



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ
ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ ΑΓΩΝΑΣ
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ
ΣΥΛΛΟΓΩΝ - ΑΤΟΜΙΚΟΥ- ENSEMBLE
Α΄-Β΄ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ (ΓΥΝΑΙΚΩΝ-ΝΕΑΝΙΔΩΝ)
ΑΘΗΝΑ, Κλειστό Γυμναστήριο "Σοφία Μπεφόν" 30-31/03/2019

ΟΡΗ ΕΠΑΝΑΛΗΨΗ
1.5΄ / πρόγραμμα

Πρόγραμμα προπόνησης - Παρασκευή, 29-03-2019						
A/A	ΣΥΛΛΟΓΟΣ	Αθλήτριες	Αρ. προγρ.	Χρόνος	από	έως
1	Α.Γ.Ο. ΕΥΡΥΑΛΗ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	6	15	14	9:00	9:14
2	ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ. ΣΥΛΛ. ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ	1	4	6	9:14	9:20
3	ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ.	5	20	30	9:20	9:50
4	Α.Σ. ΗΕΤΙΩΝ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ	3	12	18	9:50	10:08
5	Α.Σ. ΕΥΡΥΘΜΙΑ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ	2	8	12	10:08	10:20
6	Γ.Ν.Ο. ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ	4	16	24	10:20	10:44
7	Δ.Α.Ο. ΚΑΜΑΤΕΡΟΥ	1	4	6	10:44	10:50
8	Σ.ΦΙ.Γ.Α	4	16	24	10:50	11:14
9	Γ.Π.Ο. ΡΥΘΜΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ ΝΕΑΣ ΣΜΥΡΝΗΣ	1	4	6	11:14	11:20
10	Α.Ο. ΠΑΛΜΟΣ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ	8 + ensemble	20	38	11:20	11:58
11	Α.Π.Σ. ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΡΥΘΜΟΣ	3	12	18	11:58	12:16
12	Γ.Σ. ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ	3	12	18	12:16	12:34
13	Γ.Σ. ΑΡΤΕΜΙΣ ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ	6	11	17	12:34	12:51
14	Α.Σ. ΡΥΘΜΟΣ & ΚΙΝΗΣΗ	3 + ensemble	12	26	12:51	13:17
15	Γ.Α.Σ. ΧΟΛΑΡΓΟΥ	5	20	30	13:17	13:47
16	Α.Σ. ΑΠΟΛΛΩΝΙΑ ΧΑΝΙΩΝ	1	4	6	13:47	13:53
17	Φ.Ο. ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ	1	1	2	13:53	13:55
18	Γ.Α.Σ. ΠΕΝΤΕΛΗΣ	1	4	6	13:55	14:01
19	Α.Γ.Σ. ΑΛΜΑ ΩΡΟΠΟΥ	1	4	6	14:01	14:07
20	Α.Σ.Ο.Χ. "ΑΘΗΝΑ"	4	12	18	14:07	14:25
21	Ο.Γ.ΗΡ.Α	2	8	12	14:25	14:37
22	Ο.Α. ΛΑΥΡΙΟΥ	3	12	18	14:37	14:55
23	Α.Π.Σ. ΕΝΑΘΛΟΣ	3	3	5	14:55	15:00
24	Α.Κ.Ο. ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ	2	6	9	15:00	15:09
25	Α.Σ. ΕΙΡΗΝΗ ΧΑΛΚΙΔΑΣ	3 + ensemble	12	26	15:09	15:35
26	Γ.Σ. ΑΡΕΤΗ ΧΑΛΚΙΔΑΣ	1	4	6	15:35	15:41
27	Γ.Α.Σ. ΕΥΒΟΙΑΣ	3	11	17	15:41	15:58
28	Γ.Ο.Π.Φ. "Η ΑΡΜΟΝΙΑ"	5	19	29	15:58	16:27
29	Γ.Ε. ΠΑΤΡΑΣ	3	12	18	16:27	16:45
30	ΡΥΘΜΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ Α.Σ.	4	13	20	16:45	17:05
31	Π.Α.Ο. ΦΙΛΙΑ 1988	5 + ensemble	20	38	17:05	17:43
32	Γ.Ο. ΚΕΡΚΥΡΑΣ	4	16	24	17:43	18:07
33	Ρ.Ο. ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ	3	10	15	18:07	18:22
34	Α.Ε.Σ. ΕΝΩΣΗ ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ	4	16	24	18:22	18:46
35	Γ.Σ.Η. "ΝΙΚΟΣ ΚΑΖΑΝΤΖΑΚΗΣ"	4	8	12	18:46	18:58
36	Γ.Σ.Α.ΚΙΝΗΣΗ ΑΠΟΚΟΡΩΝΑ ΧΑΝΙΩΝ	4	16	24	18:58	19:22
37	Α.Γ.Σ. ΕΠΤΑΝΗΣΩΝ	1	4	6	19:22	19:28