

Efterskole DM i Grand Prix Rytme 2024

Kære deltagende efterskoler

Vi glæder os til at byde jer velkommen til Efterskole DM i Grand Prix Rytme 2024 på Vesterlund Efterskole.

Dette infobrev indeholder praktiske informationer om konkurrencen.

Konkurrencen finder sted **torsdag d. 16. maj** på Vesterlund Efterskole.

Adresse:

Vesterlund Efterskole

Vesterlundvej 33

7323 Give

PROGRAM:

09.00	Mulighed for ankomst til Vesterlund Efterskole Mulighed for opvarmning i springcenteret og bevægelsessalen samt tilgå holdenes omklædningszone i spejlsalen.
09:30-12.00	Prøvetider for indledende konkurrence på konkurrencegulv i idrætshallen
12.30-12.40	Indmarch og velkomst
12.45-14.15	Indledende konkurrence (med dragter)
14.15-14.30	Lodtrækning til finalen
14.30-15.00	Pause
15.00-16.30	Finaler
16.30-17.00	Præmieoverrækkelse og udmarch (inkl. fællesbillede)
17.00-17.30	Evaluering med trænere og repræsentanter fra GymDanmark i foredragssalen TO-GO snack til alle gymnaster i bevægelsessalen
17.30	Tak for i dag

Entré

Tilskuere er meget velkomne til konkurrencen. Der er gratis entré.

Livestreaming

Vesterlund Efterskole vil sørge for at livestream konkurrencen gennem Vesterlunds Facebookside. Link til livestreaming kommer på en begivenhed på Facebook.

Gulvtæppe

Komitéen har besluttet, at Efterskole DM afvikles på gulvtæppe, som ved normale konkurrencer. Der vil være et gulvtæppe i hallen, som konkurrence afholdes på. Der vil i ventezonen yderligere ligge separate gulvtæppebaner.

Under opvarmningen vil der i springcenteret ligge TeamGym-måtter. Under opvarmningstiden i bevægelsessalen vil der være mulighed for at køre prøvetid på et fuldt TeamGym-rytmegulv.

Prøvetider, opvarmningstider, konkurrencetider samt oversigt over hallerne er vedhæftet i mailen

Der vil også hænge programmer i alle haller.

Der opfordres til, at man i indledende runde går på gulvet med dragter og fuldt lir! ;-)

Omkledningszone

Alle efterskoler får tildelt et område i spejlsalen, hvor I kan klæde om og blive konkurrenceklar. Disse områder er tilgængelige fra kl. 09.00. I er ansvarlige for oprydning af eget område.

Forplejning

Alle deltagende elever skal medbringe mad og drikke til dagen. Vesterlund Efterskole vil sørge for en forfriskning, inden I kører hjem. I idrætshallen vil elevernes bod være åben, hvor man kan købe diverse mad og drikke.

Der vil være et bord med lærer-kaffe og frugt i foyeren.

Faneindmarch

Der vil være fælles indmarch kl. 12.30.

Vi går ind i følgende rækkefølge: Vesterlund - Vejstrup - Stevns - Sorø - Flemming - Brejninggaard - BGI

Faneinstruktionen er vedhæftet i mailen. I bedes forud for konkurrencedagen orientere jer i instruktionen og sætte jeres gymnaster ind i det. Faneinstruktion kl. 12.20 i konkurrencehallen.

Præmieoverrækkelse og udmarch

Indmarch til præmieoverrækkelse foregår på samme måde som til faneindmarch.

Efter præmieoverrækkelsen vil vi gerne tage et fællesbillede med alle hold og lærere/instruktører.

Efter vi har takket af, henter fanebærerne fanerne og stiller sig foran sin skole, og går først ud og danner faneborg samme sted som vi gik ud til faneindmarchen.

Koreografiskemaer

GymDanmark ønsker ikke, at vi laver koreografiskemaer.

Musik

I henhold til GymDanmarks retningslinjer skal konkurrencemusikken være uploadet i Tariff senest fem dage før konkurrencen.

Til prøvetider skal alle skoler have lavet et musik-tjek for at finde et passende lydniveau. Vesterlund-elever vil være behjælpelige med dette i jeres prøvetid.

Holdbillede

Forud for konkurrencen bedes alle sende et holdbillede af hver skoles Grand Prix-hold til Karoline på kl@vesterlund-efterskole.dk, som vil blive vist på storskærm, når holdet er på gulvet. Holdbilledet sendes senest tirsdag d. 14. maj.

Pokaler

Pokalvinderne fra sidste års konkurrence skal medbringe pokalerne indgraverede til konkurrencen.

Har I spørgsmål, er I velkomne til at henvende jer til:

Karoline Lender & Pernille Bossen, kl@vesterlund-efterskole.dk

(Hvis det drejer sig om praktiske ting vedr. konkurrencen)

Inger Nielsen, ingerkluwer@gmail.com

(Hvis det drejer sig om konkurrence-tekniske spørgsmål)

Vi glæder os til en fantastisk dag! 🎉

De bedste gymnastik-hilsner

Pernille Bossen og Karoline Lender, Vesterlund Efterskole