

Truppträffen

19 april, Thomashallen i Strängnäs

Avresa & Hemresa

Samling utanför Skogstorp kl. 7.15, **avresa 7.30**. Vi åker tillsammans i samlad trupp till Thomashallen i Strängnäs. Är det någon som hellre åker själv, och alltså inte vill samlas på morgonen, **meddelas detta till Therese** innan söndag. Vi beräknas vara tillbaka i Kumla igen någon gång runt 17.30 – 18.00.

Bil körs av föräldrar och ledare. Gymnasterna ansvarar själva för att ordna skjuts till och från tävlingen. **Är det någon gymnast som inte har någon att åka med meddelas detta snarast** till Therese så försöker vi ordna det på bästa sätt.

Schema för dagen

Följande tider gäller för dagen:

7.15	Samling utanför Skogstorp gymnastiksal
7.30	Avresa
10.00	Förträning Matta lag MINI & MIDI (5 min)
10.35	Förträning Hopp lag MINI & MIDI (5 min)
	<i>Tyvärr har vi ingen förträning i fristående! Vi får hitta en korridor och försöka köra igenom någon gång.</i>
10.55	Defilering och tävlingsstart f.m. (startnr. 1-25)
	startnr. 13 Lag MINI klass MINI - Matta & Hopp
	startnr. 16 Lag MIDI klass MIDI - Fristående
ca 12.40	** PAUS **
ca 13.00	Tävlingsstart e.m. (startnr. 26-63)
	startnr. 44 Lag MINI klass MINI - Fristående
	startnr. 53 Lag MIDI klass MIDI - Matta & Hopp
ca 15.45	Prisutdelning

Tävlingens upplägg

Tävlingen är en så kallad grentävling, där lagen får en placering i varje gren. Kumlatruppens 2 lag tävlar i olika klasser: klass MINI & klass MIDI. Dagen kommer att bli tuff och i klass MINI deltar så mycket som 18 lag och i klass MIDI tävlar 11 lag. Extra roligt är att vi för första gången även ska prova att tävla i grenen fristående med båda lagen. Gratis entré.

Ta med

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

- svart "gymnast"-linne MED NAMN (ej egen träningsdräkt under)
- svarta leggings utan håll (KGF's egna som ni normalt tränar och tävlar i)
- träningsoverallen för de som har (ej mjukdress)

Dagen kommer bli lång, glöm inte ordentlig matsäck! Ta dessutom med toffsar, hårspännen, spray, ett glatt humör och eventuell maskot. När vi samlas ska håret ska vara **slickat bakåt uppsatt i en hög toffs, utan bena – med fläta i toffsen**. Mycket spray!! ☺ Ingen kommer utan uppsatt hår! Tävlingsdräkterna får ni låna där av oss ledare och ska lämnas tillbaka innan ni åker hem.