**Кубок России по спортивной гимнастике 2015 года**

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

График соревнований

|  |  |
| --- | --- |
| 14 сентября  понедельник | Приезд делегаций, размещение, прохождение мандатной комиссии;  Тренировки по свободному графику;  19:00 - организационное совещание представителей команд, тренеров и судей. |
| 15 сентября  вторник | 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 сентября  среда | 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 сентября  четверг | **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 сентября  пятница | **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 сентября  суббота | **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

