



Indbydelse

# SpringCup Silkeborg 2017

Lørdag d. 2/12-2017 i Silkeborghallerne.

Traditionen tro er der, SpringCup Silkeborg.

SpringCup Silkeborg er en individuel konkurrence i bane- og/eller trampetspring med deltagelse af gymnaster fra hele Danmark.

Vi har i år valgt, at alle drenge der tidligere har været i konkurrence, kan deltager.

Hvis du er i tvivl, om du kan deltage, så tal med din instruktør.

## *Antal Spring.*

Der springes 2 spring i de indledende konkurrencer i alle rækker.

I finalen springer senior Herrer 3 spring. Øvrige rækker springer 2 spring i finalen.

I både den indledende konkurrence og finalen skal de udførte spring være forskellige.

## *Springbane.*

Der må maksimalt udføres 5 momenter. Der skal som minimum udføres 2 momenter.

Der skal udføres en forlæns omgang og en baglæns omgang.

Prisen er i år 90 kr. pr. disciplin

Tilmelding på

<https://rgf.halbooking.dk?holdnr=2525>

Vejledning:

[www.rgf.dk](http://www.rgf.dk) → Tilmeldning/Login → Klik her.... → Login med medlemsnr. og adgangskode → Holdoversigt RgF → Gymnastik → Gymnastik arrangementer → Springcup Silkeborg

Tilmelding kan foretages til og med d. 18/10 2017.

Vil laver løbende tilmelding, da der "kun" er 650 pladser.

Reglement forventes at være tilgængelig på hjemmesiden [www.silkeborg-p-d.dk](http://www.silkeborg-p-d.dk) i løbet af kort tid.

Hilsen Team Dreng