



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ
ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ ΑΓΩΝΑΣ
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ
ΣΥΛΛΟΓΩΝ ΚΑΙ ΑΤΟΜΙΚΟΥ
&
ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΟΜΑΔΙΚΟΥ (ENSEMBLE)
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ
ΣΥΛΛΟΓΩΝ

Α΄ - Β΄ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ (ΓΥΝΑΙΚΩΝ - ΝΕΑΝΙΔΩΝ)
23 Μαρτίου 2019

Ε.Γ. Μίκρας, αίθουσα "Ι. Μελισσανίδης"

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ

Σάββατο 23/03/2019	
09:30 – 10:40	ΑΓΩΝΑΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ σε 2 όργανα (στεφάνι-μπάλα)
10:40 – 10:50	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 1^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ
10:50 – 12:30	ΑΓΩΝΑΣ 1^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΝΕΑΝΙΔΩΝ σε 2 όργανα (σχοινί-μπάλα)
12:30 – 12:40	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 2^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ
12:40 – 14:10	ΑΓΩΝΑΣ 2^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΝΕΑΝΙΔΩΝ σε 2 όργανα (σχοινί-μπάλα)
14:10 – 14:30	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΟΜΑΔΩΝ ESEMBLE
14:30 – 14:50	ΑΓΩΝΑΣ ΟΜΑΔΩΝ ESEMBLE
14:50 – 15:10	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ
15:10 – 16:10	ΑΓΩΝΑΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ σε 2 όργανα (κορίνες-κορδέλα)
16:10 – 16:20	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 1^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ
16:20 – 17:55	ΑΓΩΝΑΣ 1^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΝΕΑΝΙΔΩΝ σε 2 όργανα (κορίνες-κορδέλα)
17:55 – 18:05	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 2^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ
18:05 – 19:40	ΑΓΩΝΑΣ 2^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΝΕΑΝΙΔΩΝ σε 2 όργανα (κορίνες-κορδέλα)
19:40 – 20:00	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΟΜΑΔΩΝ ESEMBLE
20:00 – 20:20	ΑΓΩΝΑΣ ΟΜΑΔΩΝ ESEMBLE
20:40	ΑΠΟΝΟΜΕΣ