

Kvindelig
idrætsgymnastik
Sjællandsmesterskab trin 4-6 individuel

Dato: Lørdag 4. og søndag 5. marts 2023

Sted & adresse: Grøndal MultiCenter hal F/G, Hvidkildevej 64, 2400 København

Tidsplan:

Lørdag trin 5+6

Trin 5

Kl. 9.00 adgang til hallen

Kl. 9.30 dommermøde og kropsoptøring

Kl. 10.00 indmarch

Kl. 10.05 redskabsopvarmning og konkurrence

Kl. 13.00 præmieoverrækkelse

Trin 6

Kl. 12.00 adgang til hallen – kom i god tid

Kl. 13.15 dommermøde og kropsoptøring

Kl. 13.45 indmarch

Kl. 13.50 redskabsopvarmning og konkurrence

Kl. 15.00 præmieoverrækkelse

Søndag trin 4

Kl. 9.00 adgang til hallen

Kl. 9.30 dommermøde og kropsoptøring

Kl. 10.00 indmarch

Kl. 10.05 redskabsopvarmning og konkurrence

Kl. 15.00 præmieoverrækkelse

Musik: Trin 6 musik i MP3 format / KLUB.MP3 sendes til gwa@gymgefion.dk

Øvelseskrav: Krav i henhold til reglement Dansk trinsystem trin 4-6

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