

Gimnàstica Artística Femenina

Competició: (11/02/2023 - 12/02/2023) 1a FASE BASE-B1P-B1G-B2P-B2G-B3P-B3M-B3G-B4P-B4M-B4G-B5P-B5G i CCEE E5G ind - equips - GAF - 2023

Data: 18-19 de febrer de 2023 - Lloc: Pavelló municipal d'esports d'Olot - Av. República Argentina, 6 · CP.17800 (Girona)

PROGRAMA GENERAL PROVISIONAL DISSABTE 18 de febrer de 2023

8:15	Reunió tècnica	
8:20 - 8:40	escalfament general 1a - 3a subdivisió (no aparells)	
8:45-9:45	competició 1a subdivisió E4G - 3' escalfament per aparell	<p>ESCALFAMENT</p> <p>SALT</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 salts per gimnasta • Base 5: Les gimnastes que fan mortal en el segon vol - 3 salts <p>PARALEL.LES</p> <ul style="list-style-type: none"> • E4G + BASE 1-4 - 15" • Base 5 - 30" <p>BARRA</p> <ul style="list-style-type: none"> • E4G + BASE 1-4 - 15" • Base 5 - 30"
9:45-10:45	competició 2a subdivisió E4G - 3' escalfament per aparell	
10:45-11:45	competició 3a subdivisió E4G - 3' escalfament per aparell	
	PREMIS E4G	
12:00	Reunió tècnica	
12:00-12:15	escalfament general 4a subdivisió (no aparells)	
12:15-13:20	competició 4a subdivisió B5P - 3' escalfament per aparell	
	PREMIS B5P	
13:45	Reunió tècnica B1G-B2P	
13:45	escalfament general 5a - 6a -7a - 8a subdivisió - (no aparells)	
14:00-15:00	competició 5a subdivisió B1G - competició 6a subdivisió B2P - 3' escalfament per aparell	
15:00-16:00	competició 7a subdivisió B1G - competició 8a subdivisió B2G - 3' escalfament per aparell	
	PREMIS B1G - B2P	
15:45	Reunió tècnica B1P-B2G	
16:10	escalfament general 9a - 10a - 11a - 12a subdivisió (no aparells)	
16:20-17:20	competició 9a subdivisió B1P - competició 10a subdivisió B2G - 3' escalfament per aparell	
17:20-18:20	competició 11a subdivisió B1P - competició 12a subdivisió B2G - 3' escalfament per aparell	
	PREMIS B1P - B2G	
18:30	Reunió tècnica B4M-B4G	
18:30-18:45	escalfament general a 13a subdivisió - 16a subdivisió (no aparells)	
18:45-19:45	competició 13a subdivisió B4M - competició 14a subdivisió B4G - 3' escalfament per aparell	
19:45-20:45	competició 15a subdivisió B4M - competició 16a subdivisió B4G - 3' escalfament per aparell	
	PREMIS B4M-B4G	

Gimnàstica Artística Femenina

Competició: (11/02/2023 - 12/02/2023) 1a FASE BASE-B1P-B1G-B2P-B2G-B3P-B3M-B3G-B4P-B4M-B4G-B5P-B5G i CCEE E5G ind - equips - GAF - 2023

Data: 18-19 de febrer de 2023 - Lloc: Pavelló municipal d'esports d'Olot - Av. República Argentina, 6 · CP.17800 (Girona)

PROGRAMA GENERAL PROVISIONAL DIUMENGE 19 de febrer de 2023

8:30	Reunió tècnica B3M-B4P	
8:30-8:45	escalfament general a 1a subdivisió - 4a subdivisió (no aparells)	
9:00-10:00	competició 1a subdivisió B3M - competició 2a subdivisió B4P - 3' escalfament per aparell	ESCALFAMENT SALT <ul style="list-style-type: none"> • 2 salts per gimnasta • Base 5: Les gimnastes que fan mortal en el segon vol - 3 salts PARALEL.LES <ul style="list-style-type: none"> • E4G + BASE 1-4 - 15" • Base 5 - 30" BARRA <ul style="list-style-type: none"> • E4G + BASE 1-4 - 15" • Base 5 - 30"
10:00-11:00	competició 3a subdivisió B3M - competició 4a subdivisió B4P - 3' escalfament per aparell	
11:00 - 11:10	escalfament general 5a subdivisió - 8a subdivisió (no aparells)	
11:10-12:10	competició 5a subdivisió B3M - competició 6a subdivisió B4P - 3' escalfament per aparell	
12:10-13:10	competició 7a subdivisió B3M - competició 8a subdivisió B4P - 3' escalfament per aparell	
	PREMIS B3M-B4P	
13:30	Reunió tècnica B3M-B4P	
13:30-13:40	escalfament general a 9a subdivisió - 10a subdivisió (no aparells)	
13:45-14:45	competició 9a subdivisió B3G - competició 10a subdivisió B3P - 3' escalfament per aparell	
14:45-15:45	competició 11 subdivisió B3G - 3' escalfament per aparell	
	PREMIS B3G	
15:30	Reunió tècnica B5G	
16:00-16:10	escalfament general a 12a subdivisió - 13a subdivisió (no aparells)	
16:10-17:10	competició 12a subdivisió B5G 3' escalfament per aparell	
17:10-18:10	competició 13a subdivisió B5G - 3' escalfament per aparell	
	PREMIS B5G	