

Rytmisk Gymnastik

Vinter Cup 2025

- Æstetisk gymnastik

Dato: Lørdag den 11. januar 2025

Sted: Helsingør hallen, Gl. Hellebækvej 63-65, 3000 Helsingør

Værtsforening: Espergærde IF

Kære forening

Tak for jeres tilmelding til konkurrencen. Vi ser frem til at byde jer velkommen.

I dette infobrev finder I alle nødvendige oplysninger om konkurrencen.

Program

Lørdag	08:00	Hallen åbner
	11:00	Indmarch i startrækkefølge
	11:20 – 13:30	8-10 år, 10-12 år & 12-14 år
	13:35 – 13:51	Short program 12-14 år & senior
	13:51 – 14:31	Pause
	14:31 – 15:35	Indledende runde Junior og Senior
	15:45 – 16:49	Finaler Junior og Senior
	16:50	Præmieoverrækkelse

Søndag Feedback session for tilmeldte junior og senior hold
Espergærde Gymnasium (Gymnasievej 2, 3060 Espergærde)

Infostand: Ved ankomsten bedes I gå til infostaden. I forhallen vil der være en infostand, hvor man kan henvende sig med spørgsmål.

Prøvegulv/opvarmningszoner: Der vil være mulighed for at køre på fuldt tæppe inden konkurrencegulv. Oversigt over opvarmningstider kan findes i hallen.

Indmarch/udmarch: Der vil være indmarch for alle hold. Holdene går frem på en række, vinker og går ud. Holdene vil blive præsenteret efter starttrækkefølgen. Der vil være udmarch og præmieoverrækkelse for alle hold.

Cafeteria/kiosk: Der er mulighed for at købe mad, drikkevarer, kaffe, kage, frugt, slik mv. Der tages kun imod MobilePay.

Omklædning: Der vil i infostanden være en oversigt over fordeling af omklædningsrum. Glemte sager vil ikke blive eftersendt.

Parkering: Der kan parkeres gratis ved hallen.

KSIS: Der skal uploades deltagerliste, musik og baggrundsinformation i KSIS: https://www.rgform.eu/event.php?id_prop=7457
Er brugernavn og kodeord mistet, kan det rekvireres via soj@gymdanmark.dk.

Fristen er den 1. januar 2025, efter denne dato opkræves et gebyr på 500 kr. pr. hold.

Musik: Musik til prøvegulv skal selv medbringes, med mulighed for at tilslutte til Soundboks.

Det vil være muligt at få afspillet holdets musik i konkurrencehallen kl. 10.30-10.55

Baggrundsinformation: Udfyld medsendte baggrundsinformation og upload dokumentet til KSIS under *OSIC Form*. Fristen er den 1. januar 2025

Konkurrencelicens: Alle gymnaster skal have en gyldig konkurrencelicens for at deltage. Læs mere om licenskøb på: <https://gymdanmark.dk/licens/>.

Licenskontrol

10 minutter inden holdets tid i opvarmningszonen starter, skal licenskontrol være udført. Sundhedskort skal medbringes på konkurrencedagen.

Vi glæder os til at se jer!

Med venlig hilsen
Espergærde IF

