



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ
ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ ΑΓΩΝΑΣ
ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ ΣΥΛΛΟΓΩΝ & ΑΤΟΜΙΚΟΥ
Γ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ (ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ)
Α' - Δ' ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΩΝ

Λαύριο Αττικής, 04-05/05/2019
Κλειστό Γυμναστήριο (Άνω Όρια)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ
Σάββατο, 04-05-2019

09:30 – 10:20	ΑΓΩΝΑΣ 1^{ου} ΟΜΙΛΟΥ (ΣΧΟΙΝΙ – ΣΤΕΦΑΝΙ – ΜΠΑΛΑ – ΚΟΡΙΝΕΣ)
10:20 – 10:30	ΔΙΑΛΛΕΙΜΑ - ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 2^{ου} ΟΜΙΛΟΥ
10:30 – 12:10	ΑΓΩΝΑΣ 2^{ου} ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (ΣΧΟΙΝΙ – ΣΤΕΦΑΝΙ)
12:10 – 12:20	ΔΙΑΛΛΕΙΜΑ - ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 3^{ου} ΟΜΙΛΟΥ
12:20 – 14:00	ΑΓΩΝΑΣ 3^{ου} ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (ΣΧΟΙΝΙ – ΣΤΕΦΑΝΙ)
14:00 – 14:10	ΔΙΑΛΛΕΙΜΑ - ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 4^{ου} ΟΜΙΛΟΥ
14:10 – 15:50	ΑΓΩΝΑΣ 4^{ου} ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (ΣΧΟΙΝΙ – ΣΤΕΦΑΝΙ)
15:50 – 16:10	ΔΙΑΛΛΕΙΜΑ
16:10 – 17:50	ΑΓΩΝΑΣ 5^{ου} ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (ΣΧΟΙΝΙ – ΣΤΕΦΑΝΙ)
17:50 – 18:00	ΔΙΑΛΛΕΙΜΑ - ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 6^{ου} ΟΜΙΛΟΥ
18:00 – 19:40	ΑΓΩΝΑΣ 6^{ου} ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (ΣΧΟΙΝΙ – ΣΤΕΦΑΝΙ)
19:40 – 19:50	ΔΙΑΛΛΕΙΜΑ - ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 7^{ου} ΟΜΙΛΟΥ
19:50 – 21:30	ΑΓΩΝΑΣ 7^{ου} ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (ΣΧΟΙΝΙ – ΣΤΕΦΑΝΙ)

Κυριακή, 05-05-2019

09:30 – 11:10	ΑΓΩΝΑΣ 5^{ου} ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (ΜΠΑΛΑ – ΚΟΡΥΝΕΣ)
11:10 – 11:20	ΔΙΑΛΛΕΙΜΑ - ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 6^{ου} ΟΜΙΛΟΥ
11:20 – 13:00	ΑΓΩΝΑΣ 6^{ου} ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (ΜΠΑΛΑ – ΚΟΡΥΝΕΣ)
13:00 – 13:10	ΔΙΑΛΛΕΙΜΑ - ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 7^{ου} ΟΜΙΛΟΥ
13:10 – 14:50	ΑΓΩΝΑΣ 7^{ου} ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (ΜΠΑΛΑ – ΚΟΡΥΝΕΣ)
14:50 – 15:10	ΔΙΑΛΛΕΙΜΑ
15:10 – 16:50	ΑΓΩΝΑΣ 2^{ου} ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (ΜΠΑΛΑ – ΚΟΡΥΝΕΣ)
16:50 – 17:00	ΔΙΑΛΛΕΙΜΑ - ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 3^{ου} ΟΜΙΛΟΥ
17:00 – 18:40	ΑΓΩΝΑΣ 3^{ου} ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (ΜΠΑΛΑ – ΚΟΡΥΝΕΣ)
18:40 – 18:50	ΔΙΑΛΛΕΙΜΑ - ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 4^{ου} ΟΜΙΛΟΥ
18:50 – 20:30	ΑΓΩΝΑΣ 4^{ου} ΟΜΙΛΟΥ σε 2 όργανα (ΜΠΑΛΑ – ΚΟΡΥΝΕΣ)
20:50	ΑΠΟΝΟΜΕΣ ΕΠΑΘΛΩΝ