

Østfolds gymnastikkfestival

Show og oppvisningskonkurranse

05.06.10

Det vil i år bli arrangert en konkurranse i forbindelse med turngallaen Lørdag 05.06.10 i Halden ishall

Vi håper på mange påmeldte og et forrykende show.

- Det vil bli en generalprøve i forkant av konkurransen, der hver tropp får en gjennomkjøring av programmet.
- Liten tropp (under 20 gymnaster) får disponere 3 minutter på gulvet
- Stor tropp (fra 20 gymnaster) får disponere 5 minutter på gulvet.
- Hver gymnast får kun delta på en tropp.
- Det vil bli kåret 1, 2 og 3 plass.
- Vinneren får vise programmet på søndag under hovedstevne.

Konkurransen dømmes ut ifra FIGs regler:

- 1) Underholdningsverdi
- 2) Helhetsinntrykk
- 3) Originalitet, variasjon, evne til nytenking
- 4) Teknisk kvalitet: Øvelsene er tilpasset gymnastenes ferdighetsnivå, og sikkerheten er godt ivaretatt.
- 5) Programmet skal ha målrettet treningsverdi.

Vi håper på rask påmelding fra de som ønsker å delta i konkurransen/gallaen.

Man kan også kontakte:

camillabehrentz@hotmail.com

janina@live.no

For Fredrikshalds Turnforening.
Camilla Behrentz

