



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)
Χαλκίδα, 07 - 08 Μαρτίου 2020
Δημοτικό Κλειστό Γυμναστήριο «Τ. Καμπούρης»

ΟΡΘΗ ΕΠΑΝΑΛΗΨΗ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ

Σάββατο 07/03/20

09:00 – 10:50	ΑΓΩΝΑΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ σε 2 όργανα (στεφάνι-μπάλα)
10:50 – 11:00	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 1^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ
11:00 – 12:15	ΑΓΩΝΑΣ 1^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ σε 2 όργανα (σχοινί-μπάλα)
12:15 – 12:25	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 2^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ
12:25 – 13:45	ΑΓΩΝΑΣ 2^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ σε 2 όργανα (σχοινί-μπάλα)
13:45 – 13:55	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 3^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ
13:55 – 15:20	ΑΓΩΝΑΣ 3^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ σε 2 όργανα (σχοινί-μπάλα)
15:20 – 15:40	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ
15:40 – 17:10	ΑΓΩΝΑΣ 4^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ σε 2 όργανα (σχοινί-μπάλα)
17:10 – 17:20	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 5^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ
17:20 – 18:45	ΑΓΩΝΑΣ 5^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ σε 2 όργανα (σχοινί-μπάλα)
18:45 – 18:55	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 6^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ
18:55 – 20:05	ΑΓΩΝΑΣ 6^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ σε 2 όργανα (σχοινί-μπάλα)
20:05 – 20:30	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ENSEMBLE ΝΕΑΝΙΔΩΝ
20:30 – 20:50	ΑΓΩΝΑΣ ENSEMBLE ΝΕΑΝΙΔΩΝ – 1 ^η παρουσίαση (5 στεφάνια)
Κυριακή 08/03/20	
08:45 – 10:30	ΑΓΩΝΑΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ σε 2 όργανα (κορίνες-κορδέλα)
10:40 - 10:50	ΑΠΟΝΟΜΕΣ (Γυναικών)
10:50 – 11:00	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 4^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ
11:00 – 12:30	ΑΓΩΝΑΣ 4^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ σε 2 όργανα (κορίνες-κορδέλα)

12:30 – 12:40	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 5 ^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ
12:40 – 14:05	ΑΓΩΝΑΣ 5 ^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ σε 2 όργανα (κορίνες-κορδέλα)
14:05 – 14:15	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 6 ^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ
14:15 – 15:25	ΑΓΩΝΑΣ 6 ^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ σε 2 όργανα (κορίνες-κορδέλα)
15:25 – 15:45	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ
15:45 – 17:00	ΑΓΩΝΑΣ 1 ^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ σε 2 όργανα (κορίνες-κορδέλα)
17:00 – 17:10	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 2 ^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ
17:10 – 18:30	ΑΓΩΝΑΣ 2 ^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ σε 2 όργανα (κορίνες-κορδέλα)
18:30 – 18:40	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 3 ^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ
18:40 – 20:05	ΑΓΩΝΑΣ 3 ^{ου} ΟΜΙΛΟΥ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ σε 2 όργανα (κορίνες-κορδέλα)
20:05 – 20:30	ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ENSEMBLE ΝΕΑΝΙΔΩΝ
20:30 – 20:50	ΑΓΩΝΑΣ ENSEMBLE ΝΕΑΝΙΔΩΝ – 2 ^η παρουσίαση (5 κορδέλες)
21:00	ΑΠΟΝΟΜΕΣ (Νεανίδων)