

## Bilaga 1 – Förträning- och startlista

### Förträning Nivå 8 yngre

| Tid   | Fristående                 | Matta                      | Hopp                       |
|-------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| 08:00 | Karlskrona GF - F13B Kiwi  | Karlskrona GF - F14A Rosa  | Nya RGIF - Minior Yngre    |
| 08:05 | Karlskrona GF - F14B Måne  | Rödebygymnasterna - Gul    | Karlskrona GF - F14A Lila  |
| 08:10 | Rödebygymnasterna - Röd    | Karlskrona GF - F13A Mango | GF Öjabytruppen            |
| 08:15 | Åhus GK - Gul              | Karlskrona GF - F14B Sol   | Åhus GK - Grön             |
| 08:20 | Nya RGIF - Minior Yngre    | Karlskrona GF - F13B Kiwi  | Karlskrona GF - F14A Rosa  |
| 08:25 | Karlskrona GF - F14A Lila  | Karlskrona GF - F14B Måne  | Rödebygymnasterna - Gul    |
| 08:30 | GF Öjabytruppen            | Rödebygymnasterna - Röd    | Karlskrona GF - F13A Mango |
| 08:35 | Åhus GK - Grön             | Åhus GK - Gul              | Karlskrona GF - F14B Sol   |
| 08:40 | Karlskrona GF - F14A Rosa  | Nya RGIF - Minior Yngre    | Karlskrona GF - F13B Kiwi  |
| 08:45 | Rödebygymnasterna - Gul    | Karlskrona GF - F14A Lila  | Karlskrona GF - F14B Måne  |
| 08:50 | Karlskrona GF - F13A Mango | GF Öjabytruppen            | Rödebygymnasterna - Röd    |
| 08:55 | Karlskrona GF - F14B Sol   | Åhus GK - Grön             | Åhus GK - Gul              |

Ledarsamling 07:45

Tävlingsstart 09:05

Prisutdelning direkt efter sista starten

## Startlista Nivå 8 yngre

| #  | Tid   | Fristående                 | Matta                      | Hopp                       |
|----|-------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| 1  | 9:05  | Karlskrona GF - F13B Kiwi  |                            |                            |
| 2  | 9:08  |                            | Karlskrona GF - F14B Måne  | Rödebygymnasterna - Röd    |
| 3  | 9:11  | Åhus GK - Gul              |                            |                            |
| 4  | 9:14  |                            | Nya RGIF - Minior Yngre    | Karlskrona GF - F14A Lila  |
| 5  | 9:17  | GF Öjabytruppen            |                            |                            |
| 6  | 9:20  |                            | Åhus GK - Grön             | Karlskrona GF - F14A Rosa  |
| 7  | 9:23  | Rödebygymnasterna - Gul    |                            |                            |
| 8  | 9:26  |                            | Karlskrona GF - F13A Mango | Karlskrona GF - F14B Sol   |
| 9  | 9:29  | Rödebygymnasterna - Röd    |                            |                            |
| 10 | 9:32  |                            | Karlskrona GF - F13B Kiwi  | Karlskrona GF - F14B Måne  |
| 11 | 9:35  | Karlskrona GF - F14A Lila  |                            |                            |
| 12 | 9:38  |                            | Åhus GK - Gul              | Nya RGIF - Minior Yngre    |
| 13 | 9:41  | Karlskrona GF - F14A Rosa  |                            |                            |
| 14 | 9:44  |                            | GF Öjabytruppen            | Åhus GK - Grön             |
| 15 | 9:47  | Karlskrona GF - F14B Sol   |                            |                            |
| 16 | 9:50  |                            | Rödebygymnasterna - Gul    | Karlskrona GF - F13A Mango |
| 17 | 9:53  | Karlskrona GF - F14B Måne  |                            |                            |
| 18 | 9:56  |                            | Rödebygymnasterna - Röd    | Karlskrona GF - F13B Kiwi  |
| 19 | 9:59  | Nya RGIF - Minior Yngre    |                            |                            |
| 20 | 10:02 |                            | Karlskrona GF - F14A Lila  | Åhus GK - Gul              |
| 21 | 10:05 | Åhus GK - Grön             |                            |                            |
| 22 | 10:08 |                            | Karlskrona GF - F14A Rosa  | GF Öjabytruppen            |
| 23 | 10:11 | Karlskrona GF - F13A Mango |                            |                            |
| 24 | 10:14 |                            | Karlskrona GF - F14B Sol   | Rödebygymnasterna - Gul    |



