

**INVITATION**  
**Jyske mesterskaber**  
**Trin 4-6 hold**

**Dato:** Lørdag d. 4 november 2023

**Sted & adresse:** Hvidkildevej 11, 8240 Risskov

<b>Tidsplan:</b>	Dommermøde	9:30-10:30
	Adgang til hal	10:00
	Kropsopvarmning trin 4	10:10-10:30
	Indmarch trin 4	10:35
	Præmieoverrækkelse trin 4	14:00-14:15

*Trin 5 og 6 begynder opvarmning lige så snart udmarch for trin 4 er slut!*

Kropsopvarmning trin 5 og trin 6	Ca 14:15-14:35
Indmarch trin 5 og trin 6	Ca. 14:40
Præmieoverrækkelse trin 5 og trin 6	Ca. 17:30

**Øvelseskrav:** Krav i henhold til Håndbog for Kvindelig Idrætsgymnastik og reglement for Trin 4-6 konkurrencer.

**Tilmelding:** Tilmelding af gymnaster og dommere via [www.gymdanmark.dk](http://www.gymdanmark.dk) senest tre uger før konkurrencens afholdelse. Der kan eftertilmeldes gymnaster indtil to uger før konkurrencen.

**Dommere:** Hver klub skal stille med en dommer pr. hold.

**Forplejning:** Der vil være frugt og saft til gymnasterne samt forplejning til dommere inder hele konkurrencen. Derudover vil der være mulighed for at købe kaffe, te, kage mm. i boden.

**Entre:** Voksen = 50 kr., børn = 20 kr.

**Gulvmusik:** Gulvmusik til trin 6 sendes senest d. 1/11 til [vik.redskabspiger@gmail.com](mailto:vik.redskabspiger@gmail.com) MP3 format / KLUB.MP3

**Kontaktperson:** Spørgsmål til konkurrencen rettes til Jesper eller Victoria på henholdsvis [lieber007@gmail.com](mailto:lieber007@gmail.com) eller [victoria.gilberg@gmail.com](mailto:victoria.gilberg@gmail.com)

Vi glæder os til at byde jer velkommen, og ser frem til en god konkurrence.

Med venlig hilsen  
VIK Gymnastik