



## INVITATION MIG – SM U9-U15 – Individuel

Nivå Gymnastikforening byder, i samarbejde med GymDanmark, velkommen til Sjællandsmesterskaber MIG U9-U15. Vi er glade for at drengene kommer til vores nye Gymnastikens Hus i Kokkedal.

**Tilmelding og betaling:** Via [www.gymdanmark.dk](http://www.gymdanmark.dk)

**Dato:** 4. marts 2023

**Sted:** Gymnastikkens Hus

**Adresse:** Holmegårdsvej 102, 2980 Kokkedal

**Program:**

Kl. 08.45	Adgang til hallen
Kl. 09.00 - 10.00	Krops og redskabsopvarmning
Kl. 09.30 - 10.00	Dommermøde
Kl. 10.05 - 12.45	Indmarch og konkurrencestart
Kl. 12.45	Dommerne holder frokost
Kl. 13.00 - 13.30	Præmieoverrækkelse og udmarch
Kl. 13.30	Slut

**Øvelseskrav:** Krav i henhold til aktuel Håndbog for Mandlig Idrætsgymnastik.

**Kontaktperson:** Henrik Bjørn Bertelsen, [henrik@ng-gymnastik.dk](mailto:henrik@ng-gymnastik.dk), 40763767

**Entre:** 50 kr. pr. voksen og børn under 15 år: 20 kr. (MobilePay).

**Forplejning:** Der vil være mulighed for at købe kage og kaffe/the/drikkelse på balkonen.

**OBS. Tidsplanen kan ændres afhængig af dommerteams og tilmeldinger i de respektive grupper. Tjek derfor løbende nye opdateringer. Opvarmning og rotationsplaner vil blive uploadet, når alle detaljer er faldet på plads.**

Med venlig hilsen  
Nivå Gymnastikforening

