Gimcat
Federació Catalana de Gimnàstica

Competició:	3a FASE - VIA OLÍMPICA - 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10 individual - equips
Data:	24 i 25 de maig
Lloc:	Bàscara - Pavelló Municipal d'Esports - 17483 Bàscara, Girona

PROGRAMA GENERAL - Dissabte 24 de maig

8:30	**Reunió tècnica**
8:30	**Escalfament general VO3**
8:45 - 9:45	1a Subdivisió VO3 - 3' d'escalfament
9:45 - 10:45	2a Subdivisió VO3 - 3' d'escalfament
	LLIURAMENT DE PREMIS VO3
10:55	**Escalfament general VO5**
11:10 - 12:25	3a Subdivisió VO5 - 4' d'escalfament
12:25	Escalfament general VO6
12:35 - 13:45	4a Subdivisió VO6 - 4' d'escalfament
	LLIURAMENT DE PREMIS VO5 i VO6
14:00	**Reunió tècnica VO7 - 8 - 9 - 10**
14:10	Escalfament general VO7
14:30 - 15:45	5a Subdivisió VO7 - 5' d'escalfament
	LLIURAMENT DE PREMIS VO7
16:00	**Escalfament V09**
16:15 - 17:35	6a Subdivisió VO9 - 7' d'escalfament
17:35	Escalfament V09 - V010
17:50 - 19:15	7a Subdivisió VO9 - VO10 - 7' d'escalfament
	LLIURAMENT DE PREMIS VO9 i VO10
19:30	**Escalfament VO8**
19:45 - 21:10	8a Subdivisió VO8 - 6' d'escalfament
	LLIURAMENT DE PREMIS VO8

PROGRAMA GENERAL - Diumenge 25 de maig

8:40	**Escalfament general VO4**
8:45	**Reunió Tècnica VO4 - 2 - 1**
9:00 - 10:15	1a Subdivisió VO4 - 4' d'escalfament
	LLIURAMENT DE PREMIS VO4
10:30 - 11:30	2a Subdivisió VO2 - 3' d'escalfament
11:30 - 12:30	3a Subdivisió VO2 - 3' d'escalfament
	LLIURAMENT DE PREMIS VO2
12:50 - 13:50	4a Subdivisió VO1 - 3' d'escalfament
13:50 - 14:50	5a Subdivisió VO1 - 3' d'escalfament
	LLIURAMENT DE PREMIS VO1

Cal presentar-se, com a mínim, 30 minuts abans de l'inici de la competició per si s'han de comunicar baixes, i en el cas d'haver d'avançar l'inici de la següent subdivisió, per que les gimnastes estiguin preparades per entrar a pista o per l'entrega de medalles.