEBY CENTRUMHUS

Måndag

08.00-09.00 Lätt senior (max 15st)

Ledare: Gun

RÖDEBY SPORRHALL

Måndag

18.15-19.00 MAGE/RYGG, medtag matta (max 30st)

Ledare: Cina

19.00-20.00 MEDEL, medtag matta (max 45st)

Ledare: Joanna

Onsdag

19.30-20.30 MEDEL, medtag matta (max 45st)

Ledare: Annelie

Torsdag

18.00-18.45 MEDELPASS MED STEPBRÄDA,
medtag om möjligt (max 45st)

Ledare: Joanna

Söndag

18.00-19.00 TABATA (max 30st)

Ledare: Maria

19.00-20.00 ZUMBA (max 30st)

Ledare: Elin

19.00-20.00 BOX utgår, eller gör ett uppehåll (max 30st)
Kan komma att ersättas med ett annat pass

Ledare: Peter

Utomhus träning samling vid Dackestugan

Måndag 18.00-19.00 LÖPTRÄNING

Ledare: Tomas H

Utomhus träning samling vid ingången till Rödebysimhall/Sporshall.

Torsdag 19.00-19.45 CROSSTRÄNING, medtag matta

Ledare: Alfred B

RÖDEBY SIMHALL

Tisdag

18.30-19.30 VATTENTABATA

Ledare: Maria/Eva

19.30-20.30 VATTENTRÄNING

Ledare: Maria/Eva

Torsdag

18.30-19.30 VATTENTRÄNING

Ledare: Eva/Maria

19.30-20.30 VATTENTRÄNING

Ledare: Eva/Maria

Barngrupper,
Gympa Kidz (redskap),
Show & Dance,
Parkour,
Truppgymnastik
Alla Kan Gympa

Se vidare information på vår hemsida.
Länkar till anmälan för
Parkour och Truppgymnastik.
Skriftliga anmälan till övrig gympa
på mail:
barnrodebygymnasterna@gmail.com

www.rodebygymnasterna.se

TERMINSAVGIFTER

(Medlemsavgiften är inräknad i
terminsavgiften)

Gymmix golvträning 500kr

Gymmix golvträning 250kr

ungdom t o m 25 år

Vattenträning 800kr

Vattenträning, 400kr

ungdom t o m 25 år

Passiv medlem 50kr

Funktionärer 50kr/termin

Barngymnastik 250 kr

Alla Kan Gympa 250 kr
(funktionsned.)

Gympa Kidz 300 kr

(redskap och Show & Dance)

Parkour 350 kr

Truppgymnastik 600 kr

Passiva (ex. Stor & Liten
förälder) 100 kr

eller någon bara som vill vara
stödmedlem i förening

VI UPPDATERAR LÖPANDE INFORMATION OM PASS OCH FÖRÄNDRINGAR PÅ:

www.rodebygymnasterna.se

Facebook: Rödebygymnasterna

Följ oss och håll utkik!