

TIDSPLAN/PROGRAM Lørdag den 31. januar 2026

OPVARMNINGSZONER, PRØVEGULV OG KONKURRENCEGULV

1. runde Forbundsmesterskaberne / Danmarks mesterskaberne og Stjerne Grand Prix 1

MIKRO OG MINI MONO

Indmarch kl. 10.40

Start	Række	Hold	Forening	Serie 1	Serie 2	Opvarmningszone	Prøvegulv	Konkurrencegulv
1	Mikro	Team Greve mikro månepiger	Greve Gymnastik og Trampolin	X		Zone 1 9:46 - 10:46	prøvegulv 10:46 - 10:50	tæppe 1 11:00 - 11:04
2	Mikro	Team Vala	DHG Gymnastik	X		Zone 2 9:50 - 10:50	prøvegulv 10:50 - 10:54	tæppe 1 11:04 - 11:08
3	Mini Mono	Team Bellis	Grindsted Gymnastik- og Idrætsforening, gymnastik	X		Zone 3 9:54 - 10:54	prøvegulv 10:54 - 10:58	tæppe 1 11:08 - 11:12
4	Mikro	Venta Sort	Espergærde I.F. gymnastik	X		Zone 4 9:58 - 10:58	prøvegulv 10:58 - 11:02	tæppe 1 11:12 - 11:16
5	Mikro	Team Tilia	HGI Gymnastik og Trampolin	X		Zone 5 10:02 - 11:02	prøvegulv 11:02 - 11:06	tæppe 1 11:16 - 11:20
6	Mini Mono	Team Posie	HGI Gymnastik og Trampolin	X		Zone 6 10:06 - 11:06	prøvegulv 11:06 - 11:10	tæppe 1 11:20 - 11:24
7	Mikro	Team Nalia	Farum Gymnastikforening	X		Zone 7 10:10 - 11:10	prøvegulv 11:10 - 11:14	tæppe 1 11:24 - 11:28
8	Mikro	Team Greve mikro stjernepiger	Greve Gymnastik og Trampolin	X		Zone 8 10:14 - 11:14	prøvegulv 11:14 - 11:18	tæppe 1 11:28 - 11:32
9	Mini Mono	Team Ceresia	Ringsted IF gymnastikafdeling	X		Zone 9 10:18 - 11:18	prøvegulv 11:18 - 11:22	tæppe 1 11:32 - 11:36
10	Mikro	Team Rosetta	Ringsted IF gymnastikafdeling	X		Zone 10 10:22 - 11:22	prøvegulv 11:22 - 11:26	tæppe 1 11:36 - 11:40
11	Mikro	Glitter girls	DHG Gymnastik	X		Zone 11 10:26 - 11:26	prøvegulv 11:26 - 11:30	tæppe 1 11:40 - 11:44
12	Mini Mono	Team Sora	Farum Gymnastikforening	X		Zone 12 10:30 - 11:30	prøvegulv 11:30 - 11:34	tæppe 1 11:44 - 11:48
13	Mikro	Venta Rød	Espergærde I.F. gymnastik	X		Zone 13 10:34 - 11:34	prøvegulv 11:34 - 11:38	tæppe 1 11:48 - 11:52
14	Mikro	Glitter Unit	DHG Gymnastik	X		Zone 14 10:38 - 11:38	prøvegulv 11:38 - 11:42	tæppe 1 11:52 - 11:56
15	Mini Mono	Saga 8-10	Espergærde I.F. gymnastik	X		Zone 15 10:42 - 11:42	prøvegulv 11:42 - 11:46	tæppe 1 11:56 - 12:00
16	Mikro	Team Nova	Randers Gymnastiske Forening	X		Zone 1 10:46 - 11:46	prøvegulv 11:46 - 11:50	tæppe 1 12:00 - 12:04
17	Mikro	Team Daisy	Grindsted Gymnastik- og Idrætsforening, gymnastik	X		Zone 2 10:50 - 11:50	prøvegulv 11:50 - 11:54	tæppe 1 12:04 - 12:08



