



FEDERACIÓ CATALANA DE GIMNÀSTICA

amb la col.laboració de:



Competició: 2a FASE INIGYM 1-2-3 - BASE 1-2-3-4 - VIA OLÍMPICA 5-6-7-8-9

Gimnàstica Artística Femenina

data: 16 i 17 de març 2013

lloc: Patronat Municipal d'Esports PME - Pavelló 3 - Av Republica Argentina, 8 - OLOT (Girona)

PROGRAMA GENERAL 16 MARÇ 2013	
8:15h	Escalfament general N2G
8:15h	Reunió Tècnica N2G
8:30-9:10h	Escalfament per aparells N2G (2 subdivisions)
9:15-10:15h	Competició 1a sub-N2G
10:15-11:15h	Competició 2a sub-N2G
11:20h	Lliurament de premis N2G
11:00h	Reunió Tècnica VIA OLÍMPICA
11:30-13:30h	Competició Via Olímpica - N9-N10 N9-N5 N7 N7 (escalfament 12' + competició)
13:40h	Lliurament de premis Via Olímpica N5-N7-N9-N10
14:00-14:40h	Escalfament per aparells N8-N6 (10' x aparell)
14:45-16:15h	Competició Via Olímpica - N6-N8 (escalfament per aparells 2')
16:20h	Lliurament de premis Via Olímpica N6-N8
	Reunió Tècnica INIGYM
16:30-17:40h	Competició 1a sub I1 (2' escalfament x aparells)
17:40-18:50h	Competició 2a sub I1-I2 (2'escalfament x aparells)
18:55h	Lliurament de premis INIGYM 1-2
19:10-20:30h	Competició 3a sub N3P - N4P (escalfament 5' + competició)
20:35h	Lliurament de premis N3P-N4P
PROGRAMA GENERAL 17 MARÇ 2013	
8:10h	Reunió Tècnica N4G
8:10h	Escalfament general N4G
8:20-8:50h	Escalfament per aparells N4G
9:00-10:00h	Competició 4a sub N4G
10:00-11:00h	Competició 5a sub N3G (escalfament per aparells 3')
11:05h	Lliurament de premis N3G - N4G
11:15-12:15h	Competició 6a sub N2P (escalfament 3' per aparells)
12:15-13:15h	Competició 7a sub N2P (escalfament 3' per aparells)
13:20h	Lliurament de premis N2P
13:30-14:30h	Competició 8a sub N1 (escalfament 3' per aparells)
14:30-15:30h	Competició 9a sub N1 (escalfament 3' per aparells)
15:35h	Lliurament de premis N1
Cal presentar-se, com a mínim, 1/2 hora abans de l'inici de la competició; per comunicar les baixes, preparar la desfilada i en el cas d'haver d'avançar l'inici de la següent subdivisió, per que les gimnastes estiguin preparades.	