

JM FM RSG den 3 april 2022

Start kl. 11,30 Indmarch

- Velkommen til Vores årlige regionsmesterskaber JM og FM i RSG for individuelle og grupper
- Igen i år er mesterskaberne henlagt på Nordvangskolen, Hjertingparken 202, 6710 Esbjerg V, vi har heldigvis kunne få denne hal alligevel, Gratis parkering ved hallen. (så bemærk adresseændring)
- Musikken skal sendes som mp3 fil til hellejensen1111@live.com senest Lørdag, den 26 marts 2022. Husk at overholde denne deadline☺
- Der er prøvetid som følger
- Kl. 9,40 – 10,20 Silkeborg
- Kl. 10,21 –10,31 DHG
- Kl. 10,32 -10,55
- I hallen vil være salg af kage, boller, snacks, kaffe, vand

- Hallen er opdelt i prøve/træningsgulv og konkurrence gulv i samme hal, skal man
- Så husk at tage hensyn, som altid , til hinanden , når konkurrencen kører med musik. Der er sat stole op til tilskuere

- Der vil være licenskontrol, stikprøvevis, så medtag sygesikringskortet. Som jo altid er rart at have med, hvis man skulle komme til skade. Husk tillige Egne håndredskaber.

- Vi starter med indmarch i gymnastikdragter kl 11,30 og hernæst følger konkurrenceforløbet:
- Kl 11,45 går duo og trioer på, serierne gennemkøres 2 gange , lille pause efter 1 rotation
- ca. kl 12.40 Rekrut og minier
- Ca 14, 00 Pause
- Ca. kl 14.20 Prejunior, junior og seniorer
- Og ca. kl 16,15 klar til præmieoverrækkelse
- Startlister følger senere i næste uge
- Vi glæder os til en hyggelig stemning blandt alle gymnaster, instruktører og dommere, så det er en glæde at gå på gulvet at vise sin kunnen. Smil og venlighed smitter.
- Entrepriser: Voksne kr. 50,00, Børn kr. 25,00
- Mvh
- Gymdanmark og Hjerting if
- Helle jensen, Hjerting iF – Gymnastik : mob 22387309

