



FEDERATIA ROMANA DE GIMNASTICA

Fédération Roumaine de Gymnastique - Romanian Gymnastics Federation

Str. Vasile Conta nr.16, Sector 2

020954 BUCURESTI – ROMANIA

Tel./fax. + 40.21.317.11.11

Tel. + 40.21.317.11.12

E-mail: romgym@romgym.ro

PROGRAMUL

CAMPIONATULUI NATIONAL PE ECHIPE AL JUNIOARELOR III, II, I ONESTI, 13-15.06.2013

JOI, 13.06

Ora	10:45– 18:30	- antrenamente de acomodare conform graficului
	16:30	- validarea actelor – d-nele Clementa Garabet si Aurica Nistor
	18:30	- Sedinta Tehnica

VINERI, 14.06

ora	08:45 - 09:00	- incalzire generala seria I-a - Junioare III / 3 (4 grupe)
	09:00	- Sedinta Arbitrelor
	09:00 - 09:40	- 10 min. incalzire / aparat
	09:45 - 11:00	- Concurs seria I-a - Junioare III / 3
	11:10 - 11:25	- incalzire generala seria a II-a - Junioare III / 3 (4 grupe)
	11:25 - 12:05	- 10 min. incalzire / aparat
	12:10 - 13:25	- Concurs seria a II-a - Junioare III / 3
	15:00 - 15:15	- incalzire generala seria a III-a Junioare III / 4 (4 grupe)
	15:15 - 16:15	- 15 min. incalzire / aparat
	16:20 - 18:20	- Concurs seria a III-a - Junioare III / 4
	18:40	- Premiere echipe Junioare III

SAMBATA, 15.06

	08:30 - 08:45	- incalzire generala Junioare II si I (4 grupe)
	08:45 - 09:45	- 15 min. incalzire / aparat
	09:50 - 12:10	- Concurs Junioare II si I
	12:20	- Premiere echipe Junioare II si I.

Anca Grigoras,
Antrenor federal GAF



FEDERATIA ROMANA DE GIMNASTICA

Fédération Roumaine de Gymnastique - Romanian Gymnastics Federation

Str. VASILE CONTA nr. 16, Sector 2

020954 BUCURESTI – ROMANIA

Tel./fax. +40.21.317.11.11;

Tel. +40.21.317.11.12; +40.31.80.58.260; +40.31.80.58.261



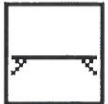

E-mail: romgym@romgym.ro

Web-site: www.romgym.ro

C.N. JUNIOARE ECHIPE – Onesti, 13-15.06.2013

PROGRAM ACOMODARE - 13.06.2012

➤ Fiecare serie va beneficia de 15 min. incalzire generala si 35 min. antrenament la fiecare aparat.

ORAR				
10:45-13:20 Seria 1	Lot Onesti 9	Lot Onesti 4 Lot Deva 5	Lot Deva 9	CSM Onesti 4 NC Onesti 4 SCM Bacau 1
13:20-15:55 Seria 2	CSS Barlad 8 CSS Cluj 1	CS Farul 5 CSS Buzau 4	CSS Deva 6 CS Dinamo 3	CSS Focsani 5 CSS Sibiu 4
15:55-18:30 Seria 3	Lot Buc 8	Lot Buc 6 CSS 1 Timisoara 3	CSA Steaua 7 3 Steaua 1 CSS Dinamo 1	CS Arad 4 CSS 1 C-ta 3 2 CSS 2

Anca Grigoras,
Antrenor federal GAF

