



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ

ΤΕΛΙΚΗ ΦΑΣΗ
ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ ΣΥΛΛΟΓΩΝ ΚΑΙ ΑΤΟΜΙΚΟΥ
Δ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ (ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ)
Α - Γ - Δ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΩΝ
Αθήνα, 23-24/06/18
Κλειστό Γυμναστήριο "Σοφία Μπεφόν"

Πρόγραμμα προπόνησης

1,5' / πρόγραμμα

Παρασκευή, 22/06/18

ΣΥΛΛΟΓΟΣ	Αθλήτριες	Αρ. προγρ.	Χρόνος	από	έως
Γ.Ο.Π.Φ. Η ΑΡΜΟΝΙΑ	5	15	22.5	9:30	9:52
Γ.Ν.Ο. ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ	1	4	6	9:52	9:58
Α.Σ. ΗΕΤΙΩΝ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ	1	4	6	9:58	10:04
Α.Σ. ΕΥΡΥΘΜΙΑ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ	10	30	45	10:04	10:49
Δ.Α.Ο. ΚΑΜΑΤΕΡΟΥ	2	6	9	10:49	10:58
ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ.	4	12	18	10:58	11:16
Α.Γ.Ο.ΕΥΡΥΑΛΗ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	1	4	6	11:16	11:22
Φ.Σ. ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ-ΜΟΣΧΑΤΟΥ-ΤΑΥΡΟΥ	4	12	18	11:22	11:40
Α.Ο. ΠΑΛΜΟΣ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ	6	16	24	11:40	12:04
Α.Π.Σ. ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΡΥΘΜΟΣ	5	15	22.5	12:04	12:27
Γ.Σ. ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ	5	15	22.5	12:27	12:49
Α.Ο. ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ ΔΡΑΣΗ - ΑΘΛΟΣ	1	4	6	12:49	12:55
Α.Ε.Σ. ΕΝΩΣΗ ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ	6	18	27	12:55	13:22
Γ.Π.Ο. ΡΥΘΜΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ ΝΕΑΣ ΣΜΥΡΝΗΣ	6	18	27	13:22	13:49
Α.Σ. ΡΥΘΜΟΣ & ΚΙΝΗΣΗ	5	15	22.5	13:49	14:12
Ο.Γ.ΗΡ.Α.	9	25	37.5	14:12	14:49
Γ.Α.Σ. ΧΟΛΑΡΓΟΥ	8	24	36	14:49	15:25
Α.Ο. ΑΘΛΟΚΙΝΗΣΗ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ	2	6	9	15:25	15:34
Γ.Σ. ΦΕΡΕΝΙΚΗ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	7	21	31.5	15:34	16:06
Γ.Α.Σ ΠΕΝΤΕΛΗΣ	3	9	13.5	16:06	16:19
Ο.Φ.Α.Φ.Α.	6	18	27	16:19	16:46
Γ.Σ. ΑΡΕΤΗ ΧΑΛΚΙΔΑΣ	1	4	6	16:46	16:52
Α.Σ. ΕΙΡΗΝΗ ΧΑΛΚΙΔΑΣ	2	6	9	16:52	17:01
ΓΑΣ ΕΥΒΟΙΑΣ	6	18	27	17:01	17:28
Γ.Α.Σ. ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ	3	9	13.5	17:28	17:42
Γ.Ε. ΠΑΤΡΑΣ	2	6	9	17:42	17:51
Π.Α.Ο. ΦΙΛΙΑ 1988	2	6	9	17:51	18:00
Α.Σ. Η ΝΙΚΗ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ	1	4	6	18:00	18:06
Φ.Ο. ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ	4	12	18	18:06	18:24
Α.Γ.Σ. ΕΠΤΑΝΗΣΩΝ	3	9	13.5	18:24	18:37
Γ.Ο. ΚΕΡΚΥΡΑΣ	1	4	6	18:37	18:43
Γ.Σ ΑΜΦΙΛΟΧΙΑΣ ΠΡΟΜΗΘΕΑΣ	1	4	6	18:43	18:49
Α.Σ. ΑΠΟΛΛΩΝΙΑ ΧΑΝΙΩΝ	8	24	36	18:49	19:25

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.

Σελίδα 1

Σε περίπτωση που δεν επιθυμείτε να συμμετάσχετε στην επίσημη προπόνηση, παρακαλείστε όπως ενημερώσετε άμεσα (μέχρι τη Δευτέρα 18/06/18) τη γραμματεία της Ε.Γ.Ο.