

2a fase GAM - PROMOCIÓ - BASE - VIA OLÍMPICA

DISSABTE 29 maig 2021

ACTUALITZAT 14 MAIG

VIA OLÍMPICA 3-5	BASE 1-2-3
------------------	------------

9,10 - 9,30 Escalfament General**COMPETICIÓ****4 minuts escalfament**

	<u>TERRA</u>	<u>ARCS</u>	<u>ANELLES</u>	<u>SALT</u>	<u>PARAL</u>	<u>BARRA</u>
09,30-09,50	V.Olim 3 i 5	Base 1	Base 2 (a)	Base 2 (b)	Base 3 (a)	Base 3 (b)
	2 + 2	4	6	6	6	7
09,50-10,10	Base 3 (b)	V.Olim 3 i 5	Base 1	Base 2 (a)	Base 2 (b)	Base 3 (a)
10,10-10,30	Base 3 (a)	Base 3 (b)	V.Olim 3 i 5	Base 1	Base 2 (a)	Base 2 (b)
10,30-10,50	Base 2 (b)	Base 3 (a)	Base 3 (b)	V.Olim 3 i 5	Base 1	Base 2 (a)
10,50-11,10	Base 2 (a)	Base 2 (b)	Base 3 (a)	Base 3 (b)	V.Olim 3 i 5	Base 1
11,10-11,30	Base 1	Base 2 (a)	Base 2 (b)	Base 3 (a)	Base 3 (b)	V.Olim 3 i 5

VIA OLÍMPICA 7-8-9-10

11,40-12,00 Escalfament General**COMPETICIÓ****6 minuts escalfament**

	<u>TERRA</u>	<u>ARCS</u>	<u>ANELLES</u>	<u>SALT</u>	<u>PARAL</u>	<u>BARRA</u>
12,00 - 12,25	V.Olim 10	V.Olim 10 9	V.Olim 9	V.Olim 9	V.Olim 8	V.Olim 7
	5	2 + 4	6	5	4	6
12,25 - 12,50	V.Olim 7	V.Olim 10	V.Olim 10 9	V.Olim 9	V.Olim 9	V.Olim 8
12,50 - 13,15	V.Olim 8	V.Olim 7	V.Olim 10	V.Olim 10 9	V.Olim 9	V.Olim 9
13,15 - 13,40	V.Olim 9	V.Olim 8	V.Olim 7	V.Olim 10	V.Olim 10 9	V.Olim 9
13,40 - 14,05	V.Olim 9	V.Olim 9	V.Olim 8	V.Olim 7	V.Olim 10	V.Olim 10 9
14,05 - 14,30	V.Olim 10 9	V.Olim 9	V.Olim 9	V.Olim 8	V.Olim 7	V.Olim 10

BASE 4-5-6

15,20 - 15,40 Escalfament General

COMPETICIÓ

4, minuts escalfament

	<u>TERRA</u>	<u>ARCS</u>	<u>ANELLES</u>	<u>SALT</u>	<u>PARAL</u>	<u>BARRA</u>
15,45 - 16,05	Base 6	Base 6 i 5	Base 5	Base 4 (a)	Base 4 (b)	Base 4 (c)
	6	2 + 3	6	6	5	5
16,05 - 16,25	Base 4 (c)	Base 6	Base 6 i 5	Base 5	Base 4 (a)	Base 4 (b)
16,25 - 16,45	Base 4 (b)	Base 4 (c)	Base 6	Base 6 i 5	Base 5	Base 4 (a)
16,45 - 17,05	Base 4 (a)	Base 4 (b)	Base 4 (c)	Base 6	Base 6 i 5	Base 5
17,05 - 17,25	Base 5	Base 4 (a)	Base 4 (b)	Base 4 (c)	Base 6	Base 6 i 5
17,25 - 17,45	Base 6 i 5	Base 5	Base 4 (a)	Base 4 (b)	Base 4 (c)	Base 6

PROMOCIÓ 1-3

18,00 - 18,20 Escalfament General

COMPETICIÓ

4, minuts escalfament

	<u>TERRA</u>	<u>ARCS</u>	<u>ANELLES</u>	<u>SALT</u>	<u>PARAL</u>	<u>BARRA</u>
18,20 - 18,35	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)
	8	8	7	7	7	7
18,35 - 18,50	Prom 1 (c)	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)
18,50 - 19,05	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)	Prom 1 (a)
19,05 - 19,20	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)
19,20 - 19,35	Prom 3 (c)	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)
19,35 - 19,50	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)	Prom 3 (a)

DIUMENGE 30 maig 2021**PROMOCIÓ 2****09,10 - 09,30 Escalfament General****COMPETICIÓ****4, minuts escalfament**

	<u>TERRA</u>	<u>ARCS</u>	<u>ANELLES</u>	<u>SALT</u>	<u>PARAL</u>	<u>BARRA</u>
09,30 - 09,45	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)	Prom 2 (f)
	6	6	5	5	5	5
09,45 - 10,00	Prom 2 (f)	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)
10,00 - 10,15	Prom 2 (e)	Prom 2 (f)	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)
10,15 - 10,30	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)	Prom 2 (f)	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)
10,30 - 10,45	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)	Prom 2 (f)	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)
10,45 - 11,00	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)	Prom 2 (f)	Prom 2 (a)

PROMOCIÓ 4-5-6**11,10 - 11,30 Escalfament General****COMPETICIÓ****4, minuts escalfament**

	<u>TERRA</u>	<u>ARCS</u>	<u>ANELLES</u>	<u>SALT</u>	<u>PARAL</u>	<u>BARRA</u>
11,30-11,45	Prom 6 i 5	Prom 4 (a)	Prom 4 (b)	Prom 4 (c)	Prom 4 (d)	Prom 4 (e)
	1 + 5	5	5	5	5	5
11,45 - 12,00	Prom 4 (e)	Prom 6 i 5	Prom 4 (a)	Prom 4 (b)	Prom 4 (c)	Prom 4 (d)
12,00 - 12,15	Prom 4 (d)	Prom 4 (e)	Prom 6 i 5	Prom 4 (a)	Prom 4 (b)	Prom 4 (c)
12,15 - 12,30	Prom 4 (c)	Prom 4 (d)	Prom 4 (d)	Prom 6 i 5	Prom 4 (a)	Prom 4 (b)
12,30 - 12,45	Prom 4 (b)	Prom 4 (c)	Prom 4 (d)	Prom 4 (e)	Prom 6 i 5	Prom 4 (a)
12,45 - 13,00	Prom 4 (a)	Prom 4 (b)	Prom 4 (c)	Prom 4 (d)	Prom 4 (e)	Prom 6 i 5