

VELKOMMEN TIL AALSUNDS TURNFORENINGEN

TIDSPLAN LØRDAG 19 SEPTEMBER -15.

Kl. 09.00	HALLEN ÅPNER
Kl.09.05- 09.25	GENERELL OPPVARMING PULJE 1 -GUTTENE
Kl.09.10-09.20.	TRENER MØTE
Kl.09.25-10.10	OPPVARMING I APPARATENE
Kl.09.50-10.00	DOMMER MØTE
Kl.10.10	GYMNASTENE GJØR SEG KLAR TIL INNMARSJ
Kl.10.15	INNMARSJ FOR PULJE 1 -GUTTENE.
Kl.11.30	PREMIEUTDELING FOR PULJE 1 - GUTTENE.
Kl.11.40-12.00	GENERELL OPPVARMING PULJE 2 - JENTENE
Kl.11.45-11.55	TRENER MØTE
Kl.12.00-13.00	OPPVARMING I APPARATENE
Kl.12.40-12.50	DOMMER MØTE
Kl.13.00	GYMNASTENE GJØR SEG KLAR TIL INNMARSJ
Kl.13.05	INNMARSJ FOR PULJE 2- JENTENE
Kl.13.50	PREMIEUTDELING FOR PULJE 2- JENTENE
Kl.14.00-14.20	GENERELL OPPVARMING PULJE 3 - JENTENE
Kl.14.05-14.15	TRENER MØTE
Kl.14.20-15.20	OPPVARMING I APPARATENE
Kl.15.00-15.10	DOMMER MØTE
Kl.15.20	GYMNASTENE GJØR SEG KLAR TIL INNMARSJ
Kl.15.25	INNMARSJ FOR PULJE 3- JENTENE
Ca.Kl.18.00	PREMIEUTDELING FOR PULJE 3- JENTENE