



# Grand Prix SM 2019

Ravnsborghallen, Køge den 2. marts

## **Kære instruktører og gymnaster,**

Gymnastikforeningen Køge Bugt vil gerne byde jer velkommen til årets SM i Grand Prix Rytme i Ravnsborghallen i Køge lørdag den 2. marts. Hermed følger information om prøvetider, indmarch, program m.m.

## **Adresse**

Ravnsborgvej 3, 4600 Køge

## **Program**

- Kl. 10:00 Indmarch
- Kl. 10:20 Mikro og Mini Mono
- Kl. 11:25 Mini 8-10 år
- Kl. 11:55 Pause
- Kl. 13:00 Mini 10-12 2. div og Mini 10-12 1. div
- Kl. 14:10 Pige 2. div og Pige 1. div
- Kl. 15:00 Pause
- Kl. 15:15 Tweens og senior fri
- Kl. 15:50 Junior og Senior
- Kl. 17:15 Udmarch og præmieoverrækkelse

*OBS: tiderne er blot vejledende*

## **Praktiske oplysninger**

Der vil være en infostand i forhallen. Her vil I finde oversigt over omklædningsrum og hallerne. Husk ikke at efterlade noget af værdi i omklædningsrummene. Her skal også afleveres koreografiskemaer i 7 eksemplarer senest kl. 9.00. Information om omklædningsrum findes i infostand. Alle oplysninger ligger på GymDanmarks hjemmeside og opdateringer ved tider m.m. vil blive tilsendt primo februar.

## Licens

I infostanden vil i ligeledes få besked på, om i er udtrukket til licenskontrol. Alle hold skal medbringe udfyldt licensliste, samt sundhedskort på alle gymnaster. Licensbordet er åbent kl. 08.00 - 09.45.

## Prøve på gulv

Se vedhæftet plan over prøvetider. Der vil være et område med og uden tæppe.

## Musik

Der kan benyttes jack-stik (iPod, tablet, smartphone, computer) i opvarmingshallerne. I konkurrencehallen vil musikken blive afspillet fra en playlist, og bedes derfor sendes til e-mail [sussi.bagge@royalunibrew.com](mailto:sussi.bagge@royalunibrew.com) senest den **27. februar**. Husk at navngive filen med: 1. Holdnavn 2. Forening 3. Række 4. Serie 1 eller 2. Eksempel: TeamMovanna\_KoegeBugt\_Mini10-12\_serie1.mp3. Musikken kan afprøves i konkurrencehallen inden konkurrencestart kl. 09.00.

## Indmarch / udmarch

Alle hold stiller op til indmarch i hal 2 kl. 09.45. Alle hold bedes stille op med fanebærer til faneinstruktioner kl. 09.45. Husk at medbringe fane.

## Yderligere info

Hvis I har nogen spørgsmål, er i velkomne til at henvende jer til Sussi Bagge på [sussi.bagge@royalunibrew.com](mailto:sussi.bagge@royalunibrew.com).

*På gensyn*

*Gymnastikforeningen Køge Bugt Grand-Prix afdelingen*

