



INTERNATIONAL  
**ISLAND GAMES**  
ASSOCIATION



# GYMNASTICS

sponsored by



# ÅLAND

## space for living

Arbeta & Bo  
PÅ ÅLAND

Tel. +358 (0)18 25 000, www.komhem.nu



## Taste Åland!

The fresh flavours of the clean archipelago and the lush seaside meadows add their special taste to milk, cheese and butter produced on Åland.

The Åland dairy factory ÅCA produces ten different types of cheeses with feeling and taste.

Cheeses are sold in the local grocery stores. Enjoy!



ph. +358 (0)18 32 800  
info@aca.ax • www.aca.ax



## We meet again

As a 16 year old I had the opportunity to go to my first Island Games and I was so proud and excited to represent my home island, Åland. After that week I was caught up in the Friendly Games spirit and I am always looking forward to the next Games. I didn't expect to get so many friends and to continue meeting them Games after Games and I definitely couldn't see myself as one of the sports co-ordinators 20 years later.

Hopefully in these NatWest Island Games on Åland we will get a lot of new competitors, coaches and supporters who will also get caught up in the Friendly Games spirit and that they will look forward to the next Games and the next...

Welcome to Åland!

**Sabina Mattsson**  
Gymnastics Co-ordinator





# GYMNASTICS

sponsored by Dahlmans

## Competitors Women



### BERMUDA

Caitlyn Mello  
Hannah King  
Kaisey Griffith  
Morgan Beckles  
Riann Ming  
Rosie Finnigan



### FAROE ISLANDS

Anita Knudsen Fossdalsá  
Dúrita Sigmarsdóttir Davidsen  
Fríðhild Reinert Norðgerð  
Katrín Sólrúnardóttir Wardum  
Kristína Toftegaard  
Silja Højgaard



### ISLE OF MAN

Christine Stoddart  
Grace Harrison  
Lindsey Beynon  
Olivia Curran  
Rebecca Johnson  
Rhyanne Hancock  
Sophie Kneen



### JERSEY

Aimee McDonnell  
Charlotte Sweeney  
Ciara Lambert  
Elizabeth Appleyard  
Lisa Day  
Shinarah Le Blancq



### MENORCA

Eva Martínez  
Irene Camps  
Jéssica Gomila  
Núria Enrich  
Sandra Parcero



### YNYS MÔN

Faye Garrod  
Hannah Owen  
Kate McCallum  
Katie McHardy-Rowley  
Lois Jones  
Meinir Roberts  
Siwan Mair Jones  
Sophie Twiss



### ÅLAND

Fanny Lindfors  
Frida Brunberg  
Frida Johansson  
Frida Lindfors  
Hanna Pussinen  
Malin Pussinen  
Maria Brändström  
Vanessa Eriksson

## CITYLIVS MITT I STAN

I Magasin mitt i stan ligger City Livs, en **VÄLSORTERAD MATBUTIK** som satsar på **PERSONLIG SERVICE** och är känd för sin **HÖGA KVALITET PÅ RÅVAROR**.  
Lätt och bekvämt med **BRA PARKERINGS-MÖJLIGHETER** på baksidan inne på gården.

I våra **VÄLSORTERADE MANUELLA DISKAR** får du hjälp av **VÅR KUNNIGA PERSONAL**. Vi ger dig tips och råd så att du hittar de rätta varorna.

**KÖTTDISKEN** har ett stort sortiment charkuterivaror och nygrillat alla dagar, **FISKDISKEN** är fylld av säsongens färska fiskar, **OSTDISKEN** har ett stort urval av olika sorters ostar och **BRÖDDISKEN** som erbjuder en doft av nybakat, färskt mat- och kaffebröd.

i Magasin, tel. 12 155  
Vard 9-18, lörd 9-15

• KÖTTDISK • FISKDISK • BRÖD • OST •

## Ge dig själv en extra-kick!



Enligt Världshälsoorganisationen (WHO) har maten idag ett lägre näringsinnehåll än tidigare. ShapeWorks, den intelligenta måltiden för alla, ger en optimal näringsmässig balans och hjälper till att forma och stärka kroppen.

ShapeWorks borde vara en självklarhet för alla oberoende av om man vill gå ner i vikt, må bättre eller förbättra träningsresultaten som motionär eller elitidrottare. **Resultaten är individuella beroende av egen insats.**

**ShapeWorks**

Oberoende distributör

**FRÅGA  
MIG  
HUR**

För mer information, kontakta mig,  
Marcus Åkerblom oberoende  
Herbalifedistributör, tel. 22 950  
eller 0457 595 8232. Välkommen!



www.bollhalla.com

## Måndag 29 juni/Monday 29th June

### **LAG TÄVLING**

**Damer:** Lagtävling på hopp och fristående med obligatoriska moment. Maxpoäng 13,5. 5 gymnaster i laget och de 4 bästa poängen räknas ihop.

**Herrar:** Lagtävling på hopp och fristående med valfria A och B moment. 4 gymnaster i laget och de 3 bästa poängen räknas ihop.

### **TEAM COMPETITION**

**Women:** Team competition on vault and floor with set moves. Maximum score 13.5. 5 gymnasts in each team and the best 4 scores count.

**Men:** Team competition on vault and floor with A and B elements. 4 gymnasts in each team and the best 3 scores count.

## Onsdag 1 juli/Wednesday 1st July

### **FIG TÄVLING**

**Herrar:** Individuell modifierad FIG tävling på fristående, häst, ringar, hopp, barr och räck. Max poäng räknas ut efter hur mycket svårigheter som gymnasten har i sin serie.

