



Datum: 30.4.2023

místo konání:

TJ Sokol Praha Královské Vinohrady
Polská 1A, Praha 2

Časový program:

Prezentace 0.-I. kat. ZPMG.	8:00 - 8:30 hod.
Rozcvičení ZPMG 0.-I. kat - vždy se pustí sestava 3x, aby se gymnastky mohly vystřídat, po skončení I kategorie 5 min na akrobatickou sestavu a poté se opakuje rozcvičení na hudbu.	8:20 - 9:20 hod.
Porada trenérek a rozhodčích.	8:45 - 9:20 hod.
Zahájení závodu bez nástupu.	9:30 hod.
Společný nástup všech kategorií a vyhlášení výsledků dopolední části závodu.	13:00 hod.
Prezentace II - V. kat. ZPMG	13:15 -13:40 hod.
Rozcvičení ZPMG I.-V. kat - vždy se pustí sestava 2x, aby se gymnastky mohly vystřídat, po skončení V kategorie se pustí znovu II kat.	14:00 - 14:20 hod.
Rozcvičení V. kat. ZPMG - volná sestava:	14:20 - 14:30 hod.
Mika Chomutov + Sokol v Táboře + Meteor ČB	14:20 - 14:25 hod.
MG Hořovice + MG Liberec + TJ Kyje + SPKV	14:25 - 14:30 hod.
Porada trenérek a rozhodčích.	13:50 - 14:25 hod.
Zahájení závodu II.-V. kat. ZPMG	14:30 hod.
Ukončení závodu II.-V. kat. ZPMG	19:00 hod.

Prosíme rozhodčí a závodnice odpoledního programu, aby počítali s možným posunutím rozcvičení z důvodu zkrácení, nebo prodloužení dopoledního závodu.

Rodiče a doprovod prosíme, aby nevstupovali na plochu haly.

Upozorňujeme všechny gymnastky a trenéry, že v hale je dovoleno jíst pouze v hledišti.

V šatnách si nenechávejte nic cenného, šatny jsou volně přístupné, nezamykají se.

Těšíme se na vás v neděli na závodech.

