

# **GymDanmark**

DANMARKS GYMNASTIK FORBUND

Arrangerer

## Efterskole Mesterskabet - TeamGym

23. maj 2025

Køge Hallerne

I samarbejde med

**Gymnastikforeningen Køge Bugt**



## Indhold

|                                                                                                        |                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Velkomst:</b>                                                                                       | 2                                 |
| Anmeldelse af deltagere, spring og rytmeserier samt musikupload:                                       | 3                                 |
| Musik:                                                                                                 | 3                                 |
| Konkurrencelicens:                                                                                     | 3                                 |
| Sygesikringsbevis:                                                                                     | 3                                 |
| Pulje/divisionsinddeling og opvarmningstider:                                                          | 4                                 |
| Tilmelding:                                                                                            | 4                                 |
| Tilmeldingsfrist og betalingsfrist:                                                                    | 4                                 |
| <b>Entrepriser:</b>                                                                                    | 4                                 |
| Entre inkl. Program i forsalg via <a href="http://www.event.it/gymdanmark">www.event.it/gymdanmark</a> | 4                                 |
| Entre inkl. Program på stævnedag i døren                                                               | 4                                 |
| Praktiske oplysninger                                                                                  | 4                                 |
| Cafeteria                                                                                              | 4                                 |
| Indkvartering                                                                                          | Fejl! Bogmærke er ikke defineret. |
| Ansvarlig for Indkvartering:                                                                           | Fejl! Bogmærke er ikke defineret. |
| Ankomst:                                                                                               | 6                                 |
| Kontakter:                                                                                             | 7                                 |

## Velkomst:

Gymnastikforeningen Køge Bugt skal for første gang være værter for et TeamGym stævne. Vi gælder os utrolig meget til at byde jer velkomne i de flotte faciliteter i Køge Hallerne. Vi har samlet en meget erfaren styregruppe.

## Anmeldelse af deltagere, spring og rytmeserier samt musikupload:

Holdene skal have anmeldt deltagere, rytme- og springlister, samt uploade musik på forhånd. Dette gøres via GymDanmarks hjemmeside på [www.gymdanmark.dk](http://www.gymdanmark.dk) hvor der også findes en vejledning. Anmeldelsen skal ske på forhånd via hjemmesiden inden deadline.

Rytme- og spring anmeldelser samt musik skal være uploaded online inden klokken 24.00 sidste torsdagen inden holdets konkurrence. Herefter låses Tariff forms.

Ønsker en forening at få åbnet op for Tariff forms for at uploade musik, deltager-, rytme- og/eller springlister, kan dette godt forekomme mod en bod pålydende 500 kr., som betales via følgende link: <https://event.it/gymdanmark/gebyr/token/UTG> inden holdet kan få lov at stille i konkurrence.

Ændringer i rytme og springlister bedes rettes til D dommerpanelet hurtigst muligt inden holdet går på gulvet.

Ændringer kan foretages lige indtil man skal på gulvet. Kontakt D dommerpanelet hurtigst muligt

## Musik:

Der skal uploades musik i det system GymDanmark stiller til rådighed. I tilfælde af tekniske problemer vil der være mulighed for at afspille musik via elektronisk medie der kan tilsluttes jackstik.

Deadlines for upload af musik er torsdagen inden weekendens konkurrencer kl. 24.00.

OBS: Det er ikke muligt at benytte CD.

Tekniske spørgsmål bedes sendt til komiteen for TeamGyms StævneSektion på [tgss@gymdanmark.dk](mailto:tgss@gymdanmark.dk)

## Konkurrencelicens:

Husk, at alle gymnaster skal have en gyldig konkurrencelicens for at deltage.

Licensen kan løses hele året, vær dog opmærksom på at licensen først er aktiv når GymDanmark har modtaget betaling.

Læs mere på: <https://gymdanmark.dk/licens/>

## Sygesikringsbevis:

Alle gymnaster skal medbringe sygesikringsbevis.

## Pulje/divisionsinddeling og opvarmningstider:

Pulje/divisionsinddelinger og opvarmningstider kan findes på [www.gymdanmark.dk](http://www.gymdanmark.dk)  
Opvarmningstider vil være at finde ca. 14 dage inden konkurrencen.

## Tilmelding:

Tilmelding til stævnet sker via GymDanmarks online formular, som kan findes her:

[www.event.it/gymdanmark](http://www.event.it/gymdanmark)

Bemærk: Der skal betales med dankort ved tilmelding.

Husk at printe deltagerbevis/billetter ellers kan I ikke komme ind til stævnet.

