



Drömmar



PROGRAM (Uppvisning kl 15)

1. Invigning
2. Mussegympa Kulltorp och Mussegympa Degeberga
3. Mussegympa Livius
4. Redskap Mini Röd och Mini Vit
5. TG 1-2
6. Redskap Maxi Blå och Maxi Grön
7. Redskap Maxi Röd och Gympakidz Blå
8. Gympakidz Vit och Röd
9. Gympakidz Degeberga och Redskap Ungdom Yngre och Ungdom Äldre
10. TG 1-2
11. Avslutning

VÅRA GRUPPER

Barngrupper:

- Mussegympa

Idag har vi fyra mussegympagrupper. Två som tränar i Liviushallen, en som tränar på Kulltorpskolan och en som tränar i Degeberga. Gymnasterna tränar på redskapsbanor där de övar på att göra kullerbyttor, hoppa jämfota och stå på händer.

- Redskap Mini

Idag har vi 2 grupper som tränar i Liviushallen. Gymnasterna tränar på att hoppa över plint, raka hopp, kullerbyttor på trampett, kullerbyttor och hjulningar samt lite förövningar till frivolter och flickis.

- Redskap Maxi

Idag har vi tre grupper som tränar i Liviushallen. Gymnasterna tränar på plint, raka hopp och kullerbyttor på trampett, kullerbyttor, hjulningar, rondat samt förövningar till frivolter, flickis och handvolt.

Ungdomsgrupper:

- GympaKidz

Idag har vi fyra gympa kidz grupper, tre som tränar i Liviushallen och en som tränar i Degeberga. Gymnasterna tränar på plint, raka hopp, volt på trampett, kullerbyttor, hjulningar, rondat samt förövningar till flickis och handvolt.

- Redskap Ungdom Yngre

Gymnasterna tränar på raka hopp och volter på trampett, hjulningar, rondater, flickisar, salto och handvolter.

- Redskap Ungdom Äldre

Gymnasterna tränar på enkla volter i olika positioner med och utan skruv på trampett, hjulningar, rondater, flickisar, salto samt handvolter och handvolt frivolt.

Vuxengrupper:

- Golden Ladies

Äldre ”ungdomar” som gympar för att det är kul. Tränar en gång i veckan.

- Seniorer

Gymnaster +55 år som gympar hela livet. Tränar två gånger i veckan.

Tävlingsgrupper:

Just nu har vi 18 tävlingsgrupper som tävlar på nivå 9-3. Grupperna ställer upp på lokala och regionala tävlingar. De två högsta grupperna tävlar även på rikstävlingar.

- Volt Indigo och Violet
- Volt Turkos
- Volt Grå
- Volt Svart
- Volt Vit
- Volt Röd, Gul, Blå
- Volt Grön
- Volt NeonGul och NeonBlå
- Volt Rosa
- Volt Lila
- Tävling Ungdom

- Tävling Salto
- Tävlingsgrupp 1-2