

Πρόγραμμα Παραστάσεων

4-5/11/2017 ώρα 19:00

Cosmogym Step to the Art

Αναλυτικό πρόγραμμα διάθεσης χρόνου για κάθε ομάδα

			Ωρα συνάντησης με τους εθελοντές	Μεταφορά στον χώρο προθέρμανσης	Έναρξη προθέρμανσης εκτός ταπί	Κυρίως Προθέρμανση στο ταπί από έως	Λήξη προθέρμανσης και αναχώρηση	Ετοιμασία για παρουσίαση	Θέση αναμονής Α	Θέση αναμονής Β φισούνα	Έξοδος για παρουσίαση
A/A	Day	Team Name	Meeting time with volunteers	Transfer to the warm up area	Start of warm up out of roll mats	Main warm up on the roll mats from to	End of warm up and transfer	Preparation for the performance	Waiting point Α	Waiting point Β	Exit to the performance area

0	Σ+Κ	Τελετή έναρξης - Special Olympics Hellas	18:04	18:06	18:08	18:12	18:28	18:32	18:40	18:44	18:48	18:56
0	Σ+Κ	Special Guest Star										19:00
1	Σ	Γυμναστήριο Εν Κινήσει Λαμίας	18:11	18:13	18:15	18:19	18:35	18:39	18:47	18:51	18:55	19:03
1α	Σ	#NGT-Τσαμπαθώνη Σταυρούλα-ΔΑΣ Δραπετσώνας	18:11	18:13	18:15	18:19	18:35	18:39	18:47	18:51	18:55	19:08
1	Κ	Προπονητικό Κέντρο Ενόργανης Γυμναστικής "ΑΙΑΣ"	18:11	18:13	18:15	18:19	18:35	18:39	18:47	18:51	18:55	19:03
1α	Κ	#NGT-Τριμίτση Αικατερίνη-ΑΣ Ηετιών Δραπετσώνας	18:11	18:13	18:15	18:19	18:35	18:39	18:47	18:51	18:55	19:08
2	Σ+Κ	Γ.Α.Σ. Καλυβίων	18:18	18:20	18:22	18:26	18:42	18:46	18:54	18:58	19:02	19:10
2α	Σ	#NGT-Παναγιωτοπούλου Δήμητρα, Καραγιάννη Μυρτώ, Καρολόγου Ανδριάντα-ΑΣ Μέγας Αλέξανδρος	18:18	18:20	18:22	18:26	18:42	18:46	18:54	18:58	19:02	19:15
2α	Κ	#NGT-Ταμβίσκου Νίνα, Μαχαίρα Σοφία, Κουρουκιαβούρη Κυριακή, Κωτσοπούλου Νάσια, Παπαδοπούλου Μαριλένα-ΓΟΠΦ «Η Αρμονία»	18:18	18:20	18:22	18:26	18:42	18:46	18:54	18:58	19:02	19:15
3	Σ+Κ	Α.Σ. Νέα Παιδεία	18:25	18:27	18:29	18:33	18:49	18:53	19:01	19:05	19:09	19:17
3α	Σ	#NGT-Αργυροπούλου Δωροθέα-ΓΣ Ηλιούπολης	18:25	18:27	18:29	18:33	18:49	18:53	19:01	19:05	19:09	19:22
3α	Κ	#NGT-Αργυροπούλου Δωροθέα-ΓΣ Ηλιούπολης	18:25	18:27	18:29	18:33	18:49	18:53	19:01	19:05	19:09	19:22
4	Σ+Κ	Γ.Α.Σ. Ειρήνη Περιστερίου	18:32	18:34	18:36	18:40	18:56	19:00	19:08	19:12	19:16	19:24
4α	Σ	#NGT-Καλογρηά Παναγιώτα-ΓΑΣ Λιβαδειάς	18:32	18:34	18:36	18:40	18:56	19:00	19:08	19:12	19:16	19:29
4α	Κ	#NGT-Καλογρηά Παναγιώτα-ΓΑΣ Λιβαδειάς	18:32	18:34	18:36	18:40	18:56	19:00	19:08	19:12	19:16	19:29
5	Σ+Κ	Α.Ο. Λαγονησίου	18:39	18:41	18:43	18:47	19:03	19:07	19:15	19:19	19:23	19:31
5α	Σ	#NGT-Σοφία Δανελάτου-ΓΑΣ Ειρήνη Περιστερίου	18:39	18:41	18:43	18:47	19:03	19:07	19:15	19:19	19:23	19:36
5α	Κ	#NGT-Ντζακώστα Δέσποινα-ΠΚΕΓ Αίας	18:39	18:41	18:43	18:47	19:03	19:07	19:15	19:19	19:23	19:36

