



vesterlund
efterskole

Vesterlund Efterskole
Vesterlundvej 33
DK-7323 Give

Vesterlund 8.maj 2017

Kære efterskoler

Inden længe afholdes Efterskole DM i Rytme og vi glæder os meget til at byde Jer velkommen til en spændende dag fyldt med smil, kampgejst og glimmer. Herunder følger information for dagens forløb.

Konkurrencen **begynder torsdag d. 18/5 kl. 13.00** med fælles faneindmarch i skolens idrætshal. Til indmarchen vil vi have skilte klar til hver skole, husk selv at medbringe en fane pr. skole. Rækkefølge sker alfabetisk, og vi mødes alle i skolens **springcenter kl. 12.45** omklædte og klar til indmarch, dog er det forståeligt, hvis konkurrencens to første hold udebliver fra indmarch for at opvarme.

Vi har dog brug for yderligere 6 faneholdere, da vi selv kun har to. Skriv en mail til: laura-juhl@hotmail.com, hvis I har mulighed for at medbringe faneholdere.

Program med konkurrencetider

13.00 Velkomst og fælles faneindmarch

Fri serie:

13.10	Team Aya	Brejninggaard Efterskole
13.15	Skyum X	Skyum Idrætsefterskole
13.20	Team Febia	Flemming Efterskole
13.25	Team Euforia	Vesterlund Efterskole
13.30	Team Veni	Vejstrup Efterskole
13.35	<i>Indslag fra Vesterlund Efterskole</i>	
13.40	Skuyum Y	Skyum Idrætsefterskole
13.45	Team Velia	Vejstrup Efterskole
13.50	Team Cassiopeia	Vesterlund Efterskole
13.55	Team Elysium	BGI akademiet
14.00	Team Fea	Flemming Efterskole
14.05	<i>Indslag fra Vesterlund Efterskole</i>	
14.10	Team Felucia	Sorø Gymnastikefterskole
14.15	Team Audacia	BGI akademiet
14.20	Team StellaMia	Gymnastikefterskolen Stevns
14.25	Team Viola	Brejninggaard Efterskole
14.30	Team Elvira	Gymnastikefterskolen Stevns
14.35	<i>Indslag fra Vesterlund Efterskole</i>	

Gym11Danmark
Rytmask Gymnastik



14.40	Team Aurora	Vesterlund Efterskole
14.45	Team Aurantia	BGI akademiet
14.50	Team Pheodora	Sorø Gymnastikefterskole
14.55	Team Osiris	Vesterlund Efterskole
15.00	<i>Indslag fra Vesterlund Efterskole</i>	

Meget kort pause til dommerskift

Redskabsserie:

15.05	Team Veni	Vejstrup Efterskole
--------------	-----------	---------------------

15.10 *Alle hold mødes igen i springcenteret og gør klar til udmarch. Faner bliver i idrætshallen og føres op foran holdene.*

15.15 Faneudmarch, præmieoverrækkelse. Tak for i dag.

Hvis der er forhold til instruktørerne, der er helt umulige i forhold til startrækkefølge, må I vende tilbage, men som udgangspunkt flytter vi helst ikke rundt på hold, da startrækkefølgen er fundet ved lodtrækning, og dermed lige for alle.

Prøvetid

Inden konkurrencestart får alle skoler mulighed for prøvetid på konkurrencegulvet i idrætshallen. Vi har forsøgt efter bedste vis at fordele prøvetiderne efter skolernes geografiske placering, således at de nærmeste skoler har de tidligste prøvetider. Der er afsat 5 minutter til hvert skolehold/serie. Vi beder Jer overholde tiderne, så alle hold kan komme til.

I er dog velkomne allerede fra kl. 10.00, så I lige kan få tildelt jeres område, stille jeres ting og opvarme, inden prøvetiden.

