

## ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ



ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ  
ΣΥΛΛΟΓΩΝ & ΑΤΟΜΙΚΟΥ Β΄ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ(ΝΕΑΝΙΔΩΝ)  
Δημοτικό Αθλητικό Κέντρο Κορδελιού – Εύοσμου  
(Εθνικής Αντίστασης 75 & Γοργοποτάμου, Εύοσμος) 21-23/04/2017

1,50' / πρόγραμμα

## Πρόγραμμα προπόνησης - Πέμπτη 20/04/17

ΣΥΛΛΟΓΟΣ	Αθλήτριες	Αρ. προγρ.	Χρόνος	από	έως
Α.Σ. ΑΣΤΕΡΑΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΥ-ΚΟΡΔΕΛΙΟΥ	4	16	24	9:00	9:24
Α.Ο. ΔΙΑΦΟΡΑΣ ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΩΝ	5	20	30	9:24	9:54
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΟΣ ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ	3	12	18	9:54	10:12
Α.Ο. ΑΡΙΩΝ ΠΑΝΟΡΑΜΑΤΟΣ	3	12	18	10:12	10:30
Α.Γ.Ε.Μ.Σ. ΣΠΑΡΤΑΚΟΣ	1	4	6	10:30	10:36
Α.Σ. ΙΡΙΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ	2	8	12	10:36	10:48
Α.Ο.Ρ.Γ. ΒΕΡΟΙΑΣ	1	4	6	10:48	10:54
Α.Π.Σ. ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΒΕΡΟΙΑΣ	3	12	18	10:54	11:12
Α.Ο. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΒΕΡΟΙΑΣ	3	12	18	11:12	11:30
Γ.Ε. ΛΑΡΙΣΑΣ	5	20	30	11:30	12:00
Γ.Σ. ΝΙΚΗ ΛΑΡΙΣΑΣ	3	12	18	12:00	12:18
Γ. Ε. ΒΟΛΟΥ	1	4	6	12:18	12:24
Σ.Ε.Ρ.Γ. ΔΡΑΜΑΣ	4	16	24	12:24	12:48
ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ.	5	20	30	12:48	13:18
Γ.Ο.Π.Φ. Η ΑΡΜΟΝΙΑ	3	12	18	13:18	13:36
Α.Π.Σ. ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΡΥΘΜΟΣ 5	5	20	30	13:36	14:06
Γ.Α.Σ. ΧΟΛΑΡΓΟΥ	4	16	24	14:06	14:30
Α.Σ. ΔΡΑΠΕΤΣ. ΗΕΤΙΩΝ 5	5	20	30	14:30	15:00
Δ.Α.Σ. ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ	3	12	18	15:00	15:18
Α.Ο. ΑΘΛΟΚΙΝΗΣΗ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ	1	4	6	15:18	15:24
Γ.Α.Σ. ΠΕΝΤΕΛΗΣ	1	4	6	15:24	15:30
ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ	2	8	12	15:30	15:42
Α.Σ. ΡΥΘΜΟΣ & ΚΙΝΗΣΗ	5	20	30	15:42	16:12
Α.Σ. ΝΙΚΗ ΕΡΥΘΡΕΑΣ	1	4	6	16:12	16:18
Α.Ε.Σ. ΕΝΩΣΙΣ ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ	5	20	30	16:18	16:48
Σ.ΦΙ.Γ.ΜΟΣΧΑΤΟΥ	1	4	6	16:48	16:54
Γ.Σ. ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ	5	20	30	16:54	17:24
Α.Ο. ΠΑΛΜΟΣ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ	1	4	6	17:24	17:30
Δ.Α.Ο. ΚΑΜΑΤΕΡΟΥ	1	4	6	17:30	17:36
Α.Σ.Ο.Χ. ΑΘΗΝΑ	1	4	6	17:36	17:42
Γ.Σ. ΦΕΡΕΝΙΚΗ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ ΑΤΤΙΚΗΣ	4	16	24	17:42	18:06
Γ.Ν.Ο. ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ	2	8	12	18:06	18:18
Α.Σ. ΕΙΡΗΝΗ ΧΑΛΚΙΔΑΣ	4	16	24	18:18	18:42
ΑΙΑΣ ΧΑΛΚΙΔΑΣ	3	12	18	18:42	19:00
Γ.Α.Σ. ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ	1	4	6	19:00	19:06
Γ.Α.Σ. ΕΥΒΟΙΑΣ	1	4	6	19:06	19:12
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΕΝΩΣΗ ΠΑΤΡΑΣ	2	8	12	19:12	19:24
Π.Α.Ο. ΦΙΛΙΑ ΠΑΤΡΩΝ	1	4	6	19:24	19:30
ΡΥΘΜΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ	1	4	6	19:30	19:36
Γ.Σ.Α. ΚΙΝ. ΑΠΟΚΟΡΩΝΑ	1	4	6	19:36	19:42
Γ.Σ. Ν. ΚΑΖΑΝΤΖΑΚΗΣ	4	16	24	19:42	20:06



# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ  
ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ  
ΣΥΛΛΟΓΩΝ & ΑΤΟΜΙΚΟΥ  
Β' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ (ΝΕΑΝΙΔΩΝ)  
21-23 Απριλίου 2017

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ, Δημοτικό Αθλητικό Κέντρο Κορδελιού - Εύοσμου  
(Εθνικής Αντίστασης 75 & Γοργοποτάμου, Εύοσμος)

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ

Παρασκευή 21/04/17	
10:00 – 11:30	ΑΓΩΝΑΣ 1 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (στεφάνι- μπάλα)
11:30 – 11:40	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 2 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ
11:40 – 13:10	ΑΓΩΝΑΣ 2 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (στεφάνι- μπάλα)
13:10 – 13:20	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 3 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ
13:20 – 14:50	ΑΓΩΝΑΣ 3 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (στεφάνι- μπάλα)
14:50 – 15:20	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ
15:20 – 16:50	ΑΓΩΝΑΣ 4 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (στεφάνι- μπάλα)
16:50 – 17:00	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 5 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ
17:00 – 18:30	ΑΓΩΝΑΣ 5 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (στεφάνι- μπάλα)
18:30 – 18:40	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 6 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ
18:40 – 20:10	ΑΓΩΝΑΣ 6 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (στεφάνι- μπάλα)
Σάββατο 22/04/17	
10:00 – 11:30	ΑΓΩΝΑΣ 4 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (κορίνες-κορδέλα)
11:30 – 11:40	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 5 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ
11:40 – 13:10	ΑΓΩΝΑΣ 5 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (κορίνες-κορδέλα)
13:10 – 13:20	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 6 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ
13:20 – 14:50	ΑΓΩΝΑΣ 6 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (κορίνες-κορδέλα)
14:50 – 15:20	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ
15:20 – 16:50	ΑΓΩΝΑΣ 1 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (κορίνες-κορδέλα)
16:50 – 17:00	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 2 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ
17:00 – 18:30	ΑΓΩΝΑΣ 2 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (κορίνες-κορδέλα)
18:30 – 18:40	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 3 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ
18:40 – 20:10	ΑΓΩΝΑΣ 3 <sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (κορίνες-κορδέλα)
20:30	ΑΠΟΝΟΜΕΣ ΕΠΑΘΛΩΝ
Κυριακή 23/04/17	
11:00 – 11:10	ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ
11:10 – 12:50	ΤΕΛΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΟΡΓΑΝΩΝ
13:15	ΑΠΟΝΟΜΕΣ ΕΠΑΘΛΩΝ