

Dan Camp 2 2023: Lørdag

Trampolin 1

- 1 Alexander Hejmadi Schock
- 2 Linus Scott Pedersen
- 3 Ea Bennike Mürsch
- 4 Lærke Mortensen
- 5 Alfred Hjelm Madsen
- 6 Victor Blunch Olsen

Trampolin 2

- 1 Sigurd Ekelund
- 2 Bertram Skannrup
- 3 Maia Hansen
- 4 Andrea Lytje Kjær
- 5 Ida Thomsen
- 6 Rosa Ravndal Kruse

Trampolin 3

- 1 Cecilie Neve
- 2 Laura Engholt Andersen
- 3 Rasmus Engell

4 Andreas Andersen

5 Cecilie Lind

6 Celina Pedersen

Trampolin 4

- 1 Viktor Theodor Palgaard
- 2 Christian Andersen-Alstrup
- 3 Sarah Schneefeldt
- 4 Mynte Bøgvad Gjelstrup
- 5 Rosemarie Marker
- 6 Althea Larsen Nordstrøm

Trampolin 5

- 1 Smilla Vinding Beck
- 2 Adrianna Kujawa
- 3 Yutong Zhang
- 4 Agnes Haldbo Kallestrup
- 5 Frederikke Juel Hansen

Dan Camp 2 2023: Lørdag

Trænere

Trampolin 1

Svitlana Pedersen

Bo Z

Trampolin 2

Maila

Émile

Trampolin 3

Anita

Linda

Trampolin 4

Maiken

Rebecca

Trampolin 5

Martina

Emmelie

Stationstræning

1. Nye spring/kombinationer
2. Ariel Awareness Supertramp
3. Grav træning pommes frites
4. Grav træning Fast grav
5. Rekorder

Forslag til Rekorder:

Alle laver 10 høje på stopur.

Samlign tiden 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