

GymDanmark

Idrætsgymnastik

Perfect 10 Challenge Cup

Kvindelige Idrætsgymnastik

Youth, Junior, Senior og DMC Junior, Senior

Lørdag den 11. april 2026

Konkurrencen arrangeres af
GymDanmark

I samarbejde med



Program

Nivå GF byder velkommen til Perfect 10 Challenge Cup

Youth, Junior og Senior og DMC Junior og Senior

Lørdag den 11. april 2026

1.subdivision – Youth, Junior og Senior

Kl. 09.00	Adgang til hallen
Kl. 09.30-10.00	Opvarmning
Kl. 10.00-11.00	Redskabsopvarmning
Kl. 10.00	Dommermøde
Kl. 11.05	Indmarch
Kl. 11.10-13.10	Konkurrence
Kl. 13.15	Præmieoverrækkelse for Senior, Junior, Youth

2.subdivision – DMC Junior og Senior

13.00-13.30	Opvarmning i springhallen.
13.30-14.10	Redskabsopvarmning
14.15	Indmarch
14.20-16.20	Konkurrence
16.25	Præmieoverrækkelse for DMC Junior, Senior

Præsentation af gymnasterne i 1. subdivision

Youth		Gruppe	Klub
	Emilie Min Højelse	3	Gefion
	Hanna Dalsgaard	3	Gefion
	Tora Elisdóttir Thorkidshøj	3	KG66
	Isolde Prieem Balle	3	Nivå GF

Junior		Gruppe	Klub
	Ella Karakis	2	Gefion
	Malle Tshering	2	Gefion
	Oddvør Alberta Kimsdóttir	2	KG66
	Sára Eyðfinsdóttir í Dali	2	KG66

Senior		Gruppe	Klub
	Marin Jákupsdóttir Danielsen	1	KG66
	Rosanna Ojala	1	KG66





Præsentation af gymnasterne i 2. subdivision





Junior DMC		Gruppe	Klub
	Asta Woller	2	KG66
	Flora Haarup Handryziak	2	KG66
	Ingrid Thorsen	2	KG66
	Laura Søe Knudsen	2	KG66

Senior DMC		Gruppe	Klub
	Berte Bjerregaard Gandsager	1	KG66
	Iben Melchiorson	1	KG66
	Amalie Steiness	1	Nivå GF
	Maria Storgård Norrild	1	Nivå GF





Opvarmning /Konkurrenceplan





1. subdivision

Opvarmning 1. subdivision				
Kl. 10.00-10.15		KG66 (5)	Gefion (4)	Nivå GF (1)
Kl. 10.15-10.30	Nivå GF (1)		KG66 (5)	Gefion (4)
Kl. 10.30-10.45	Gefion (4)	Nivå GF (1)		KG66 (5)
Kl. 10.45-11.00	KG66 (5)	Gefion (4)	Nivå GF (1)	

Konkurrence 1. subdivision				
Kl. 11.10-11.40	Sr./Jr./Youth			
Kl. 11.40-12.10		Sr./Jr./Youth		
Kl. 12.10-12.40			Sr./Jr./Youth	
Kl. 12.40-13.10				Sr./Jr./Youth

Opvarmning /Konkurrenceplan 2. subdivision

Opvarmning 2. subdivision				
Kl. 13.30-13.40	KG66 Junior (4)	Nivå GF (2)	KG66 Senior (2)	
Kl. 13.40-13.50		KG66 Junior (4)	Nivå GF (2)	KG66 Senior (2)
Kl. 13.50-14.00	KG66 Senior (2)		KG66 Junior (4)	Nivå GF (2)
Kl. 14.00-14.10	Nivå GF (2)	KG66 Senior (2)		KG66 Junior (4)

Konkurrence 2. subdivision				
Kl. 14.20-14.50	Sr./Jr.			
Kl. 14.50-15.20		Sr./Jr.		
Kl. 15.20-15.50			Sr./Jr.	
Kl. 15.50-16.20				Sr./Jr.

Overdommer: Camilla Vento

Adresse: Gymnastikkens Hus
Holmegårdsvej 102, 2980 Kokkedal

Musik: Musik sendes til mail: dorth@nivaagf.dk
inden 10. april - MP3 Navn_klub

Forplejning: Der vil være frugt og vand til gymnasterne
under konkurrencen.

Café: Der vil være mulighed for at købe boller,
toast, sodavand, juice kaffe/te mv. under
konkurrencen.

OBS. Der kan betales med mobilepay.

Parkering: Der er ubegrænset parkering på P-
pladsen foran hallen

Vi glæder os til at se jer.

Nivå Gymnastikforening