СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА
ПЕРВЕНСТВО РОССИИ 2010 ГОДА

г.Пенза — Дворец спорта «Буртасы» — 9-14.03. 2010 г

ГРАФИК ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

9 марта, вторник. День приезда		
10.00 – 16.45	Регистрация участников и судей, мандатная комиссия по допуску участников	
с 15.00	Тренировки в тренировочном зале.	
18.00	Совещание представителей, тренеров	
10 марта, среда. Опробование снарядов		
16.45-17.15	**Парад открытия соревнований (Чемпионата и первенства России)**	
9.00	Совещание судей	
9.00-10.30	1 смена – Девушки. Помост	
10.30-12.00	2 смена – Девушки. Помост	
12.00-13.30	3 смена - Девушки, Помост	
11 марта, четверг. Соревнования 1.		
9.30	Совещание судей	
9.25-9.55	Разминка на помосте – 1 смена - девушки	
10.00-12.30	**1 смена – девушки** 1. Санкт-Петербург - прыжок 2. Южный - брусья 3. Личники - бревно 4. Личники - в.упр.	
12.30-12.50	Разминка на помосте 2 смена - девушки	
12.50-14.20	**2 смена – девушки** 1. Центральный № 2 - прыжок 2. Северо-Западный - брусья 3. Москва № 2 - бревно 4. Сибирский - в.упр.	
14.20-14.40	Разминка на помосте – 3 смена - девушки	
14.40-16.10	**3 смена - девушки** 1. Уральский - прыжок 2. Приволжский - брусья 3. Москва № 1 - бревно 4. Центральный № 1 - в.упр.	
12 марта, пятница. Соревнования 2.		
10.30	Совещание судей	
10.30 – 11.00	Разминка 1 смены - девушки	
11.00 – 12.30	**Соревнования 2 – 1 смена - девушки**	
12.30-12.50	Разминка 2 смены - девушки	
12.50 – 14.20	**Соревнования 2 – 2 смена - девушки**	
14.20-14.40	Разминка 3 смены - девушки	
14.40-16.10	**Соревнования 2 – 3 смена - девушки**	
16.30	**Награждение победителей в личном и командном первенстве**	
19.00	Совещание тренеров, судей и представителей	
13 марта, суббота, соревнования 3.Финалы в отдельных видах многоборья		
10.00	Разминка на помосте участников соревнований.	
10.30	Совещание судей.	
11.00-12.30	**Соревнования 3. Отдельные виды (прыжок, брусья)**	
14 марта, воскресенье, соревнования 3. Финалы в отдельных видах многоборья.		
10.00	Разминка на помосте участников соревнований.	
10.30	Совещание судей.	
11.00-12.30	**Соревнования 3. Отдельные виды (бревно, вольные упражнения)**	

СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА
ЧЕМПИОНАТ РОССИИ 2010 ГОДА

г.Пенза Дворец спорта «Буртасы» 8-14..03. 2010 г

ГРАФИК ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

8 марта, понедельник. День приезда		
10.00 – 16.45	Регистрация участников и судей, мандатная комиссия по допуску участников	
с 10.00	Тренировки в тренировочном зале.	
18.00	Совещание представителей, тренеров	
9 марта, вторник. Опробование снарядов		
10.00	Совещание судей	
10.00-11.30	1 смена – женщины. Помост	
11.30-13.00	2 смена – женщины. Помост	
10 марта, среда. Соревнования I. Квалификация на сор. 3 и 4. Финал личного первенства.		
14.30	Совещание судей	
14.30	Разминка на помосте – 1смена -женщины	
15.00-16.45	**1 смена – женщины** 1. Санкт-Петербрг - прыжок 2. Уральский - брусья 3. Сибирский - бревно 4. Северо-Западный - в.упр. 5. Личники - выход	
16.45-17.15	**Парад открытия соревнований (Чемпионата и первенства России)**	
17.15-17.45	Разминка на помосте - 2 смена - женщины	
17.45-19.15	**2 смена – женщины** 1. Москва - прыжок 2. Приволжский - брусья 3. Южный - бревно 4. Центральный - в.упр.	
19.20	**Награждение победителей в личном первенстве**	
11 марта, четверг , Соревнования 4. КОМАНДНОЕ ПЕРВЕНСТВО.		
17.00	Совещание судей	
17.00 – 17.55	Тренировка на помост. Женщины	
18.00	**Соревнования 4.**	
19.45	**Награждение победителей в командном первенстве.**	
12 марта, пятница. Официальная тренировка.		
17.00-19.00	Тренировка на помосте участников финальных соревнований.	
19.00	Совещание тренеров, судей и представителей	
13 марта, суббота, соревнования 3. Финалы в отдельных видах многоборья.		
15.00	Разминка на помосте участников финальных соревнований.	
15.30	Совещание судей.	
16.00-18.30	**Соревнования 3. Отдельные виды (прыжок, брусья)**	
14 марта, воскресенье, соревнования 3. Финалы в отдельных видах многоборья		
13.00	Разминка на помосте участников финальных соревнований.	
13.30	Совещание судей	
14.00-15.30	**Соревнования 3. Отдельные виды (бревно, вольные упражнения)**	