Vallensbæk Gymnastik





har fornøjelsen for 36. gang at byde velkommen til:

Vestegnens Gymnastikdag

- Søndag den 2. februar 2020 -

Opvisningen starter kl. 09:00 og slutter ca. kl. 16:00

Mere end 1.000 gymnaster & instruktører deltager fra gymnastikforeningerne i: Albertslund, Brøndby Strand, Greve, Hedehusene, Hvidovre, Ishøj, Karlslunde, Gadstrup, Roskilde, Solrød, Tåstrup & Vallensbæk.

Entré 20,- Kr.

Gratis adgang for børn under 15 år

Kom i god tid, der er rift om pladserne.

De anførte tider kan ændre sig under opvisningen. Ret til ændringer forbeholdes i hele programmet.

[www.vallensbaekgymnastik.dk](http://www.vallensbaekgymnastik.dk/)



**- Velkommen til Vestegnens Gymnastikdag 2020 -**

**- Praktiske informationer -**

**Publikum:**

Tag familie, venner & bekendte med, alle er velkommen. Der kan, i løbet af dagen, opstå mindre programændringer, så kom i god tid.

Publikum har ikke adgang til Hal 2.

**VIGTIGT - for gymnaster & instruktører:**

Vi skal have afviklet et stramt program i dag. Hjælp os med at få det til at køre efter tidsplanen. Følg med i programmet og vær klar når det er jeres tur.

**Ved ind- og udmarch:**

Vi vil gerne opfordre gymnaster og instruktører til at deltage, både ved ind- og udmarch. Det gør opvisningen mere se-værdig og dagen mere festlig.

**Træning & Opvarmning:**

Gymnaster og instruktører kan træne & opvarme i Hal 2 fra kl. 08:00.

Vis hensyn overfor de hold, som ifølge listen, skal på ”gulvet” næste gang.

Publikum har ikke adgang til Hal 2.

**Musik til opvisningen:**

Musikken, der ønskes afspillet ved opvisningen, kan ligge på Ipad, Iphone, IPOD eller musikfil. Musikken skal afleveres, med navn og hold nummer på, ved musikbordet senest 15 minutter før holdet skal på ”gulvet”. Husk selv at afhente musikken igen.

**Omklædning:**

Fordeling af omklædningsrummene findes på informationsskærmene i forhallen. Hold vinduerne i omklædningsrummene lukket, så vi undgår ubudne gæster. Efterlad intet af værdi i omklædningsrummene.

**Mad og drikke:**

Idrætscentret’s Sportscafe holder åben under hele opvisningen. Medbragt mad og drikke må ikke nydes i

Sportscafeen. Sportscafeen byder på mad og drikke, kaffe & kage samt frugt.

**Værdigenstande:**

Vallensbæk Gymnastik påtager sig ikke ansvar for medbragte værdigenstande. Undlad at efterlade noget af værdi i omklædningsrummene.

**Vallensbæk Gymnastik:**

Yderligere informationer kan hentes på [www.vallensbaekgymnastik.dk,](http://www.vallensbaekgymnastik.dk/) eller hos Jette Lundgaard, telefon 2027 3494 eller [lundgaard1112@gmail.com](mailto:lundgaard1112@gmail.com) .

Pernille Lund kan kontaktes på mobil 2213 0292 - også på opvisningsdagen, hvor hun vil være i depotet mellem Hal 1 & 2.

**Vallensbæk Idrætscenter:**

Ligger på adressen Idræts Allé 2, 2625 Vallensbæk, telefon 4362 1210.