

Startvolgorde zaterdag 01.06.2024

Sessie 1: 09h30 – 11h30

9h30 – 9h35: Opwarming met het Gymfed opwarmlied →

9h35 – 9h45: Vrije algemene opwarming

9h45: Start eerste post

11h15 – 11h30: Laatste posten + gloriemoment



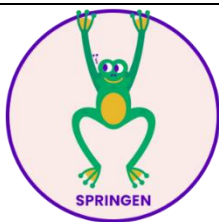
Clubs die over meerdere postjes verdeeld zijn, verdelen hun deelnemers zelf in groepen

Trainerstip! Tijdens de happening mag de trainer indien nodig zeker de oefening voorzeggen aan de gymnast.

VERSTELBARE
REKSTOK, GEEN
DAMESBRUG



KON. TURNKRING RUST-ROEST
BRUGGE



SIRENE MIDDELKERKE



TURNCLUB VARSENARE



WE GYM TOGETHER vzw



ARTGYM2000 vzw



TK ATLAS TIELT vzw



TK ATLAS TIELT vzw



GA DE UITDAGING AAN!

Na het eerste postje kan men vrij doorschuiven naar een ander postje.

Happening

1 juni 2024 - Jabbeke

Startvolgorde zaterdag 01.06.2024

Sessie 2: 12h30 - 14h30

12h30 - 12h35: Opwarming met het Gymfed opwarmlied →

12h35 - 12h45: Vrije algemene opwarming

12h45: Start eerste post

14h15 - 14h:30 Laatste posten + gloriemoment



Clubs die over meerdere postjes verdeeld zijn, verdelen hun deelnemers zelf in groepen

Trainerstip! Tijdens de happening mag de trainer indien nodig zeker de oefening voorzeggen aan de gymnast.

VERSTELBARE
REKSTOK, GEEN
DAMESBRUG



GYMNASTICA vzw OUD-TURNHOUT
TURNCLUB ATLETIKA GENT

GYM HAACHT

FLIK FLAK ZAFFELARE



FLIK FLAK ZAFFELARE

GYM PASSION HERSEAUX

TURNKRING TEN GAERDE



FLIK FLAK ZAFFELARE

GA DE UITDAGING AAN!

Na het eerste postje kan men vrij doorschuiven naar een ander postje.