

Varmt välkomna till **FLEX STAR CUP**

21 september 2013



Här kommer lite praktisk information inför tävlingen.

Insläppet: Öppnar kl 8.30. Tävlingen startar kl 10.00.

Klasser: Hip-hop: singel och par i Starklass och uppåt, samt A-klass grupp
Disco: singel och par i Starklass och uppåt, samt A-klass grupp

Anmälan: Anmälan till denna tävling görs via *dans.se* senast 2:a september. Observera att det är första gången alla ska anmäla sig på detta sätt.

Hitta hit: Tävlingen hålls i Tellushallen på Vallentuna gymnasium, Gymnasievägen 4, Vallentuna. Dansare med ledare och föräldrar går in på södra delen av gymnasiet längs Gymnasievägen. Publik och föräldrar (som inte behöver gå in med sina barn) går in på framsidan mot järnvägsstationen. *Se kartan nästa sida. I Vallentuna centrum pågår en stor ombyggnation av järnvägs korsningen och därför kan ibland gps:erna visa fel. Vi kommer att sätta upp skyltar i de närmaste rondellerna för att visa vägen.*

Parkering: Bästa parkeringen är infartsparkeringen på Åby gata norr om gymnasiet. Kör via centrum (Banvägen) längs andra sidan om järnvägen. *Observera att de parkeringar som finns närmast gymnasiet är tidsbegränsade och kan vara reserverade.* Buss parkeras lämpligast över dagen vid Ishallen, kontakta Erik Björnemalm 0708-55 29 53, om ni behöver hjälp att hitta.

Tävlingen: Vi kommer ha 2 tävlingsgolv och en spegelsal för uppvärmning i ett utrymme intill. Alla dansskolor får tillgång till varsitt/delat omklädningsrum (skyltar sitter på dörrarna). Här kan dansarna förvara sina väskor och byta om. *Väskor är ej tillåtet i uppvärmningssalen.* Vänligen respektera att vi också vill undvika väskor i tävlingshallen då utrymme behövs för att de tävlande ska kunna hålla sig uppvärmda. *Vi ber er gå utomhus när ni sprayar glitterspray!* Vår tävlingshall är alldeles nyrenoverad med nylagt golv och vi får låna omklädningsutrymmen från skolan så vi vill naturligtvis återlämna allt i fint skick.

Mat o förtäring: I vår kafeteria kommer vi sälja varm lasagne (köttfärs alt vegetarisk), pastasallad, toast, varmkorv, smörgåsar, fika, frukt mm. Förtäring sker i kafeterian och här finns även utrymme för er som har egen mat med er. Av hänsyn till alla nötallergiker kommer vi sätta upp skyltar *där vi ber alla undvika att äta nötter inomhus.* Vi har själva dansare med luftburen nötallergi. Inga kakor, bullar, godis eller bröd som vi säljer i vårt kafé eller ställer ut på lagledarbordet kommer innehålla nötter.

Garderob: Vid publikingången kommer det finnas en obemannad garderob där man kan förvara medhavda kylbagar/större väskor. Det är i första hand en säkerhetsfråga och i andra hand en trivselfråga. Eftersom utrymmet och platserna på läktarna är begränsade är det inte tillåtet att "paxa platser" eller ta in kylbagar/större väskor. Det är av säkerhetsskäl inte heller tillåtet att sitta i trapporna på läktarna.

Bankomat/mataffär: I Vallentuna centrum, som ligger på andra sidan järnvägen ca 50 m bort, finns bankomat, mataffärer etc.

Tips på boende (för er som reser långt): Vallentuna Sporthotell www.sporthotell.se ca 500 meter från tävlingshallen. Såstaholm Hotell och konferens www.sastaholm.se ca 7 km från tävlingshallen. Scandic i Täby www.scandichotels.se söder om Vallentuna ca 2 mil från tävlingshallen. Scandic i Upplands Väsby www.scandichotels.se/upplandsvasby väster om Vallentuna ca 1,2 mil från tävlingshallen.

Kontakt: Vid akuta ärenden och frågor kontakta Maria von Herten
Mobil: 0739-35 89 10
Mail: mail@dansflex.com

Vi ser fram emot en spännande dag och tävling!

Flex Star Cup är sanktionerad av SDR och arrangerad av Showdansskolan FLEX i samarbete med Föreningen FLEX.

- 1 Tellushallen/Vallentuna gymnasium
- 2 Ingång publik
- 3 Ingång dansare
- 4 Parkering
- 5 Centrum

