



## Velkommen til en ny sesong med team (B)east!

Til tross for et litt spesielt år så langt grunnet corona, ønsker regionslaget å komme i gang med en ny sesong. Det blir dessverre en annerledes sesong enn tidligere.

**Hvem kan delta:** **Regionslaget i år blir kun for juniorutøvere (født fra 2002 til 2007).**

Dette på grunn av smittevernstiltak i tråd med helsemyndighetenes retningslinjer.

**Grad:** Rødt og sort belte.

**Trening:**

Det er stor usikkerhet knyttet til konkurranser og reiser. Treninger skal vi allikevel klare å holde med reglene som er satt nå og trenerne på regionslaget har allerede planlagt treninger for hele høsten. Vi har også satt oss inn i gjeldende smittevernsregler som finnes her:

<https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/smittevern-for-idrett-covid-19/smitteforebyggende-tiltak#reduisert-kontakt-mellom-personer>

**Tid og sted:**

Uttak til regionslaget blir **2. september kl. 18.00-22.00 på Bjørnsletta flerbrukshall, Åsjordet 3, 0381 Oslo**. Av hensyn til smittevern kan det være at noen får beskjed om å møte til forskjellige tidspunkt denne dagen.

**Påmelding:**

Grunnet corona-situasjonen er vi avhengige av å ha en oversikt over hvor mange som ønsker å delta på uttaket. Vi kommer til å benytte påmeldingslistene for å planlegge uttaket og treningene. Klubbinstruktører må godkjenne og melde på utøvere som er interessert i å delta på regionslaget.

**Instruktører i klubbene som sender utøvere til regionslagsuttaket må derfor melde på utøverne via denne linken:**

<https://forms.gle/xinEQn7wXnRXK4GG6>

**Påmeldingsfristen til regionslagsuttaket er 26. august.**

**Pris:**

Avgiften for deltagelse på regionslaget blir i år per halvår, dette grunnet uforutsigbarheten fremover med tanke på smittevernstiltak. Avgiften er satt til 900 kr per halvår og klubbene vil bli fakturert for utøverne som er med på regionslaget.

**Instruktører:**

Regionslagssamlingene vil ledes av:

Arne Martin Vik	3.dan;	95813348	arne.m.vik@live.no
Lavin Kordu	3.dan;	99290387	lavin@tbgtkd.no
Trine Hammerø	3.dan;	97537434	trinehammero@hotmail.com

Dersom dere lurer på noe i forbindelse med regionslaget eller uttaket, kan dere kontakte en av trenerne på facebook, e-post eller telefon.

**Vel møtt!**

Med vennlig hilsen

Master Per Christian Garnæs, 8. dan

Leder, Region Østlandet