

Opvarmningstider Aspirant Øst 2024

Lørdag den 20. april 2024

Nanopiger 3. division

Afvikles i samme pulje i rotation 4+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
Vedbæk Gymnastikforening ANP 2	08:00	08:08	08:16
Vallensbæk Gymnastik & Fitness ANP 2	08:24	08:00	08:08
Skjold Gymnastik Birkerød ANP 1	08:16	08:24	08:00
Sengeløse Idræt ANP 2	08:08	08:16	08:24
Sengeløse Idræt ANP 1	08:32	08:40	08:48
Roskilde TeamGym ANP 1	08:56	08:32	08:40
Herlufsholm GF ANP 4	08:48	08:56	08:32
Herlev Gymnastik, HI ANP 2	08:40	08:48	08:56

Nanopiger 2. division

Afvikles i samme pulje i rotation 4+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
GymHelsinge ANP 1	09:20	09:28	09:36
Albertslund Idrætsforening, Gymnastik ANP 2	09:44	09:20	09:28
Herlufsholm GF ANP 3	09:36	09:44	09:20
Greve Gymnastik og Trampolin ANP 2	09:28	09:36	09:44
Farum Gymnastikforening ANP 1	09:52	10:00	10:08
Albertslund Idrætsforening, Gymnastik ANP 1	10:16	09:52	10:00
Herlufsholm GF ANP 2	10:08	10:16	09:52
Vedbæk Gymnastikforening ANP 1	10:00	10:08	10:16

Nanopiger 1. division

Afvikles i samme pulje i rotation 4+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
Ringsted IF - Gymnastik ANP 1	10:40	10:48	10:56
Herlufsholm GF ANP 1	11:04	10:40	10:48
Vallensbæk Gymnastik & Fitness ANP 1	10:56	11:04	10:40
Ølstykke GF ANP 2	10:48	10:56	11:04
Herlev Gymnastik, HI ANP 1	11:12	11:20	11:28
Ølstykke GF ANP 1	11:36	11:12	11:20
Greve Gymnastik og Trampolin ANP 1	11:28	11:36	11:12
Rødovre og Omegns Gymnastikforening (ROG) ANP 1	11:20	11:28	11:36

Micropiger 5. division

Afvikles i samme pulje i rotation 5+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
TeamGym Helsingør AMIP 4	12:15	12:39	12:23
Vintersbølle GF AMIP 3	12:31	12:15	12:39
TeamGym Helsingør AMIP 3	12:47	12:31	12:15
Greve Gymnastik og Trampolin AMIP 2	12:23	12:47	12:31
Nivå GF AMIP 2	12:39	12:23	12:47
Ølstykke GF AMIP 2	12:55	13:03	13:11
Rødovre og Omegns Gymnastikforening (ROG) AMIP 2	13:19	12:55	13:03
Vintersbølle GF AMIP 2	13:11	13:19	12:55
TeamGym Helsingør AMIP 2	13:03	13:11	13:19

Micropiger 4. division

Afvikles i samme pulje i rotation 5+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
Skjold Gymnastik Birkerød AMIP 1	13:45	14:09	13:53
Vintersbølle GF AMIP 1	14:01	13:45	14:09
Vallensbæk Gymnastik & Fitness AMIP 1	14:17	14:01	13:45
Rødovre og Omegns Gymnastikforening (ROG) AMIP 1	13:53	14:17	14:01
Høng GF AMIP 1	14:09	13:53	14:17
Ølstykke GF AMIP 1	14:25	14:33	14:41
Farum Gymnastikforening AMIP 3	14:49	14:25	14:33
GymHelsingør AMIP 2	14:41	14:49	14:25
Herlev Gymnastik, HI AMIP 2	14:33	14:41	14:49

Micropiger 3. division*Afvikles i samme pulje i rotation 5+4*

Hold	Rytme	Bane	Tramp
Farum Gymnastikforening AMIP 2	15:15	15:39	15:23
GymHelsingø AMIP 1	15:31	15:15	15:39
Herlufsholm GF AMIP 1	15:47	15:31	15:15
Albertslund Idrætsforening, Gymnastik AMIP 2	15:23	15:47	15:31
Eskilstrup G & IF AMIP 1	15:39	15:23	15:47
Viking Rønne Gymnastik og Trampolin AMIP 1	15:55	16:03	16:11
Sengeløse Idræt AMIP 1	16:19	15:55	16:03
Greve Gymnastik og Trampolin AMIP 1	16:11	16:19	15:55
Hvidovre Gymnastik (HVG37) AMIP 2	16:03	16:11	16:19

