

INVITATION

Kvindelig idrætsgymnastik Regionalt mesterskab øst trin 1-3 hold

- Dato:** Lørdag den 10. december 2022
- Sted & adresse:** Grøndal MultiCenter hal F/G, Hvidkildevej 64, 2400 København
- Tidsplan:**
- Kl. 10.30 adgang til hallen trin 1 og trin 2
 - Kl. 11.00 dommermøde og kropsovarmning
 - Kl. 11.35 indmarch
 - Kl. 11.40 redskabsopvarmning og konkurrence
 - Kl. 13.40 præmieoverrækkelse
- Vi starter med trin 3, når trin 1 og 2 er færdige, så kom i god tid
- Kl. 14.00 kropsovarmning trin 3
 - Kl. 14.35 indmarch
 - Kl. 14.40 redskabsopvarmning og konkurrence
 - Kl. 17.00 præmieoverrækkelse
- Øvelseskrav:** Krav i henhold til reglement Dansk trinsystem trin 1-3
- Tilmelding:** Tilmelding af gymnaster og dommere via www.gymdanmark.dk senest tre uger før konkurrencens afholdelse. Der kan eftertilmeldes gymnaster indtil to uger før konkurrencen.
- Dommere:** Der stilles krav om at hver klub stiller med et antal dommere pr. gymnaster/hold jf. håndbøgerne for idrætsgymnastik KIG & MIG. Dommere skal tilmeldes på www.gymdanmark.dk ved tilmelding af gymnaster. Klubberne tildeles sanktioner for manglende dommere, såfremt disse ikke fremgår ved tilmeldingen.
- Entré:** Voksne 50 kr. og børn under 15 år 20 kr. betales med mobilpay i døren
- Parkering:** Gratis parkering på parkeringspladserne i Grøndal MultiCenter.
- Overnatning:** Danhostel Bellahøj ligger kun 1 km fra Grøndal MultiCenter.
- Kontaktperson:** Gitte Weien Andersen, gwa@gymgefion.dk, tlf. 91899370

Med venlig hilsen

Gefion gymnastikforening