



150 LAT
SPORTOWEJ TRADYCJI

Polski Związek Gimnastyczny

UKS „SMS Olsztyn”
ul. Gietkowska 12
Olsztyn 10 – 170
Tel. 089 – 526– 09 - 34
E -mail : michels.anna@zso5.olsztyn.eu

Olsztyn, dnia 28.10.2019 r.

KOMUNIKAT NR 2
Puchar Polski - Drużynowe Mistrzostwa Polski
w kl. II, i Mistrzowskiej w gimnastyce sportowej kobiet
Olsztyn 8 – 9.11. 2019 r.

1. Program zawodów:

8.11.2019 r. / piątek /

13.30 – 16.00 – obiad

14.30 – 16.00 – próba przyrządów kl. II
/ 30' rozgrzewka ogólna, po 15' na przyrządzie /

Skok — TS „Wisła” Kraków – 6 zawodniczek

Poręcze — MKS Gdańsk – 5 zawodniczek

Równoważnia - MKS „Kusy” Szczecin – 6 zawodniczek

Ćw. wolne –Iskra Zabrze – 4 zawodniczki +1 zawodniczka KS AZS AWFIS Gdańsk

16.00 – 17.10 - próba przyrządów kl. Mistrzowska
/ 30' rozgrzewka ogólna, po 10' na przyrządzie /

Skok — TS „Wisła” Kraków – 2 zawodniczki

Poręcze — CWZS Zawisza Klub- 2 zaw. + MKS „Kusy” Szczecin –1 zaw.

Równoważnia — KS AZS AWF Katowice – 2 zawodniczki

Ćw. wolne - MKS Gdańsk – 3 zawodniczki

18.00 – 20.00 – kolacja

9. 11. 2019 r. / sobota /

7.00 – 9.00 – śniadanie

8.30 – 8.55 - rozgrzewka ogólna – kl. II

Wielobój kl. II

9.00 – 11.30 - start kl. II – 10 ´ rozgrzewki i start w konkurencji

SKOK – TS „Wisła” Kraków

POREĆCZE – UKS SMS Olsztyn

RÓWNOWAŻNIA – losowanie

ĆW.WOLNE – losowanie

PAUZA – losowanie

} Iskra Zabrze + KS AZS AWFIS Gdańsk
} MKS Gdańsk
} MKS Kusy Szczecin

Ok.11.10 – 11.40- rozgrzewka ogólna kl. Mistrzowska – /sala koszykówki /

11.45 OTWARCIE ZAWODÓW

Wielobój kl. Mistrzowska

ok.12.10 – 14.10 – start kl. Mistrzowska – 10 ´ rozgrzewki i start w konkurencji

SKOK – UKS SMS Olsztyn

POREĆCZE – TS „Wisła” Kraków

RÓWNOWAŻNIA – losowanie

ĆW.WOLNE – losowanie

PAUZA – losowanie

} MKS Gdańsk
} KS AZS AWF Katowice
} CWZS Zawisza KG Bydgoszcz +MKS Kusy Szczecin

ok. godz. 14.40 – ogłoszenie wyników Drużynowych Mistrzostw Polski w kl. II i w kl. M.

13.30 – 16.00 – obiad

2. Sędziny posiłki rozpoczynają od obiadu w dniu 8.11.2019 r.
Obiad dla sędzin dnia 9.11.2018 r. – po zakończeniu rzutu kl. Mistrzowskiej.
3. 8.11.2019 r. - 14.30 – 17.00 – odprawa mandatowa
4. 8.11.2019 r. – 17.15 – odprawa kierowników ekip / sala 76/
5. 8.11.2019 r. – 17.45– odprawa sędziowska / sala 76 /

Organizator zastrzega sobie możliwość wprowadzenia zmian w programie zawodów

Sędzina główna
Katarzyna Yaresko