

GULT ER KULT!

NMF Øst har gleden av å invitere til Gult sommerkurs for drillere!

Her får du bo hjemmefra noen dager og møte mange andre som driller. Du har drillstaven med deg, og her blir det mye øving, trening, aktiviteter og sosiale påfunn, sene kvelder og nye venner. På kurset skal vi jobbe frem mot en kjempestilig kombinert avslutningskonsert og oppvisning!

Kurset går over fire dager, og du bor på Ringerike Folkehøyskole sammen med både drillere og musikanter.

På gult kurs vil du undervises i:

- Grunntrening - oppvarmings, tøying og styrkeøvelser
- Teknikk med kropp og stav
- Drillserier
- Korte drillprogrammer
- Og selvfølgelig: hightricks 😊

Lørdag avslutter vi kurset med en oppvisning for foreldre og søsken!

Undervisningen foregår i gymsal på skolen, og i Hønefoss Arena ca 10 minutters kjøring fra folkehøyskolen. Vi sørger selvfølgelig for transport til og fra hallen med felles buss eller taxi.

Hvem er kurset for?

Gult kurs er for deg som skal begynne i 5. og 6. klasse høsten 2022.

Vi anbefaler at deltakerne er fortrolig med grunnleggende drillteknikk for best utbytte av kurset.

På sommerkurs har vi nasjonal instruktør som er kursansvarlig for undervisningen på dagtid. Etter undervisning sørger kursadministrasjonen for morsomme sosiale aktiviteter og oppfølging av deltakerne utover kvelden.

Det vil være mulig for drillere som går på høyere skoletrinn å delta på kurset, men nedre grense er absolutt.

Om kursstedet

Ringerike Folkehøgskole, Hønefoss

Topp moderne og nylig oppusset skole, like utenfor Hønefoss i gamle Buskerud.

Hønefoss Arena

Kommunens møteplass og storstue for idrett og helse. **Bilder og video:**

Det vil bli tatt bilder og/eller video ved kursene som kan brukes i markedsføringsøyemed og/eller på sosiale media. Vi følger veileder fra Datatilsynet.

Alle deltakere bes fylle ut og signere et Samtykkeskjema, som returneres administrasjonen. Samtykkeskjema vil også bli sendt ut til deltakerne i god tid før kurset.

PÅMELDING

Påmeldingen åpner 1. desember 2021 kl. 10.00! Frist for påmelding er 3. mai.

Påmelding på nettsiden.

Gul Sommerdrill - Ringerike fhs: 22. - 25. juni

Kurspris: 3.800,-

Prisen inkluderer kursavgift, instruktør, kursmateriell, og kost og losji for hele kurset!

All info: musikkorps.no/gul-sommerdrill-2022

