



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ

ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ ΣΥΛΛΟΓΩΝ ΚΑΙ ΑΤΟΜΙΚΟΥ Δ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ (ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ) Α - Δ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΩΝ

Κλειστό Γυμναστήριο Λαυρίου

Λαύριο,

02-03/06/2018

1,5' / πρόγραμμα

Πρόγραμμα προπόνησης						
ΣΥΛΛΟΓΟΣ	Αθλήτριες	Αρ. προγρ.	Χρόνος	από	έως	
Ο.Α. ΛΑΥΡΙΟΥ	4	12	18	9:00	9:18	}
Α.Γ.Ο. ΕΥΡΥΑΛΗ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	2	4	6	9:18	9:24	
Α.Ο. ΠΑΛΜΟΣ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ	6	15	23	9:24	9:47	
Α.Π.Σ. ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΡΥΘΜΟΣ	5	15	23	9:47	10:10	
Σ.ΦΙ.Γ.ΜΟΣ.	4	12	18	10:10	10:28	
ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ-ΜΟΣΧΑΤΟΥ-ΤΑΥΡΟΥ	8	16	24	10:28	10:52	
ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ.	4	12	18	10:52	11:10	
Γ.Ν.Ο. ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ	2	6	9	11:10	11:19	
Α.Σ. ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ ΗΕΤΙΩΝ	1	3	5	11:19	11:24	}
Α.Σ. ΕΥΡΥΘΜΙΑ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ	10	30	45	11:24	12:09	
Δ.Α.Σ. ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ	2	2	3	12:09	12:12	
Γ.Π.Ο. ΡΥΘΜΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ ΝΕΑΣ ΣΜΥΡΝΗΣ	6	17	25.5	12:12	12:37	
Α.Ο. ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ ΔΡΑΣΗ - ΑΘΛΟΣ	5	13	19.5	12:37	12:57	
Γ.Σ. ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ	5	15	22.5	12:57	13:19	
ΡΥΘΜΟΣ & ΚΙΝΗΣΗ	5	15	22.5	13:19	13:42	
Γ.Σ. ΑΡΤΕΜΙΣ ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ	6	12	18	13:42	14:00	
Δ.Α.Ο. ΚΑΜΑΤΕΡΟΥ	3	9	13.5	14:00	14:13	
Γ.Α.Σ ΠΕΝΤΕΛΗΣ	7	19	28.5	14:13	14:42	
Α.Ο. ΑΘΛΟΚΙΝΗΣΗ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ	2	6	9	14:42	14:51	
Γ.Α.Σ. ΧΟΛΑΡΓΟΥ	8	24	36	14:51	15:27	
Π.Α.Σ. ΣΥΜΜΕΤΡΟΝ	2	6	9	15:27	15:36	
Γ.Σ. ΦΕΡΕΝΙΚΗ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ ΑΤΤΙΚΗΣ	7	21	31.5	15:36	16:07	
Α.Π.Σ. ΔΗΜΟΥ ΔΙΟΝΥΣΟΥ ΑΘΛΟΠΟΛΙΣ	1	1	1.5	16:07	16:09	
Α.Σ.Ο.Χ. ΑΘΗΝΑ	4	10	15	16:09	16:24	
Σ.ΦΙ.Γ.Α	7	7	10.5	16:24	16:34	
Γ.Α.Σ. ΚΟΡΩΠΙΟΥ ΜΕΣΟΓΕΙΑ	1	3	4.5	16:34	16:39	}
Α.Π.Ε. ΓΙΤΑΝΗ	4	4	6	16:39	16:45	
Ο.Φ.Α.Φ.Α.	7	19	28.5	16:45	17:13	
Γ.Α.Σ. ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ	3	9	13.5	17:13	17:27	
ΓΑΣ ΕΥΒΟΙΑΣ	6	18	27	17:27	17:54	
Α.Κ.Ο. ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ	4	4	6	17:54	18:00	
Α.Σ. ΕΙΡΗΝΗ ΧΑΛΚΙΔΑΣ	2	6	9	18:00	18:09	
Γ.Σ. ΙΠΠΟΚΡΑΤΗΣ Ο ΚΩΟΣ	2	4	6	18:09	18:15	
Ο.Γ.Η.Ρ.Α.	9	25	37.5	18:15	18:52	
Γ.Ο.Π.Φ. Η ΑΡΜΟΝΙΑ	5	15	22.5	18:52	19:15	
Γ.Σ. ΑΡΕΤΗ ΧΑΛΚΙΔΑΣ	2	6	9	19:15	19:24	
Α.Κ. ΑΠΟΛΛΩΝΙΑ ΧΑΝΙΩΝ	8	24	36	19:24	20:00	
Γ.Σ. ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ ΑΠΟΚΟΡΩΝΑ ΧΑΝΙΩΝ	2	6	9	20:00	20:09	
Γ.Σ. ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ ΒΕΝΙΖΕΛΟΣ	5	15	22.5	20:09	20:31	
Γ.Σ.Η. Ν. ΚΑΖΑΝΤΖΑΚΗΣ	6	16	24	20:31	20:55	
Η.Ρ.Α.	4	6	9	20:55	21:04	

Σας ενημερώνουμε ότι, εξ αιτίας του μεγάλου αριθμού συμμετοχής αθλητριών στον αγώνα,

το πρόγραμμα προπόνησης έχει διαμορφωθεί αφαιρώντας προγράμματα αντίστοιχα του αριθμού αθλητριών κάθε σωματείου.

