

# info omkring JM RSG den 6 april 2024 , Start kl. 10,20 Indmarch



- Velkommen
- Til Vores årlige regionsmesterskaber JM i RSG for individuelle og grupper
- Igen i år er mesterskaberne henlagt til Hjerting, men adressen er Dokken, Gl. Vardevej 82, 6700 Esbjerg
- Gymnastoplysninger og musikken skal i år lægges i KSIS som mp3 fil, Deadline herfor er 31 marts 2024
- [ksis - Jyske mesterskaber i RSG 2024 \(rgform.eu\)](#) .Husk at overholde denne deadline☺
- Der er prøvetid som følger
- Kl. 9,15 – 9,32, Silkeborg
- Kl. 9,33 – 9,37 Århus 1900
- Kl. 9,38 –9,53 GYM Ålborg
- Kl. 9,54 -10,09 FG 90
- I hallen vil Cafeteriet være åbent med salg af pølser, brød, snacks osv, samt drikkeelse slik mv. Hallen er opdelt i træningsgulv og konkurrence gulv i samme hal. Husk at tage hensyn, som altid, når konkurrencen kører , bla. ikke råbe, spille musik mv.
- Medtag sygesikringskortet, der vil være licenskontrol, stikprøvevis, Husk tillige jeres egne håndredskaber til konkurrencen.
- Kl 10,20 indmarch i træningsbluser
- Kl 10,30 går duo og trioer på, serierne gennemkøres 2 gange , lille pause efter 1 rotation
- ca. kl 11.00 Micro rækken
- Ca kl , 11,25 Mini B og A-rækken
- kl 12,30-13,00 frokostpause
- Kl. 13,00 Rekrut og prejunior 2.div
- Kl. 13,45 Prejun 1.div, Junior 1.div, junior 2 div, Senior 2.div og Senior 1.div
- Kl. ca. 16,00 Udmarch og præmieoverrækkelse i gymnastikdragter.
- Startlister følger senere og vi glæder os til en hyggelig dag med god stemning blandt alle gymnaster, instruktører og dommere, Smil Smitter
- Entrepriser: Voksne kr. 75,00, Børn kr. 40,00 (børn fra 6-12År)
- Mvh
- Gymdanmark og Hjerting if
- Julie Seistrup og Helle Jensen, Hjerting iF – Gymnastik : mob 22387309 . Mail [hellejensen1111@live.com](mailto:hellejensen1111@live.com)

