

INVITATION**JM Trin 7-8 / Jr. og Sr. CoP (Ind.) – MIG
og
JM Youth Mod. + CoP / DMC Jr. og Sr. (Ind.) – KIG****Den 3. oktober 2026****Sted & adresse:**

GK Aarhus, Springcenter Aarhus
Hvidkildevej 11, 8240 Risskov

Tidsplan

Lørdag den 3. oktober

Kropsopvarmning kl. 10.30-11.00
Redskabsopvarmning kl. 11.00-12.00

Dommermøde kl. 11.00.

Konkurrencestart kl. 12.00. Vi forventer, at der vil være præmieoverrækkelse kl. 15.00.

Redskaber

Spieth: Gulv, ringe, hest, barre og forskudt barre
Janssen & Fritsen: Bensving
Bänfer: Reck
Gymnova: Bom

Reck og spring over hest vil være til semihård landing, mens de øvrige redskaber vil være til hård landing.

Musik til gulvøvelser:

Skal sendes til fjolarunthorsteinsd@gmail.com senest den 27. september.

Øvelseskrav: Krav i henhold til håndbog for KIG og code of points for youth Mod./junior/senior og DMC.
For MIG gælder kravene i henhold til code of points for junior/senior samt kravene i trinsystemet for trin 7 og 8.

Entre for publikum: 50 kr.

Der er forplejning til gymnaster og mulighed for at købe snacks i vores bod.

Kontaktperson

Helge Vammen
helge@springcenter.dk
51686282