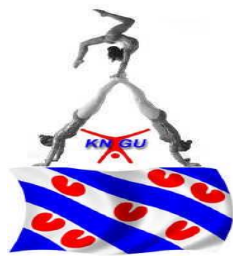


Aan: deelnemende verenigingen  
juryleden



Hallo allemaal,  
Hierbij doen wij jullie toekomen het programma van het Fries Kampioenschap E-instap en Fryslân Cup op zaterdag **22 maart 2023** in Buitenpost.

De sporthal is gevestigd aan het adres: **Houtmoune  
Vaart 12  
9285 TX Buitenpost**

Het programma bestaat uit **2** dagdelen (7 blokken)

De wedstrijd is verdeeld over **2** banen, op één vloer zal er om en om de oefening gedaan worden.

**De muziek mailen als MP3 bestand naar (USB meenemen als back-up)  
[acrofrieslandmuziek@gmail.com](mailto:acrofrieslandmuziek@gmail.com), voor donderdag 6 april 18.00 uur!!**

De tijden zijn bij benadering, alle deelnemers dienen tenminste **30** minuten voor de aanvang van hun wedstrijdblok aanwezig te zijn

#### Inturnen :

Inturnen tijdens het blok voorafgaand aan het wedstrijdblok. De inturnruimte is alleen toegankelijk voor sporters en is GEEN speelplaats.

Denk ook aan voldoende begeleiding voor uw deelnemers tijdens het inturnen

Trainers en begeleiders willen jullie er zorg voor dragen dat de sporters ALLEEN op het voor hen bestemde moment in de inturnzaal zijn.

**Wedstrijdbladen mailen voor donderdag 6 april 18:00 uur naar [nummer29@gmail.com](mailto:nummer29@gmail.com) als PDF bestand!**

#### Opmars:

Er zal **geen** gezamenlijk opmars plaatsvinden!!!

Opmars per blok, sta op tijd klaar!!!

#### Prijsuitreiking:

De prijsuitreiking vindt plaats in turnkleding.

#### Organisatie

De organisatie van deze dag is in handen van SV Donkerbroek.

**De toegangsprijs zal €3,00 p.p. bedragen vanaf 8 jaar. Er is geen pin aanwezig.**

Namens de organisatie wensen wij iedereen een succesvolle wedstrijd toe,

Met vriendelijke groet, TC acro Friesland

Tjerkje en Feikje

#### **tijdpad:**

8.30	Zaal open
8.30	<b>Inturnen sporters blok 1 in de inturnruimte !!</b>
8.55	Opening
9.00	Opmars blok 1, jurypresentatie, vloerverkennen

**juryvergadering:** *JV en MJ om 8.40*

*Overige jury om 8.50*

De juryleden krijgen zo spoedig mogelijk bericht



Programma FK E-Instap en Fryslân Cup  
22 april 2023



BAAN A					BAAN B						
Nr	Naam	Vereniging	niv	cat	Nr	Naam	Vereniging	niv	cat		
<b>Blok 1</b>					<b>Blok 1</b>						
9.00	223	Sanne Feenstra Jildau de Boer	Gym Academy	E-instap-a	paar	9.00	226	Anouk Palsma Jenny Boersma	TG Dokkum	E-instap	paar
	212	Noa Postma Nyna Smid	GVV	E-instap-a	paar		205	Jildou Haijma Fleur de Boer	SGC Stiens	E-instap	paar
	231	Sanne van der Velde Jolie Van der Kamp	FSA	E-instap-a	paar		221	Albert Mihaltan Marrit Merkus	Gym Academy	E-instap	paar
							209	Sterre Keujer Amerins Jagersma	Damwoude	E-instap	paar
<b>blok 2</b>					<b>blok 2</b>						
9.35	206	Lysanne Eelkema Jenna Wiersma Sanne Hoekstra	Damwoude	E-instap-a	paar	9.35	201	Linte Faber Sophie Eilander Naomi Fokkema	ATC	E-instap	paar
	225	Renske de Jong	TG Dokkum	E-instap-a	paar		203	Hanna Pander	SV Donkerbroek	E-instap	paar
	220	Silde van de Polder Sarah Mihaltan	Gym Academy	E-instap-a	paar		222	Ruben de Haan Lotte de Haan	Gym Academy	E-instap	paar
	-	-	-	-			207	Allianne Kingma Rinske Van der veen	Damwoude	E-instap	paar
<b>Blok 3</b>					<b>Blok 3</b>						
10.05	214	Anna-Lynn Berger Miley Mulder	FSA	E-instap-a	paar	10.05	208	Roanne Feddema Ylse Zagema	Damwoude	E-instap	paar
	204	Sanne De Jong Alara Kanbezoglu	SV Donkerbroek	E-instap-a	paar		213	Fayenne Dijkstra Mirre Hiemstra	SGC Stiens	E-instap	paar
	217	Sanne van der Veen Sterre Witveen	GVV	E-instap-a	paar		219	Luna Abha Myrthe Buwalda	Gym Academy	E-instap	paar
	210	Jenze Pijper Rianne Nijboer	Damwoude	E-instap-a	paar		230	Lisanne Veen Fardau Dijkstra	FSA	E-instap	paar
<b>Blok 4</b>					<b>Blok 4</b>						
10.40	202	Julia Wijma Leanne Vos Alissa Roos Graafstra	SV Donkerbroek	E-instap	Groep	10.40	7	Lyke Gros Renske Nicolai Elske Wiersma	Damwoude	E-jeu-wg	
	211	Jildou Planting Mette Ferwerda Dieke vd Vliet	GVV	E-instap	Groep						
	227	Lieke van Gelderen Ronja de Vries Fardau Veldhuis	FSA	E-instap	Groep						
	-	-	-	-							
<b>blok 5</b>					<b>blok 5</b>						

