

1a FASE COPA CATALUNYA PROMOCIÓ - NIVELLS BASE - VIA OLÍMPICA - GAM

PROGRAMA GENERAL

data: 3 març 2019

Poliesportiu CAN PARELLADA, Sant Boi de Llobregat

ESCALFAMENT GENERAL - 7:50-8:10h

COMPETICIÓ VIA OLÍMPICA - 1- 3- 4- 5 - NIVELLS BASE - 3 - 4 - 5

	<i>TERRA</i>	<i>ARCS</i>	<i>ANELLES</i>	<i>SALT</i>	<i>PARAL</i>	<i>BARRA</i>
08,15-08,35	VO 4 i 5	VO 3 i 1	Base 5	Base 5 i 4	Base 3 (a)	Base 3 (b)
	4 + 2	3 + 1	9	2 + 7	10	10
08,35-08,55	Base 3 (b)	VO 4 i 5	VO 3 i 1	Base 5	Base 5 i 4	Base 3 (a)
08,55-09,15	Base 3 (a)	Base 3 (b)	VO 4 i 5	VO 3 i 1	Base 5	Base 5 i 4
09,15-09,35	Base 5 i 4	Base 3 (a)	Base 3 (b)	VO 4 i 5	VO 3 i 1	Base 5
09,35-09,55	Base 5	Base 5 i 4	Base 3 (a)	Base 3 (b)	VO 4 i 5	VO 3 i 1
09,55-10,15	VO 3 i 1	Base 5	Base 5 i 4	Base 3 (a)	Base 3 (b)	VO 4 i 5

LLIURAMENT DE PREMIS 10:20h

COMPETICIÓ NIVELL BASE - 2 - PROMOCIÓ 5 - 4

	<i>TERRA</i>	<i>ARCS</i>	<i>ANELLES</i>	<i>SALT</i>	<i>PARAL</i>	<i>BARRA</i>
10,40 -11,00	Base 2	Prom 5 i 4 (a)	Prom 4 (b)	Prom 4 (b)	Prom 4 (c)	Prom 4 (d)
	7	4 + 4	10	10	10	10
11,00-11,20	Prom 4 (d)	Base 2	Prom 5 i 4 (a)	Prom 4 (b)	Prom 4 (b)	Prom 4 (c)
11,20-11,40	Prom 4 (c)	Prom 4 (d)	Base 2	Prom 5 i 4 (a)	Prom 4 (b)	Prom 4 (b)
11,40- 12,00	Prom 4 (b)	Prom 4 (c)	Prom 4 (d)	Base 2	Prom 5 i 4 (a)	Prom 4 (b)
12,00-12,20	Prom 4 (b)	Prom 4 (b)	Prom 4 (c)	Prom 4 (d)	Base 2	Prom 5 i 4 (a)
12,20-12,40	Prom 5 i 4 (a)	Prom 4 (b)	Prom 4 (b)	Prom 4 (c)	Prom 4 (d)	Base 2

LLIURAMENT DE PREMIS 12:45h

1a FASE COPA CATALUNYA PROMOCIÓ - NIVELLS BASE - VIA OLÍMPICA - GAM

PROGRAMA GENERAL

data: 3 març 2019

Poliesportiu CAN PARELLADA, Sant Boi de Llobregat

ESCALFAMENT GENERAL 13:00-13:15h - VIA OLÍMPICA 6-7-8-9-10 - NIVELL BASE - 6

8' Escalfament x aparells						
	TERRA	ARCS	ANELLES	SALT	PARAL	BARRA
13,15-13,45	VO 10-9	VO 8- 7	VO 7	VO 6	Base 6 (a)	Base 6 (b)
	2 + 6	5 + 3	8	7	8	7
13,45-14,15	Base 6 (b)	VO 10-9-8	VO 8- 7	VO 7	VO 6	Base 6 (a)
14,15-14,40	Base 6 (a)	Base 6 (b)	VO 10-9-8	VO 8- 7	VO 7	VO 6
14,40-15,05	VO 6	Base 6 (a)	Base 6 (b)	VO 10-9-8	VO 8- 7	VO 7
15,05-15,30	VO 7	VO 6	Base 6 (a)	Base 6 (b)	VO 10-9-8	VO 8- 7
15,30-15,55	VO 8- 7	VO 7	VO 6	Base 6 (a)	Base 6 (b)	VO 10-9-8

LLIURAMENT DE PREMIS 16:00h

1a FASE COPA CATALUNYA PROMOCIÓ - NIVELLS BASE - VIA OLÍMPICA - GAM

PROGRAMA GENERAL

data: 3 març 2019

Poliesportiu CAN PARELLADA, Sant Boi de Llobregat

COMPETICIÓ PROMOCIÓ 1 - 3

	<i>TERRA</i>	<i>ARCS</i>	<i>ANELLES</i>	<i>DESCANS</i>	<i>SALT</i>	<i>PARAL</i>	<i>BARRA</i>	<i>DESCANS</i>
16,45-17,05	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)	Prom 3 (d)	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)	Prom 1 (d)
	11	11	10	10	12	12	12	11
17,05-17,25	Prom 1 (d)	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)	Prom 3 (d)	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)
17,25-17,45	Prom 1 (c)	Prom 1 (d)	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)	Prom 3 (d)	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)
17,45-18,05	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)	Prom 1 (d)	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)	Prom 3 (d)	Prom 1 (a)
18,05-18,20	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)	Prom 1 (d)	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)	Prom 3 (d)
18,20-18,35	Prom 3 (d)	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)	Prom 1 (d)	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)
18,35-18,50	Prom 3 (c)	Prom 3 (d)	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)	Prom 1 (d)	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)
18,50-19,05	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)	Prom 3 (d)	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)	Prom 1 (d)	Prom 3 (a)

LLIURAMENT DE PREMIS 19:10h

COMPETICIÓ PROMOCIÓ 2

	<i>TERRA</i>	<i>ARCS</i>	<i>ANELLES</i>	<i>SALT</i>	<i>PARAL</i>	<i>BARRA</i>
19,20-19,40	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)	Prom 2 (f)
	10	9	9	9	9	9
19,40-20,00	Prom 2 (f)	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)
20,00-20,15	Prom 2 (e)	Prom 2 (f)	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)
20,15-20,20	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)	Prom 2 (f)	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)
20,30-20,45	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)	Prom 2 (f)	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)
20,45-21,00	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)	Prom 2 (f)	Prom 2 (a)

LLIURAMENT DE PREMIS 21:05