

Competició: 1a FASE BASE - 7P-7G.A-7G.B-8 - 1a FASE VIA OLÍMPICA 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10
Gimnàstica Artística Femenina
data: 23-24 febrer 2019
lloc: Pavelló del Castell d'en Planes, ctra de Gurb, Vic

PROGRAMA GENERAL DISSABTE 23 febrer 2019	
8:00h	Reunió tècnica VO5-VO6
8:10-8:25h	escalfament general VO5 (no per aparells)
8:30-10:00h	competició 1a subdivisió VO5 - 4' escalfament per aparell
10:00-11:30h	competició 2a subdivisió VO6 - 4' escalfament per aparell
11:40h	PREMIS VO5-VO6
11:30h	Reunió tècnica VO1
12:00-13:00h	competició 3a subdivisió VO1 - 3' escalfament per aparell
13:00-14:00h	competició 4a subdivisió VO1 - 3' escalfament per aparell
14:10h	PREMIS VO1
14:15h	Reunió tècnica VO8-VO9-VO10
14:15-14:40h	escalfament per aparells VO8
14:45-16:15h	competició 5a subdivisió VO8 - 5' escalfament per aparell
16:15-17:50h	competició 6a subdivisió VO9 - 8' escalfament per aparell
17:55h	PREMIS VO8-VO9
18:00-19:30h	competició 7a subdivisió VO10-VO7 - 8' escalfament per aparell
19:40h	PREMIS VO7-VO10
19:50h	Reunió tècnica VO4
20:00-21:10h	competició 8a subdivisió VO4 - 3' escalfament per aparell
21:15h	PREMIS VO4

Competició: 1a FASE BASE - 7P-7G.A-7G.B-8 - 1a FASE VIA OLÍMPICA 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10

Gimnàstica Artística Femenina

data: 23-24 febrer 2019

lloc: Pavelló del Castell d'en Planes, ctra de Gurb, Vic

PROGRAMA GENERAL DIUMENGE - 24 febrer 2019	
8:15h	reunió tècnica B7G.B - B7G.A
8:15-8:30h	escalfament general B7G.B
8:30-9:50h	competició 9a subdivisió B7G.B - 3' escalfament per aparell
9:55h	PREMIS B7G.B
10:00-11:15h	competició 10a subdivisió B7G.A - 3' escalfament per aparell
11:20h	PREMIS B7G.A
11:25h	reunió tècnica B7P
11:30-12:50h	competició 11a subdivisió B7P - 3' escalfament per aparell
12:55h	PREMIS B7P
12:55h	reunió tècnica VO2
13:00-14:00h	competició 12a subdivisió VO2 - 3' escalfament per aparell
14:00-15:00h	competició 13a subdivisió VO2 - 3' escalfament per aparell
15:10h	PREMIS VO2
15:35h	reunió tècnica VO3
15:45-16:45h	competició 14a subdivisió VO3 - 3' escalfament per aparell
16:45-17:45	competició 15a subdivisió VO3 - 3' escalfament per aparell
17:50h	PREMIS VO3
17:55h	reunió tècnica B8
18:00-19:00h	competició 16a subdivisió B8 - 3' escalfament per aparell
19:00-20:00	competició 17a subdivisió B8 - 3' escalfament per aparell
20:05	PREMIS B8
Cal presentar-se, com a mínim, 1/2 hora abans de l'inici de la competició; per comunicar les baixes, preparar la desfilada i en el cas d'haver d'avançar l'inici de la següent subdivisió, per que les gimnastes estiguin preparades.	