

ZÁVOD: O Hradeckou stuhu 2024
DATUM: neděle 13.10.2024
ADRESA: Gapa Aréna, Na Potoce 691/30, Hradec Králové
SRAZ:
Aladin – 7:45
Queen, Carmina – 13:00
Showman – 15:00
NA SEBE: oddílové tílko + $\frac{3}{4}$ kalhoty, oddílovou teplákovou soupravu, kotníkové bílé ponožky, vlasy už na zvolený čas srazu učesané do DRDOLU + NAMALOVANÉ !!!
S SEBOU: ĎAPKY, ZÁVODNÍ DRESY V OBALU, TĚLOVÁ BODY (nejsou nutná, záleží, jak chtějí holky), NÁČINÍ K ZÁVODU (všechny obruče v obalu bere vždy jedna závodnice), přezůvky, pití (neperlivou vodu), svačina, švihadlo, jóga kostku, posilovací gumu, malý ručníček, malovátka, rtěnku, vlastní lak na vlasy, vlastní uhlazovací hřebínek, náplasti na spáleniny, talismana pro štěstí a dobrou náladu 😊
STARTOVNÉ: 350 Kč/závodnice dvojic, 300 Kč/závodnice trojic, 300 Kč/závodnice pódiovky – prosím zaplatit předem na oddílový účet: 2500954897/2010 (do zprávy pro příjemce napište datum a název závodu)
TRENÉRKA: Eliška Materová (739 909 180)
ROZHODČÍ: Zdeňka Wertheimerová (602 713 743)

O HRADECKOU STUHU 2024

13.10.2024

Časový harmonogram

7:45	8:45	Rozcvičení
7:45	8:15	Prezence
8:15	8:45	Porada rozhodčích
9:00	9:53	Rotace 1 SS NNML B 2016 a ml.+ NNML A 2014 a ml.+ NML 2013 a ml.
9:53	10:00	Přestávka
10:00	11:41	Rotace 2 2/3 NNML A 2014 a ml. „ALADIN“ + NML 2013 a ml.
11:41	11:50	Přestávka
11:50	12:26	Rotace 3 Jednotlivkyně NNML 2015 - 2018
12:50		Slavnostní nástup + vyhlášení dopolední části závodu
13:10	13:50	Oběd + živé vystoupení SAFARI
13:10	13:50	Rozcvičení závodnic odpo. programu
14:00	14:48	Rotace 4 Jednotlivkyně NST A + JUN A + JUN B + SEN B

14:48 14:55 Přestávka

14:55 16:55 **Rotace 5** 2/3 NST 2011 a ml. „QUEEN“ + JUN 2009-2010 + SEN 2008 a st. „CARMINA“

16:55 17:10 Přestávka

17:10 17:39 **Rotace 6** SS NST 2011 a ml. + JUN 2009-2010 „SHOWMAN“ + SEN 2008 a st.

18:10 Vyhlášení odpolední části závodu

ROZCVIČENÍ

7:45 – 7:51 SK MG AJUR Hradec Králové + SK MG Dobruška

7:51 – 7:57 TJ Sokol Pouchov + Astra Klánovice

7:57 – 8:03 TJ Sokol Praha Král. Vinohrady + TJ ZŠ Hostivař Praha

8:03 – 8:09 TJ Sokol Hodkovičky

8:09 – 8:15 SK ELI Dolní Břežany

8:15 – 8:21 TJ Sokol Bernartice

8:21 – 8:27 TJ Sokol Žďár n. S. + **SK MG Olomouc**

8:27 – 8:33 TJ Lokomotiva Chomutov MIKA

8:33 – 8:39 SK MG MANTILA Brno + SKP MG Brno

8:39 – 8:45 TopGym Karlovy Vary + SK Trasko Vyškov

