

VELKOMMEN TIL

Regionsrækken Øst 1. runde

1. og 2. marts i Gladsaxe Idrætshaller

PROGRAM

Lørdag den 1. marts 2025

08.45 – 09.30	U11 piger pulje 6
09.30 – 09.40	Pause
09.40 – 11.15	U11 piger pulje 5
11.15 – 11.30	Pause
11.30 – 13.05	U11 piger pulje 4
13.05 – 13.35	Pause
13.35 – 15.10	U11 piger pulje 3
15.10 – 15.25	Pause
15.25 – 17.00	U11 piger pulje 2
17.00 – 17.15	Pause
17.15 – 18.20	U11 piger pulje 1
18.20 – 18.50	Pause
18.50 – 20.05	Juniorpiger pulje 1 & U14 mix pulje 1

Søndag den 2. marts 2025

08.45 – 10.20	U11 mix pulje 1 & U11 drenge pulje 1
10.20 – 10.35	Pause
10.35 – 11.50	U14 drenge pulje 1
11:50 – 12.20	Pause
12.20 – 13.50	U14 piger pulje 4
13.50 – 14.00	Pause
14.00 – 15.35	U14 piger pulje 3
15.35 – 15.50	Pause
15.50 – 17.25	U14 piger pulje 2
17.25 – 17.40	Pause
17.40 – 19.10	U14 piger pulje 1

ROTATIONER

U11 piger pulje 6

Afvikles i rotation 5

Hold	Rytme	Bane	Tramp
Ørestad Idrætsforening RU11P 2	1	11	6
Vintersbølle GF RU11P 4	7	2	12
Vintersbølle GF RU11P 3	13	8	3
Vintersbølle GF RU11P 2	4	14	9
Vintersbølle GF RU11P 1	10	5	15

U11 piger pulje 5

Afvikles i rotation 4+4+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
TeamGym Helsingør RU11P 2	1	5	9
Nivå GF RU11P 3	10	2	6
Himmelev Veddelev Gymnastik forening (HVG) RU11P 2	7	11	3
GymHelsingø RU11P 4	4	8	12
Albertslund Idrætsforening, Gymnastik RU11P 2	13	17	21
Albertslund Idrætsforening, Gymnastik RU11P 1	22	14	18
Ørestad Idrætsforening RU11P 1	19	23	15
Hvidovre Gymnastik (HVG37) RU11P 2	16	20	24
TeamGym NærHeden RU11P 2	25	29	33
Høng GF RU11P 2	34	26	30
IF32 Glostrup Gymnastikforening RU11P 1	31	35	27
GymHelsingø RU11P 3	28	32	36

ROTATIONER

U11 piger pulje 4

Afvikles i rotation 4+4+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
Gladsaxe IF RU11P 4	1	5	9
Ringsted IF - Gymnastik RU11P 3	10	2	6
Nivå GF RU11P 2	7	11	3
TeamGym Helsingør RU11P 1	4	8	12
Sengeløse Idræt RU11P 1	13	17	21
Farum Gymnastikforening RU11P 3	22	14	18
GymHelsingø RU11P 2	19	23	15
Ringsted IF - Gymnastik RU11P 2	16	20	24
Herlufsholm GF RU11P 3	25	29	33
Lille Næstved IF RU11P 2	34	26	30
Himmelev Veddelev Gymnastik forening (HVG) RU11P 1	31	35	27
Vedbæk Gymnastikforening RU11P 1	28	32	36

ROTATIONER

U11 piger pulje 3

Afvikles i rotation 4+4+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
Gladsaxe IF RU11P 3	1	5	9
Farum Gymnastikforening RU11P 2	10	2	6
Nivå GF RU11P 1	7	11	3
Rødovre og Omegns Gymnastikforening (ROG) RU11P 4	4	8	12
Ringsted IF - Gymnastik RU11P 1	13	17	21
Ølstykke GF RU11P 4	22	14	18
Herlev Gymnastik, HI RU11P 1	19	23	15
Roskilde TeamGym RU11P 2	16	20	24
Lille Næstved IF RU11P 1	25	29	33
Høng GF RU11P 1	34	26	30
GF Køge Bugt RU11P 2	31	35	27
Rødovre og Omegns Gymnastikforening (ROG) RU11P 3	28	32	36

