

**Regionale Mesterskaber VEST 2020****KIG Trin 4 – 6****MIG Trin 1 – 8**

Viborg Gymnastik Forening byder velkommen til Regionale Mesterskaber VEST

**Lørdag den 7. marts 2020****Tidsplan****Bemærk**

Mesterskabsafviklingen for KIG er inddelt i 2 subdivisioner.

Sub 2 starter umiddelbart efter præmieoverrækkelsen i sub 1, så kom i god tid.

**Hallen åbner først kl. 11.15****Sub 1 - KIG Trin 5, MIG Trin 1-8**

10.45	Trænermøde.
11.20	Generel opvarmning + Dommermøde
11.35	Redskabsopvarmning
12.40	Indmarch og konkurrence
15.00	KIG Præmieoverrækkelse (hal 3)
??..??	MIG Præmieoverrækkelse (hal 3)

**Sub 2 - KIG Trin 4+6**

15.00	Generel opvarmning
15.15	Redskabsopvarmning
16.20	Indmarch og konkurrence
18.30	Præmieoverrækkelse (hal 3)

<b>Sted:</b>	Viborg Gymnastik Forening Sct. Laurentii vej 22a, 8800 Viborg
<b>Forplejning:</b>	Der vil være frugt og vand til gymnasterne under hele konkurrencen. Derudover vil der være mulighed for at købe diverse sandwich, kage, kaffe/the mv. under konkurrencen.
<b>Dommere:</b>	<b>KIG</b> - Hver klub stiller med dommere jf. GymDanmarks regler. <b>MIG</b> - Jf. GymDanmarks regler for MIG.
<b>Øvelseskrav:</b>	<b>KIG</b> - Krav i henhold til aktuel Håndbog for Kvindelig Idrætsgymnastik og reglement for det danske trinsystem. <b>MIG</b> - Krav i henhold til Mandlig Idrætsgymnastik og reglement for det danske trinsystem
<b>Kontaktperson:</b>	<b>KIG</b> - Pia Jakobsen, <a href="mailto:hypermaster@hotmail.com">hypermaster@hotmail.com</a> , tlf. 25 34 62 09 <b>MIG</b> - Lotte Jacobsen, <a href="mailto:lgjo@godmail.dk">lgjo@godmail.dk</a> , tlf. 24 80 17 53

**Vi ses**