

1a FASE COPA CATALUNYA PROMOCIÓ - NIVELLS - GAM

PROGRAMA GENERAL

data: 4 de març 2017

lloc: Pavelló Municipal de Gimnàstica de Salt - Miquel Martí i Pol, 5 - SALT

ESCALFAMENT GENERAL - de 7:50-8:15h

COMPETICIÓ NIVELLS 2-3-5

	TERRA	ARCS	ANELLES	SALT	PARAL	BARRA
08,20-08,40	Niv 3 (a)	Niv 3 (b)	Niv 5 (a)	Niv 5(b)-Niv 2(a)	Nivell 2 (b)	Nivell 2 (c)
	10	10	10	2 + 6	8	8
08,40-09,00	Nivell 2 (c)	Niv 3 (a)	Niv 3 (b)	Niv 5 (a)	Niv 5(b)-Niv 2(a)	Nivell 2 (b)
09,00-09,20	Nivell 2 (b)	Nivell 2 (c)	Niv 3 (a)	Niv 3 (b)	Niv 5 (a)	Niv 5(b)-Niv 2(a)
09,20-09,40	Niv 5(b)-Niv 2(a)	Nivell 2 (b)	Nivell 2 (c)	Niv 3 (a)	Niv 3 (b)	Niv 5 (a)
09,40-10,00	Niv 5 (a)	Niv 5(b)-Niv 2(a)	Nivell 2 (b)	Nivell 2 (c)	Niv 3 (a)	Niv 3 (b)
10,00-10,20	Niv 3 (b)	Niv 5 (a)	Niv 5(b)-Niv 2(a)	Nivell 2 (b)	Nivell 2 (c)	Niv 3 (a)

10:20h LLIURAMENT DE PREMIS

COMPETICIÓ PROMOCIÓ 3 - 5 - NIVELL 1

	TERRA	ARCS	ANELLES	SALT	PARAL	BARRA
10,30-10,50	Prom 5	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)	Nivell 1(a)	Nivell 1(b)
	10	11	11	10	10	9
10,50-11,10	Nivell 1(b)	Prom 5	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)	Nivell 1(a)
11,10-11,30	Nivell 1(a)	Nivell 1(b)	Prom 5	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)
11,30-11,50	Prom 3 (c)	Nivell 1(a)	Nivell 1(b)	Prom 5	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)
11,50-12,10	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)	Nivell 1(a)	Nivell 1(b)	Prom 5	Prom 3 (a)
12,10-12,30	Prom 3 (a)	Prom 3 (b)	Prom 3 (c)	Nivell 1(a)	Nivell 1(b)	Prom 5

12:30h LLIURAMENT DE PREMIS



PROGRAMA GENERAL

Lloc: Pavelló Municipal de Gimnàstica de Salt - Miquel Martí i Pol, 5 - SALT

	Escalfament x aparells 12:55-13:44h					
	TERRA	ARCS	ANELLES	SALT	PARAL	BARRA
12,55-13,03	Niv 6	Niv 9	Niv 8	Niv 7	Niv 7 - 4	Niv 4
13,03-13,11	Niv 4	Niv 6	Niv 9	Niv 8	Niv 7	Niv 7 - 4
13,11-13,19	Niv 7 - 4	Niv 4	Niv 6	Niv 9	Niv 8	Niv 7
13,19-13,28	Niv 7	Niv 7 - 4	Niv 4	Niv 6	Niv 9	Niv 8
13,28-13,36	Niv 8	Niv 7	Niv 7 - 4	Niv 4	Niv 6	Niv 9
13,36-13,44	Niv 9	Niv 8	Niv 7	Niv 7 - 4	Niv 4	Niv 6

4' escalfament						
	TERRA	ARCS	ANELLES	SALT	PARAL	BARRA
13,50-14,10	Niv 9	Niv 8	Niv 7	Niv 7 - 4	Niv 4	Niv 6
	6	7	8	5 + 3	9	11
14,10-14,30	Niv 6	Niv 9	Niv 8	Niv 7	Niv 7 - 4	Niv 4
14,30-14,50	Niv 4	Niv 6	Niv 9	Niv 8	Niv 7	Niv 7 - 4
14.50-15,10	Niv 7 - 4	Niv 4	Niv 6	Niv 9	Niv 8	Niv 7
15,10-15,30	Niv 7	Niv 7 - 4	Niv 4	Niv 6	Niv 9	Niv 8
15,30-15,50	Niv 8	Niv 7	Niv 7 - 4	Niv 4	Niv 6	Niv 9

20/02/2017 / pàgina 2 / hora 10:38

1a FASE COPA CATALUNYA PROMOCIÓ - NIVELLS - GAM

PROGRAMA GENERAL

data: 4 de març 2017

lloc: Pavelló Municipal de Gimnàstica de Salt - Miquel Martí i Pol, 5 - SALT

COMPETICIÓ PROMOCIÓ 2 - 4

	TERRA	ARCS	ANELLES	SALT	PARAL	BARRA	DESCANS
16,40-17,00	Prom 4 (a)	Prom 4 (b)	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)
	12	12	12	12	11	11	11
17,00-17,20	Prom 2 (e)	Prom 4 (a)	Prom 4 (b)	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)
17,20-17,40	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)	Prom 4 (a)	Prom 4 (b)	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)
17,40-17,55	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)	Prom 4 (a)	Prom 4 (b)	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)
17,55-18,10	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)	Prom 4 (a)	Prom 4 (b)	Prom 2 (a)
18,10-18,25	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)	Prom 4 (a)	Prom 4 (b)
18,25-18,45	Prom 4 (b)	Prom 2 (a)	Prom 2 (b)	Prom 2 (c)	Prom 2 (d)	Prom 2 (e)	Prom 4 (a)

18:50h **LLIURAMENT DE PREMIS**

COMPETICIÓ PROMOCIÓ 1

	TERRA	ARCS	ANELLES	SALT	PARAL	BARRA
19,00-19,20	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)	Prom 1 (d)	Prom 1 (e)	Prom 1 (f)
	12	12	12	12	11	11
19,20-19,40	Prom 1 (f)	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)	Prom 1 (d)	Prom 1 (e)
19,40-19,55	Prom 1 (e)	Prom 1 (f)	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)	Prom 1 (d)
19,55-20,15	Prom 1 (d)	Prom 1 (e)	Prom 1 (f)	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)
20,15-20,35	Prom 1 (c)	Prom 1 (d)	Prom 1 (e)	Prom 1 (f)	Prom 1 (a)	Prom 1 (b)
20,35 - 20,50	Prom 1 (b)	Prom 1 (c)	Prom 1 (d)	Prom 1 (e)	Prom 1 (f)	Prom 1 (a)

20:55h **LLIURAMENT DE PREMIS**