

Кубок России по спортивной гимнастике 2017 года
21 - 27 августа, г. Екатеринбург, «Дворец игровых видов спорта»

График соревнований и тренировок
на помосте «Дворца игровых видов спорта»

21 августа понедельник	Приезд делегаций, размещение, прохождение мандатной комиссии. Тренировки по свободному графику. 19:00 - организационное совещание представителей команд, тренеров и судей.
22 августа вторник	Официальные тренировки на помосте в составах команд (согласно жеребьевке ФСГР): <u>Мужчины - 2 смены:</u> 09:00 - 11:15 - 1 смена; - общая разминка - 15 минут; - тренировка на снарядах - 20 мин. x 6 сн. = 2 часа. 11:15 - 13:30 - 2 смена; - общая разминка - 15 минут; - тренировка на снарядах - 20 мин. x 6 сн. = 2 часа. Смена снарядов. <u>Женщины - 2 смены:</u> 14:30 - 16:30 - 1 смена; - общая разминка - 20 минут; - тренировка на снарядах - 25 мин. x 4 сн. = 1 час 40 минут. 16:30 - 18:30 - 2 смена; - общая разминка - 20 минут; - тренировка на снарядах - 25 мин. x 4 сн. = 1 час 40 минут. 18:40 - 21:00 - тренировки по расписанию (мужчины).

23 августа среда	08:30 - 11:00 - тренировки по расписанию (женщины). Смена снарядов. <u>Мужчины</u> Совещание судей за 1 час до начала соревнований. Квалификационные соревнования С I (для финала по многоборью С II, финалов на отдельных видах С III) и финал командных соревнований С IV: Порядок прохождения команд по сменам: 11:00 - 14:00 - 1 смена; - общая разминка - 15 минут; - разминка на снарядах - 10 мин. х 6 сн. = 60 минут; - соревнования С I - 1 час 45 минут. Открытие соревнований. 15:00 - 18:00 - 2 смена; - общая разминка - 15 минут; - разминка на снарядах - 10 мин. х 6 сн. = 60 минут; - соревнования С I - 1 час 45 минут. Смена снарядов. Тренировки по расписанию (женщины).
-----------------------------	---

24 августа
четверг

08:00 - 09:30 - тренировки по расписанию (мужчины).

Женщины

Совещание судей за 1 час до начала соревнований.

Квалификационные соревнования С I (для финала по многоборью С II, финалов на отдельных видах С III) и финалы командных соревнований С IV:

Порядок прохождения команд по сменам:

10:00 - 12:45 - 1 смена;
- общая разминка - 15 минут;
- разминка на снарядах - 15 мин. х 4 сн. = 60 минут;
- соревнования С I - 1 час 30 минут.

12:45 - 15:30 - 2 смена;
- общая разминка - 15 минут;
- разминка на снарядах - 15 мин. х 4 сн. = 60 минут;
- соревнования С I - 1 час 30 минут.

Смена снарядов.

Мужчины

Совещание судей за 1 час до начала соревнований.

16:30 - 19:30 - финал соревнований по многоборью С II.
- общая разминка - 15 минут;
- разминка на снарядах - 10 мин. х 6 сн. = 60 минут;
- соревнования С II - 1 час 45 минут.

Награждение победителей финальных соревнований по многоборью С II.

25 августа пятница	09:00 - 12:00 - тренировки по расписанию (мужчины). <u>Мужчины и женщины</u> - совещание тренеров, судей и представителей команд. <u>Женщины</u> Совещание судей за 1 час до начала соревнований. 14:00-16:45 - финал соревнований по многоборью С II. - общая разминка - 15 минут; - разминка на снарядах - 15 мин. x 4 сн. = 60 минут; - соревнования С II - 1 час 30 минут. Награждение победителей финальных соревнований по многоборью С II. Смена снарядов. Тренировка финалистов 1-го дня соревнований по окончании награждения.
-------------------------------	---

26 августа суббота	<u>Мужчины, женщины</u> 09:00 - 12:00 - тренировка финалистов 1-го дня соревнований. Совещание судей за 1 час до начала соревнований. 14:00 - 17:00 - финальные соревнования на отдельных видах многоборья С III: • Мужчины - вольные упражнения, конь-махи, кольца; • Женщины - опорный прыжок, брусья. Награждение победителей командных соревнований мужчин и женщин С IV и победителей на отдельных видах многоборья С III. 18:00-20:00 - тренировка финалистов 2-го дня соревнований по окончании награждения.
27 августа воскресенье	<u>Мужчины, женщины</u> 09:00 - 12:00 - тренировка финалистов 2-го дня соревнований. Совещание судей за 1 час до начала соревнований. 14:00-17:00 - финальные соревнования на отдельных видах многоборья С III: • Мужчины - опорный прыжок, брусья, перекладина; • Женщины - бревно, вольные упражнения. Награждение победителей на отдельных видах многоборья С III. Отъезд делегаций.

Примечание:

Дополнительные тренировки (вне основного графика на помосте «Дворца игровых видов спорта») возможны в следующих залах города:

1. «Уральский государственный университет физической культуры»;
Адрес зала: ул. Шаумяна д. 85;
Контактный телефон: +7 (919) 368 58 31;
Федерация спортивной гимнастики Свердловской области;
Президент: Топорков Александр Николаевич.
2. МБОУ ДОД «ДЮСШ» Юность»;
Адрес зала: ул. Куйбышева д. 32 «а»;
Контактные телефоны: +7 (912) 243 97 83, +7 (967) 638 43 52;
Директор: Евдокимов Александр Владимирович.

Федерация спортивной гимнастики России