Приложение 1

Чемпионат России

по спортивной гимнастике 2021 года – мужчины, женщины

08 – 14 марта 2021 г., г. Пенза, Дворец спорта «Буртасы»

График соревнований

|  |  |
| --- | --- |
| 08 мартапонедельник | Приезд делегаций, размещение, прохождение мандатной комиссии.Тренировки по свободному графику.19:00 – организационное совещание представителей команд(без тренеров). |
| 09 мартавторник | **Официальные тренировки на помосте (согласно жеребьевке)**Общая разминка участников проводится перед выходом на помост по свободному графику в разминочном зале.**1 смена (мужчины)** 09:00 – 11:30 (6 сн. х 25 мин.)11:30 – 11:50 технический перерыв (дезинфекция зала)**2 смена (мужчины)** 11:50 – 14:20 (6 сн. х 25 мин.)14:20 – 14:40 технический перерыв (дезинфекция зала)**1 смена (женщины)** 14:40 – 16:20 (4 сн. х 25 мин.)16:20 – 16:40 технический перерыв (дезинфекция зала)**2 смена (женщины)** 16:40 – 18:20 (4 сн. х 25 мин.)18:20 – 18:40 технический перерыв (дезинфекция зала)**3 смена (женщины)** 18:40 – 20:20 (4 сн. х 25 мин.)Дезинфекция зала |
| 10 мартасреда | **Квалификационные соревнования** (для финала в многоборье, финалов в отдельных дисциплинах)**Финал командных соревнований** (**мужчины**)Общая разминка участников проводится перед выходом на помост по свободному графику в разминочном зале.**1 смена**10:00 – 11:00 разминка на помосте**11:00 – 13:30** квалификационные соревнования13:30 – 14:00 технический перерыв (дезинфекция зала)**2 смена**14:00 – 15:00 разминка на помосте**15:00 – 17:30** квалификационные соревнованияПо окончании – награждение победителей финала командных соревнований (мужчины)Дезинфекция зала |
| 11 мартачетверг | **Квалификационные соревнования** (для финала в многоборье, финалов в отдельных дисциплинах)**Финал командных соревнований** (**женщины**)Общая разминка участников проводится перед выходом на помост по свободному графику в разминочном зале.**1 смена**10:00 – 11:00 разминка на помосте**11:00 – 12:40** квалификационные соревнования12:40 – 13:00 технический перерыв (дезинфекция зала)**2 смена**13:00 – 14:00 разминка на помосте**14:00 – 15:40** квалификационные соревнования15:40 – 16:00 технический перерыв (дезинфекция зала)**3 смена**16:00 – 17:00 разминка на помосте**17:00 – 18:40** квалификационные соревнованияПо окончании – награждение победителей финала командных соревнований (женщины)Дезинфекция зала |
| 12 мартапятница | **Финальные соревнования в многоборье** (мужчины/женщины)Общая разминка участников проводится перед выходом на помост по свободному графику в разминочном зале.**Мужчины**12:00 – 13:00 разминка финалистов на помосте**13:00 – 15:30** финальные соревнования в многоборьеПо окончании – награждение победителей финальных соревнований в многоборье (мужчины)15:30 – 16:00 технический перерыв (дезинфекция зала)**Женщины**16:00 – 17:00 разминка финалистов на помосте**17:00 – 19:00** финальные соревнования в многоборьеПо окончании – награждение победителей финальных соревнований в многоборье (женщины)Дезинфекция зала |
| 13 мартасуббота | **Финальные соревнования в отдельных дисциплинах****Мужчины**: в/у, конь, кольца**Женщины**: оп. прыжок, р/в брусьяОбщая разминка по свободному графику в разминочном зале.11:00 – 12:00 разминка финалистов на помосте**12:00 – 15:00** финальные соревнования в отдельных дисциплинахНаграждение победителей в отдельных дисциплинахДезинфекция зала |
| 14 мартавоскресенье | **Финальные соревнования в отдельных дисциплинах****Мужчины**: оп. прыжок, парал. брусья, перекладина**Женщины**: бревно, в/уОбщая разминка по свободному графику в разминочном зале.11:00 – 12:00 разминка финалистов на помосте**12:00 – 15:00** финальные соревнования в отдельных дисциплинахНаграждение победителей в отдельных дисциплинахОтъезд делегаций. |

Федерация спортивной гимнастики России