



Välkomna till GCF Uppsala!

Du är nu en av ca 4200 medlemmar i GCF Uppsala och du ska känna dig varmt välkommen!

Vi är en stor förening med både gymnastik och cheerleading samt att vi har verksamhet för både flickor och pojkar. Våra aktiviteter genomförs runt omkring i Uppsalas skolhallar, Knivsta och på Fyrishov. Våra aktiviteter är barngymnastik, artistisk gymnastik, cheerleading, rytmisk gymnastik, truppgymnastik och vuxengymnastik.

På kansliet är vi tre anställda och till vår hjälp har vi ca 200 tränare och 150 hjälptränare som ser till att vår verksamhet fungerar. I styrelsen sitter 7 personer som ser till att styra och leda föreningen.

Våra tränare

De är utbildade enligt Svenska Gymnastikförbundets och Cheerleadingförbundets utbildningsmodell och ser till att vi arbetar för att alla aktiva ska känna sig trygga i hallen.

Grupper i Gymnastik och Cheerleading

I GCF Uppsala börjar vi med barn- och familjegymnastik 2-6 år. Vi har grupper i olika åldrar runt omkring i Uppsala och Knivsta. Från och med 7 år finns nybörjargrupper, fortsättningsgrupper i nästan alla våra verksamheter. Det är fri anmälan via vår hemsida www.gcfuppsala.se. De grupper/lag som är på fortsättningsnivå har önskade förkunskaper för att träningen ska kunna genomföras tryggt och säkert.

Försäkringar och licenser

Alla våra medlemmar har en basförsäkring i samband med anmälan. I de grupper där fria rotationer tränas krävs en träningsförsäkring och när man börjar tävla krävs en tävlingsförsäkring/licens. Den avgiften läggs till utöver terminsavgiften. Tränings- och tävlingslicensförsäkringarna är ett krav från Svenska Gymnastikförbundet och Svenska Cheerleadingförbundet.



Ekonomi

Medlemsavgiften är 100 kr/år och terminsavgiften för att träna 1 timme/vecka är 900 kr därefter ökar kostnaden successivt. Högsta träningsavgiften nås efter 16 timmar och är 3 500 kr.

Utöver terminsavgiften och träning- och tävlingsförsäkring tillkommer kostnader för städavgifter i gymnastikhallen (för de som tränar i gymnastikhallen) och för resa/logi/kost vid tävlingar.

GCF Uppsala