## Förträning Nivå 9 yngre

| Tid   | Fristående            | Matta                 | Hopp                  |
|-------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 10:35 | GF Alvaret - 1        | Karlskrona GF - Sol   | Karlskrona GF - Frost |
| 10:40 | Västerviks GF         | GF Alvaret - 2        | Karlskrona GF - Snö   |
| 10:45 | Karlskrona GF - Måne  | GF Alvaret - 1        | Karlskrona GF - Sol   |
| 10:50 | Karlskrona GF - Frost | Västerviks GF         | GF Alvaret - 2        |
| 10:55 | Karlskrona GF - Snö   | Karlskrona GF - Måne  | GF Alvaret - 1        |
| 11:00 | Karlskrona GF - Sol   | Karlskrona GF - Frost | Västerviks GF         |
| 11:05 | GF Alvaret - 2        | Karlskrona GF - Snö   | Karlskrona GF - Måne  |

10:20 Ledarsamling

11:15 Tävlingsstart

Prisutdelning direkt efter sista starten

## Startlista Nivå 9 yngre

| #  | Tid   | Fristående            | Matta                 | Hopp                  |
|----|-------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1  | 11:15 | GF Alvaret - 1        |                       |                       |
| 2  | 11:17 |                       | Karlskrona GF - Sol   | Karlskrona GF - Frost |
| 3  | 11:20 | Västerviks GF         |                       |                       |
| 4  | 11:22 |                       | GF Alvaret - 2        | Karlskrona GF - Snö   |
| 5  | 11:25 | Karlskrona GF - Måne  |                       |                       |
| 6  | 11:27 |                       | GF Alvaret - 1        | Karlskrona GF - Sol   |
| 7  | 11:30 | Karlskrona GF - Frost |                       |                       |
| 8  | 11:32 |                       | Västerviks GF         | GF Alvaret - 2        |
| 9  | 11:35 | Karlskrona GF - Snö   |                       |                       |
| 10 | 11:37 |                       | Karlskrona GF - Måne  | GF Alvaret - 1        |
| 11 | 11:40 | Karlskrona GF - Sol   |                       |                       |
| 12 | 11:42 |                       | Karlskrona GF - Frost | Västerviks GF         |
| 13 | 11:45 | GF Alvaret - 2        |                       |                       |
| 14 | 11:47 |                       | Karlskrona GF - Snö   | Karlskrona GF - Måne  |

## Förträning Nivå 8 äldre och 7 yngre

| Tid   | Fristående                    | Matta                         | Hopp                          |
|-------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| 12:05 | 7 yngre: Åhus GK - Blå        | Emmaboda DF Gymnastik         | Älmhult GK                    |
| 12:10 | GF Alvaret - Röd              | GF Alvaret - Svart            | Nya RGIF - Minior äldre       |
| 12:15 | Älmhult GK                    | 7 yngre: Åhus GK - Blå        | Karlskrona GF - Minior P11/12 |
| 12:20 | Nya RGIF - Minior äldre       | GF Alvaret - Röd              | Emmaboda DF Gymnastik         |
| 12:25 | Karlskrona GF - Minior P11/12 | Älmhult GK                    | GF Alvaret - Svart            |
| 12:30 | Emmaboda DF Gymnastik         | Nya RGIF - Minior äldre       | 7 yngre: Åhus GK - Blå        |
| 12:35 | GF Alvaret - Svart            | Karlskrona GF - Minior P11/12 | GF Alvaret - Röd              |

Ledarsamling 11:50

Tävlingsstart 12:45

Prisutdelning direkt efter sista start

## Startlista Nivå 8 äldre och 7 yngre

| #  | Tid   | Fristående                    | Matta                         | Hopp                          |
|----|-------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| 1  | 12:45 | 7 yngre: Åhus GK - Blå        |                               |                               |
| 2  | 12:48 |                               | Emmaboda DF Gymnastik         |                               |
| 3  | 12:51 |                               |                               | Älmhult GK                    |
| 4  | 12:54 | GF Alvaret - Röd              |                               |                               |
| 5  | 12:57 |                               | GF Alvaret - Svart            |                               |
| 6  | 13:00 |                               |                               | Nya RGIF - Minior äldre       |
| 7  | 13:03 | Karlskrona GF - Minior P11/12 |                               |                               |
| 8  | 13:06 |                               | GF Alvaret - Röd              |                               |
| 9  | 13:09 |                               |                               | Emmaboda DF Gymnastik         |
| 10 | 13:12 | Älmhult GK                    |                               |                               |
| 11 | 13:15 |                               | Karlskrona GF - Minior P11/12 |                               |
| 12 | 13:18 |                               |                               | GF Alvaret - Svart            |
| 13 | 13:21 | Nya RGIF - Minior äldre       |                               |                               |
| 14 | 13:24 |                               | Älmhult GK                    |                               |
| 15 | 13:27 |                               |                               | GF Alvaret - Röd              |
| 16 | 13:30 | Emmaboda DF Gymnastik         |                               |                               |
| 17 | 13:33 |                               | Nya RGIF - Minior äldre       |                               |
| 18 | 13:36 |                               |                               | Karlskrona GF - Minior P11/12 |
| 19 | 13:39 | GF Alvaret - Svart            |                               |                               |
| 20 | 13:42 |                               | 7 yngre: Åhus GK - Blå        |                               |
| 21 | 13:45 |                               |                               | 7 yngre: Åhus GK - Blå        |

