



Indbydelse

SpringCup Silkeborg 2018

Lørdag d. 1/12-2018 i Silkeborghallerne.

Traditionen tro deltager vi i 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 deltage.

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=2855>

Vejledning:

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. 07/10 2017.

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

Reglement forventes at være tilgængeligt på hjemmeside springcup-silkeborg.dk

Hilsen Team Dreng