

KG66 byder velkommen til Forbundsmesterskab Trin 4-6
Individuelle og Hold konkurrence

Kvindelig Idrætsgymnastik

Lørdag og søndag den 30.-31. maj 2026

Lørdag den 30. maj 2026 Trin 5-6

1. sub	Trin 5	
8.30		Adgang til hallen
8.20 – 8.55		Dommer møde
8.45 – 9.00		Opvarmning
9.00 – 12.00		Konkurrence
2. sub	Trin 5	Sub 2 starter lige så snart sub 1 er færdig. (lidt tidligere eller senere ift tidsplanen)
ca.12.00 – 12.15		Opvarmning
ca.12.15 – 15.00		Konkurrence
ca. 15.00		Præmier overrækkelse
3. sub	Trin 6	Sub 3 starter lige så snart Trin 5 præmier er færdig. (lidt tidligere eller senere ift tidsplanen)
ca.15.30		Opvarmning
ca.15.30 – 18.30		Konkurrence
ca 18.30		Præmier overrækkelse

Søndag den 31. maj 2026

Trin 4

1. sub	Trin 4 - 2015 og yngre	
8.30		Adgang til hallen
8.20 – 8.55		Dommer møde
8.45 – 9.00		Opvarmning
9.00 – 11.45		Konkurrence
2. sub	Trin 4	Sub 2 starter lige så snart sub 1 er færdig. (lidt tidligere eller senere ift tidsplanen)
ca.11.45 – 12.00		Opvarmning
ca.12.00 – 15.00		Konkurrence
ca. 15.00		Præmier overrækkelse
3. sub	Trin 4 - 2014 og ældre	Sub 3 starter lige så snart Trin 4-2015 og yngre præmier er færdig.(lidt tidligere eller senere ift tidsplanen)
ca.15.30		Opvarmning
ca.15.30 – 18.30		Konkurrence
ca 18.30		Præmier overrækkelse

Sted: KG66, Kastrup Gymnastikhal, Kamillevej 5, 2770, Kastrup

Øvelseskrav: Krav i henhold til Håndbog for Kvindelig Idrætsgymnastik og reglement for Trinsystem for KIG Trin 1-6.

Musik: Trin 6 Musik sendes til mail.: gymcompetition.music@gmail.com inden 19. maj i MP3 format / klubnavn

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

Entré: Voksen 50 kr., Børn (under 15 år) 20 kr.
KG66 er kontantløse, der kan betales med mobilepay.

Café: Der vil være mulighed for at købe diverse bagværk, kaffe/the mv. under konkurrencen.

Praktisk: Der er tidsbegrænset parkering (3 timer) på Kamillevej, men der er ubegrænset parkering på pladsen v/Blåkløkkevej.

Dommeransvarlig: Lucas Alexander Lindberg

Der er tidsbegrænset parkering (3 timer) på Kamillevej, men der er ubegrænset parkering på pladsen v/Blåkløkkevej.

Der må ikke benyttes fodtøj i hallen, og der må ikke indtages mad og drikke i hallen.

KG 66 er kontantløse, der kan betales med mobilepay.

Evt. spørgsmål til ovenstående kan rettes på mail til Bernadett Balazs, ditti@kg66.dk

Venligst Udvalget for Idrætsgymnastik KG66

Forbundsmesterskab Trin 4-6



Lørdag 1. sub **Trin 5**

Opvarmningsregler: Det Danske Trinsystem, 4.1 side 6.:

** Ved konkurrencer med særligt mange gymnaster, må værtsforeningen kombinere redskabs- og touchopvarmningen. I så fald afvikles kun kropsovarmningen inden indmarch, og gymnasterne har kombineret opvarmningstid på deres første redskab, direkte efterfulgt af konkurrence og så fremdeles. Denne opvarmningstid skal være mindst 60 sek. per gymnast. " (fx.6 gymnasts = 6 minute / 4 gymnaster = 4 minute, osv)

Opvarmning på hest Trin 4-6 gymnaster får 6 opvarmningsspring, hvis de skal også spring yurchenko (ellers får de kun 3 opvarmningsspring).


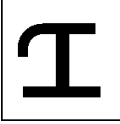
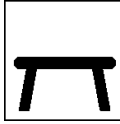
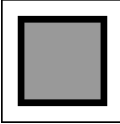
Gymnasten må vælge hvor mange af deres 6 opvarmningsspring er brugt på hver springtype

(f.eks. 2 overslag + 4 yurchenko eller 3-3, osv.) https://gymdanmark.dk/wp-content/uploads/2026/03/KIGs-Reglements-Nyhedsbrev-1_20260309.pdf

8.30 Adgang til hallen
8.20 – 8.55 Dommer møde
9.00 – 9.15 Opvarmning
9.15 Indmarts og Konkurrence

	 Yurchenko				
1.round	Nivå H1 (3)	Hermes 1 (5) Hermes T2 (4)	KG66 Blue (5) GymA Ind (2)	AIG Dream T(5) HGF Ind (3)	Svendborg (3) Skive (4)
2.round	Svendborg (3) Skive (4)	Nivå H1 (3)	Hermes 1 (5) Hermes T2 (4)	KG66 Blue (5) GymA Ind (2)	AIG Dream T(5) HGF Ind (3)
3.round	AIG Dream T(5) HGF Ind (3)	Svendborg (3) Skive (4)	Nivå H1 (3)	Hermes 1 (5) Hermes T2 (4)	KG66 Blue (5) GymA Ind (2)
4.round	KG66 Blue (5) GymA Ind (2)	AIG Dream T(5) HGF Ind (3)	Svendborg (3) Skive (4)	Nivå H1 (3)	Hermes 1 (5) Hermes T2 (4)
5.round	Hermes 1 (5) Hermes T2 (4)	KG66 Blue (5) GymA Ind (2)	AIG Dream T(5) HGF Ind (3)	Svendborg (3) Skive (4)	Nivå H1 (3)

