**ČESKÁ OBEC SOKOLSKÁ – ODBOR SPORTU – KOMISE SG**

**Tyršův dům, Újezd 450, 118 01 Praha 1**

**Tel.: 257 007 387 Fax: 257 007 384 E-mail:** [**jhaupt@sokol.eu**](mailto:jhaupt@sokol.eu)

**ČASOVÝ HARMONOGRAM**

**OBLASTNÍHO PŘEBORU ČOS**

**VE SPORTOVNÍ GYMNASTICE ŽÁKYŇ**

**— ČECHY —**



**T.J. SOKOL KOLÍN**

**22. 10. 2022**

**Časový harmonogram:**

7.40 – otevření závodní kanceláře, prezence závodnic

8.00 – volné rozcvičení starších žákyň

8.10 – porada trenérů a rozhodčích starších žákyň

8.20 – organizované rozcvičení 1. sledu

9.10 – nástup starších žákyň

9.15 – zahájení závodu 1.sledu

11.20 – volné rozcvičení 2. sledu, porada trenérů a rozhodčích mladších žákyň I.

11.35 – organizované rozcvičení 2. sledu

12.10 – nástup mladších žákyň I.

12.15 - zahájení závodu 2.sledu

14.15 – vyhlášení závodu starších žákyň a mladších žákyň I.

14.40 – porada trenérů a rozhodčích mladších žákyň II.

14.40 – volné rozcvičení 3. sledu

15.45 – nástup mladších žákyň II., zahájení závodu 3. sledu

17.25 – vyhlášení závodu mladších žákyň II.

Změna časového rozvrhu vyhrazena.

Kategorie MŽI a MŽII musí být přítomny v budově závodu alespoň 30 minut před předpokládaným rozcvičením své kategorie.

**Prezence závodnic všech kategorií proběhne:**

7.45 – 8.30 starší žákyně

7.45 – 9.00, 10.00 – 11.00 MŽ I., MŽ II.

7.45 – 9.00, 10.00 – 11.00, 13.30-14.30. MŽ II