Der skal tilmeldes:

Deltagergebyr - Gymnaster og trænere á 140 kr.

Medrejsende heppere á 50 kr.

## Tilmeldingsfrist og betalingsfrist:

**Tilmeldingsfrist d. 9. maj** som er 14 dage før konkurrencens første dag. Efter denne dato opkræves et gebyr på 500 kr.

## Entrepriser:

|         |         |                 |         |
|---------|---------|-----------------|---------|
| 0-4 år  | gratis  |                 |         |
| 5-12 år | 60 kr.  | Lørdag + søndag | 90 kr.  |
| 13 – år | 100 kr. | Lørdag + søndag | 170 kr. |

## Praktiske oplysninger

### Cafeteria

#### Bestilling af frokost madpakker til gymnaster og instruktører:

I kan som hold/forening forudbestille frokostpakker til jeres gymnaster og instruktører.

Frokostpakken kan også bestilles, så man kan have den med på hjemturen. Frokostpakken indeholder:

- Én sandwich
- Én vand
- Ét stk. frugt
- Én myslibar

Frokostpakken koster 95,- pr. stk.

Bestilling sker via mail [info@krohnsk.dk](mailto:info@krohnsk.dk) senest 5 dage før konkurrencens første dag. I bestillingen skrives antal frokostpakker der ønskes bestilles og hvilket hold/hvilken forening der bestilles til. Der vil herefter blive tilsendt en faktura der skal betales inden konkurrencen.

Ved afhentning vises den betalte faktura.

### Forudbestilling af mad til tilskuere:

Som tilskuer vil det være muligt at forudbestille mad før konkurrencen. Bestillingen åbner ca. 2 uger før og skal være afgivet senest 4 dage før konkurrencedagen. Der vil være mulighed for at bestille:

- Frokostpakke - 1 stor sandwich med kylling/bacon **eller** som salat box, 1 kildevand, 1 stk. frugt og 1 myslibar - 95kr. pr. stk.
- Kylling/bacon sandwich - 70 kr. pr. stk.
- Æg og rejer sandwich - 70 kr. pr. stk.
- Skinke/ost sandwich - 70 kr. pr. stk.
- Tomat mozzarella sandwich - 70 kr. pr. stk.
- Pastasalat med kylling i box - 70 kr. pr. stk.
- Vegansk salat med falafel i box - 70 kr. pr. stk.
- Kinabox med pasta/kødsovs med salat topping - 75 kr. pr. stk.

Ved afhentning af forudbestilt mad, vises kvittering fra webshop.

Der vil være 3 udsalgsboder i Køge Hallerne som sælger et varieret udbud. Der vil være mulighed for at købe de gængse caferetter som hotdogs, toast og pommes frites. Der vil også være et mindre antal friske sandwich og salater. Dog opfordres der til at forudbestille den friske mad - sandwich og salater - inden konkurrence for at minimere madspild.

Linket til hjemmesiden, hvorpå maden skal bestilles, bliver lagt ind i Facebook begivenheden, når bestillingen åbner. Link til Facebook begivenhed: <https://fb.me/e/63xHOYRQI>

Er der spørgsmål vedrørende maden (allergener mm.) kan man kontakte Krohn's køkken på [info@krohnsk.dk](mailto:info@krohnsk.dk)

Det er ikke muligt at have medbragt mad og drikke med i Køge Hallerne.

### Parkering

Der er et begrænset antal parkeringspladser helt tæt på hallen. Vi arbejder med Køge Kommune omkring oversigtskort over flere parkeringsmuligheder. Vi melder ud på konkurrencens Facebook begivenhed tættere på konkurrencen.

## Oversigtskort

Konkurrencen afvikles i hal 3. Der vil være rytmeopvarmning i hal 1 og springopvarmning i hal 2.



## Ankomst:

Alle deltagere skal medbringe deres egen billet, som skal scannes i døren ved indgangen til hallen. Det er instruktør/tilmelders opgave at få printet og udleveret billetter til egne trænere og gymnaster.

Tilskuere kan købe billet ved indgangen med MobilePay. Det vil ikke være onlinebilletter for tilskuere.

## Kontakter:

Stævneleder

Kim Kløve Jelstad

[kim@jelstad.eu](mailto:kim@jelstad.eu)

Tlf.: 27 99 00 00

## Økonomi og tilmelding

Gymnastikforeningen Køge Bugts kontor ved Hanne og Lene

[admin@koegebugt.dk](mailto:admin@koegebugt.dk)

Tlf.: 40 75 41 43

Med venlig hilsen

Gymnastikforeningen Køge Bugt