

Competició:

1a Fase Copa Catalunya de Gimnàstica Artística Masculina
Promoció - Base - Via Olímpica - Individual - Equips

Data: 21 i 22 de febrer

Lloc: Pavelló Poliesportiu Sant Jaume d'Enveja - Carrer de Carles I, 60, 43877 - Sant Jaume d'Enveja - Tarragona

PROGRAMA GENERAL - Dissabte 21 de febrer

9:10 - 9:25

Escalfament General Promoció 4 - 5 - 6

<i>4 min. escalfament</i>	TERRA	ARCS	ANELLES	SALT	PARAL·LELES	BARRA
9:30 - 9:50	Prom 6	Prom 5 (a)	Prom 5 (b)	Prom 4(a)	Prom 4(b)	Prom 4(c)
9:50 - 10:10	Prom 4(c)	Prom 6	Prom 5 (a)	Prom 5 (b)	Prom 4(a)	Prom 4(b)
10:10 - 10:30	Prom 4(b)	Prom 4(c)	Prom 6	Prom 5 (a)	Prom 5 (b)	Prom 4(a)
10:30 - 10:50	Prom 4(a)	Prom 4(b)	Prom 4(c)	Prom 6	Prom 5 (a)	Prom 5 (b)
10:50 - 11:10	Prom 5 (b)	Prom 4(a)	Prom 4(b)	Prom 4(c)	Prom 6	Prom 5 (a)
11:10 11:30	Prom 5 (a)	Prom 5 (b)	Prom 4(a)	Prom 4(b)	Prom 4(c)	Prom 6

11:35h LLIURAMENT DE PREMIS

11:45 - 12:05

Escalfament General Base 3 - 4 - 5

<i>4 min. escalfament</i>	TERRA	ARCS	ANELLES	SALT	PARAL·LELES	BARRA
12:10 - 12:30	Base 5	Base 4 (a)	Base 4 (b)	Base 4 (c)	Base 3 (a)	Base 3 (b)
12:30 - 12:50	Base 3 (b)	Base 5	Base 4 (a)	Base 4 (b)	Base 4 (c)	Base 3 (a)
12:50 - 13:10	Base 3 (a)	Base 3 (b)	Base 5	Base 4 (a)	Base 4 (b)	Base 4 (c)
13:10 - 13:30	Base 4 (c)	Base 3 (a)	Base 3 (b)	Base 5	Base 4 (a)	Base 4 (b)
13:30 - 13:50	Base 4 (b)	Base 4 (c)	Base 3 (a)	Base 3 (b)	Base 5	Base 4 (a)
13:50 - 14:10	Base 4 (a)	Base 4 (b)	Base 4 (c)	Base 3 (a)	Base 3 (b)	Base 5

14:15h LLIURAMENT DE PREMIS

14:30 15:25

Escalfament General Infantil, Cadet, Juvenil, Sènior, Junior i Sènior Elit

<i>6 min. escalfament</i>	TERRA	ARCS	ANELLES	SALT	PARAL·LELES	BARRA
15:30 - 15:55	Senior Elit	S. Elit i Senior	Senior	Junior i Juv	Cadet	Infantil
15:55 - 16:20	Infantil	Senior Elit	S. Elit i Senior	Senior	Junior i Juv	Cadet
16:20 - 16:45	Cadet	Infantil	Senior Elit	S. Elit i Senior	Senior	Junior i Juv
16:45 - 17:10	Junior i Juv	Cadet	Infantil	Senior Elit	S. Elit i Senior	Senior
17:10 - 17:35	Senior	Junior i Juv	Cadet	Infantil	Senior Elit	S. Elit i Senior
17:35 - 18:00	S. Elit i Senior	Senior	Junior i Juv	Cadet	Infantil	Senior Elit

18:05h LLIURAMENT DE PREMIS



Competició:

1a Fase Copa Catalunya de Gimnàstica Artística Masculina
Promoció - Base - Via Olímpica - Individual - Equips

Data: 21 i 22 de febrer

Lloc: Pavelló Poliesportiu Sant Jaume d'Enveja - Carrer de Carles I, 60, 43877 - Sant Jaume d'Enveja - Tarragona

PROGRAMA GENERAL - Dissabte 21 de febrer

18:15 a 18:30

Escalfament Aleví i Base 1 i 2

<i>4 min. escalfament</i>	TERRA	ARCS	ANELLES	SALT	PARAL·LELES	BARRA
18,30 - 18,50	Aleví i Base 1 (a)	Base 1 (b)	Base 1 (c)	Base 2 (a)	Base 2 (b)	Base 2 (c)
18,50 - 19,10	Base 2 (c)	Aleví i Base 1 (a)	Base 1 (b)	Base 1 (c)	Base 2 (a)	Base 2 (b)
19,10' - 19,30	Base 2 (b)	Base 2 (c)	Aleví i Base 1 (a)	Base 1 (b)	Base 1 (c)	Base 2 (a)
19,30 - 19,50	Base 2 (a)	Base 2 (b)	Base 2 (c)	Aleví i Base 1 (a)	Base 1 (b)	Base 1 (c)
19,50 - 20,10	Base 1 (c)	Base 2 (a)	Base 2 (b)	Base 2 (c)	Aleví i Base 1 (a)	Base 1 (b)
20, 10 - 20,30	Base 1 (b)	Base 1 (c)	Base 2 (a)	Base 2 (b)	Base 2 (c)	Aleví i Base 1 (a)

20:35h LLIURAMENT DE PREMIS

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.

Competició:

1a Fase Copa Catalunya de Gimnàstica Artística Masculina
Promoció - Base - Via Olímpica - Individual - Equips

Data: 21 i 22 de febrer

Lloc: Pavelló Poliesportiu Sant Jaume d'Enveja - Carrer de Carles I, 60, 43877 - Sant Jaume d'Enveja - Tarragona

PROGRAMA GENERAL - Diumenge 22 de febrer
9:30 a 9:45**Escalfament General Promoció 2**

<i>4 min. escalfament</i>	TERRA	ARCS	ANELLES	SALT	PARAL-LELES	BARRA
9:50 - 10:10	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)	Prom 2 (f)
10:10 - 10:30	Prom 2 (f)	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)
10:30 - 10:45	Prom 2 (e)	Prom 2 (f)	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)
10:45 - 11:00	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)	Prom 2 (f)	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)
11:00 - 11:15	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)	Prom 2 (f)	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)
11:15 - 11:30	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)	Prom 2 (f)	Prom 2 (a)

11:35h LLIURAMENT DE PREMIS
11:15 a 11:35**Escalfament General Promoció 1 i 3**

<i>4 min. escalfament</i>	TERRA	ARCS	ANELLES	SALT	PARAL-LELES	BARRA
11,40 - 12,00	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)
12,00 - 12,20	Prom 1 (c)	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)
12,20 - 12,40	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)	Prom 1 (a)
12,40 - 13,00	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)
13,00 - 13,20	Prom 3 (c)	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)
13,20 - 13,40	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)	Prom 3 (a)

13:45h LLIURAMENT DE PREMIS

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.