



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ

ΤΕΛΙΚΗ ΦΑΣΗ
ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ ΣΥΛΛΟΓΩΝ ΚΑΙ ΑΤΟΜΙΚΟΥ
Δ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ (ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ)

Α - Γ - Δ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΩΝ

Αθήνα, 22-23/06/19

Κλειστό Γυμναστήριο "Σοφία Μπεφόν"

Πρόγραμμα προπόνησης

1,5' / πρόγραμμα

Παρασκευή, 21/06/19

ΣΥΛΛΟΓΟΣ	Αθλήτριες	Αρ. προγρ.	Χρόνος	από	έως
Γ.Ο.Π.Φ. Η ΑΡΜΟΝΙΑ	6	16	24	9:30	9:54
Α.Γ.Ο.ΕΥΡΥΑΛΗ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	2	6	9	9:54	10:03
Α.Σ. ΕΥΡΥΘΜΙΑ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ	5	15	23	10:03	10:26
Α.Σ. ΗΕΤΙΩΝ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ	5	15	23	10:26	10:49
Ο.Φ.Α.Φ.Α.	4	12	18	10:49	11:07
ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ.	6	18	27	11:07	11:34
Δ.Α.Ο. ΚΑΜΑΤΕΡΟΥ	2	6	9	11:34	11:43
Φ.Σ. ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ-ΜΟΣΧΑΤΟΥ-ΤΑΥΡΟΥ	4	12	18	11:43	12:01
Α.Ο. ΠΑΛΜΟΣ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ	5	15	23	12:01	12:24
Α.Π.Σ. ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΡΥΘΜΟΣ	8	24	36	12:24	13:00
Γ.Σ. ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ	3	9	14	13:00	13:14
Α.Ο. ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ ΔΡΑΣΗ – ΑΘΛΟΣ	1	3	5	13:14	13:19
Α.Ε.Σ. ΕΝΩΣΗ ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ	1	3	5	13:19	13:24
Γ.Π.Ο. ΡΥΘΜΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ ΝΕΑΣ ΣΜΥΡΝΗΣ	5	15	23	13:24	13:47
Α.Σ. ΡΥΘΜΟΣ & ΚΙΝΗΣΗ	2	6	9	13:47	13:56
Γ.Σ. ΦΕΡΕΝΙΚΗ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	10	30	45	13:56	14:41
Γ.Α.Σ. ΧΟΛΑΡΓΟΥ	5	15	23	14:41	15:04
Γ.Α.Σ ΠΕΝΤΕΛΗΣ	5	15	23	15:04	15:27
Α.Σ.Ο.Χ. ΑΘΗΝΑ	2	6	9	15:27	15:36
Ο.Α. ΛΑΥΡΙΟΥ	5	15	23	15:36	15:59
Α.Σ. ΝΗΡΗΙΣ ΜΕΓΑΡΩΝ	1	3	5	15:59	16:04
ΓΑΣ ΕΥΒΟΙΑΣ	4	12	18	16:04	16:22
Α.Σ. ΕΙΡΗΝΗ ΧΑΛΚΙΔΑΣ	8	24	36	16:22	16:58
Α.Κ.Ο. ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ	1	3	5	16:58	17:03
Γ.Α.Σ. ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ	1	3	5	17:03	17:08
Γ.Ε. ΠΑΤΡΑΣ	4	12	18	17:08	17:26
Π.Α.Ο. ΦΙΛΙΑ 1988	2	6	9	17:26	17:35
Α.Σ. Η ΝΙΚΗ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ	6	18	27	17:35	18:02
Φ.Ο. ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ	2	6	9	18:02	18:11

Α.Γ.Σ. ΕΠΤΑΝΗΣΩΝ	1	3	5	18:11	18:16
Γ.Σ. ΗΠΙΟΝΗ	1	3	5	18:16	18:21
Α.Σ. ΑΠΟΛΛΩΝΙΑ ΧΑΝΙΩΝ	5	15	23	18:21	18:44
Γ.Σ. Α.Κ. ΑΠΟΚΟΡΩΝΑ ΧΑΝΙΩΝ	4	12	18	18:44	19:02
Γ.Σ. ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ ΒΕΝΙΖΕΛΟΣ	2	6	9	19:02	19:11
Γ.Σ. Ν. ΚΑΖΑΝΤΖΑΚΗΣ	1	3	5	19:11	19:16

Σας ενημερώνουμε ότι, εξ αιτίας του μεγάλου αριθμού συμμετοχής αθλητριών στον αγώνα, το πρόγραμμα προπόνησης έχει διαμορφωθεί αφαιρώντας ένα (1) πρόγραμμα από κάθε αθλήτρια κάθε σωματείου.