4-5/11/2017 ώρα 19:00

Αναλυτικό πρόγραμμα διάθεσης χρόνου για κάθε ομάδα

A/A	Day	Team Name
-----	-----	-----------

Ώρα
συνάντησης
με τους
εθελοντές

Μεταφορά στον
χώρο
προθέρμανσης

Έναρξη
προθέρμανσης
εκτός ταπί

Κυρίως
Προθέρμανση στα
ταπί
από έως
Main warm up on
the roll mats
from to

Λήξη
προθέρμανσης
και
αναχώρηση

Ετοιμασία για
παρουσίαση

Θέση
αναμονής
A

Θέση
αναμονής
B
φισούνα

Έξοδος για
παρουσίαση

Meeting
time with
volunteers

Transfer to the

Start of warm
up out of roll
mats

Main warm up on
the roll mats

from to

End of warm
up and transfer

Preparation for the performance

Waiting
point
A

Waiting
point
B

Exit to the
performance
area

[illegible]

Πρόγραμμα Παραστάσεων

4-5/11/2017 ώρα 19:00

Cosmogym Step to the Art

Αναλυτικό πρόγραμμα διάθεσης χρόνου για κάθε ομάδα

			Ωρα συνάντησης με τους εθελοντές	Μεταφορά στον χώρο προθέρμανσης	Έναρξη προθέρμανσης εκτός ταπί	Κυρίως Προθέρμανση στο ταπί από έως	Λήξη προθέρμανσης και αναχώρηση	Ετοιμασία για παρουσίαση	Θέση αναμονής Α	Θέση αναμονής Β φισούνα	Έξοδος για παρουσίαση
A/A	Day	Team Name	Meeting time with volunteers	Transfer to the warm up area	Start of warm up out of roll mats	Main warm up on the roll mats from to	End of warm up and transfer	Preparation for the performance	Waiting point Α	Waiting point Β	Exit to the performance area

		Διάλλειμα 20 λεπτών										
		Διάλλειμα 20 λεπτών										
12	Σ+Κ	Δ.Α.Σ. Δραπετσώνας	19:49	19:51	19:53	19:57	20:13	20:17	20:25	20:29	20:33	20:41
12α	Σ	#NGT-Μπενέκη Ευτυχία-ΓΣ Ηλιούπολης	19:49	19:51	19:53	19:57	20:13	20:17	20:25	20:29	20:33	20:46
12α	Κ	#NGT-Μπενέκη Ευτυχία-ΓΣ Ηλιούπολης	19:49	19:51	19:53	19:57	20:13	20:17	20:25	20:29	20:33	20:46
13	Σ+Κ	ΑΠΕ Γιάννη (team a)	19:56	19:58	20:00	20:04	20:20	20:24	20:32	20:36	20:40	20:48
13α	Σ	#NGT-Σιγκούνα Ράνια-RG Academy Morfoula Dona	19:56	19:58	20:00	20:04	20:20	20:24	20:32	20:36	20:40	20:53
13α	Κ	#NGT-Σιγκούνα Ράνια-RG Academy Morfoula Dona	19:56	19:58	20:00	20:04	20:20	20:24	20:32	20:36	20:40	20:53
14	Σ+Κ	Γ.Σ. Ηλιούπολης	20:03	20:05	20:07	20:11	20:27	20:31	20:39	20:43	20:47	20:55
14α	Σ	#NGT-Λαγάνη Αγγελική-ΔΑΣ Δραπετσώνας	20:03	20:05	20:07	20:11	20:27	20:31	20:39	20:43	20:47	21:00
14α	Κ	#NGT-Μπενέτου Γιολδάση Μαρία-ΑΣ Ηετιών Δραπετσώνας	20:03	20:05	20:07	20:11	20:27	20:31	20:39	20:43	20:47	21:00
15	Σ+Κ	Γ.Σ. Δύναμη Βριλησίων	20:10	20:12	20:14	20:18	20:34	20:38	20:46	20:50	20:54	21:02
15α	Σ	#NGT-Αράθουμου Ευγενία, Τσιτσιά Κατερίνα, Γρυπαίου Μαρινότα-ΑΣ Νέα Παιδεία	20:10	20:12	20:14	20:18	20:34	20:38	20:46	20:50	20:54	21:07
15α	Κ	#NGT-Τερζή Αθηνά, Χατζηκάλφα Αθηνά, Τσαπαρά Κωνσταντίνα, Αράθουμου Σμαράγδα, Καλιγγά Ζοσεφίνα-ΑΣ Νέα Παιδεία	20:10	20:12	20:14	20:18	20:34	20:38	20:46	20:50	20:54	21:07
16	Σ+Κ	Διευθ Νεολ Αθλ κ Πολ Υπηρ Δήμου Χαϊδαρίου	20:17	20:19	20:21	20:25	20:41	20:45	20:53	20:57	21:01	21:09
16α	Σ	#NGT-Άννα Λιβασιδου-ΓΑΣ Ειρήνη Περιστερίου	20:17	20:19	20:21	20:25	20:41	20:45	20:53	20:57	21:01	21:14
16α	Κ	#NGT-Καραγιάννη Νικολέτα-ΠΚΕΓ Αίας	20:17	20:19	20:21	20:25	20:41	20:45	20:53	20:57	21:01	21:14

