

GIMNÀSTICA ARTÍSTICA FEMENINA	
Competició:	2a FASE - VIA OLÍMPICA - 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10 - individual - equips - GAF
Lloc:	Pavelló municipal d'esports d'Olot - Av. República Argentina, 6 · CP.17800 (Girona)
Data:	1-2 d'abril de 2023
PROGRAMA GENERAL PROVISIONAL DISSABTE 1 d'abril de 2023	
8:40	Reunió tècnica VO4 - VO5
8:40 - 9:00	escalfament general 1a subdivisió (no aparells)
9:00 - 10:40	competició 1a subdivisió VO5 - 5 rotacions - 4' escalfament per aparell
10:40 - 10:50	escalfament general 2a subdivisió (no aparells)
10:50 - 12:10	competició 2a subdivisió VO4 - 4' escalfament per aparell
	PREMIS VO4 - VO5
12:00	Reunió tècnica VO3
12:30 - 13:30	competició 3a subdivisió VO3 - 3' escalfament per aparell
13:30 - 14:30	competició 4a subdivisió VO3 - 3' escalfament per aparell
	PREMIS VO3
14:40	Reunió tècnica VO6 - VO8
14:50 - 15:00	escalfament general 5a subdivisió (no aparells)
15:00 - 16:15	competició 5a subdivisió VO6-VO8 - 5' escalfament per aparell
16:20 - 16:30	escalfament general 6a subdivisió (no aparells)
16:30 - 17:45	competició 6a subdivisió VO6-VO8 - 5' escalfament per aparell
	PREMIS VO6 - VO8
17:45	Reunió tècnica VO7 - VO9 - VO10
18:00 - 18:15	escalfament general 7a subdivisió (no aparells)
18:15 - 19:30	competició 7a subdivisió VO7 - 5' escalfament per aparell
19:30 - 19:45	escalfament general 8a subdivisió (no aparells)
19:45 - 21:15	competició 8a subdivisió VO9-VO10 - 5' escalfament per aparell
	PREMIS VO7 - VO9 - VO10
Els tècnics i gimnastes hauran de presentar-se 1/2 hora abans de l'inici de la competició per: - Comunicar les baixes. - En cas que s'avanci la competició, poder iniciar la següent subdivisió. En cas d'avançament de la competició, l'entrega de guardons es podrà realitzar, com a màxim, 1/2 hora abans de l'hora prevista.	

ESCALFAMENT

SALT:
2 salts per gimnasta
3 Salts gimnastes que fan mortal en el 2on vol

PARAL·LELES
VO 1-5: 30"
VO 6-10: Poden pujar 2/3 vegades a l'aparell

BARRA
VO 1-5: 30"
VO 6-10: Poden pujar 2 vegades a l'aparell

GIMNÀSTICA ARTÍSTICA FEMENINA	
Competició:	2a FASE - VIA OLÍMPICA - 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10 - individual - equips - GAF
Lloc:	pendent de designar
Data:	1-2 d'abril de 2023
PROGRAMA GENERAL PROVISIONAL DIUMENGE 2 d'abril de 2023	
8:45	Reunió tècnica VO2
9:00-10:00	competició 1a subdivisió VO2 - 3' escalfament per aparell
10:00-11:00	competició 2a subdivisió VO2 - 3' escalfament per aparell
	PREMIS VO2
10:45	Reunió tècnica VO1
11:20 - 12:20	competició 3a subdivisió VO1 - 3' escalfament per aparell
12:20 - 13:20	competició 4a subdivisió VO1 - 3' escalfament per aparell
	PREMIS VO1
Els tècnics i gimnastes hauran de presentar-se 1/2 hora abans de l'inici de la competició per: - Comunicar les baixes. - En cas que s'avanci la competició, poder iniciar la següent subdivisió. En cas d'avançament de la competició, l'entrega de guardons es podrà realitzar, com a màxim, 1/2 hora abans de l'hora prevista.	

ESCALFAMENT

SALT:

2 salts per gimnasta

PARAL·LELES

VO 1-5: 30"

BARRA

VO 1-5: 30"