

## Opvarmningsplan – Subdivision 2

Opvarmning	Gulv	Bensving	Ringe	Hest	Barre	Reck	F. barre	Bom
Kl. 12.00 – 12.45	AIG	VIK		Hermes	GymAalborg		KG 66 (1)	
	VIK	Gefion		VIK	Hermes		KG 66 (2)	
	KG 66 (1)	GymAalborg		Gefion	VIK		AIG	
	KG 66 (2)	Hermes		GymAalborg	Gefion		VIK	
Kl. 12.45 – 12.50							nedtagning	
Kl. 12.50 – 13.35	VIK		Hermes	KG 66 (1)		GymAalborg		AIG
	Gefion		VIK	KG 66 (2)		Hermes		VIK
	GymAalborg		Gefion	AIG		VIK		KG 66 (1)
	Hermes		GymAalborg	VIK		Gefion		KG 66 (2)

FB tages ned efter pigernes opvarmning og sætte op igen umiddelbart inden indmarch.

Konkurrenceplan på næste side.

## Konkurrenceplan – Subdivision 2

Dommerteam KIG		DT1			DT2			DT1	DT2
Dommerteam MIG		DT1	DT2	DT1	DT2	DT1	DT2		
Konkurrence		Gulv	Bensving	Ringe	Hest	Barre	Reck	F. barre	Bom
Dømmes fra		Trampolin	Blåt gulv	skum	trægulv	Blå gulv	Trampolin	Skum	orangegulv
Kl. 13.45 – 14.15	1.rotation	VIK			KG 66 (1)			AIG	
		Gefion			KG 66 (2)			VIK	
Kl. 14.15 – 14.45	2.rotation	GymAalborg	VIK		AIG			KG 66 (1)	
		Hermes	Gefion		VIK			KG 66 (2)	
Kl. 14.45 - 15.15	3.rotation	AIG	GymAalborg	VIK				Nedtagning	KG 66 (1)
		VIK	Hermes	Gefion				FB	KG 66 (2)
Kl. 15.15 – 15.45	4.rotation	KG 66 (1)		GymAalborg	VIK				AIG
		KG 66 (2)		Hermes	Gefion				VIK
Kl. 15.45 – 16.15	5.rotation				GymAalborg	VIK			
					Hermes	Gefion			
Kl. 16.15 – 16.45	6.rotation					GymAalborg	VIK		
						Hermes	Gefion		
Kl. 16.45 – 17.15	7.rotation						GymAalborg		
							Hermes		

MIG kører i olympisk rækkefølge for alle hold

KIG kører i olympisk rækkefølge for hold 1 og 2, mens 3 og 4 er lidt forbyttet

Gulv og bensving = øvelser på skift mens der dømmes i rotation 2 og 3

Umiddelbart efter rotation 2 tages pigebarren ned samt måtter fjernes – max 5 minutter