

INVITATION & PROGRAM

JM 2024

KIG Youth DMC & Junior CoP

MIG trin 7 & 8 samt Junior & Senior CoP

Dato: 2. marts 2024

Sted & adresse: AIG Aalborg, Annebergvej 48, 9000 Aalborg, stadionhal 3.

Program:

Adgang til omklædningsrum og hal kl. 12.30

Kropsopvarmning 13.00

Indmarch og konkurrencestart 13.30 - der vil være kort opvarmning på redskaberne umiddelbart inden konkurrencen.

Udmarch og præmieoverrækkelse forventet kl. 16.30 - nærmere program efter tilmeldingsfristen.

Entré:

50 kr. for voksne & 20 kr. for børn under 12 år.

Gymnaster, der deltager ved konkurrencen, trænere og dommere deltager gratis.

Transport & parkering: Der kan parkeres gratis ved hallen.

Omklædning: Der vil være adgang til omklædningsrum fra kl. 12.30

Gulvmusik: Gulvmusik sendes i MP3-format senest onsdag den 28/2.

Angiv KLUB_EFTERNAVN_FORNAVN.MP3

Fx AIG_JENSEN_PETER.MP3

Sendes til lbj@aig-aalborg.dk

Redskaber:

Hest: Spieth, semihård landing.

Gulv: Spieth

Barre: Gymnova over semihård grav

Bom: Spieth, Spieth måtter

Bensving: Spieth

Parallele barre: Spieth

Ringe: Gymnova til hård landing

Reck: Spieth til semihård landing

Kontaktperson: Louise Brandenburg Jensen, lbj@aig-aalborg.dk

Vi ses i AIG