

**DM for hold i Begynderrækken**  
Lørdag d. 6 april 2019  
Glostrup Idrætspark Stadionvej 80 2600 Glostrup

Hermed indbydes til DM for hold i Begynderrækkerne.

Der kan tilmeldes i følgende **rækker i begynderrækkerne:**

<b>Begynderrække under 11</b>	11 år og under	Sjippere må ikke fylde 12 år i 2019
<b>Begynderrække 12-14</b>	12 -14 år	Sjippere må ikke fylde 15 år i 2019 Der må gerne være yngre sjippere på holdet
<b>Begynderrække 15+</b>	15 år og ældre	Mindst en sjipper skal fylde 15 år i 2019, resten må gerne være yngre.

Vedr. **deltagelse i begynderrække** gælder følgende:

Hold der i en begynderrækkekonkurrence i 2018 opnåede flere point end angivet nedenfor må ikke deltage i begynderrækkerne i 2018 – hvis holdet har skiftet mere end 2 sjippere ud gælder nedennævnte ikke:

Begynderrække 12-14	Max 1200 point ved konkurrence i 2018
Begynderrække 15+	Max 1300 point ved konkurrence i 2018

**Discipliner**

<p><b>Begynderrække under 11</b> 3 x 30sek. Single Rope Speed Relay Double Dutch Obligatorisk (max. 90 sek.) Single Rope Pairs Freestyle (60-75 sek.) Double Dutch Single Freestyle (60-75 sek.)</p>	<p><b>Begynderrække 12-14 og 15+</b> 3 x 30sek. Single Rope Speed Relay 3 x 45sek. Double Dutch Speed Single Rope Pairs Freestyle (60-75 sek.) Double Dutch Single Freestyle (60-75sek.)</p>
--	--

Konkurrencerne afvikles efter regler for GymDanmark Rope Skipping 2019 som kan findes på [www.GymDanmark.dk](http://www.GymDanmark.dk)

### Program

Opvarmning fra kl. 9.30. Dommermøde kl. 10.00. Konkurrencen starter kl. 10.30.

Præmieoverrækkelse umiddelbart efter konkurrencens afslutning.

### Tilmelding, licens og startgebyr

Tilmelding via [www.GymDanmark.dk](http://www.GymDanmark.dk) senest 20 marts 2019. Tilmelding efter denne dato ikke mulig.

Alle deltagere skal have tegnet konkurrencelicens hos GymDanmark senest 3 uger før konkurrencen.

Licens kan løses via [www.GymDanmark.dk](http://www.GymDanmark.dk) Læs mere om konkurrencelicens på [www.GymDanmark.dk](http://www.GymDanmark.dk)

Deltagergebyr: 200,00 kr. pr. deltager.

Betaling sker sammen med tilmelding.

### Dommere

Foreninger der har deltaget før, skal tilmelde dommere efter antal tilmeldte hold. Foreninger, der deltager med ét eller to hold, skal stille med én dommer. Deltager foreningen med tre hold, skal foreningen stille med to dommere. For hvert to hold der tilmeldes, skal foreningen stille med én ekstra dommer. Hvis dette ikke overholdes, vil foreningerne blive pålagt et ekstra gebyr svarende til prisen for ét hold pr. manglende dommer.

Information i forhold til konkurrencen fås ved henvendelse til:

Ulla Christensen, e.mail: [ullabc60@gmail.com](mailto:ullabc60@gmail.com)

Med venlig hilsen

ROPE SKIPPING UDVALGET (RSU)