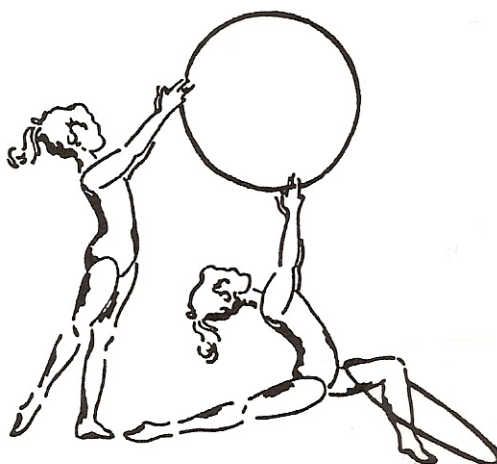


**DM 1. runde i GRAND – PRIX  
Gymnastik  
MICRO – MINI MONO – MINI 8-10 - MINI 10-12  
2. februar 2019**

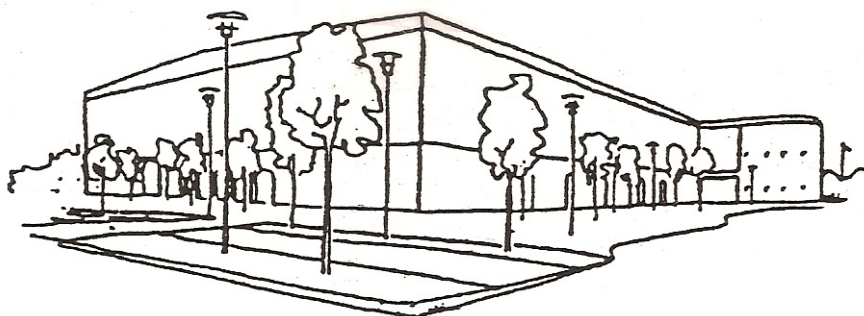
**PIGE – TWEENS – JUNIOR - SENIOR  
3.februar 2019**

**Jysk Arena Silkeborg**

Ansvej 114 - 8600 Silkeborg



Stævnet afholdes af SILKEBORG GYMNASTIKFORENING  
og Udvalget for Rytmisk Gymnastik, Gymdanmark



## Kære Instruktører

Hermed følger de første praktiske oplysninger om  
DM lørdag og søndag den 2. og 3. Februar 2019 i  
Jysk Arena, Ansvej 114, 8600 Silkeborg

### Program for Lørdag den 2. Februar 2019:

Kl. 07.00	Hallen Åbner
Kl. 10.30	Indmarch
Kl. 10.45	Micro – Mini Mono
Kl. 12.15	Pause
Kl. 12.25	Mini 8 - 10
Kl. 13.45	Pause
Kl. 14.15	Mini 10 – 12 Pulje 1
Kl. 15.35	Mini 10 – 12 Pulje 2
Kl. 17.00	Iodtrækning (ingen Udmarch)

### Program for Søndag den 3. Februar 2019

Kl. 07.00	Hallen Åbner
Kl. 10.30	Indmarch
Kl. 10.45	Pige Pulje 1
Kl. 11.45	Pige Pulje 2
Kl. 12.50	Pause
Kl. 13.00	Tweens - Senior Fri
Kl. 14.00	Pause
Kl. 14.30	Junior
Kl. 15.50	Senior
Kl. 16.30	Udmarch med Faner efterfulgt af Iodtrækning.

**Rækkefølge :** Der bliver oplyst præcis holdrækkefølge på [www.sgf.dk](http://www.sgf.dk)

**Entre pr. Dag fra 13 år (voksen) kr. 75,00, for 2 dage kr. 120,00**

**Entre pr. Dag børn 6-12 år kr. 40,00, for 2 dage kr. 60,00**

**Der er mulighed for kontant betaling samt Mobile Pay.  
Fri entra for gymnaster der skl i konkurrence lørdag eller søndag.**

**Entrebilletter kan købes på forhånd på [www.sgf.dk](http://www.sgf.dk) DM se link Under fanen DM.**

**Er der spørgsmål til stævnet er I velkomne til at skrive en mail, og jeg vil prøve at besvare så hurtig, jeg kan. På vores hjemmeside samt Gymdanmark, vil der løbende blive opdateret med programmer.**

**Silkeborg Gymnastikforening  
Inger K. Nielsen  
[post@sgf.dk](mailto:post@sgf.dk) ---- [www.sgf.dk](http://www.sgf.dk)----51268154**

# PRAKTISKE OPLYSNINGER

**Infostanden :** Ved ankomsten til Jysk Arena bedes I henvendes jer i "INFO" i Forhallen, her vil der være nogen til at vejlede jer.

Her skal afleveres koreografiskemaer i 8 eksemplarer:

Lørdag senest kl.9.30

Søndag senest kl.9.00 (gerne om lørdagen)

Der vil være en kuvert til de foreninger, der har bestilt overnatning.

**Pokaler:** Aflevering af pokaler fra tidligere mesterskaber AGG og GP i info.

**Konkurrenceansvarlig: Oplyses senere**

(al henvendelse under konkurrencen foregår til disse personer)

**Stævne Ansvarlig: Inger K. Nielsen**

**Dommer Ansvarlig: Oplyses senere**

**Omklædning :** Skilte med foreningernes navne er opsat på dørene til de enkelte rum.

**HUSK :** - Ikke at efterlade værdigenstande i omklædningsrummene.

Glemte sager vil ikke blive eftersendt.

**Musik :** Musik sende som MP3 fil til [sgfmusik1@gmail.com](mailto:sgfmusik1@gmail.com) Senest den 20. januar 2019 Navngiv filen med Holdnavn\_kategori\_serie, f.eks Team Ara mini10-12 serie1. Musik fra fremsendt fil vil blive afspillet under prøvetiden.

