

# PROGRAM

ODKs Forårsopvisning lørdag den 12. april 2025 i Frederiksberghallerne, hal 4



Start tid	Min. på gulvet	Holdnavn	Instruktører og hjælpere
09:30	00:20	Faneindmarch	
09:50	00:05	Redskabsslæbning 1 - ind	
09:55	00:07	Tirsdags Forældre/barn 2-4 år	Jette
10:02	00:10	Mandags Forældre/barn, 2-3 år + Torsdags Forældre/barn, 1-2 år	Christina og Asta Marie + Emilie, Emma og Magnus
10:12	00:10	Mandags Forældre/barn, 3-4 år + Tirsdags Forældre/barn, 4-5 år	Bente + Sarah og Mikkel
10:22	00:05	Redskabsslæbning 1 - ud	
10:27	00:15	Rope skipping, 0.-1.kl. + 2.-4.kl. + 5.-10. kl.	Adriana, Clara, Jette, Marie, Emma og Anna
10:42	00:10	Spring-rytme piger, 2-3 kl.	Rikke, Esther, Alba-Viola og Vera
10:52	00:05	Redskabsslæbning 2 - ind	
10:57	00:10	Fredags Forældre/barn, 3-6 år + Lørdags Forældre/barn, 4-6 år	Louise og Bjarke + Armin og Nanna
11:07	00:10	Spring og leg om mandagen, 4-5 år + 5-6 år	Marta, Giuliana, Amalie, Caroline, Victoria, Alvilda og Annemette
11:17	00:07	Spring og Leg om onsdagen 4 - 6 år	Jannie, Silas, Sabine, Anna Viola og Agnes
11:24	00:10	Redskabsslæbning 2 - ud + Dansepause	
11:34	00:05	Gæstehold fra FRBDans: Performanceholdet, 9-14 år	Stinna Lotus Nagel
11:39	00:12	ODK Dreng 0.-1. kl. + Spring-rytme piger, 1.-2. kl.	Zakaria, Anne-Mette, Chanette og Jens Christian + Lisa, Emilie, Molly, Fiona og Erika
11:51	00:10	Acro Attack	Signe, Barbara, Tilda, Viktor og Anders
12:01	00:20	ODK Juniorhold	Jonas, Rie, Lukas og Jesper
12:21	00:15	Springtøser, 0.-2. kl. + 2.-3. kl.	Frederikke, Ellen, Dicte, Anna, Olivia og Mette
12:36	00:10	ODK Dreng, 2.-4. kl.	Mie, Mia og Mads
12:46	00:10	ODK Sports Acro	Amanda, Klara og Anton
12:56	00:15	Rytme piger, Team Stjernesrud, 1.-3. kl. + Team Pirouette, 4.-6. kl. + Team Illusion, 7.-9. kl.	Lærke og Anna
13:11	00:10	ODK Damer	Rikke og Camilla
13:21	00:20	ODK Minimix, 4.-7. kl.	Rie, Julie, Jesper, Sophia Viola, Marie og Hannah
13:41	00:10	Gæstehold fra Nance Dance: Girly Girls	Nancy Pölluste
13:51	00:10	Show Sjip	Sofie og Erik
14:01	00:10	DGI Mini Rep	Christina, Caroline og Cecilie
14:11	00:10	CPH Kids, 1-2 + 3	Sophia Viola, Thea, Isabella, Thomas og Alba-Viola
14:21	00:10	Ekstra Spring 18+	Rasmus, Anton, Paul-Atle, Pelle, Thomas
14:31	00:10	Spring-Spring-Spring	Henrik, Mathias, Maja, Agge, Morten og Niels
14:41	00:10	Springtøser, 4.-5. kl.	Lene, Martin, Martha, Trine og Liv
14:51	00:15	Pokal overrækkelse	
15:06	00:12	ODK Øvede	Kristine og Anna
15:18	00:20	CPH Kids, 4 + 5	Maja, Clara, Thomas og Filippa
15:38	00:07	Internastics	Barbara, Signe og Anna
15:45	00:20	ODK Ynglingehold	Jesper, Rie, Morten, Victoria og Christine
16:05	00:05	ODK Flow	Linea Emilie
16:10	00:15	Springpiger, 0.-1. kl. + 2.-3.kl.	Caroline, Anne-Louise, Ella, Clara, Asta Marie og Sophia
16:25	00:10	ODK Performance	Michelle og Stine
16:35	00:10	Springspring og lidt rytme, 1.-3. kl. + 4.-6. kl.	Mathilde, Martha, Signe, Emmelie og Liv
16:45	00:10	Faneudmarch - alle gymnaster på gulvet	
16:55		Tak for idag	