MINI 8-10 år

Lille pause

Start	Række	Hold	Forening	Serie 1	Serie 2	Opvarmningszone	Prøvegulv	Konkurrencegulv 1. runde	Opvarmningszone	Prøvegulv 2. runde	Konkurrencegulv 2. runde
1	Mini 8-10	Team Avio	Spangsbjerg Idrætsforening - Gymnastik	X		Zone 3 11:06 - 12:06	prøvegulv 12:06 - 12:10	tæppe 1 12:20 - 12:24	Zone 3 12:24 - 12:54	prøvegulv 12:54 - 12:58	tæppe 1 13:08 - 13:12
2	Mini 8-10	Team Vea	Randers Gymnastiske Forening		X	Zone 4 11:10 - 12:10	prøvegulv 12:10 - 12:14	tæppe 1 12:24 - 12:28	Zone 4 12:28 - 12:58	prøvegulv 12:58 - 13:02	tæppe 1 13:12 - 13:16
3	Mini 8-10	Team Mella	Gymnastikforeningen Køge Bugt	X		Zone 5 11:14 - 12:14	prøvegulv 12:14 - 12:18	tæppe 1 12:28 - 12:32	Zone 5 12:32 - 13:02	prøvegulv 13:02 - 13:06	tæppe 1 13:16 - 13:20
4	Mini 8-10	Team Stella	Lystrup Idrætsforening		X	Zone 6 11:18 - 12:18	prøvegulv 12:18 - 12:22	tæppe 1 12:32 - 12:36	Zone 6 12:36 - 13:06	prøvegulv 13:06 - 13:10	tæppe 1 13:20 - 13:24
5	Mini 8-10	Team Pyrit	DHG Gymnastik	X		Zone 7 11:22 - 12:22	prøvegulv 12:22 - 12:26	tæppe 1 12:36 - 12:40	Zone 7 12:40 - 13:10	prøvegulv 13:10 - 13:14	tæppe 1 13:24 - 13:28
6	Mini 8-10	Team viola	Tarup-Paarup Idrætsforening, Gymnastik		X	Zone 8 11:26 - 12:26	prøvegulv 12:26 - 12:30	tæppe 1 12:40 - 12:44	Zone 8 12:44 - 13:14	prøvegulv 13:14 - 13:18	tæppe 1 13:28 - 13:32
7	Mini 8-10	Team Thalia	Tarup-Paarup Idrætsforening, Gymnastik	X		Zone 9 11:30 - 12:30	prøvegulv 12:30 - 12:34	tæppe 1 12:44 - 12:48	Zone 9 12:48 - 13:18	prøvegulv 13:18 - 13:22	tæppe 1 13:32 - 13:36
8	Mini 8-10	Team Zenith	Greve Gymnastik og Trampolin		X	Zone 10 11:34 - 12:34	prøvegulv 12:34 - 12:38	tæppe 1 12:48 - 12:52	Zone 10 12:52 - 13:22	prøvegulv 13:22 - 13:26	tæppe 1 13:36 - 13:40
9	Mini 8-10	Team Octopus	Silkeborg Gymnastikforening	X		Zone 11 11:38 - 12:38	prøvegulv 12:38 - 12:42	tæppe 1 12:52 - 12:56	Zone 11 12:56 - 13:26	prøvegulv 13:26 - 13:30	tæppe 1 13:40 - 13:44
10	Mini 8-10	Team Nori	Greve Gymnastik og Trampolin		X	Zone 12 11:42 - 12:42	prøvegulv 12:42 - 12:46	tæppe 1 12:56 - 13:00	Zone 12 13:00 - 13:30	prøvegulv 13:30 - 13:34	tæppe 1 13:44 - 13:48
11	Mini 8-10	Team Jasiri	Gymnastikforeningen Øbro	X		Zone 1 11:46 - 12:46	prøvegulv 12:46 - 12:50	tæppe 1 13:00 - 13:04	Zone 1 13:04 - 13:34	prøvegulv 13:34 - 13:38	tæppe 1 13:48 - 13:52

