



**GymDanmark**  
Idrætsgymnastik

# Regionale mesterskaber Vest

## Trin 4-6 hold

**Søndag den 23. juni**

**VIK Gymnastik, Hvidkildevej 11, 8240 Risskov**

VIK Gymnastik inviterer hermed til Regionale mesterskaber Vest (hold) for trin 4-6

### **Øvelseskrav**

Krav i henhold til Håndbog for Kvindelig Idrætsgymnastik og reglement for Trin 4-6 konkurrencer.

### **Dommere**

Hver klub skal stille med en dommer per hold.

### **Forplejning**

Der vil være frugt og saft til gymnasterne under hele konkurrencen, lige som der vil være forplejning til dommere under hele konkurrencen. Derudover vil der være mulighed for at købe kaffe, te, saft, boller, sandwich m.m. i cafeen.

### **Program (tiderne er vejledende)**

09:45 – 10:00:	Ankomst
10:00 – 11:00:	Dommermøde og opvarmning Trin 4
11:00 – 13:00:	Indmarch, konkurrence, udmarch og præmieoverrækkelse Trin 4
13:00 – 14:00:	Opvarmning Trin 5 og 6
14:00 – 15:30:	Indmarch, konkurrence, udmarch og præmieoverrækkelse Trin 5 og 6

Bemærk at konkurrencen er delt i to sub divisioner. Konkurrencen i Trin 4 afvikles først. Umiddelbart efter udmarch fra Trin 4 konkurrencen, starter opvarmning til Trin 5 og 6.

### **Spørgsmål**

Spørgsmål til konkurrencen kan rettes til Jesper eller Ole på henholdsvis [lieber007@gmail.com](mailto:lieber007@gmail.com) eller [ole.moerk@dhl.com](mailto:ole.moerk@dhl.com).

Vi glæder os til at byde jeg velkommen i VIK, og ser frem til en god konkurrence. På gensyn

VIK Gymnastik