Prøvetider:

11.00	Vesterlund Efterskole
11.20	Flemming Efterskole
11.30	BGI akademiet
11.45	Brejninggaard Efterskole
11.55	Vejstrup Efterskole
12.10	Skyum Efterskole
12.20	Sorø Gymnastikefterskole
12.30	Gymnastikefterskolen Stevns



vesterlund
efterskole

Vesterlund Efterskole
Vesterlundvej 33
DK-7323 Give

Opvarmning

Der vil være mulighed for at opvarme med musik samt opmålt gulv inden konkurrencen i henholdsvis skolens springcenter og Gl. springsal. Bemærk, at der ikke vil være fastlagte tider til dette, så sørg for at give plads til hinanden.

- **Gl. springsal:** Vesterlund Efterskole, Skyum Idrætsefterskole, Brejninggaard Efterskole, Sorø Gymnastikefterskole
- **Springcenter:** Vejstrup Efterskole, Flemming Efterskole, Stevns Gymnastikefterskole, BGI-akademiet.

Tilbage vil skolens spejlsal være til rådighed til opvarmning. Her er mulighed for musik, dog ikke opmålt gulv.

Klasselokaler til rådighed

Som base til hver skole, vil I blive stillet et klasselokale/område til rådighed hvor der vil være mulighed for at opbevare tasker, lægge makeup og sprøjte en masse hårlak - vi frabeder venligst hårlak inde i idrætshallen.

Gulv

Der vil, som noget nyt i år, være hvidt dansevinyl på konkurrencegulvet i idrætshallen. Dette giver konkurrencen et mere æstetisk udtryk, da gulvet bliver ensartet uden streger. Et ønske fra GymDanmark, som vi glæder os til at berige konkurrencen med.

Inddeling i divisioner

Konkurrence vil i år blive inddelt i to divisioner på følgende vis: Der skal som minimum være 7 hold i første division, efterfølgende inddeles ved karakterforskel på 3.0. Er der ikke sådan forskel, inddeles med 10 hold i 1.division og 9 hold i 2.division. Dvs. At der ved præmieoverrækkelse vil være medaljer til både nr. 1,2 og 3 i begge rækker.

HUSK

Musik bedes sendes til laura-juhl@hotmail.com senest onsdag d. 17/5 eller medbringes på USB stik til musikbordet inden konkurrencestart kl. 13.00.

Koreografiskemaer skal afleveres i 6 eksemplarer til dommerne senest kl. 12.00 på konkurrencedagen. Koreografiskemaer kan findes på følgende link <http://www.gymtranet.dk/discipliner/rytmisk-gymnastik/reglementer/>

GymDanmark
Rytmask Gymnastik



vesterlund
efterskole

Vesterlund Efterskole
Vesterlundvej 33
DK-7323 Give

Pokaler skal huskes af sidste års vindere Stevns og Vejstrup, så de kan blive givet videre til dette års vindere.

Forplejning

Der vil være opsat en bod, hvor I kan købe lidt mad, drikke og snacks for egen regning. Ellers er I naturligvis velkommen til, at medbringe madpakker. Efter konkurrencen vil Vesterlund byde på en lille madpakke til hjemturen til alle gymnaster samt instruktører.

Livestreaming og livescore

Vi vil på dagen have besøg af Gymfotovideo.dk, som vil sørge for livestream og livescore. Link vil blive tilgængeligt på Vesterlund Efterskoles facebookside. Derudover vil en af skolens fotografer være ansvarlig for nogle flotte billeder, som senere vil være tilgængelige på Vesterlund Efterskoles hjemmeside.

Evalueringsmøde

Umiddelbart efter konkurrencen vil et evalueringsmøde for alle instruktører afholdes kl. 15.45 i foredragssalen ved skolen hovedindgang.

Vi forventer, at dagen afsluttes omkring kl. 16.15.

Vi glæder os til at se Jer alle til en fantastisk dag.

Mange venlige hilsner

Laura Juhl Madsen/Vesterlund Efterskole

Laura-juhl@hotmail.com

Tlf. 28608483

Gym11Danmark
Rytmask Gymnastik