

Förträning Pool 1 (nivå 3-4)			
<b>Redskap:</b>			
Tid:	<b>Tumbling (5min)</b>	<b>Trampett Fria (5min)</b>	<b>Trampett Bord (5min)</b>
9.00-9.05	Huskvarna GF Blå	Karlskrona GF (nivå 3)	Dackegymnasterna Turkos 1
9.05-9.10	Huskvarna GF Vit	Dackegymnasterna Turkos 1	Karlskrona GF (nivå 3)
9.10-9.15	Eksjö GS	Karlskrona GF (nivå 4)	Huskvarna GF Blå
9.15-9.20	Ljungsbro GF	Huskvarna GF Blå	Karlskrona GF (nivå 4)
9.20-9.25	Karlskrona GF (nivå 3)	Huskvarna GF Vit	Dackegymnasterna Turkos A
9.25-9.30	Karlskrona GF (nivå 4)	Dackegymnasterna Turkos A	Huskvarna GF Vit
9.30-9.35	Dackegymnasterna Turkos 1	Eksjö GS	Ljungsbro GF
9.35-9.40	Dackegymnasterna Turkos A	Ljungsbro GF	Eksjö GS
<b>Fristående:</b>			
Tid:	9.45-10.10 (en gång/lag)		
	1. Huskvarna GF Blå (Nivå 3)		
	2. Karlskrona GF (nivå 3)		
	3. Eksjö GS (nivå 4)		
	4. Dackegymnasterna Turkos 1 (nivå 4)		
	5. Dackegymnasterna Turkos A (nivå 4)		
	6. Huskvarna GF Vit (nivå 4)		
	7. Ljungsbro GF (nivå 4)		
	8. Karlskrona GF (nivå 4)		

**Pool 1 Nivå 3-4**

Fristående		Tumbling		Trampett	
	<u>Nivå 4</u>				
1	Huskvarna GF Vit		<u>Nivå 3</u>		
		2	Huskvarna GF Blå		<u>Nivå 4</u>
				3	Ljungsbro GF
4	Dackegymnasterna Turkos A				
		5	Karlskrona GF		
				6	Huskvarna GF Vit
7	Eksjö GS				
			<u>Nivå 4</u>		
		8	Dackegymnasterna Turkos 1		
				9	Karlskrona GF
	<u>Nivå 3</u>				
10	Huskvarna GF Blå				
		11	Eksjö GS		
				12	Dackegymnasterna Turkos A
13	Karlskrona GF				
		14	Huskvarna GF Vit		
				15	Dackegymnasterna Turkos 1
	<u>Nivå 4</u>				
16	Ljungsbro GF				
		17	Karlskrona GF		
				18	Eksjö GS
19	Dackegymnasterna Turkos 1				
		20	Dackegymnasterna Turkos A		
					<u>Nivå 3</u>
				21	Huskvarna GF Blå
22	Karlskrona GF				
		23	Ljungsbro GF		
				24	Karlskrona GF

## Förträning Pool 2 (nivå 5)

### Redskap:

Tid:	Tumbling (5min)	Trampett Fria (5min)	Trampett Bord (5min)
12.30-12.35	Dackegymnasterna Svart	Karlskrona GF Lag minior	Rödebygymnasterna
12.35-12.40	GF Öjabytruppen	Rödebygymnasterna	Karlskrona GF Lag minior
12.40-12.45	Kalmar UT blå	Karlskrona GF Ungdom Mix	Borensbergs GF
12.45-12.50	Kalmar RT5	Borensbergs GF	Karlskrona GF Ungdom Mix
12.50-12.55	Rödebygymnasterna	Dackegymnasterna Svart	GF Öjabytruppen
12.55-13.00	Älmhults GK	GF Öjabytruppen	Dackegymnasterna Svart
13.05-13.10	Karlskrona minior F12A	Hvetlanda GF	Kalmar RT5
13.10-13.15	Karlskrona GF Ungdom Mix	Kalmar RT5	Hvetlanda GF
13.15-13.20	Karlskrona GF Lag minior	Älmhults GK	Kalmar UT blå
13.20-13.25	Borensbergs GF	Karlskrona GF minior F12A	Älmhults GK
13.25-13.30	Hvetlanda GF	Kalmar UT blå	Karlskrona GF minior F12A

### Fristående:

Tid:

13.35-14.03 (en gång/lag)

1. Kalmar UT Blå
2. Älmhults GK
3. Karlskrona GF Ungdom Mix
4. Dackegymnasterna Svart
5. Karlskrona GF Lag minior
6. Borensbergs GF
7. Kalmar RT5
8. GF Öjabytruppen
9. Karlskrona GF MiniorF12A
10. Hvetlanda GF
11. Rödebygymnasterna

**Pool 2 Nivå 5**

<b>Fristående</b>		<b>Tumbling</b>		<b>Trampett</b>	
1	Kalmar GF UT Blå				
		2	Rödebygymnasterna		
				3	Hvetlanda GF
4	Älmhults GK				
		5	Karlskrona GF lag Minior F12A		
				6	GF Öjabytruppen
7	Karlskrona GF Ungdom Mix				
		8	Kalmar GF RT5		
				9	Borensbergs GF
10	Dackegymnasterna Svart				
		11	Älmhults GK		
				12	Rödebygymnasterna
13	Karlskrona GF Lag minior				
		14	Kalmar GF UT Blå		
				15	Karlskrona GF lag Minior F12A
16	Borensbergs GF				
		17	Karlskrona GF Ungdom Mix		
				18	Karlskrona GF Lag Minior
19	Kalmar GF RT5				
		20	Hvetlanda GF		
				21	Älmhults GK
22	GF Öjabytruppen				
		23	Dackegymnasterna Svart		
				24	Kalmar GF UT Blå
25	Karlskrona GF lag Minior F12A				
		26	Karlskrona GF Lag minior		
				27	Karlskrona GF Ungdom Mix
28	Hvetlanda GF				
		29	Borensbergs GF		
				30	Dackegymnasterna Svart
31	Rödebygymnasterna				
		32	GF Öjabytruppen		
				33	Kalmar GF RT5