

HGTC -

Hammarbygymnasternas Trupp Cup

20 mars, Enskedehallen

Avresa & Hemresa

Samling på Lidel-parkeringen kl. 5.00, **avresa 5.10** (härligt med tidig morgon... ☺). Vi åker buss tillsammans till Enskedehallen vid Gullmarsplan. Vi beräknas vara tillbaka i Kumla igen någon gång runt 15.00 - 15.30. Förmodligen blir det ett stopp på **McDonald's** på vägen hem.

Busskostnad är **300kr / gymnast** som ska överföras till Kumlatruppens vanliga konto så snart som möjligt. Märk överföringen med **"HG + Namn"**. Meddela Therese om någon gymnast *inte* ska åka buss tillsammans med oss.

Det finns i bussen även ett fåtal platser kvar för föräldrar, syskon eller vänner som vill med som publik. Dessa bokas hos Therese så snart som möjligt om man vill vara säker på att få en plats. Kostnad för publik / hejjarklack är **100kr / person**. Först till kvarn gäller...

Schema för dagen

Följande tider gäller för dagen:

5.00	Samling på Lidel-parkeringen
5.10	Avresa
8.00	Ungefärlig ankomst till hallen
9.15	Förträning tumbling (endast 3 min...)
9.18	Förträning hopp (endast 3 min...)
9.50	Defilering och tävlingsstart klass A (22 starter)
	startnr. 6 hopp A
	startnr. 15 tumbling A
ca 12.15	Prisutdelning klass A

Tävlingens upplägg

Tävlingen är en så kallad total-tävling, där de 2 grenarna tumbling & hopp räknas samman till en totalpoäng (ej fristående). Det gäller alltså att lyckas i båda grenarna! Kumlatruppen deltar med 1 lag i klass A (7-10 år) där 11 lag från Stockholmsregionen deltar. Det ska bli kul med lite andra lag än de vi vanligtvis brukar tävla mot! Efter prisutdelning i klass A startar klass B och därefter klass C där Kumlatruppen inte har några deltagande lag.

Entré: Vuxen 60kr, Ungdom 4-16 år 20kr, Barn under 4 år Gratis. Gymnastikdräkter från Prima Salto finns till försäljning under dagen.

Ta med

När gymnasterna samlas på morgonen ska de komma **ombytta för förträning** och ha på sig följande:

- svart sporttopp (den nya från Kumlatruppen)
- svart GYMNAST-linne med NAMN (ej egen träningsdräkt under)
- svarta leggings utan hål (KGF's egna som ni normalt tränar och tävlar i)
- 3/4 GYMNAST-byxa
- svarta strumpor med NAMN (från Mini-UT)
- träningsoverallen (ej mjukdress!)

Glöm inte ordentlig **matsäck** (både frukost, lunch, mellis och frukt). Ta dessutom med toffsar, hårspännen, spray, ett glatt humör och eventuell **maskot**. När vi samlas ska **håret vara uppsatt**, slickat bakåt i en hög toffs utan bena - med fläta i toffsen. Mycket **spray!** ☺ Tävlingsdräkterna får ni låna där och ska lämnas tillbaka innan vi åker hem.