



INFO TIL MICRO- / MINIDRENGE

Velkommen til sæson 18/19.

Her er lidt praktisk info.

Træningstider:

Mandag 17-19, onsdag 17-19.30 og fredag i ulige uger 17-19

Desuden vil der komme nogle søndags træningen, 23/9, 7/10, 25/11, 9/12 og 27/1

Se vedhæftet kalender.

Information:

Alt vigtigt information, vil blive sendt på mail.

[www. Springholdet.dk](http://www.Springholdet.dk)

Desuden har vi to Facebook grupper.

Springholdet, en fællesgruppe for hele Springholdet (Aspiranter, Micro, Mini, Junior og Senior)

RgF Teamgym Minidrenge 2018 - 2019, er gruppe for Micro-/Minidrenge.

Kære forældre, i kan gøre en forskel!

- Gymnasterne skal være klar, når træning starter
- Hvis der er skader, sig det ved træningsstart.
- Omklædt.
- Få noget at spise, inden træning. Ikke kage og energidrik!
- Hvis der noget, der driller, så sig det.
- Meld afbud, hvis i er forhindret i at komme.

Hvad skal der føre til:

- Springcup Silkeborg, er for de drenge som gerne vil udfordres.
- Springcup Nord, her kan alle være med.
- Micro og Mini Mesterrækken
- Forbundsmesterskaber 1 og 2
- DGI Østjylland Forårsopvisning
- RgF Præsentationsopvisning
- Div. Opvisninger

Tøj:

Alle skal have en træningsdrage og en konkurrencedragt.

Til de nye drenge, som ikke har en konkurrencedragt vil det være muligt at bestille en ny, eller købe en af de brugte, fra nogle af de drenge som er holdt.

Alle skal have ny træningsdragt.

Hvis i har spørgsmål, kan os kontaktes på:

htr@djhaden.dk eller 40509515

molgaardpeter@gmail.com eller 21375385

Mads@a3d.dk eller 51258817

Hilsen Peter Mølgaard.