

Спортивная гимнастика

Всероссийские соревнования « Олимпийские надежды» по спортивной гимнастике 01-06 декабря 2022 (ЕКП №193, часть1)

г. Владимир

СШОР им. Н.Г. Толкачева

01-06.12.2022 г.

ПРОГРАММА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Отделение мужской спортивной гимнастики

День	Дата	Программа
1	1 декабря - четверг	<p>День приезда, комиссия по допуску участников, совещание представителей, тренировки по свободному графику 18:00 - совещание руководителей команд (с/к СШОР)</p>
2	2 декабря — пятница: официальные тренировки (согласно жеребьёвки), по 7 человек на виле (по 20 мин)	<p style="text-align: center;">Опробование снарядов проводиться по городам (организациям)</p> <p>9:30-10:00- общая разминка 1 смены; 10:00-12:50 — официальная тренировка 1 смены: В/ упр-Челябинск (СШОР №4 4сп) + Л-Кузнецкий (1сп) + Бийск (1 сп) +Хабаровск (1сп); Конь- Чебоксары (4 сп) + Ульяновск (2сп); Кольца- Спб (Калининский район 5сп) +Ковров (1сп) + Королёв (1сп); Оп. прыжок- Пенза (4сп) +Астрахань (2сп); Брусья- Сочи(5сп) + Курск (1сп); Перекладина- Спб («Комета» 4сп) +Ярославль (2 сп); Выходной — Р.Крым (2сп)+Ефремов (1 сп) +В.Новгород (1сп)+Иваново (1сп)+Мск («Звенигород» 2сп); 12:30 — СОВЕЩАНИЕ СУДЕЙ; 12:50- 13:00 — технический перерыв; 13:00- 13:30 — общая разминка 2 смены; 13:30-16:20 — официальная тренировка 2 смены: В/ упр-Москва («Динамо» 4 сп) + Москва (УОР№1 2сп)+Москва («Самбо70» 1 сп) ; Конь- М.О. (Ступино 5сп) + Орехово-Зуево (2сп); Кольца- Екатеринбург (4сп) +Воткинск (1сп) + Ижевск (1сп); Оп. прыжок- Обнинск (5сп)+ Калуга (1сп)+Владимир (1сп); Брусья- Казань (5сп) + Н.Челны (1 сп); Перекладина- Челябинск (4сп) + Тольяти (1сп) + Сызрань (1сп); Выходной: Краснодар (2сп)+ +Подольск (1сп)+ Кемерово (1 сп) + Новосибирск (1 сп)+ Балаково (1сп)+Москва (ТРИУМФ 1сп);</p>
3	3 декабря - суббота	<p style="text-align: center;">Обязательная программа</p> <p>9:00-9:55- общая разминка 1 смены; 10:00-12:30 — соревнования 1 смены: В/ упр-Челябинск (СШОР №4 4сп) + Л-Кузнецкий (1сп) + Бийск (1 сп) +Хабаровск (1сп); Конь- Чебоксары (4 сп) + Ульяновск (2сп); Кольца- Спб (Калининский район 5сп) +Ковров (1сп) + Королёв (1сп); Оп. прыжок- Пенза (4сп) +Астрахань (2сп); Брусья- Сочи(5сп) + Курск (1сп); Перекладина- Спб («Комета» 4сп) +Ярославль (2 сп); Выходной — Р.Крым (2сп)+Ефремов (1 сп) +В.Новгород (1сп)+Иваново (1сп)+Мск («Звенигород» 2сп); 12:30- 12:50 — технический перерыв; 12:50-13:25 — общая разминка 2 смены; 13:00 — СОВЕЩАНИЕ СУДЕЙ; 13:30-16:00— соревнования 2 смены: В/ упр-Москва («Динамо» 4 сп) + Москва (УОР№1 2сп)+Москва («Самбо70» 1 сп) ; Конь- М.О. (Ступино 5сп) + Орехово-Зуево (2сп); Кольца- Екатеринбург (4сп) +Воткинск (1сп) + Ижевск (1сп); Оп. прыжок- Обнинск (5сп)+ Калуга (1сп)+Владимир (1сп); Брусья- Казань (5сп) + Н.Челны (1 сп); Перекладина- Челябинск (4сп) + Тольяти (1сп) + Сызрань (1сп); Выходной: Краснодар (2сп)+ +Подольск (1сп)+ Кемерово (1 сп) + Новосибирск (1 сп)+ Балаково (1сп)+Москва (ТРИУМФ 1сп);</p>

4 декабря -
воскресенье

Произвольная программа:

Порядок и время выступления спортсменов, как по обязательной программе.

5

5 декабря -
понедельник

Финальные соревнования в отдельных дисциплинах:

9:30-10:25 — общая разминка для финалистов;

10:25-13:30 — соревнования;

13:30 — награждение победителей и призёров в многоборье и отдельных дисциплинах;

6

6 декабря -
вторник

Соревнования ОФП,СФП:

9:30-9:25 — общая разминка;

10:00-14:00 — соревнования;

14:30 — награждение победителей и призёров в соревнованиях по ОФП,СФП.