

Rytmisk Gymnastik

Stjerne Grand Prix

Forbundsmesterskaberne/DM/EFTERSKOLE DM

- Grand Prix Rytme

Dato: Lørdag den 9. maj 2026 og søndag den 10. maj 2026

Sted: Jysk Arena, Ansvej 114 – 8600 Silkeborg

Værtsforening: Silkeborg Gymnastikforening

Kontakt: Inger K Nielsen – info@sgf.dk – tlf 51268154

Kære forening

Vi ser frem til at byde jer velkommen.

I dette infobrev finder I alle nødvendige oplysninger om konkurrencen.

Program

Lørdag	07:30	Hallen Åbner
	10:30	Indmarch
	10:50– 12:00	Mikro & Mini Mono
	12:03 – 13:35	Mini 8-10 år
	13:40 – 14:05	Pause
	14:05 – 15:37	Mini 10-12 år
	16:00	Udmarch/Præmieoverrækkelse
Søndag	07:30	Hallen Åbner
	10:00	Indmarch
	10:15 – 12:07	Pige 2 div og 1. div
	12:12 – 13.12	Tweens & Senior 3. Division & Efterskole DM
	13:12 – 13.42	Pause
	13:42 – 15:10	Junior 2. div og 1. div
	15:15 – 16:13	Senior 1 division
16:30	Udmarch/Præmieoverrækkelse	

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

Tidsplan og startrækkefølge: se vedhæftede tids program

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 muligt med kontant/MobilePay

Efterskole DM: der er kun 3 hold tilmeldt, så det afholdes sammen med 3. division senior

Hvor Flemming Efterskole kun deltager i denne del.

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

Indmarch/udmarch:

Lørdag: Fane instruktion i Hal A – Fanebærer + 1 instruktør kl.: 9:45 Instruktør info

Søndag: Fane instruktion i Hal A – Fanebærer + 1 instruktør kl.: 9:15 Instruktør info

Lørdag Indmarch kl.: 10:30 (opstilling på balkonerne)

Søndag Indmarch kl.: 10:00 (opstilling på balkonerne)

Der vil være indmarch med fane og udmarch med præmieoverrækkelse, med fane for alle hold begge dage. Der vil i infostanden være en oversigt over indmarch/udmarch.

KSIS: Der skal uploades deltager (incl. licensnummer), musik og i KSIS:

https://rgform.eu/event.php?id_prop=9691

Fristen er fredag den 24. april 2026, efter denne dato opkræves et gebyr på 500 kr. pr. hold og for musik og for deltager.

Licens og redskabskontrol:

Lørdag kl.: 9:30 i Hal A stille område for Mini 8-10 år og Mini 10-12 år

Søndag kl.: 9:15 i Hal A stille område for Pige- Tweens-Junior-Senior

Hal A: Konkurrencehallen med tilskuer ved begge langsider (se oversigt) samt 2 stille områder for begge ender af hallen. Publikum har indgang fra balkonen.

HAL B: Opvarmningshal, hvor der er mulighed for opvarmning uden tæppe samt prøvegulv med tæppe. Der må ikke spilles egen musik i hallen.

Musik: Musik til prøvegulv vil blive afspillet af stævnedhjælper. Musikfilen skal navngives logisk. Fx: "Serie1_ Pige_TeamMelia". Medbring jeres musik på pc eller telefon som backup.

Video: Der bliver optaget video af alle konkurrencer til brug for dommeruddannelserne. Senior konkurrencen uploades dog til GymFotoVideo.

Overnatning og forplejning: Det er muligt at overnatte på Sølystskolen, Gran Alle , 8600 Silkeborg. Vi forventer, at I forlader lokalerne lige så pænt ryddet, som I modtog dem ved ankomsten. Medbring selv soveudstyr.

- Fredag: indkvartering fra kl. 18:00 – 23:00
- Lørdag: indkvartering indtil kl. 10:00 herefter aflåses skolen. Der åbnes igen kl. 17:00
- Søndag: Lokalerne forlades senest kl. 10:00
- Tag billede ved ankomst og aflever lokalet på samme måde.

Der må ikke ryges eller nydes alkohol på skolen og der må ikke spises medbragt mad i klasselokalerne.

Deadline for bestilling af overnatning er 24. april 2026 Bestilling sker via linket og betaling samme tidspunkt:

Forplejning:

- Morgenmad spises på skolen fra kl. 6:30 – 9:00
- Frokost udleveres i Jysk Arena, infostanden kl. 11:00 – 12:00
 - Frokostpakken: Sandwich m/kylling, frugt og juice
- Aftensmad voksen/barn spises på skolen kl. 17:30 - 19:30
 - Lørdag: Lasagne, salat og flute

Spise billet udleveres ved indkvartering.

For spørgsmål om konkurrencen, indkvartering eller forplejning, info@sgf.dk

Bestilling foretages [her](#)

Cafeteria/kiosk: Der er mulighed for at købe mad, drikkevarer, kaffe, kage, frugt, slik mv. Der må ikke spises medbragt mad i hallen og cafe.

Omklædning: Der vil i infostanden være en oversigt over fordeling af omklædningsrum.

Glemte sager vil ikke blive eftersendt. Vær påpasselig med sminke. Der må ikke anvendes hårlak i omklædningsrum og Ingen hårsætning i Hal A og caféen.

Omklædning 1-4 er i Hal A under tribunen, 5-8 i Hal B. Pladsen kan være trang, så vis hensyn. HUSK oprydning inden i forlader rummet.

Parkering: Der kan parkeres gratis ved hallen og ved Sølystskolen.

Vi glæder os til at se jer!



Med venlig hilsen

SILKEBORG GYMNASTIKFORENING