

33º

JOGUINHOS
Abertas
DE SANTA CATARINA

GINÁSTICA ARTÍSTICA

BLUMENAU

4 A 6 DE NOVEMBRO

PROGRAMAÇÃO

Local da Competição: SESI Blumenau

Período de Competição: 4 a 6 de novembro de 2021

Data e Horário Congresso técnico: 19H - 02 de Novembro de 2021 – Virtual

Entrar na reunião Zoom

<https://us02web.zoom.us/j/89243398586?pwd=d2wvcklUMWlabzRDZDhoTjA5NVFXZz09>

Treinamento Escalonado: 4 de novembro – (quinta-feira)

04/11/2021 – TREINAMENTO ESCALONADOGAM – 15MIN POR APARELHO

Aquecimento corporal 13h – 13h45

Hora	SOLO	CAVALO	ARGOLAS	SALTO	PARALELAS	BARRA
13h45	São Bento do Sul (3)	Florianópolis (4) + Antônio Carlos (1) + Caçador (1) + Camboriú (1)	Balneário Camboriú (4)	Blumenau (3) + São José (1)		
14h		São Bento do Sul	Florianópolis +Antônio Carlos +Caçador + Camboriú	Balneário Camboriú	Blumenau + São José	
14h15			São Bento do Sul	Florianópolis + Antônio Carlos + Caçador + Camboriú	Balneário Camboriú	Blumenau + São José
14h30	Blumenau + São José			São Bento do Sul	Florianópolis + Antônio Carlos + Caçador + Camboriú	Balneário Camboriú
14h45	Balneário Camboriú	Blumenau + São José			São Bento do Sul	Florianópolis + Antônio Carlos + Caçador + Camboriú
15h	Florianópolis + Antônio Carlos + Caçador + Camboriú	Balneário Camboriú	Blumenau + São José			São Bento do Sul

04/11/2021 – TREINAMENTO ESCALONADOGAF – 20 MIN POR APARELHO
Aquecimento corporal 15h – 15h40

HORA	SALTO	PARALELAS	DESCANSO	TRAVE	SOLO
15h40	São José (6)	Florianópolis (6)	Criciúma (6)	Blumenau (3) + Chapecó (4)	Balneário Camboriú (4) + Antônio Carlos (2)
16h	Balneário Camboriú + Antônio Carlos	São José	Florianópolis	Criciúma	Blumenau + Chapecó
16h20	Blumenau + Chapecó	Balneário Camboriú + Antônio Carlos	São José	Florianópolis	Criciúma
16h40	Criciúma	Blumenau (3) + Chapecó (4)	Balneário Camboriú + Antônio Carlos	São José	Florianópolis
17h	Florianópolis	Criciúma	Blumenau + Chapecó	Balneário Camboriú + Antônio Carlos	São José

PROGRAMAÇÃO DA COMPETIÇÃO

05/11/2021 – SEXTA

COMPETIÇÃO POR EQUIPE E INDIVIDUAL GERAL - GAM

08h – 08h15: Abertura

08h15 – 08h45: Aquecimento

08h45: Competição GAM: SOLO / CAVALO / ARGOLAS / SALTO/ PARALELAS / BARRA

COMPETIÇÃO POR EQUIPE E INDIVIDUAL GERAL - GAF

13h15 – 13h30: Abertura

13h30 – 14h00: Aquecimento Corporal

14h00: Competição GAF: SALTO / PARALELAS / TRAVE / SOLO

06/11/2021 – SÁBADO

FINAIS POR APARELHOS

08h - 9h: Aquecimento

08h – 08h30: Aquecimento Salto GAM

08h30 - 9h: Aquecimento Salto GAF

9h – 12h: Finais por aparelho

12h: Premiação

Obs.: No congresso técnico, poderá ocorrer alterações na programação.