

ČASOVÝ ROZPIS – VÁNOČNÍ ZÁVOD

8:00	Otevření sokolovny
8:00-8:15	Prezence 1. sledu (lze i 2. a 3. sledu)
8:10-8:40	Volné rozcvičení 1. sledu
8:30-8:40	Porada trenérů a rozhodčích
8:40-9:20	Organizované rozcvičení 1. sledu
9:25-10:30	Nástup a zahájení závodu 1. sledu
10:15-10:30	Prezence 2. sledu (lze i 3. sledu)
10:30-11:15	Organizované rozcvičení 2. sledu
11:15	Vyhlášení výsledků 1. sledu a nástup 2. sledu
11:30-12:40	Závod 2. sledu
12:30-12:40	Prezence 3. sledu
12:40-13:15	Organizované rozcvičení 3. sledu
13:15	Vyhlášení výsledků 2. sledu a nástup 3. sledu
13:30-15:00	Závod 3. sledu
15:15	Vyhlášení výsledků 3. sledu a ukončení závodu

1. SLED

- Volné rozcvičení v závodní tělocvičně.
- Organizované rozcvičení – závodnice VII. a VI. kategorie budou mít k dispozici 1,5 minuty, závodnice III. kategorie 1 minutu na kladině.
- Před závodem na nářadí mají rozcvičení pouze závodnice VII. a VI. kategorie, a to 30 sekund.

2. SLED

- K volnému rozcvičení možnost využít gymnastickou tělocvičnu v 1. patře od 9:45.
- Organizované rozcvičení – závodnice V. kategorie budou mít k dispozici 1,5 minuty, závodnice III. kategorie 1 minutu na kladině.
- Závod probíhá bez 30sekundového rozcvičení pro obě kategorie.

3. SLED

- K volnému rozcvičení možnost využít gymnastickou tělocvičnu v 1. patře či malou tělocvičnu nad šatnami od 12:00.
- Organizované rozcvičení – závodnice budou mít k dispozici 1 minutu na kladině.
- Závod probíhá bez 30sekundového rozcvičení pro obě kategorie.

PROSÍME VŠECHNY O VČASNÝ PŘÍJEZD DO SOKOLOVNY Z DŮVODU MOŽNÉHO ČASOVÉHO POSUNU ZÁVODU! DĚKUJEME.