

DM - Masters hold konkurrence i kvindelig- og mandlig idrætsgymnastik
Søndag den 5 juni 2022

Sted & adresse:

Flintholm svømmehal
Bernhard Bangs Allé 42, 2. Sal
2000 Frederiksberg

Program:

Der er adgang til omklædning og hallen fra kl. 11.00
Kl. 11.15 - 12.15: Generel opvarmning og opvarmning på redskaber.
Kl. 12.30 - 12.55: Indmarch
Kl. 12.40 - 14.40: Konkurrence*
Kl. 14.45 - 15.00: Præmieoverrækkelse*
Kl. 15.00 - 19.00: Fri leg
Kl. 19.00: Banket

* Vær opmærksom på at det er ca. tider.

Tilmelding:

Tilmelding af gymnaster via www.gymdanmark.dk senest den 15. maj.
Der kan eftertilmeldes gymnaster indtil den 22. maj.

Gulvøvelsesmusik:

Gulvøvelsesmusik sendes til kontor@hermesgf.dk i mp3 format.

Entré:

For at dække udgifter til dommere, præmier, m.m er der et lille symbolsk entré beløb. Beløbet kan som udgangspunkt kun betales via mobilepay.

Entré: 25kr

Barn (0-3 år): gratis

Transport & parkering:

Der er gratis parkering søndagen, men der er ikke mange pladser. Flintholm Station ligger ca. 10 -15 min gang fra hallen.

Forplejning:

Mad og drikke kan købes i caféen i stueetagen.

Der vil være banket kl. 19.00.

Reglementet:

Reglementet for KIG og MIG burde kunne findes på www.gymdanmark.dk.

Kontaktpersoner:

Administrationen:

Kontor@hermesgf.dk

Med sportslige hilsner

Gymnastikforeningen

Hermes