

Indbydelse til Efterskole DM i Grand Prix Rytme

Konkurrencen arrangeres af
GymDanmark

I samarbejde med
Sorø Gymnastikefterskole

Efterskole DM i Grand Prix Rytme 2022

Kære deltagende efterskoler.

Nu er det 3 år siden, at vi sidste have et Efterskole DM i Grand Prix Rytme med fysisk fremmøde – derfor er vi så glade for, at vi endelig kan byde velkommen til Efterskole DM i Grand Prix Rytme 2022 på Sorø Gymnastikefterskole.

I dette infobrev vil vi præcisere en række væsentlige informationer om konkurrencen.

Tid og sted

Konkurrencen finder steder torsdag d. 19. maj i Opvisningscenteret på Sorø Gymnastikefterskole, Topshøjvej 50, 4180 Sorø.

Dagsprogram

09:00 Holdbase (klasselokale/omklædningsrum) åbner
10:15 Opvarmningshal åbner
11:00 Faneinstruktion
11:20-11:44 *Prøvetider for indledende konkurrence i idrætshallen*
11:45-12:00 Indmarch & velkomst
12:00-13:24 **Indledende konkurrence**
12:05-13:24 *Prøvetider fortsat for indledende konkurrence i idrætshallen*
13:24-13:34 Lodtrækning til finale
13:34-13:50 Pause
13:50-15:26 *Prøvetider for finaler i idrætshallen*
14:15-15:39 **Finaler**
15:45-16:15 Præmieoverrækkelse & udmarch
16:15-16:45 Evaluering med trænere og repræsentanter fra GymDanmark

Bemærk venligst, at der er et 'spring' i prøvetiderne for indledende runde. Dette er for, at alle gymnaster kan deltage i indmarchen. Vi har forsøgt at komprimere dagen en smule således af hensyn til de efterskoler, der kommer langvejs fra. Desuden ved vi også, at flere af eleverne skal deltage i Efterskole DM i TeamGym dagen efter, hvorfor vi forsøger at slutte dagen så tidligt som muligt.

Entré

Tilskuere er velkomne til konkurrencen. Der er gratis adgang.

Holdbase

Alle efterskoler får et lokale/omklædningsrum til rådighed, hvor I som hold/skole kan have base hele dagen. Disse lokaler er tilgængelige fra kl. 09:00. Efterskolerne er ansvarlige for oprydning i lokalet ☺.

Prøvetider & konkurrencetider for indledende runde

Hold	Efterskole	Fri/redskab	Prøvetid	Konkurrencetid
Team Jasmin	Vesterlund Efterskole	Fri	11:20-11:26	12:00-12:06
Team Bellis	Flemming Efterskole	Fri	11:26-11:32	12:06-12:12
Team Valkyria	Sorø Gymnastikefterskole	Fri	11:32-11:38	12:12-12:18
Team Luna	BGI Akademiet	Fri	11:38-11:44	12:18-12:24
Team Stevns	Gymnastikefterskolen Stevns	Fri	12:05-12:11	12:24-12:30
Team Vereena	Vejstrup Efterskole	Fri	12:11-12:17	12:30-12:36
Team Zafira	Brejninggaard Efterskole	Fri	12:17-12:23	12:36-12:42
Team Blomst	Flemming Efterskole	Fri	12:23-12:29	12:42-12:48
Team Helios	BGI Akademiet	Fri	12:29-12:35	12:48-12:54
Team Bobbel	Flemming Efterskole	Fri	12:35-12:41	12:54-13:00
Team Silva	Brejninggaard Efterskole	Fri	12:41-12:47	13:00-13:06
Team Vicenta	Vejstrup Efterskole	Redskab	12:47-12:53	13:06-13:12
Team Valkyria	Sorø Gymnastikefterskole	Redskab	12:53-12:59	13:12-13:18
Team Stevns	Gymnastikefterskolen Stevns	Redskab	12:59-13:05	13:18-13:24

