



ROG'S FORÅRSOPVISNING

11. APRIL 2026



TID	HOLDBETEGNELSE
10:00	Faneindmarch, fællesdans og velkomst
10:20	DGI Storkøbenhavns Rephold
10:55	Forældre/barn 1-3 år
11:10	Forældre/barn 4-7 år
11:25	Pause - uddeling af årskrus (5 år)
11:40	Mikro Performance Team
12:05	Breddegymnastik 4-6 år
12:20	Voksenhold
12:30	Breddegymnastik 6-9 år + 10-15 år
12:50	Parkour
13:05	Pause - uddeling af årskrus (10 + 15 år)
13:20	TeamGym Piger
13:50	Rytmask Sportsgymnastik
14:15	TeamGym Dreng + Mix
14:35	Pause - uddeling af årskrus (20-50 år)
14:50	Mini Performance Team
15:10	Breddegymnastik 10-15 år
15:25	Junior Performance Team
15:50	Faneudmarch + Tak for i dag