**Кубок России по спортивной гимнастике 2015 года**

***14-20 сентября*, г. Пенза, Дворец спорта «Буртасы»**

График соревнований

|  |  |
| --- | --- |
| 14 сентябряпонедельник | Приезд делегаций, размещение, прохождение мандатной комиссии;Тренировки по свободному графику;19:00 - организационное совещание представителей команд, тренеров и судей. |
| 15 сентябрявторник | Официальные тренировки на помосте в составах команд (*согласно жеребьевке ФСГР*):**Мужчины** - 2 потока:***1 поток***08:30-09:00 – общая разминка на трен. помосте (*верхний зал*);09:00 -11:30 - опробование снарядов (*6 снарядов\*25 мин*); ***2 поток***11:00-11:30 – общая разминка на трен. помосте (*верхний зал*);11:30 -14:00 - опробование снарядов (*6 снарядов\*25 мин*);Открытие соревнований (*по окончании 2го потока*)**Женщины** - 2 потока:***1 поток*** 15:00-15:30 – общая разминка на трен. помосте (*верхний зал*);15:30 -17:50 - опробование снарядов (*4 снаряда\*35 мин*);***2 поток***17:30-18:00 – общая разминка на трен. помосте (*верхний зал*);18:00 -20:20 - опробование снарядов (*4 снаряда\*35 мин*); |
| 16 сентябрясреда | Квалификационные соревнования ***CI*** (*для финала личного первенства по многоборью* ***CII*** *и финалов на отдельных видах* ***CIII***) и финал *командных* соревнований ***CIV***:**Мужчины** - 2 потока:***1 поток***08:30-09:00 – общая разминка на трен. помосте (*верхний зал*);09:00-10:00 - разминка на соревн. помосте (*6 снарядов\*10мин*);10:00 -12:00 - соревнования ***CI/CIV***; ***2 поток***11:30-12:00 – общая разминка на трен. помосте (*верхний зал*);12:00-13:00 - разминка на соревн. помосте (*6 снарядов\*10мин*);13:00 -15:00 - соревнования ***CI/CIV***;Награждение победителей командных соревнований мужчин ***CIV***.**Женщины** - 2 потока:***1 поток***15:00-15:30 – общая разминка на трен. помосте (*верхний зал*);15:30-16:30 - разминка на соревн. помосте (*4 снаряда\*15мин*);.16:30 -17:50 - соревнования ***CI/CIV***;***2 поток***17:30-18:00 – общая разминка на трен. помосте (*верхний зал*);18:00-19:00 - разминка на соревн. помосте (*4 снаряда\*15мин*);19:00 -20:20 - соревнования ***CI/CIV***;Награждение победителей командных соревнований женщин ***CIV***. |
| 17 сентябрячетверг | **Мужчины и женщины** - совещание тренеров, судей и представителей команд (в первой половине дня по согласованию с графиком тренировок).**Женщины**17:30-18:00 – общая разминка на трен. помосте (*верхний зал*);18:00-19:00 - разминка на соревн. помосте (*4 снаряда\*15мин*);19:00-20:20 - финал соревнований по многоборью *CII*. Награждение победителей финальных соревнований личного первенства по многоборью ***CII*** у женщин. |
| 18 сентябряпятница | **Мужчины**11:30-12:00 – общая разминка на трен. помосте (*верхний зал*);12:00-13:00 - разминка на соревн. помосте (*6 снарядов\*10 мин.*);13:00-15:00 - финал соревнований по многоборью ***CII***. Награждение победителей финальных соревнований личного первенства по многоборью ***CII*** у мужчин. |
| 19 сентябрясуббота | **Мужчины , женщины**10:30-11:00 – общая разминка на трен. помосте (*верхний зал*);11:00-11:55 - разминка на соревновательном помосте;12:00-14:00 - финальные соревнования на отдельных видах многоборья ***CIII*** (*на в/у* : 4 чел.\*2*мин.- соревнования;* 4 чел.\*2*мин.- соревнования*):* Мужчины - вольные упражнения, конь-махи, кольца;
* Женщины - опорный прыжок, брусья.

Награждение победителей на отдельных видах многоборья ***CIII***. |
| 20 сентября воскресенье | **Мужчины , женщины**10:30-11:00 – общая разминка на трен. помосте (*верхний зал*);11:00-11:55 - разминка на соревновательном помосте;12:00-14:00 - финальные соревнования на отдельных видах многоборья ***CIII*** (*на в/у* : 4 чел.\*2*мин.- соревнования;* 4 чел.\*2*мин.- соревнования*):* Мужчины - опорный прыжок, брусья, перекладина;
* Женщины - бревно, вольные упражнения.

Награждение победителей на отдельных видах многоборья ***CIII***.Отъезд делегаций. |

Федерация спортивной гимнастики России