Prøvetider & konkurrencetider for finale runde

Rækkefølge	Efterskole	Fri/redskab	Prøvetid	Konkurrencetid
1		Redskab	13:50-13:56	14:15-14:21
2		Redskab	13:56-14:02	14:21-14:27
3		Redskab	14:02-14:08	14:27-14:33
1		Fri 2. div	14:08-14:14	14:33-14:39
2		Fri 2. div	14:12-14:20	14:39-14:45
3		Fri 2. div	14:20-14:26	14:45-14:51
4		Fri 2. div	14:26-14:32	14:51-14:57
5		Fri 2. div	14:32-14:38	14:57-15:03
(6) (1)		Fri 1./2. div	14:38-14:44	15:03-15:09
2		Fri 1. div	14:44-14:50	15:09-15:15
3		Fri 1. div	14:50-14:56	15:15-15:21
4		Fri 1. div	14:56-15:02	15:21-15:27
5		Fri 1. div	15:02-15:08	15:27-15:33
(6)		Fri 1. div	15:08-15:14	15:33-15:39

Koreografiskemaer

Koreografiskemaer uploades i Tariff. Lotte Kok har sendt brugernavn og password til de efterskoler der tidligere ikke har haft log-in.

Musik

I henhold til GymDanmarks retningslinjer skal musikken til holdene være uploadet i Tariff senest 5 dage før konkurrencen.

Til prøvetider er I selv ansvarlige for at styre musikken. Der vil dog være en ansvarlig fra Sorø Gymnastikefterskole, der kan være behjælpelig med afspilningen. Der er KUN muligt at tilslutte sig via et Mini Jack-stik. Bruger i iPhone, skal I selv medbringe en omformer!

Gulvtæppe

Komitéen har besluttet at Efterskole DM afvikles på gulvtæppe, som ved normale konkurrencer. Der vil være et gulvtæppe i konkurrencehallen som serierne udføres på. I prøvehallen vil der være mulighed for at køre prøvetid på enten et TeamGym-rytmegulv eller et normalt trægulv.

Konkurrenceforløb

Når man som hold er færdig med prøvetid i idrætshallen, skal man gå i Dansecenteret. Man skal gå ca. 20 meter udendørs, men vi sætter en pavillon og rød løber op i tilfælde af regn. I dansecenteret kan man opholde sig inden man skal på gulvet. Lige inden man skal på gulvet vil en ansvarlige lede jer ind i konkurrencehallen, som ligger i forbindelse med Dansecenteret. Se også vedlagte oversigt sidst i indbydelsen.

Faneindmarch

Der vil være fælles indmarch kl. 11:45-12:00. Vi går ind i alfabetisk rækkefølge. Dvs. BGI -> Brejninggaard -> Flemming -> Sorø -> Stevns -> Vejstrup -> Vesterlund. Faneinstruktion er kl. 11:00 i konkurrencehallen.

Forplejning

Alle deltagende elever skal selv medbringe mad og drikke til dagen. Sorø Gymnastikefterskole vil dog sørge for en forfriskning, inden i kører hjem. I indgangen til Opvisningscenteret, hvor konkurrencen foregår, vil elevernes bod være åben, hvor man kan købe vand, sodavand, slik osv.

Livestreaming

Sorø Gymnastikefterskole vil sørge for at livestream hele konkurrencen gennem GymDanmarks Youtube-kanal. Link til livestreamingen kommer senere.

I forbindelse med streamingen, vil vi rigtig gerne have jer til at sende jeres skolelogo (med transparent baggrund), så vi kan få dem med på streamen. Logoet sendes på mail til Christoffer Færch cf@soroefterskole.dk senest onsdag d. 18. maj kl. 10:00.

Pokaler

Pokalvinderne fra 2019 skal medbringe pokalerne indgraverede til konkurrencen.

Har i spørgsmål, er I velkomne til at henvende jer til:

- Christoffer Færch, tlf. 27582853 (Hvis det drejer sig om praktiske ting vedr. konkurrencen)
- Lotte Kok, mail: lko@gymdanmark.dk (Hvis det drejer sig om konkurrence-tekniske spørgsmål)

Mange spændstige hilsner

Lotte Kok, GymDanmark
Christoffer Færch, Sorø Gymnastikefterskole

Oversigt over skolen

