



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ

ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ ΑΓΩΝΑΣ

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

ΣΥΛΛΟΓΩΝ - ΑΤΟΜΙΚΟΥ & ENSEMBLE

Α΄-Β΄ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ (ΓΥΝΑΙΚΩΝ-ΝΕΑΝΙΔΩΝ) ΑΓΔ Περιφερειών

ΧΑΛΚΙΔΑ, Κλειστό Γυμναστήριο Κανήθου "Τ. ΚΑΜΠΟΥΡΗΣ" 07-08/03/2020

ΟΡΘΗ ΕΠΑΝΑΛΗΨΗ

1.5' / πρόγραμμα

Πρόγραμμα προπόνησης - Παρασκευή, 06-03-2020							
A/A	ΣΥΛΛΟΓΟΣ	Αθλήτριες	Αρ. προγρ.	Χρόνος	από	έως	
1	Α.Σ. ΕΙΡΗΝΗ ΧΑΛΚΙΔΑΣ + ENSEMBLE	3	9	20	9:00	9:20	
2	Α.Ο. ΕΙΡΗΝΗ ΧΑΛΚΙΔΑΣ	3	9	14	9:20	9:34	
3	Γ.Α.Σ. ΕΥΒΟΙΑΣ + ENSEMBLE	5	15	29	9:34	10:03	
4	Γ.Α.Σ. ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ	5	15	23	10:03	10:26	
5	Δ.Α.Σ. ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ	2	6	9	10:26	10:35	
6	Α.Κ.Ο. ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ	}	1	3	5	10:35	10:40
7	Α.Γ.Σ. ΑΛΜΑ ΩΡΟΠΟΥ		1	3	5	10:40	10:45
8	Α.Σ. ΝΗΡΗΙΣ ΜΕΓΑΡΩΝ		1	3	5	10:45	10:50
9	Γ.Α.Σ. ΠΕΝΤΕΛΗΣ	2	6	9	10:50	10:59	
10	Γ.Α.Σ. ΧΟΛΑΡΓΟΥ + ENSEMBLE	6	18	33	10:59	11:32	
11	Α.Ε.Σ. ΕΝΩΣΗ ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ	3	9	14	11:32	11:46	
12	Α.Ο. ΠΑΛΜΟΣ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ + ENSEMBLE	8	12	24	11:46	12:10	
13	Α.Π.Σ. ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΡΥΘΜΟΣ	4	12	18	12:10	12:28	
14	Γ.Π.Ο. ΡΥΘΜΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ ΝΕΑΣ ΣΜΥΡΝΗΣ	}	2	6	9	12:28	12:37
15	Α.Ο. ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ ΔΡΑΣΗ-ΑΘΛΟΣ		1	3	5	12:51	12:56
16	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΔΡΑΣΗ ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ	3	3	5	12:56	13:01	
17	Α.Σ. ΑΙΟΛΟΣ ΦΥΛΗΣ	5	5	8	13:01	13:09	
18	Α.Σ.Ο.Χ. ΑΘΗΝΑ	3	9	14	13:09	13:23	
19	Γ.Ο.Ν. ΙΩΝΙΑΣ ΕΝ ΚΙΝΗΣΕΙ	2	2	3	13:23	13:26	
20	Γ.Ν.Ο. ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ	3	9	14	13:26	13:40	
21	Δ.Α.Ο. ΚΑΜΑΤΕΡΟΥ	2	6	9	13:40	13:49	
22	Α.Σ. ΗΕΤΙΩΝ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ	4	12	18	13:49	14:07	
23	Α.Σ. ΕΥΡΥΘΜΙΑ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ	3	9	14	14:07	14:21	
24	ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ.	8	21	32	14:21	14:53	
25	Σ.ΦΙ.Γ.Α	4	12	18	14:53	15:11	
26	Ο.Α. ΛΑΥΡΙΟΥ	3	9	14	15:11	15:25	
27	Φ.Σ. ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ-ΜΟΣΧΑΤΟΥ-ΤΑΥΡΟΥ	5	9	14	15:25	15:39	
28	Α.Γ.Ο. ΕΥΡΥΑΛΗ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	5	12	18	15:39	15:57	
29	Γ.Α.Σ. ΕΥΝΙΚΗ ΣΑΛΑΜΙΝΑΣ	}	1	3	5	15:57	16:02
30	Γ.Σ. ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ		3	9	14	16:02	16:16

31	Γ.Ο. ΚΕΡΚΥΡΑΣ + ENSEMBLE	3	9	20	16:16	16:36
32	Σ.Κ.Α. ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	3	6	9	16:36	16:45
33	Α.Γ.Σ. ΕΠΤΑΝΗΣΩΝ	2	6	9	16:45	16:54
34	Α.Γ.Σ. ΚΛΕΟΠΑΤΡΑ	2	6	9	16:54	17:03
35	Γ.Σ ΑΜΦΙΛΟΧΙΑΣ ΠΡΟΜΗΘΕΑΣ	1	3	5	17:03	17:08
36	Α.Σ. ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ Η ΝΙΚΗ	1	2	3	17:08	17:11
37	Ρ.Ο. ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ	3	9	14	17:11	17:25
38	Γ.Σ. ΗΠΙΟΝΗ	4	9	14	17:25	17:39
39	Γ.Σ. ΙΠΠΟΚΡΑΤΗΣ Ο ΚΩΟΣ	2	6	9	17:39	17:48
40	Α.Σ. ΑΠΟΛΛΩΝΙΑ ΧΑΝΙΩΝ	2	6	9	17:48	17:57
41	Γ.Σ.Η. ΝΙΚΟΣ ΚΑΖΑΝΤΖΑΚΗΣ	1	3	5	17:57	18:02
42	Γ.Σ.Α.ΚΙΝΗΣΗ ΑΠΟΚΟΡΩΝΑ ΧΑΝΙΩΝ	5	15	23	18:02	18:25
43	Η.Ρ.Α.	5	15	23	18:25	18:48

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.