Søndag den 21. April 2024

Nanodrenge 1. division & Microdrenge 1. division

Afvikles i samme pulje i rotation 5+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
GF Køge Bugt AND 1	08:00	08:24	08:08
GymHelsingør AND 1	08:16	08:00	08:24
Rødovre og Omegns Gymnastikforening (ROG) AMID 2	08:32	08:16	08:00
Greve Gymnastik og Trampolin AMID 2	08:08	08:32	08:16
Greve Gymnastik og Trampolin AMID 1	08:24	08:08	08:32
TeamGym NærHeden AMID 1	08:40	08:48	08:56
Roskilde TeamGym AMID 1	09:04	08:40	08:48
Rødovre og Omegns Gymnastikforening (ROG) AMID 1	08:56	09:04	08:40
GF Køge Bugt AMID 1	08:48	08:56	09:04

Region Øst Microdrenge 1. division

Afvikles i samme pulje i rotation 4+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
Gladsaxe IF RMiD 2	09:35	09:43	09:51
GymHelsingør RMiD 2	09:59	09:35	09:43
Gladsaxe IF RMiD 3	09:51	09:59	09:35
GF Køge Bugt RMiD 1	09:43	09:51	09:59
GymHelsingør RMiD 1	10:07	10:15	10:23
Rødovre og Omegns Gymnastikforening (ROG) RMiD 1	10:31	10:07	10:15
Ølstykke GF RMiD 1	10:23	10:31	10:07
Gladsaxe IF RMiD 1	10:15	10:23	10:31

Region Øst Minidrenge 1. division

Afvikles i samme pulje i rotation 7

Hold	Rytme	Bane	Tramp
Roskilde TeamGym RMD 1 – deltager udenfor konkurrence	10:45	11:01	11:17
GF Køge Bugt RMD 2 – deltager udenfor konkurrence	11:25	10:45	11:01
Teamgym Nærheden RMD 1	11:09	11:25	10:45
Teamgym Helsingør RMD 1	10:53	11:09	11:25
Rødovre og Omegns Gymnastikforening (ROG) RMD 1	11:33	10:53	11:09
Eskilstrup G & IF RMD 1	11:17	11:33	10:53
GF Køge Bugt RMD 1	11:01	11:17	11:33

Micropiger 2. division

Afvikles i samme pulje i rotation 4+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
GF Køge Bugt AMIP 3	12:10	12:18	12:26
Farum Gymnastikforening AMIP 1	12:34	12:10	12:18
Gladsaxe IF AMIP 2	12:26	12:34	12:10
GF Køge Bugt AMIP 2	12:18	12:26	12:34
GHG -Teamgym Herlev AMIP 1	12:42	12:50	12:58
IF32 Glostrup Gymnastikforening AMIP 1	13:06	12:42	12:50
Himmelev Veddelev Gymnastik forening (HVG) AMIP 1	12:58	13:06	12:42
TeamGym Helsingør AMIP 1	12:50	12:58	13:06

Micropiger 1. division

Afvikles i samme pulje i rotation 4+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
Hvidovre Gymnastik (HVG37) AMIP 1	13:30	13:38	13:46
Albertslund Idrætsforening, Gymnastik AMIP 1	13:54	13:30	13:38
Nivå GF AMIP 1	13:46	13:54	13:30
GF Køge Bugt AMIP 1	13:38	13:46	13:54
Gladsaxe IF AMIP 1	14:02	14:10	14:18
Lille Næstved IF AMIP 1	14:26	14:02	14:10
Herlev Gymnastik, HI AMIP 1	14:18	14:26	14:02
Roskilde TeamGym AMIP 1	14:10	14:18	14:26

Minipiger 1. division

Hold	Rytme	Bane	Tramp
Sengeløse Idræt AMP 1	14:50	14:58	15:06
Himmelev Veddelev Gymnastik forening (HVG) AMP 1	15:14	14:50	14:58
Farum Gymnastikforening AMP 4	15:06	15:14	14:50
Farum Gymnastikforening AMP 3	14:58	15:06	15:14
Farum Gymnastikforening AMP 2	15:22	15:30	15:38
Farum Gymnastikforening AMP 1	15:46	15:22	15:30
Herlev Gymnastik, HI AMP 1	15:38	15:46	15:22
Slagelse GF AMP 1	15:30	15:38	15:46