

# GymDanmark

## Idrætsgymnastik

Forbundsmesterskab Trin 4-6

Hold og Individuelt

Mandlig Idrætsgymnastik

Lørdag den 30. maj 2026

Konkurrencen arrangeres af  
**GymDanmark**

I samarbejde med



# Invitation

Nivå GF byder velkommen til Forbundsmesterskab  
MIG Trin 4-6 Hold og individuelt.

Lørdag den 30. maj 2026

|             |                     |
|-------------|---------------------|
| 12.00       | Adgang til hallen   |
| 12.00       | Dommermøde          |
| 12.10-12.25 | Opvarmning          |
| 12.30-13.30 | Redskabsopvarmning  |
| 13.30-16.00 | Konkurrence         |
| 16.10       | Medaljeoverrækkelse |

## Praktisk:

|                |   |
|----------------|---|
| Øvelseskrav:   | Krav i forhold til gældende regler:<br>Håndbog for Idrætsgymnastik og reglement for<br>Trin 4-6 |
| Forplejning:   | Der vil være frugt og vand til gymnasterne<br>under konkurrencen.                               |
| Cafe:          | Der vil være mulighed for at købe bagværk,<br>kaffe, te mm.                                     |
| Parkering:     | Der er tidsbegrænset parkering på P – plads<br>ved Gymnastikkens Hus foran Kokkedal Skole       |
| Betaling:      | Nivå Gymnastikforening er kontantløs, og der<br>kan betales med Mobilepay.                      |
| Entre/Program: | Voksne: 50 kr.<br>Børn under 15 år: 20 kr.  |

Spørgsmål vedrørende konkurrencen bedes rettet til **[m.janik.m@gmail.com](mailto:m.janik.m@gmail.com)**  
På vegne af Nivå Gymnastikforenings arrangementsudvalg