



Arrangerer

LIGA & Senior Danmarksserien

1. runde

21. – 22. marts 2026

I Arena Randers

I samarbejde med



Indhold

Velkomst:	3
Anmeldelse af deltagere, spring og rytmeserier samt musikupload:	3
Musik:	3
Konkurrencelicens:	3
Sygesikringsbevis:	4
Pulje/divisionsinddeling og opvarmningstider:	4
Tilmelding:	4
Tilmeldingsfrist og betalingsfrist:	5
Entrepriser:	5
Praktiske oplysninger	5
Cafeteria	5
Indkvartering	5
Ansvarlig for Indkvartering:	6
Ankomst:	6
Parkering:	6
Kontakter:	7

Velkomst:

Kære gymnaster, instruktører og dommere

Randers gymnastiske Forening (RgF) og RgF TeamGym er meget glade for at kunne invitere til LIGA & Danmarksserien Senior 1. runde 2026.

Lørdag den 21. og søndag d. 22. marts 2026 i Arena Randers, Fyensgade 1, 8900 Randers.

Vi vil gøre vores bedste for at lave et rigtig godt stævne, hvor alle får mulighed for at præsentere deres gymnastik på bedste vis.

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 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

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/>

CHOPAR®



Sygesikringsbevis:

Alle gymnaster skal medbringe sygesikringsbevis.

Pulje/divisionsinddeling og opvarmningstider:

Pulje/divisionsinddelinger og opvarmningstider kan findes på 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

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 145 kr.

Der kan yderligere tilkøbes:

Overnatning inkl. morgenmad i Arena Randers (fredag til lørdag) á 135,- kr./nat

Overnatning inkl. morgenmad i Arena Randers (lørdag til søndag) á 135,- kr./nat

Morgenmaden består af følgende: *Morgenbolle, smør, marmelade, pålægschokolade, kødpålæg, ost i skiver, havregryn, mælk, sukker, æblejuice, kaffe og vand.*

Frokost lørdag To/Go á 85,- kr./måltid.

Frokost søndag To/Go á 85,- kr./måltid.

Der kan vælges mellem følgende:

- Stor sandwich med kylling og sprød bacon, hjemmelavet karrydressing, dagens grønt + kildevand og 1 stk. frugt.
- Pastasalat med stegt kylling og dagens grønt + kildevand og 1 stk. frugt.
- Poke bowl med kylling, ris, edamaebønner, gulerod, syltet rødløg, tang og dressing + kildevand og 1 stk. frugt.

Aftensmad fredag eller lørdag á 100,- kr./måltid.

Mørbradgryde / Butter chicken med ris + 1 sodavand 50 cl.

eller anden varm ret a la ovenstående.

Tilmeldingsfrist og betalingsfrist:

Ønsker man overnatning skal man senest **onsdag den 4. marts 2026** sende en mail til malthe@rgf.dk med ønske om overnatning og cirka antal.

Tilmeldingsfrist for deltagere, bespisning og endelig antal til overnatning er **fredag den 6. marts 2026**. Ved tilmelding efter denne dato vil man blive pålagt et administrationsgebyr på 500 kr.

Det vil heller ikke være muligt at bestille overnatning eller bespisning efter denne dato.

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

Der vil være salg af mad og drikke fra cafeteriet i Arena Randers, men det anbefales, at holdene forudbestiller madpakker ved større antal. Madpakken kan også afhentes senere og spises på hjemturen.

Indkvartering

Indkvartering foregår i Arena Randers i hallerne.

Soveposer og liggeunderlag skal medbringes.

Den foreningsansvarlige bedes oplyse gymnaster og instruktører om:

- Vi forventer, at I forlader overnatningsstedet i samme stand, som I modtog det. Overnatningsstedet skal godkendes, inden I forlader det ved afrejse.
- Hallen vil være åben fredag aften fra kl. 18.00. Hvis overnatningen foregår i en af prøvehallerne, skal der være ryddet op inden første prøvetid, hvilket er omkring kl. 08.00.
- Hærværk og ødelæggelse vil medføre erstatningskrav. Hærværk vil desuden medføre øjeblikkelig bortvisning.
- Stævnet er røgfrit. Dvs. at der ikke må ryges i hallerne.

Hvis man ikke er interesseret i overnatningen i Arenaen, kan alternativet være, at man tager kontakt til et af følgende hoteller og hører om pris og evt. grupperabat.

- Best Western Plus Hotel Kronjylland (0,9 km til Arena Randers)
- Hotel Randers (2 km fra Arena Randers)
- Motel X (11 km fra Arena Randers)

Ansvarlig for Indkvartering:

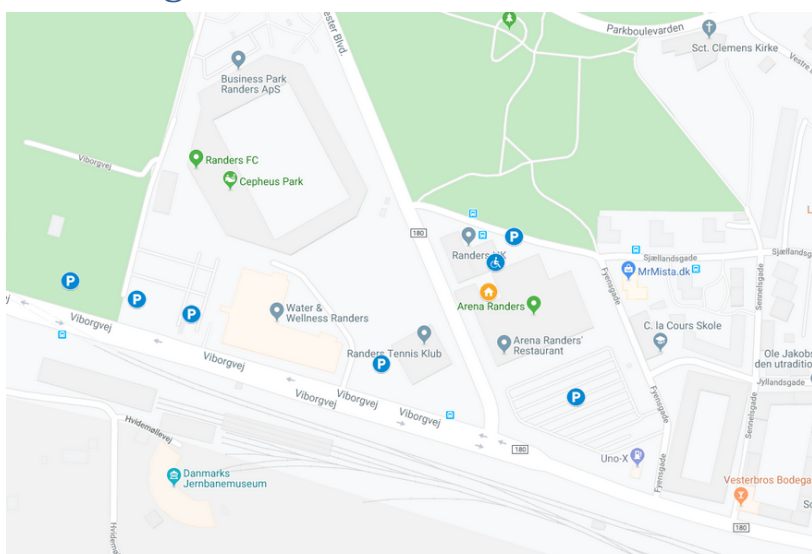
Ved spørgsmål vedr. indkvartering, kontakt Malthe Hvid på 5114 9172 eller Malthe@rgf.dk.

Ved ankomst til overnatning fredag aften, møder man ind i Arena Randers og får tildelt overnatningssted.

Ankomst:

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

Parkering:



Link til kort over parkering:

<https://www.arenaranders.dk/side/44/PARKERING-OVERSIGTSKORT>

Kontakter:

Stævneleder

Malthe Hvid
Udbyhøjvej 189
8930 Randers NØ
Tlf: 51149172
Malthe@rgf.dk

Økonomiansvarlig/forretningsfører RgF

Torben "Totte" Kjeldsen
Udbyhøjvej 189
8930 Randers NØ
Tlf: 4011 9608
Totte@rgf.dk

Hvis der fremkommer yderligere spørgsmål på dagen, er I altid velkommen til at henvende jer på stævnekontoret.

Vi glæder os rigtig meget til at se jer alle i Arena Randers.

Med venlig hilsen
Randers gymnastiske Forening og TeamGym Randers.