



Invitation til
Regionale Mesterskaber Øst – Hold Trin 4-6
Kvindelig Idrætsgymnastik

Lørdag den 8. juni 2019

og

Søndag den 9. juni 2019

Gymnastikforeningen Gefion - Hvidkildevej 64, 2400 København NV

Gymnastikforeningen Gefion inviterer til en spændende weekend med 29 hold fordelt med 13 hold på trin 4, med 9 hold på Trin 5 og med 7 hold på Trin 6.

Lørdag den 8. juni 2019 afholdes konkurrence for Trin 5 og Trin 6.

Søndag den 9. juni 2019 afholdes konkurrence for Trin 4.

Lørdag

Trin 5

Kl. 08.30	Adgang til hallen
Kl. 09.00	Krops- og redskabsopvarmning.
Kl. 09.00	Dommermøde
Kl. 10.05	Indmarch
Kl. 13.15	Præmieoverrækkelse for Trin 5

Lørdag

Trin 6

Kl. 13.30	Krops- og redskabsopvarmning
Kl. 13.30	Dommermøde og frokost
Kl. 14.35	Indmarch
Kl. 17.30	Præmieoverrækkelse for Trin 6

Søndag

Trin 4

Kl. 09.00	Adgang til hallen
Kl. 09.30	Krops- og redskabsopvarmning
Kl. 09.30	Dommermøde
Kl. 11.05	Indmarch for Trin 4
Kl. 13.30	Præmieoverrækkelse for Trin 4

Ret til ændringer i tidsplan forbeholdes såfremt flere hold tilmeldes.

Musik: Gefion arrangerer musik til gulvøvelserne.

Øvelseskrav: Krav i henhold til Håndbog for Kvindelig Idrætsgymnastik og reglement for trin 4-6 konkurrencer.

Forplejning: Der vil være frugt og vand til gymnasterne under hele konkurrencen.

Sportslige hilsner fra Gefion

