

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

Gimnàstica Artística Femenina

data: 18-19 maig 2019

lloc: Pavelló Municipal d'Esports Castell d'en Planes - Ctra. Gurb, 1, 08500 Vic, Barcelona

PROGRAMA GENERAL DISSABTE 18 maig 2019	
8:30h	Reunió tècnica VO4 - VO5
8:30-8:45h	escalfament general VO4
8:45-10:00h	competició 1a subdivisió VO4 - 3' escalfament per aparell
10:00-11:15h	competició 2a subdivisió VO5 - 4' escalfament per aparell
11:20h	PREMIS VO4 - VO5
11:00h	Reunió tècnica VO6
11:30-13:00h	competició 3a subdivisió VO6 - 4' escalfament per aparell
13:10h	PREMIS VO6
13:20h	Reunió tècnica VO8
13:20-13:40h	escalfament per aparells VO8 - 5' escalfament per aparell
13:45-15:15h	competició 4a subdivisió VO8 - 3' escalfament per aparell
15:20h	PREMIS VO8
15:00h	Reunió tècnica VO9-VO10-VO7-B8.B
15:30-17:00h	competició 5a subdivisió VO9 - 7' escalfament per aparell
17:05h	PREMIS VO9
17:10-18:45h	competició 6a subdivisió VO7-VO10-B8.B - 7' escalfament per aparell
18:50h	PREMIS VO7-VO10-B8.B
19:00h	Reunió tècnica VO3
19:15-20:15h	competició 7a subdivisió VO3 - 3' escalfament per aparell
20:15-21:15h	competició 8a subdivisió VO3 - 3' escalfament per aparell
21:20h	PREMIS VO3

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

Gimnàstica Artística Femenina

data: 18-19 maig 2019

lloc: Pavelló Municipal d'Esports Castell d'en Planes - Ctra. Gurb, 1, 08500 Vic, Barcelona

PROGRAMA GENERAL DIUMENGE -19 maig 2019	
8:40h	reunió tècnica B8A
8:40-9:00h	escalfament general B8A
9:00-10:15h	competició 1a subdivisió B8A - 3' escalfament per aparell
10:15-11:30h	competició 2a subdivisió B8A - 3' escalfament per aparell
11:35h	PREMIS B8A
11:00h	reunió tècnica B7P
11:45-13:00h	competició 3a subdivisió B7P - 3' escalfament per aparell
13:10h	PREMIS B7P
13:15h	reunió tècnica VO1
13:30-14:35h	competició 4a subdivisió VO1 - 3' escalfament per aparell
14:35-15:40h	competició 5a subdivisió VO1 - 3' escalfament per aparell
15:45h	PREMIS VO1
16:30h	Reunió tècnica VO2
16:00-17:10h	competició 6a subdivisió VO2 - 3' escalfament per aparell
17:10-18:20h	competició 7a subdivisió VO2 - 3' escalfament per aparell
18:25h	PREMIS VO2
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.	