

HORARIOS II TROFEO FEGEREC - 19 Y 20 DE MARZO
POLIDEPORTIVO MUNICIPAL BARRIO DE LAS FLORES - A CORUÑA

SÁBADO 19 DE MARZO 2016

GAM , INIGYM 1 E INIGYM 2

	SALTO	DESCANSO/ BARRA	SUELO	DESCANSO	PARALELAS	DURACIÓN
CALENTAMIENTO						
CALENTAMIENTO GENERAL						15:00 - 15:15
DESFILE						15:15 - 15:30
COMPETICIÓN						
1 ROT	GR1	GR2	GR3	GR4	GR5	15:30 – 15:50
2 ROT	GR4	GR1/GR5	GR2	GR3		15:50- 16:10
3 ROT	GR3	GR4	GR1	GR2		16:10 – 16:30

ESCOLAR 1 Y ESCOLAR 2

1ª SUBDIVISIÓN:					
	SALTO	PARALELAS	BARRA	SUELO	DURACIÓN
CALENTAMIENTO					
CALENTAMIENTO GENERAL – SALA ANEXA					16:15 – 16:30 h
DESFILE					16:30 – 16:45
COMPETICIÓN					
1 ROT	GR1	GR2	GR3	GR4	16:45 – 17:05
2 ROT	GR4	GR3	GR2	GR1	17:05 – 17:25
2ª SUBDIVISIÓN:					
CALENTAMIENTO GENERAL – SALA ANEXA					17:00 – 17:15
DESFILE					17:15-17:30
COMPETICIÓN					
1 ROT	GR5	GR6	GR7	GR8	17:30 – 17:50
2 ROT	GR8	GR7	GR6	GR5	17:50 – 18:10

ESCOLAR 3 Y ESCOLAR 4

	SALTO	PARALELAS	DESCANSO	BARRA	SUELO	DESCANSO	HORARIO
CALENTAMIENTO							
CALENTAMIENTO GENERAL – SALA ANEXA							18:00 – 18:15
DESFILE							18:15 -18:30
COMPETICIÓN							
1 ROT	GR1	GR2	GR3	GR4	GR5	GR6	18:30 – 18:55
2 ROT	GR5	GR4	GR1	GR3	GR6	GR2	18:55 – 19:20
3 ROT	GR6	GR3	GR5	GR2	GR1	GR4	19:20 – 19:45
ENTREGA DE MEDALLAS							20:00 HORAS

DOMINGO 20 DE MARZO 2016**PROMOGYM 1 . 2 Y 3**

1ª SUBDIVISIÓN: PROMOGYM 1					
	SALTO	PARALELAS	BARRA	SUELO	DURACIÓN
CALENTAMIENTO					
CALENTAMIENTO GENERAL					10:00-10:15
DESFILE					10:15 – 10:30
COMPETICIÓN					
1 ROT	GR1	GR2	GR3	GR4	10:30 – 10:45
2 ROT	GR4	GR3	GR2	GR1	10:45 – 11:00
2ª SUBDIVISIÓN: PROMOGYM 2					
CALENTAMIENTO GENERAL – SALA ANEXA					10:45 – 11:00
DESFILE					11:00 – 11:15
COMPETICIÓN					
1 ROT	GR5	GR6	GR7	GR8	11:15-11:25
2 ROT	GR8	GR7	GR6	GR5	11:25 – 11:45
2ª SUBDIVISIÓN: PROMOGYM 3 Y 4					
CALENTAMIENTO GENERAL – SALA ANEXA					11:30 – 11:45
DESFILE					11:45 – 12:00
COMPETICIÓN					
1 ROT	GR5	GR6	GR7	GR8	12:00 – 12:15
2 ROT	GR8	GR7	GR6	GR5	12:15 – 12:30