**Damer:** Individuell modifierad FIG tävling på hopp, barr, bom och fristående. Max poäng räknas ut efter hur mycket svårigheter som gymnasten har i sin serie.

### **FIG COMPETITION**

**Men:** Individual modified FIG competition on floor, pommel horse, rings, vault, parallel bars and high bar. Maximum score depends on how much difficulty the gymnast have in the routine.

**Women:** Individual modified FIG competition on vault, asymmetric bars, beam and floor. Maximum score depends on how much difficulty the gymnast have in the routine.

## Fredag 3 juli/Friday 3rd July

### **OBLIGATORISK TÄVLING**

**Damer:** Individuell tävling med obligatoriska moment på hopp, barr, bom och fristående. Max poäng 13,5.

**Herrar:** Individuell tävling med obligatoriska moment på fristående, häst, ringar, hopp, barr och räck. Max poäng 10.

### **SET COMPETITION**

**Women:** Individual competition with set moves on vault, asymmetric bars, beam and floor. Maximum score 13.5.

**Men:** Individual competition with set moves on floor, pommel horse, rings, vault, parallel bars and high bar. Maximum score 10.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





# Rökeri Kiosken

## KORV PIROG GODIS

Öppet: måndag-torsdag 16-24,  
fredag 16-02, lördag 15-02,  
söndag 15-24

# OFFICIAL SOUVENIERS

DON'T FORGET  
**NATWEST ISLAND  
GAMES XIII**  
ON ÅLAND 2009

VISIT US AT GAMES STREET DAILY 12-21

Windjammer Media presents the official mascot for the NatWest Island Games XIII

WINDJAMMER media

€15

## Selina the Seal

www.sealmen.com

## Luxurious Baltic cruises

Fresh sea air and beautiful archipelago scenery offer a refreshing experience for anyone, especially when all of it can be experienced on board a luxurious cruise ship of Tallink and Silja Line.

Tallink Silja Torggatan 14, Mariehamn  
tel 01816711, 0600 174552  
www.tallinksilja.com

TALLINK SILJA LINE

Störst inom foto på Åland  
Largest photostore in Åland

## Välkommen- Welcome

Canon PENTAX Cyber-shot FUJIFILM OLYMPUS SWAROVSKI OPTIK Nikon GEFOTO www.gefoto.fi





**Köpmansgatan 1  
Mariehamn**

**Tel: +358 18 13174**

**INPEX AB**

**Finmekanisk  
tunnplåtsindustri**

Norrbölevägen 1  
ax-22100 Mariehamn  
Tel. +358 18 22475



**Så gott  
å' så åländskt!**

ÅLÄNSKA LÄCKERHETER TILLVERKADE AV  
FÄRSKA RÅVAROR OCH MED SÅ LITE  
TILLSATSÄMNER SOM MÖJLIGT OCH  
INTE NÅGRA SMAKFÖRSTÄRKARE.

Smörgåstårter  
– kött eller fisk

**bra kök**

så gott som hemlagat

SKOGSHYDDSVÄGEN 3 22100 MARIEHAMN TEL. 018-22411

BESTÄLLNING GÖRS VIA DIN BUTIK, ÄVEN PRISFÖRFRÅGAN.

ÅLANDSTIDNINGEN



**PLAY  
HARD...  
LET YOUR  
HAIR DOWN  
ON GAMES  
STREET**

Located in  
Mariehamn city  
centre. Easily  
accessible from all  
shuttle buses.  
Within walking  
distance of  
everything in town.

Opening hours  
every day:  
11am - 18pm  
19pm - 24pm



swatch 



www.hasses.ax

**Hasses**  
UR & GULD AB

Sittkoffgallerian  
Torggatan 13  
tfn: +358 (0)18-16366

>> Sverige – Åland – Finland



transportservices

- ÅLAND • DOMESTIC • INTERNATIONAL
- ROAD TRANSPORTS • PARCEL DELIVERY
- THERMOLOGISTICS

**transmar** 

www.transmar.fi

VIKINGAGRÄND 6, MARIEHAMN, ÅLAND, FINLAND. TELEFON: +358 18 27011



# COMPUTER SALES AND SERVICE



ÅLANDS  
KONTORSMASKINER  
telefon 12 868 fax 526448

SKARPANSVÄGEN 22  
akdata@aland.net



## Fighting spirit. Fair enough!

We support Anti-doping and Fair play

Tel +358-18 329 00 Fax +358-18 329 200 e-mail: support@optinova.fi  
Industrivägen 5, AX-22410 GODBY, FINLAND

Medical Tubing for World Class Producers  
Visit our website: [www.optinova.com](http://www.optinova.com)



CSform

# matt.huset

Ålandsvägen 32, tel. 15 770. Öppet: vard. 10-17, lörd. 11-14

# VIKING LINE

När borta är som bäst

buss

Tel. +358 18 225 70 • [www.vikingline.ax](http://www.vikingline.ax)



# Now everyone can win at the Games!



# Grillat är en lätt match



NatWest Island Games Åland 2009  
bringing islands together...

 **NatWest**

**Helpful Banking**

The Royal Bank of Scotland International Limited (RBS International) trading as NatWest. Registered Office: P.O. Box 64, Royal Bank House, 71 Both Street, St. Helier, Jersey JE4 8PJ. Regulated by the Jersey Financial Services Commission for carrying on deposit-taking business under the Banking Business (Jersey) Law 1991 and for carrying on investment and insurance business under the Financial Services (Jersey) Law 1998. Business address: PO Box 11, 16 Library Place, St Helier, Jersey, JE4 8NH. N3549 (06/07)