ROTATIONER

U11 piger pulje 2

Afvikles i rotation 4+4+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
Herlufsholm GF RU11P 2	1	5	9
Greve Gymnastik og Trampolin RU11P 3	10	2	6
TeamGym NærHeden RU11P 1	7	11	3
Gladsaxe IF RU11P 2	4	8	12
GHG -Teamgym Herlev RU11P 2	13	17	21
Hvidovre Gymnastik (HVG37) RU11P 1	22	14	18
GymHelsinge RU11P 1	19	23	15
Roskilde TeamGym RU11P 1	16	20	24
Farum Gymnastikforening RU11P 1	25	29	33
Rødovre og Omegns Gymnastikforening (ROG) RU11P 2	34	26	30
Greve Gymnastik og Trampolin RU11P 2	31	35	27
Ølstykke GF RU11P 3	28	32	36

ROTATIONER

U11 piger pulje 1

Afvikles i rotation 4+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
GF Køge Bugt RU11P 1	1	5	9
GHG -Teamgym Herlev RU11P 1	10	2	6
Herlufsholm GF RU11P 1	7	11	3
Ølstykke GF RU11P 2	4	8	12
Gladsaxe IF RU11P 1	13	17	21
Greve Gymnastik og Trampolin RU11P 1	22	14	18
Ølstykke GF RU11P 1	19	23	15
Rødovre og Omegns Gymnastikforening (ROG) RU11P 1	16	20	24

Junior piger pulje 1 & U14 mix pulje 1

Afvikles i rotation 4+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
GF Køge Bugt RU14M 1	1	5	9
Vedbæk Gymnastikforening RU14M 1	10	2	6
Ørestad Idrætsforening RJP 2	7	11	3
Ølstykke GF RJP 1	4	8	12
Sengeløse Idræt RJP 1	13	17	21
IF32 Glostrup Gymnastikforening RJP 1	22	14	18
Ringsted IF - Gymnastik RJP 1	19	23	15
Ørestad Idrætsforening RJP 1	16	20	24

ROTATIONER

U11 mix pulje 1 & U11 drenge pulje 1

Afvikles i rotation 4+4+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
Vedbæk Gymnastikforening RU11M 1	1	5	9
Vintersbølle GF RU11M 1	10	2	6
Roskilde TeamGym RU11D 1	7	11	3
Ringsted IF - Gymnastik RU11D 2	4	8	12
Ringsted IF - Gymnastik RU11D 1	13	17	21
Greve Gymnastik og Trampolin RU11D 1	22	14	18
Gladsaxe IF RU11D 2	19	23	15
GymHelsingør RU11D 1	16	20	24
GF Køge Bugt RU11D 1	25	29	33
Rødovre og Omegns Gymnastikforening (ROG) RU11D 1	34	26	30
Gladsaxe IF RU11D 1	31	35	27
Ølstykke GF RU11D 1	28	32	36

ROTATIONER

U14 drenge pulje 1

Afvikles i rotation 5+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
Ølstykke GF RU14D 1	1	11	6
Ringsted IF - Gymnastik RU14D 1	7	2	12
GymHelsinge RU14D 1	13	8	3
Farum Gymnastikforening RU14D 2	4	14	9
TeamGym NærHeden RU14D 1	10	5	15
TeamGym Helsingør RU14D 2	16	20	24
Eskilstrup G & IF RU14D 1	25	17	21
Rødovre og Omegns Gymnastikforening (ROG) RU14D 1	22	26	18
GF Køge Bugt RU14D 1	19	23	27

