

Trampolin

Indbydelse til Dan Camp 1 2026

Dato: lørdag d. 31. januar 10.00-17.00 (evt. ankomst fredag aften)

Sted: Femhøje Idrætscenter, Femhøje 5, 9800 Hjørring

Kontakt: Kim Olavi, kimolavi@gmail.com, 31152109

Sidste tilmeldingsfrist: 13. januar 2026

Pris: 305 kr.

Tilmelding: Gymnast skal have indløst en **national licens** for at kunne deltage og principielt kunne deltage i Dan Cup. Der skal tilmeldes én træner for hver 4 gymnaster. Trænere deltager gratis, men skal betale for overnatning og mad.

Trænere tilmeldes via dommermodulet.

Tilmelding i række (Uanset alder):

D: 4-8 salti

C: 9 op til alle enkelt-salti

B: Simple dobbelt spring (8-1 o/<, 8--o/<)

A: avancerede dobbelt/trippelt spring (8-3o/<, 811o/< etc.)

Vi forventer at have plads til alle interesserede, men forbeholder os retten til at frasortere det nødvendige antal. Dette vil naturligvis foregå i dialog med klubberne.

Trampolin: Til Dan Camp vil springerne blive placeret i faste træningsgrupper, hvor medlemmerne har ca. samme springmæssige og aldersmæssige niveau, for at alle får mest muligt udbytte af træningen. Der vil være fokus på den trampolinmæssige udvikling og socialt samvær for gymnasterne.

Emne for Campen: Vi tager udgangspunkt i stil-træning (E) med øje for det nye reglement i trampolin som blev indført 1. januar 2025.

Forplejning og overnatning: Der er **inkluderet frokost i prisen til denne Dan Camp**.

Det vil være muligt for **trænere og gymnaster at overnatte fra fredag til lørdag**. Overnatning foregår i klasselokaler; medbring egne madras og sovepose.

Man tilmelder sig overnatning for både gymnaster og trænere ved at udfylde og send tilmeldingsblanketten vedlagt invitationen til Svitlana. Betaling foregår ved bankoverførsel til STN.

For trænere/dommere: Udover at deltage i Dan Campen inviteres I, fredag aften, til at deltage i en hyggelig debataften og socialt samvær med andre trænere fra hele landet.

Emnet for aftenen vil være

"Mini dommerkursus og anskuelser fra et dommerperspektiv"

Hvad kigger dommerne efter ud fra det nye reglement og hvordan trænes der efter det.

Vi glæder os meget til at se en masse glade deltagere.

Har klubberne / trænerne spørgsmål, er I meget velkomne til at kontakte Dan Camp koordinator Kim Olavi

kimolavi@gmail.com tlf: 31152109

Med venlig hilsen
Konkurrencesektionen

Program:

Fredag aften:

18-20	Mulig ankomst for trænere og gymnaster
20.00	Oplæg for trænere og evt. gymnaster
21.30	hygge for trænere og gymnaster

Lørdag:

10-17	Træning for alle gymnaster
-------	----------------------------

Parkering: Der kan parkeres gratis ved hallen.

Generel praktisk information

Alle nødvendige oplysninger om afviklingen af trampolinkonkurrencer kan findes på GymDanmarks hjemmeside: <https://gymdanmark.dk/konkurrence-trampolin/>

- **Reglementer:** Diverse trampolinreglementer findes på GymDanmarks hjemmeside under konkurrenceinformation.
- **Konkurrencelicens:** Alle gymnaster skal have en gyldig konkurrencelicens for at deltage. Læs mere om licenskøb på: <https://gymdanmark.dk/licens/>.