11.15	229	Dowayna Agricola Sidine Pruikisma Elena Kuipers	FSA	E-instap	Groep	11.15	6	Jolieke Wassenaar Marenthe Wassenaar Nikkie Hoekstra	Damwoude	E-jeu-wg	
	200	Alanna Flood Maud Röell Feddau Elbrich De Haan	ATC	E-instap	Groep		8	Sarah Van der Wagen Fiene Terpstra	Damwoude	E-jeu-WP	
	218	Fleur Snouck Hurgronje Anouk Holwerda Fardau van der Veen	Gym Academy	E-instap	Groep		1	Djeyda Goncalves Lieve Postma	ATC	E-jeu-WP	
	-	-	-	-			20	Evi Koops Yestin Haverkamp	FSA	E-jeu-mxp	
<b>Prijsuitreiking en pauze ca. 12.00</b>											
<b>Blok 6</b>						<b>Blok 6</b>					
13.00	11	Johanna Dijkstra Sanna Lynn Broersma	Damwoude	E-jun-wp		13.00	30	Jessica Dijkstra Yenna Kloosterman	GVV	E-sen-WP	
	69	Benthe Kroezen Jolijn Los	Donkerbroek	E-jun-wp			13	Tineke de Zwart Denise Elzinga	Damwoude	E-sen-WP	
	10	Annielle Soepboer Fenna Schaafsma	Damwoude	E-jun-wp			54	Fardau Mulder Else Agema	Hercules	E-sen-WP	
	67	Joline van der Burgh Jaycee Douwsma Sjoukje Hettinga	SGC Stiens	E-sen-WG			65	Femke Andringa Linde Bosma Nardy Span	SGC Stiens	E-jun-WG	
<b>Blok 7</b>						<b>Blok 7</b>					
13.35	3	Emma Riemersma Laura Weening Saar van der Pol	ATC	D-sen-WG		13.35	25	Elisa Dijkstra Lieke Kist	FSA	D-jeu-WP	
	71	Roselie ter Borg Kim Vos	Donkerbroek	D-jun-WP			70	Eefke van der Maat Seline Stalenhoef Marleen van de Wolfshaar	Donkerbroek	D-jeu-WG	
	73	Esther Enna Jellema Ilse Hilboezen-Jellema	T&G Dokkum	D-sen-WP			58	Rinske Hiemstra Jente Bosma Elin Hijlkema	Hercules	D-jun-WG	
							63	Janine Bloembergen Amber Stenekes Lizzy de Vries	Maas	D-jun-WG	
							26	Ninthe Stoeten Marit Dijkstra Jelke Jonkman Thesse Jonkman	FSA	D-jun-WG	



## Blokschema 22 april 2023



Blok 1	
9.00	
Baan A	Baan B
<b>E-ins-a-P</b>	<b>E-ins-P</b>
223	226
	205
212	
	221
231	
	209

blok 2	
9.35	
Baan A	Baan B
<b>E-ins-a-P</b>	<b>E-ins-P</b>
206	201
	203
225	
	222
220	
	207

blok 3	
10.05	
Baan A	Baan B
<b>E-ins-a-P</b>	<b>E-ins-P</b>
214	
	208
204	
	213
217	
	219
210	
	230

Blok 4	
10.40	
Baan A	Baan B
<b>E-ins-G</b>	<b>E-jeu-3</b>
202	
	7
211	
227	

Blok 5	
11.15	
Baan A	Baan B
<b>E-ins-G</b>	<b>E-jeu-3</b>
	6
229	<b>E-jeu-2</b>
	8
200	
	1
218	<b>E-jeu-mxp</b>
	20

### ca. 12.00 prijsuitreiking en pauze

Blok 6	
13.00	
Baan A	Baan B
<b>E-jun-2</b>	<b>E-sen-2</b>
11	
	30
69	
	13
10	
<b>E-sen-3</b>	54
67	<b>E-jun-3</b>
	65

Blok 7	
13.35	
Baan A	Baan B
<b>D-sen-3</b>	<b>D-jeu-2</b>
	25
3	<b>D-jeu-3</b>
<b>D-jun-2</b>	70
71	<b>D-jun-3</b>
<b>D-sen-2</b>	58
73	
	63
	<b>D-sen-MXQ</b>
	26