



GymDanmark
gymnastik & fitness

Dan Camp 1 2026

Lørdag d. 31. januar	
8.30 -9.30	Morgenmad (Overnattende)
10.00	Introduktion
10.10	Fælles leg/ opvarmning
10.30	Teknik træning med fokus på Udførsel (E)
11.30	Frokost
12.15	Fælles opvarmning
12.45	Stationstræning 1
13.45	Stationstræning 2
14.45	Pause
15.05	Stationstræning 3
16.05	Fri leg i trampolinhallen
17.00	Slut for Dan Camp 2