

Rytmask Gymnastik / GRAND PRIX RYTME

1. runde Forbundsmesterskaberne / Danmarks- mesterskaberne & Stjerne Grand Prix 1

Dato: lørdag den 31. januar og søndag den 1. februar 2026

Sted: Greve Idrætscenter, Lillevangsvej 88, 2670 Greve

Værtsforening: Greve Gymnastik & Trampolin

Kontakt: teamgreve.mail@gmail.com

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	07:30	Hallen Åbner
	10:40	Indmarch (faneinstruktion kl. 10:00 i Hal 1)
	11:00 – 12:10	Mikro & Mini Mono
	12:20 – 13:55	Mini 8-10 år
	13:55 – 14:25	Pause
	14:25 – 16:00	Mini 10-12 år
	16:00	Udmarch
Søndag	07:30	Hallen Åbner
	10:10	Indmarch
	10:30 – 12:25	Pigerækken
	12:30 – 13:50	Tweens & Senior fri
	13:50 – 14:20	Pause
	14:20 – 15:55	Junior
	16:00 – 17:00	Senior
	17:00	Udmarch

Ovenstående angivne tider er vejledende og kan ændre sig i løbet af dagen.

Tidsplan og startrækkefølge: se vedhæftet zoneprogram.

Infostand: I forhallen vil der være en infostand, hvor man kan henvende sig med spørgsmål.

Licenskontrol/redskabskontrol: Alle gymnaster skal have gyldig konkurrencelicens. Licenskontrol foretages ved infostanden, og der skal medbringes sygesikringsbevis eller pas. Kontrollen skal være gennemført inden holdets række begynder. Liste over udtagne hold findes ved indgangen.

Redskabskontrol foretages af dommerne i opvarmningszonerne.

Prøvegulv/opvarmningszoner: Alle hold har fået tildelt en opvarmningszone (se tids- og zoneplanen). Det er vigtigt, at de angivne tider overholdes, da der ikke kan være flere hold i samme zone ad gangen. I alle zoner vil der være en tæppebane til rådighed.

En oversigt over opvarmningszonerne findes både ved infostanden og ved indgangen til opvarmningshallerne.

Derudover vil der være mulighed for at gennemkøre serien på fuldt tæppe med musik, inden I går på konkurrencegulvet. Musik til prøvegulv vil blive afspillet af stævnedhjælper.

Det er tilladt at afspille musik i opvarmningszonerne, men der skal tages hensyn til de øvrige hold. Opleves der problemer, bedes I henvende jer i infostanden, som vil hjælpe.

Indmarch/udmarch: Husk faner – der er ind- og udmarch begge dage. Faneinstruks foregår i hal 1 (se tidspunkt under Program).

Lørdag: Indmarch med faner, udmarch uden faner

Søndag: Indmarch uden faner, udmarch med faner

Se den detaljerede indmarchplan for rækkefølge. En samlet oversigt over indmarchen vil desuden være tilgængelig i infostanden.

Hallerne: Hal 1 – Konkurrencehallen
Hal 2 – Prøvegulv + opvarmningszoner
Hal 3 – Opvarmningszoner
Hal 4 – Springcenter (**ingen adgang**)

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

Entrébilletter: Voksen pr. dag 75 kr. og 2 dage 120 kr. Børn 6-12 år pr. dag 40 kr. og 2 dage 60 kr. Fri entré for instruktører og gymnaster. Betaling er kun muligt med MobilePay og kontakt.

Cafeteria/kiosk: Der er mulighed for at købe mad, drikkevarer, kaffe, kage, frugt, mv.

Parkering: Der kan parkeres gratis ved hallen.

KSIS deltagerlister & musik: Der skal uploades deltagerliste (inkl. licensnummer) og musik i KSIS: https://www.rgform.eu/event.php?id_prop=9688

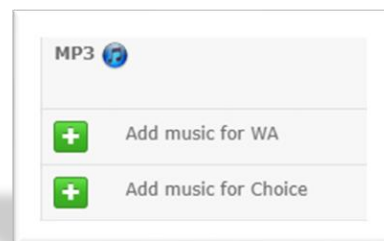
- Deadline for deltagerliste d. 17. januar 2026
- Deadline for musik d. 24. januar 2026

GymDanmark/kommiteen for Rytmisk Gymnastik vil efter denne dato opkræves et gebyr på 500 kr. pr. hold, pr. manglende upload.

Husk ved upload af musik i KSIS:

Add music for WA = **Friserie**

Add music for Choice = **Redskabsserie**



Musik: Medbring jeres musik på pc eller telefon som backup.

Pokaler: Alle bedes medbringe pokaler vundet i sæson 2025 og aflevere dem i infostanden. Husk at få dem indgraveret inden aflevering.

Overnatning og forplejning: Deadline for bestilling af overnatning er 18. januar 2026 (gerne hurtigst muligt). Bestilling sker via linket: <https://forms.gle/kqwSPw81fjWfBWax7>

Overnatning på Hedelyskolen, Dønnergårds Alle 30, 2670 Greve

- Fredag: indkvartering kl. 18.00–23.00
- Lørdag: indtil kl. 10.00 (skolen åbner igen kl. 16.30)
- Søndag: lokalerne forlades senest kl. 10.00

Lokaler afleveres ryddet som ved ankomst. Rygning, alkohol og medbragt mad i klasselokaler er ikke tilladt.

Forplejning

- Morgenmad spises på skolen fra kl. 6:30 – 9:00
- Frokost udleveres i infostanden kl. 11:00 – 12:00
- Aftensmad voksen/barn spises på skolen kl. 17:30 - 19:30

For spørgsmål, kontakt teamgreve.mail@gmail.com
Vi glæder os til at se jer!

Med venlig hilsen
Greve Gymnastik & trampolin