## Förträning Nivå 7 äldre pool 1

| Tid   | Fristående               | Matta                    | Hopp                     |
|-------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 14:05 | Dackegymnasterna - Måne  | Dackegymnasterna - Röd   | Karlskrona GF - F11A     |
| 14:10 | Rödebygymnasterna - Lila | Västerviks GF            | GF Öjabytruppen - 1      |
| 14:15 | Karlskrona GF - Snöboll  | Dackegymnasterna - Sol   | Dackegymnasterna - Svart |
| 14:20 | Åhus GK - Svart          | Dackegymnasterna - Måne  | Dackegymnasterna - Röd   |
| 14:25 | Karlskrona GF - F11A     | Rödebygymnasterna - Lila | Västerviks GF            |
| 14:30 | GF Öjabytruppen - 1      | Karlskrona GF - Snöboll  | Dackegymnasterna - Sol   |
| 14:35 | Dackegymnasterna - Svart | Åhus GK - Svart          | Dackegymnasterna - Måne  |
| 14:40 | Dackegymnasterna - Röd   | Karlskrona GF - F11A     | Rödebygymnasterna - Lila |
| 14:45 | Västerviks GF            | GF Öjabytruppen - 1      | Karlskrona GF - Snöboll  |
| 14:50 | Dackegymnasterna - Sol   | Dackegymnasterna - Svart | Åhus GK - Svart          |

Ledarsamling 13:50

Tävlingsstart 15:00

Prisutdelning



## Startlista Nivå 7 äldre pool 1

| #  | Tid   | Fristående               | Matta                    | Hopp                     |
|----|-------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1  | 15:00 | Dackegymnasterna - Måne  |                          |                          |
| 2  | 15:03 |                          | Rödebygymnasterna - Lila |                          |
| 3  | 15:06 |                          |                          | Karlskrona GF - Snöboll  |
| 4  | 15:09 | Åhus GK - Svart          |                          |                          |
| 5  | 15:12 |                          | Karlskrona GF - F11A     |                          |
| 6  | 15:15 |                          |                          | GF Öjabytruppen - 1      |
| 7  | 15:18 | Dackegymnasterna - Svart |                          |                          |
| 8  | 15:21 |                          | Dackegymnasterna - Röd   |                          |
| 9  | 15:24 |                          |                          | Västerviks GF            |
| 10 | 15:27 | Dackegymnasterna - Sol   |                          |                          |
| 11 | 15:30 |                          | Dackegymnasterna - Måne  |                          |
| 12 | 15:33 |                          |                          | Rödebygymnasterna - Lila |
| 13 | 15:36 | Karlskrona GF - Snöboll  |                          |                          |
| 14 | 15:39 |                          | Åhus GK - Svart          |                          |
| 15 | 15:42 |                          |                          | Karlskrona GF - F11A     |
| 16 | 15:45 | GF Öjabytruppen - 1      |                          |                          |
| 17 | 15:48 |                          | Dackegymnasterna - Svart |                          |
| 18 | 15:51 |                          |                          | Dackegymnasterna - Röd   |
| 19 | 15:54 | Västerviks GF            |                          |                          |
| 20 | 15:57 |                          | Dackegymnasterna - Sol   |                          |
| 21 | 16:00 |                          |                          | Dackegymnasterna - Måne  |
| 22 | 16:03 | Rödebygymnasterna - Lila |                          |                          |
| 23 | 16:06 |                          | Karlskrona GF - Snöboll  |                          |
| 24 | 16:09 |                          |                          | Åhus GK - Svart          |
| 25 | 16:12 | Karlskrona GF - F11A     |                          |                          |

|    |       |                        |                     |                          |
|----|-------|------------------------|---------------------|--------------------------|
| 26 | 16:15 |                        | GF Öjabytruppen - 1 |                          |
| 27 | 16:18 |                        |                     | Dackegymnasterna - Svart |
| 28 | 16:21 | Dackegymnasterna - Röd |                     |                          |
| 29 | 16:24 |                        | Västerviks GF       |                          |
| 30 | 16:27 |                        |                     | Dackegymnasterna - Sol   |