Lørdag 2. sub **Trin 5** Sub 2 starter lige så snart sub 1 er færdig. (lidt tidligere eller senere ift tidsplanen)

	 Yurchenko				
1.round	GK A (5)	Gefion (6) Nivå (6)	KG66 Pink(6)	AIG Diamont(6)	VGF (5) Greve Ind (2)
2.round	VGF (5) Greve Ind (2)	GK A (5)	Gefion (6) Nivå (6)	KG66 Pink(6)	AIG Diamont(6)
3.round	AIG Diamont(6)	VGF (5) Greve Ind (2)	GK A (5)	Gefion (6) Nivå (6)	KG66 Pink(6)
4.round	KG66 Pink(6)	AIG Diamont(6)	VGF (5) Greve Ind (2)	GK A (5)	Gefion (6) Nivå (6)
5.round	Gefion (6) Nivå (6)	KG66 Pink(6)	AIG Diamont(6)	VGF (5) Greve Ind (2)	GK A (5)

Præmier ca. 15.00

Opvarmningsregler: Det Danske Trinsystem, 4.1 side 6.:


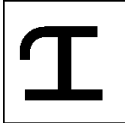

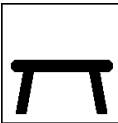
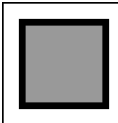
** Ved konkurrencer med særligt mange gymnaster, må værtsforeningen kombinere redskabs- og touchopvarmningen. I så fald afvikles kun kropsovarmningen inden indmarch, og gymnasterne har kombineret opvarmningstid på deres første redskab, direkte efterfulgt af konkurrence og så fremdeles. Denne opvarmningstid skal være mindst 60 sek. per gymnast. " (fx.6 gymnasts = 6 minute / 4 gymnaster = 4 minute, osv)

Opvarmning på hest Trin 4–6 gymnaster får 6 opvarmningsspring, hvis de skal også spring yurchenko (ellers får de kun 3 opvarmningsspring).


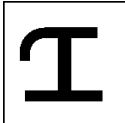

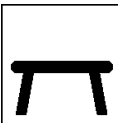
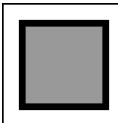
Gymnasten må vælge hvor mange af deres 6 opvarmningsspring er brugt på hver springtype

(f.eks. 2 overslag + 4 yurchenko eller 3-3, osv.) https://gymdanmark.dk/wp-content/uploads/2026/03/KIGs-Reglements-Nyhedsbrev-1_20260309.pdf

8.30	Adgang til hallen
8.20 – 8.55	Dommer møde
8.45 – 9.00	Opvarmning
9.00	Indmarts og Konkurrence

					
	Yurchenko				
1.round	Hermes (4) Greve ind. (3)	KG66 (6)	Nivå (5)	Nivå H1 (5)	HGF (4) HGF ind. (3)
2.round	HGF (4) HGF ind. (3)	Hermes (4) Greve ind. (3)	KG66 (6)	Nivå (5)	Nivå H1 (5)
3.round	Nivå H1 (5)	HGF (4) HGF ind. (3)	Hermes (4) Greve ind. (3)	KG66 (6)	Nivå (5)
4.round	Nivå (5)	Nivå H1 (5)	HGF (4) HGF ind. (3)	Hermes (4) Greve ind. (3)	KG66 (6)
5.round	KG66 (6)	Nivå (5)	Nivå H1 (5)	HGF (4) HGF ind. (3)	Hermes (4) Greve ind. (3)

11.45 – 12.00	Opvarmning
12.00	Indmarts og Konkurrence

					
	Yurchenko				
1.round	VGF Blå (4) VGF Grøn (3) SG ind (1)	Gefion 1 (6) Gefion 2 (5)	AIG S.star (6) Skive (3)	AIG Stjernene (6) AIG Stjernesud (3)	GK A (4) Nakskov (3)
2.round	GK A (4) Nakskov (3)	VGF Blå (4) VGF Grøn (3) SG ind (1)	Gefion 1 (6) Gefion 2 (5)	AIG S.star (6) Skive (3)	AIG Stjernene (6) AIG Stjernesud (3)
3.round	AIG Stjernene (6) AIG Stjernesud (3)	GK A (4) Nakskov (3)	VGF Blå (4) VGF Grøn (3) SG ind (1)	Gefion 1 (6) Gefion 2 (5)	AIG S.star (6) Skive (3)
4.round	AIG S.star (6) Skive (3)	AIG Stjernene (6) AIG Stjernesud (3)	GK A (4) Nakskov (3)	VGF Blå (4) VGF Grøn (3) SG ind (1)	Gefion 1 (6) Gefion 2 (5)
5.round	KG66 (6)	AIG S.star (6) Skive (3)	AIG Stjernene (6) AIG Stjernesud (3)	GK A (4) Nakskov (3)	VGF Blå (4) VGF Grøn (3) SG ind (1)