For back up medbring en cd med jeres musik.

**Hal A :** Er konkurrencehallen med tilskuere ved begge langsider.

Indgang for publikum fra balkonen.

Tæppe i den ene halvdel er 14x14 og man har først trådt udenfor når gulvet berøres.

Konkurrence gulv er 15x15 og alm regler gælder her.

Oplysning om benyttelse af gulvtæppe via [www.sgf.dk](http://www.sgf.dk) senest 26.12.2019 (Valget gælder for alle grand Prix konkurrencer i 2019)

**Hal B :** Er træningshallen, hvor der er mulighed for opvarmning samt prøve af gulv

**Prøvetid i** Lørdag vil der være prøvetid for Micro-Mono i Hal A ( se plan)[www.sgf.dk](http://www.sgf.dk)

**hal A** Søndag prøvetider kommer senere (tider fremsendes, når vi ved hvem der skal overnatte.)

**Licens** Lørdag efter prøvetid Micro – Mini Mono i Hal A, Se hvilke hold i Info stand kl.: 12.30 i Hal B mini 8-10 og Mini 10-12 ,ved stikprøve, hvilke hold oplyses ved info stand

**kontrol** Søndag efter prøvetid for pige, For tweens, junior og senior kl.: 11.00 i Hal B,ved stikprøve se hvilke hold info stand. Medbring holdliste samt sygesikring.

**Indmarch** Lørdag kl. 10.45, klar til indmarch kl. 11.00 (plan vil ligge på [www.sgf.dk](http://www.sgf.dk))  
**prøve** Søndag kl.9.45, klar til indmarch kl. 10.00.(plan vil ligge på [www.sgf.dk](http://www.sgf.dk))

**Fane :** Forenings fane medbringes til begge dage indmarch og udmarch

Det er ikke tilladt at spise medbragt mad i hallen, Der forefindes et stort cafeteria i hallen. Vi glæder os til at se jer i Silkeborg.

Med venlig hilsen

Udvalget for Rytmisk Gymnastik  
Lotte Kok

Silkeborg Gymnastikforening  
Inger K. Nielsen

# INDKVARTERING

## Praktiske oplysninger :

Alle deltagere er velkomne til at blive indkvarteret på :

**Sølystskolen, Gran Alle  
Gran Alle 20  
8600 Silkeborg**

Skolen ligger ca. 300 m fra Jysk Arena. Indkvartering kan ske fra fredag kl. 18.00 på skolen. Lørdag fra 9.00 – 11.00 for aflevering af bagage, herefter låses skolen til kl 16.00. I vil blive modtaget af hjælpere, der vil vise jer på plads.

## Indkvartering : Medbring sovepose og luftmadras

Selvom vi holder vagt på skolen, må I ikke lade penge, ure, smykker eller andre værdigenstande ligge i uaflåste lokaler.

Der må **ikke** ryges eller nydes alkohol i nogen lokaler på skolen.

Der må ikke spises medbragt mad i klasselokalerne.

Vi forventer, at I forlader lokalerne lige så pænt ryddet, som I modtog dem ved ankomsten.

Lokalerne skal forlades senest søndag kl. 11.00.

## Omklædning : Skal foregå i Jysk Arena

Det kan dog lade sig gøre på skolen, men vi opfordrer til, at det sker i hallernes omklædningsrum.

Skolen vil blive delvis aflåst under stævnet.

## Bespisning : De måltider og overnatninger, I ønsker at deltage i, skal bestilles på følgende link

<http://www.sgf.dk/arrangementer/dm2019/>

**Aftensmad** - lørdag spises på Sølystskolen mellem kl. 18.30 - 20.00

**Morgenmaden** spises på Sølystskolen fra kl. 6.30 - 9.00

**Frokost - lørdag/søndag** - såfremt I bestiller den, udleveres den i infostand i Jysk Arena omkring kl.:10.00.

## Cafeteria :

Der findes cafeteria i Jysk Arena

Her er der mulighed for at købe mad etc.

Der må ikke spises medbragt mad i hallen og cafeteriaet.

Ud over overnatning fredag/lørdag og lørdag/søndag kan vi tilbyde morgenmad samt aftensmad lørdag og frokostpakke til lørdag og søndag.

**Morgenmaden** vil bestå af: 1 rundstykke, franskbrød, rugbrød, marmelade, ost, smør, yoghurt, cornflakes, havregryn, mælk, juice, te og kaffe.

**Frokostpakken** vil bestå af: sportsbolle m/kylling og juice, frugt,

**Aftensmaden** vil bestå af :

Kylling med kartoffel, salat, flutes og frugt samt saftevand.

Børne menu pasta + kødsovs, salat, flute, frugt samt saftevand

Overnatning/morgenmad fredag/lørdag	kr. 75,00
Overnatning/morgenmad lørdag/søndag	kr. 75,00
Adgangsbillet til lørdag	kr. 75,00
Adgangsbillet til søndag	kr. 75,00
Adgangsbillet til begge dage	kr. 120,00
Aftensmad lørdag voksne	kr. 85,00
Aftensmad lørdag børn	kr. 70,00
Frokostpakke lørdag	kr. 45,00
Frokostpakke søndag	kr. 45,00

Bestilling og betaling se på [www.sgf.dk](http://www.sgf.dk) under DM fanen

**senest lørdag den 20. januar 2019**

Inger K. Nielsen  
Rudbølgevej 72  
8600 Silkeborg  
Telefon 51268154  
e-Mail: [post@sgf.dk](mailto:post@sgf.dk)