## Förträning Nivå 7 äldre pool 2

| Tid   | Fristående                 | Matta                      | Hopp                       |
|-------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| 16:45 | Karlskrona GF - Snöflinga  | Rödebygymnasterna - Svart  | Nya RGIF - Juniorerna      |
| 16:50 | Dackegymnasterna - Popcorn | GF Öjabytruppen - 2        | Dackegymnasterna - Godis   |
| 16:55 | Älmhults GK                | Dackegymnasterna - TF11    | Asarumsgymnasterna         |
| 17:00 | Dackegymnasterna - Ostbåge | Karlskrona GF - F12A       | Rödebygymnasterna - Svart  |
| 17:05 | Nya RGIF - Juniorerna      | Karlskrona GF - Snöflinga  | GF Öjabytruppen - 2        |
| 17:10 | Dackegymnasterna - Godis   | Dackegymnasterna - Popcorn | Dackegymnasterna - TF11    |
| 17:15 | Asarumsgymnasterna         | Älmhults GK                | Karlskrona GF - F12A       |
| 17:20 | Rödebygymnasterna - Svart  | Dackegymnasterna - Ostbåge | Karlskrona GF - Snöflinga  |
| 17:25 | GF Öjabytruppen - 2        | Nya RGIF - Juniorerna      | Dackegymnasterna - Popcorn |
| 17:30 | Dackegymnasterna - TF11    | Dackegymnasterna - Godis   | Älmhults GK                |
| 17:35 | Karlskrona GF - F12A       | Asarumsgymnasterna         | Dackegymnasterna - Ostbåge |

Ledarsamling 16:30

Tävlingsstart 17:45

Prisutdelning

## Startlista Nivå 7 äldre pool 2

| #  | Tid   | Fristående                 | Matta                      | Hopp                       |
|----|-------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| 1  | 17:45 | Karlskrona GF - Snöflinga  |                            |                            |
| 2  | 17:48 |                            | Dackegymnasterna - Popcorn |                            |
| 3  | 17:51 |                            |                            | Älmhults GK                |
| 4  | 17:54 | Dackegymnasterna - Ostbåge |                            |                            |
| 5  | 17:57 |                            | Nya RGIF - Juniorerna      |                            |
| 6  | 18:00 |                            |                            | Dackegymnasterna - Godis   |
| 7  | 18:03 | Asarumsgymnasterna         |                            |                            |
| 8  | 18:06 |                            | Rödebygymnasterna - Svart  |                            |
| 9  | 18:09 |                            |                            | GF Öjabytruppen - 2        |
| 10 | 18:12 | Dackegymnasterna - TF11    |                            |                            |
| 11 | 18:15 |                            | Karlskrona GF - F12A       |                            |
| 12 | 18:18 |                            |                            | Dackegymnasterna - Popcorn |
| 13 | 18:21 | Älmhults GK                |                            |                            |
| 14 | 18:24 |                            | Karlskrona GF - Snöflinga  |                            |
| 15 | 18:27 |                            |                            | Nya RGIF - Juniorerna      |
| 16 | 18:30 | Dackegymnasterna - Godis   |                            |                            |
| 17 | 18:33 |                            | Dackegymnasterna - Ostbåge |                            |
| 18 | 18:36 |                            |                            | Rödebygymnasterna - Svart  |
| 19 | 18:39 | GF Öjabytruppen - 2        |                            |                            |
| 20 | 18:42 |                            | Asarumsgymnasterna         |                            |
| 21 | 18:45 |                            |                            | Karlskrona GF - F12A       |
| 22 | 18:48 | Dackegymnasterna - Popcorn |                            |                            |
| 23 | 18:51 |                            | Dackegymnasterna - TF11    |                            |
| 24 | 18:54 |                            |                            | Karlskrona GF - Snöflinga  |
| 25 | 18:57 | Nya RGIF - Juniorerna      |                            |                            |

|    |       |                           |                          |                            |
|----|-------|---------------------------|--------------------------|----------------------------|
| 26 | 19:00 |                           | Älmhults GK              |                            |
| 27 | 19:03 |                           |                          | Dackegymnasterna - Ostbåge |
| 28 | 19:06 | Rödebygymnasterna - Svart |                          |                            |
| 29 | 19:09 |                           | Dackegymnasterna - Godis |                            |
| 30 | 19:12 |                           |                          | Asarumsgymnasterna         |
| 31 | 19:15 | Karlskrona GF - F12A      |                          |                            |
| 32 | 19:18 |                           | GF Öjabytruppen - 2      |                            |
| 33 | 19:21 |                           |                          | Dackegymnasterna - TF11    |