MINI 10-12 år

Frokostpause

Start	Række	Hold	Forening	Serie 1	Serie 2	Opvarmningszone	Prøvegulv 1. runde	Konkurrencegulv 1. runde	Opvarmningszone	Prøvegulv 2. runde	Konkurrencegulv 2. runde
1	Mini 10-12	Team Enora	Espergærde I.F. gymnastik	X		Zone 2 13:04 - 14:14	prøvegulv 14:14 - 14:18	tæppe 1 14:28 - 14:32	Zone 2 14:32 - 15:02	prøvegulv 15:02 - 15:06	tæppe 1 15:16 - 15:20
2	Mini 10-12	Team Alina	Farum Gymnastikforening		X	Zone 3 13:08 - 14:18	prøvegulv 14:18 - 14:22	tæppe 1 14:32 - 14:36	Zone 3 14:36 - 15:06	prøvegulv 15:06 - 15:10	tæppe 1 15:20 - 15:24
3	Mini 10-12	Team Nova	Lystrup Idrætsforening	X		Zone 4 13:12 - 14:22	prøvegulv 14:22 - 14:26	tæppe 1 14:36 - 14:40	Zone 4 14:40 - 15:10	prøvegulv 15:10 - 15:14	tæppe 1 15:24 - 15:28
4	Mini 10-12	Team Roxia	DHG Gymnastik		X	Zone 5 13:16 - 14:26	prøvegulv 14:26 - 14:30	tæppe 1 14:40 - 14:44	Zone 5 14:44 - 15:14	prøvegulv 15:14 - 15:18	tæppe 1 15:28 - 15:32
5	Mini 10-12	Team Pinja	Ringsted IF gymnastikafdeling	X		Zone 6 13:20 - 14:30	prøvegulv 14:30 - 14:34	tæppe 1 14:44 - 14:48	Zone 6 14:48 - 15:18	prøvegulv 15:18 - 15:22	tæppe 1 15:32 - 15:36
6	Mini 10-12	Team Kimia	Gymnastikforeningen Øbro		X	Zone 7 13:24 - 14:34	prøvegulv 14:34 - 14:38	tæppe 1 14:48 - 14:52	Zone 7 14:52 - 15:22	prøvegulv 15:22 - 15:26	tæppe 1 15:36 - 15:40
7	Mini 10-12	Team Lily	Grindsted Gymnastik- og Idrætsforening, gymnastik	X		Zone 8 13:28 - 14:38	prøvegulv 14:38 - 14:42	tæppe 1 14:52 - 14:56	Zone 8 14:56 - 15:26	prøvegulv 15:26 - 15:30	tæppe 1 15:40 - 15:44
8	Mini 10-12	Team Emla	DHG Gymnastik		X	Zone 9 13:32 - 14:42	prøvegulv 14:42 - 14:46	tæppe 1 14:56 - 15:00	Zone 9 15:00 - 15:30	prøvegulv 15:30 - 15:34	tæppe 1 15:44 - 15:48
9	Mini 10-12	Team Vela	Greve Gymnastik og Trampolin	X		Zone 10 13:36 - 14:46	prøvegulv 14:46 - 14:50	tæppe 1 15:00 - 15:04	Zone 10 15:04 - 15:34	prøvegulv 15:34 - 15:38	tæppe 1 15:48 - 15:52
10	Mini 10-12	Saga 10-12	Espergærde I.F. gymnastik		X	Zone 11 13:40 - 14:50	prøvegulv 14:50 - 14:54	tæppe 1 15:04 - 15:08	Zone 11 15:08 - 15:38	prøvegulv 15:38 - 15:42	tæppe 1 15:52 - 15:56
11	Mini 10-12	Team Acella	SOR IF	X		Zone 12 13:44 - 14:54	prøvegulv 14:54 - 14:58	tæppe 1 15:08 - 15:12	Zone 12 15:12 - 15:42	prøvegulv 15:42 - 15:46	tæppe 1 15:56 - 16:00