U14 piger pulje 4

Afvikles i rotation 6+5

Hold	Rytme	Bane	Tramp
GymHelsinge RU14P 2	1	7	13
TeamGym Helsingør RU14P 3	14	2	8
Rødovre og Omegns Gymnastikforening (ROG) RU14P 2	9	15	3
Nivå GF RU14P 3	4	10	16
Høng GF RU14P 2	17	5	11
Hvidovre Gymnastik (HVG37) RU14P 3	12	18	6
Himmelev Veddelev Gymnastik forening (HVG) RU14P 2	19	29	24
Herlufsholm GF RU14P 2	25	20	30
Herlev Gymnastik, HI RU14P 2	31	26	21
Greve Gymnastik og Trampolin RU14P 1	22	32	27
Albertslund Idrætsforening, Gymnastik RU14P 3	28	23	33

ROTATIONER

U14 piger pulje 3

Afvikles i rotation 4+4+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
Høng GF RU14P 1	1	5	9
Sengeløse Idræt RU14P 1	10	2	6
Farum Gymnastikforening RU14P 3	7	11	3
Slagelse GF RU14P 2	4	8	12
Eskilstrup G & IF RU14P 2	13	17	21
TeamGym Helsingør RU14P 2	22	14	18
Skjold Gymnastik Birkerød RU14P 2	19	23	15
Ørestad Idrætsforening RU14P 2	16	20	24
Gladsaxe IF RU14P 2	25	29	33
Gladsaxe IF RU14P 3	34	26	30
Ørestad Idrætsforening RU14P 1	31	35	27
Albertslund Idrætsforening, Gymnastik RU14P 2	28	32	36

ROTATIONER

U14 piger pulje 2

Afvikles i rotation 4+4+4

Hold	Rytme	Bane	Tramp
Slagelse GF RU14P 1	1	5	9
IF32 Glostrup Gymnastikforening RU14P 1	10	2	6
Nivå GF RU14P 2	7	11	3
GHG -Teamgym Herlev RU14P 2	4	8	12
Vintersbølle GF RU14P 1	13	17	21
Lille Næstved IF RU14P 1	22	14	18
TeamGym NærHeden RU14P 1	19	23	15
Skjold Gymnastik Birkerød RU14P 1	16	20	24
Eskilstrup G & IF RU14P 1	25	29	33
Herlev Gymnastik, HI RU14P 1	34	26	30
Farum Gymnastikforening RU14P 2	31	35	27
Hvidovre Gymnastik (HVG37) RU14P 2	28	32	36

ROTATIONER

U14 piger pulje 1

Afvikles i rotation 4+4+4

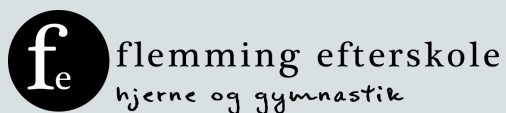
Hold	Rytme	Bane	Tramp
Gladsaxe IF RU14P 1	1	5	9
Roskilde TeamGym RU14P 1	10	2	6
Rødovre og Omegns Gymnastikforening (ROG) RU14P 1	7	11	3
GHG -Teamgym Herlev RU14P 1	4	8	12
Himmelev Veddelev Gymnastik forening (HVG) RU14P 1	13	17	21
TeamGym Helsingør RU14P 1	22	14	18
Farum Gymnastikforening RU14P 1	19	23	15
Vedbæk Gymnastikforening RU14P 1	16	20	24
GF Køge Bugt RU14P 1	25	29	33
Herlufsholm GF RU14P 1	34	26	30
Hvidovre Gymnastik (HVG37) RU14P 1	31	35	27
Nivå GF RU14P 1	28	32	36



CHOPAR®

 **Rejsechefen**

Scandic



vesterlund
efterskole

 **vejstrup** efterskole