

PROGRAMA ACTUALITZAT

Competició: CAMPIONAT DE CATALUNYA DE CLUBS - BASE - VIA OLÍMPICA

Gimnàstica Artística Femenina

data: 26 novembre 2017

lloc: Pavelló Municipal de Gimnàstica de Salt - carrer Miquel Martí i Pol, 5 - Salt (Girona)

PROGRAMA GENERAL 26 novembre 2017	
8:15h	Reunió Tècnica BASE
8:15-8:30h	Escalfament general 1a subdivisió BASE
8:30-8:50h	Escalfament per aparells 1a subdivisió BASE (5' x aparell)
9:00-10:00h	Competició 1a subdivisió BASE (4 rotacions)
10:00-11:20h	Competició 2a subdivisió BASE (4 rotacions) 5' escalfament x aparells + competició
11:25h	Lliurament de premis CAMPIONAT CATALUNYA CLUBS BASE
11:00h	Reunió Tècnica VO9 - VO10
11:30-13:30h	Competició VO9 - VO10 (7' escalfament per aparell + competició)
13:35h	Lliurament de premis CAMPIONAT CATALUNYA CLUBS VO9 - VO10
13:30h	Reunió Tècnica VO1 - VO2 - VO3 - VO4 - VO5 - VO6
13:45-14:25h	Escalfament per aparells VO5 - VO6 (7' x aparell)
14:30-16:10h	Competició VO5 - VO6 (no escalfament en el 1r aparell - 2' en els altres aparells)
16:15h	Lliurament de premis CAMPIONAT CATALUNYA CLUBS - VO5 - VO6
16:25-17:30h	Competició VO1 - VO2 - VO3 - VO4 (5' escalfament per aparell + competició)
17:40h	Lliurament de premis CAMPIONAT CATALUNYA CLUBS - VO1 - VO2 - VO3 - VO4
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.	
En cas que s'avanci la competició, les gimnastes i els/les seus/seves tècnics/ques, hauran de ser a la sala de la competició, mitjà hora abans del lliurament de premis.	