

Hejsan!

Tiden rusar fram och snart är julen här med alla sina traditioner. I HGK har vi som tradition att vartannat år avsluta höstterminen med HGK-mästerskapen och vartannat år med en juluppvisning. I år är det dags för mästerskap!

Trots att det är frågan om en tävling skall ingen avskräckas! Alla får vara med och kamratskap, gemensam hobby och glädjen att få se klubbens gymnaster visa upp sina serier är viktigare än resultatlistan! Nybörjarpojkar och -flickorna gör enkla övningar i form av en redskapsbana, gymnasterna rangordnas inte. De gymnaster som även tävlar i andra tävlingar än i klubbkampen gör sina vanliga tävlingsserier.

HGK-mästerskapen går av stapeln **onsdagen den 10 december i Gloriahallen**. Alla gymnaster skall vara på plats **kl. 17.30**, helst färdigt omklädda. HGK-dräkten går bra att tävla i men eftersom det är fråga om en klubbkamp får man även gärna vara klädd i favoritgymnastikdräkten! Föräldrarna får gärna komma som publik men utrymmet är begränsat. För att veta hur mycket saft & pepparkakor vi skall inhandla, ber vi alla gymnaster som kommer att vara med anmäla sig genom att **returnera talongen nedan eller ringa den egna tränaren senast torsdagen den 4 december**. Om tränaren inte meddelar annat avslutas höstterminen i och med HGK-mästerskapen. Vårterminen inleds **vecka 3**. Grupperna har som regel samma träningstider höst och vår.

Det preliminära programmet onsdagen den 10 december är följande:

Kl. 17.30 får gymnasterna komma in i salen och en gemensam uppvärmning följer.

Kl. 17.45 gör nybörjarna / de som inte tävlat tidigare, en s.k. redskapsbana. Då de är klara går de upp till klubbrummet "Gropen" i 6 våningen på saft och pepparkaka och kan därifrån följa med programmet.

Kl. 18.00 tävlar flickor klass 2 på hopp och bom. Pojkar klass 1 tävlar på parterr och räck, pojkar klass 2 barr& räck och pojkar klass 3 på parterr & räck. När flickor klass 2 har tävlat färdigt, tävlar flickor klass S2 & S3 på bom och räck, flickor klass 3 på parterr & bom.

Ca kl.19.00 tävlar flickor klass 4 på parterr och bom, och pojkar klass 4-6 på parterr och räck. Truppgymnasterna i klass 3 tävlar på trampett.

Därefter följer uppvisning av föreningens elitgymnaster Dora Sarpaneva och HGK's senior trupplag.

Förutom tävlingen står saft & pepparkaka och utdelning av priser på programmet. Vi räknar med att vara klara ca kl. 20.30.

I väntan på julen och HGK-mästerskapen hälsar juniorledarna genom Johanna Krogius ([johi\(a\)hgk.fi](mailto:johi(a)hgk.fi) / 040-5164062)

_____ deltar i HGK-mästerskapen onsdagen den 10 december.

Tävlingsklass: _____

Jag tävlar inte men kommer ändå gärna och tittar på tävlingen.

RETURNERAS ÅT TRÄNAREN SENAST TORSDAGEN DEN 4 DECEMBER, GÄRNA TIDIGARE!