

T^{de}
TRAMPO'S
INGELMUNSTER



GRATIS DEELNAME NA INSCHRIJVING!

JAARLIJKS CLUBKAMPIOENSCHAP

**Kom gratis kijken naar onze springers:
recreanten, instappers en competitiegymnasten**

**ZONDAG 24 NOVEMBER | 09:00 UUR
SPORTHAL INGELMUNSTER**

Tijdens de wedstrijd is er een open bar voorzien!

PLANNING CLUBKAMPIOENSCHAP 24/11/2024



DEEL 1: RECREA

08:00: opwarming

09u00: start wedstrijd recrea-springers

- < 3de leerjaar
- 4de leerjaar tem 6de leerjaar
- vanaf middelbaar tem 99 jaar

DEEL 2: WEDSTRIJDGYMNASTEN

09u00: opwarming

10u00: start wedstrijd (pre)instappers, B-gymnasten & A-gymnasten

- (pre)instappers
- 11-12 jarigen
- 13-14 jaren
- +15 jaar

DEEL 3: PRIJSUITREIKING

12u00: prijsuitreiking alle categoriën

12u15: hoog bezoek van Sinterklaas

De wedstrijd is onderverdeeld in 7 categoriën.

- Recreanten springen elk 10 streksprongen voor tijd en een aangepaste oefening.
- Wedstrijdgymnasten voeren een opgelegde en een vrije reeks uit.

**Uit elke categorie ontvangen de eerste 3 een medaille.
Voor alle deelnemers een leuke attentie!**



Ik, gymnast (naam + voornaam + groep):

.....

neem deel aan het gratis clubkampioenschap.

Geef dit formulier af aan uw trainer of mail naar: tramos1@telenet.be