



# ROG'S FORÅRSOPVISNING 6. APRIL 2025



TID	HOLDBETEGNELSE
10:00	Faneindmarch, fællesdans og velkomst
10:25	Forældre/Barn gymnastik
10:40	Spring, Flips & Tricks + Parkour
10:55	DGI Storkøbenhavns MiniRep
11:05	Mikro Performance Team
11:25	Pause - uddeling af årskrus (5 år)
11:40	Breddegymnastik
12:25	Voksenhold
12:35	Mini Performance Team
12:55	Mikro Performance - Rytme + Fælles Performance
13:00	Pause - uddeling af årskrus (10 + 15 år)
13:15	Rytmask Sports-gymnastik
13:40	Drengehold + TeamGym Seniormix
14:00	TeamGym piger
14:30	Pause - uddeling af årskrus (20-50 år)
14:55	Junior Performance Team
15:15	DGI Storkøbenhavns Rephold
15:45	Faneudmarch + Tak for i dag