

## Dan Camp 1 2023: Lørdag

### Trampolin 1

- 1 Linus Scott Pedersen
- 2 Oliver T. Dalsten
- 3 Peter Krogh Grande
- 4 Rasmus Krogh Grande
- 5 Karl Weinknuff Sørensen
- 6 Rasmus Winther Olsen

### Trampolin 2

- 1 Ea Bennike Mürsch
- 2 Rasmus Bønnerup Søgaard Hansen
- 3 Alfred Hjelm Madsen
- 4 Storm Skotte Højlo
- 5 Lærke Huanqin Lundegaard Mortensen
- 6 Karina Tolman

### Trampolin 3

- 1 Vita Nygaard
- 2 Cecilie Lindegaard Sneftrup
- 3 Oskar Pommergaard
- 4 Johannes Nørfelt

5 Kaya Ekelund

5 Celia Park Schou-Lassen

### Trampolin 4

- 1 Milika Kaas Halvorsen
- 2 Eva Miara
- 3 Mynte Bøgvad Gjelstrup
- 4 Maia Hansen
- 5 Adrianna Kujawa
- 6 Rebekka Troelsen
- 7 Emilie My Schwartz-Petersen

### Trampolin 5

- 1 Anton Ravn Kastrup Madsen
- 2 Axel Storm Lei Pihl
- 3 Victor Anders Lei Pihl
- 4 Alexander Hejmadi Schock
- 5 Andreas Andersen
- 6 Bertram Udengaard Skannrup

## Dan Camp 1 2023: Lørdag

### Trænere

#### Trampolin 1

Anette Dalsten

Claus Thomsen

#### Trampolin 2

Svitlana Pedersen

Rasmus Madsen

#### Trampolin 3

Daniel Vidstrup

Freya Guillaume

Sara Ladegaard

#### Trampolin 4

Lars Walmod

Peter Kastrup Madsen

Émile Ricard

#### Trampolin 5

Maiken Petersen

Linda Fredensborg Møller

### Stationstræning

1. Forlæns spring
2. Baglæns spring
3. Rekorder
4. Grav træning
5. Samarbejdsøvelser på gulv

### Rekorder:

Alle laver 10 høje på stopur.

Samtids tider med: (Husk god stil)

10x O/Y/<

5x O, 4-O/4-</4-/

5x O, 41O/41</41/

5x 4-O/, 41O/ ell. < el. /

Etc..

### Samarbejdsøvelser:

- Alfabetisk opstilling på række efter:
  - Klub og navn
  - Højde
  -
- Færrest arme/ben på jorden
- Gæt og Grimasser stafet (sportsgrene)
- Gentleman bold