Πρόγραμμα Παραστάσεων

4-5/11/2017 ώρα 19:00

Cosmogym Step to the Art

Αναλυτικό πρόγραμμα διάθεσης χρόνου για κάθε ομάδα

A/A Ονομασία Ομάδας			Ωρα συνάντησης με τους εθελοντές	Μεταφορά στον χώρο προθέρμανσης	Έναρξη προθέρμανσης εκτός ταπί	Κυρίως Προθέρμανση στο ταπί από έως		Λήξη προθέρμανσης και αναχώρηση	Ετοιμασία για παρουσίαση	Θέση αναμονής Α	Θέση αναμονής Β φισούνα	Έξοδος για παρουσίαση
A/A	Day	Team Name	Meeting time with volunteers	Transfer to the warm up area	Start of warm up out of roll mats	Main warm up on the roll mats	from to	End of warm up and transfer	Preparation for the performance	Waiting point A	Waiting point B	Exit to the performance area
17	Σ+Κ	Α.Σ. Ηετιών Δραπετσώνας	20:24	20:26	20:28	20:32	20:48	20:52	21:00	21:04	21:08	21:16
17α	Σ	#NGT-Τσαμπουράκη Έλλη-RG Academy Morfoula Dona	20:24	20:26	20:28	20:32	20:48	20:52	21:00	21:04	21:08	21:21
17α	Κ	#NGT-Τσαμπουράκη Έλλη-RG Academy Morfoula Dona	20:24	20:26	20:28	20:32	20:48	20:52	21:00	21:04	21:08	21:21
18	Σ	ΟΠΑΝ Πειραιά	20:31	20:33	20:35	20:39	20:55	20:59	21:07	21:11	21:15	21:23
18α	Σ	#NGT-Καλογρηά Παναγιώτα-ΓΑΣ Λιβαδειάς	20:31	20:33	20:35	20:39	20:55	20:59	21:07	21:11	21:15	21:28
18	Κ	Γ.Σ. Άμιλλα Καλλιθέας	20:31	20:33	20:35	20:39	20:55	20:59	21:07	21:11	21:15	21:23
18α	Κ	#NGT-Καλογρηά Παναγιώτα-ΓΑΣ Λιβαδειάς	20:31	20:33	20:35	20:39	20:55	20:59	21:07	21:11	21:15	21:28
19	Σ+Κ	Γυμναστική Ένωση Περιστερίου	20:38	20:40	20:42	20:46	21:02	21:06	21:14	21:18	21:22	21:30
19α	Σ	#NGT-Λαζαρακόπουλου Ιωάννα, Σοιλεμεζίδη Ιωάννα-ΑΣ Νέα Παιδεία	20:38	20:40	20:42	20:46	21:02	21:06	21:14	21:18	21:22	21:35
19α	Κ	#NGT-Θεοδώρου Ελευθερία-ΑΣ Νέα Παιδεία	20:38	20:40	20:42	20:46	21:02	21:06	21:14	21:18	21:22	21:35
20	Σ+Κ	Γ.Ο.Π.Φ. η Αρμονία	20:45	20:47	20:49	20:53	21:09	21:13	21:21	21:25	21:29	21:37
20α	Σ	#NGT-Δημηρούλη Κατερίνα-ΓΣ Ηλιούπολης	20:45	20:47	20:49	20:53	21:09	21:13	21:21	21:25	21:29	21:42
20α	Κ	#NGT-Δημηρούλη Κατερίνα-ΓΣ Ηλιούπολης	20:45	20:47	20:49	20:53	21:09	21:13	21:21	21:25	21:29	21:42
21	Σ+Κ	RG Academy Morfoula Dona - Εθνικός ΟΦΠΦ	20:52	20:54	20:56	21:00	21:16	21:20	21:28	21:32	21:36	21:44
21α	Σ	#NGT-Γαλανομάτη Κατερίνα, Δημακοπούλου Αναστασία-ΑΣ Μέγας Αλέξανδρος	20:52	20:54	20:56	21:00	21:16	21:20	21:28	21:32	21:36	21:49
21α	Κ	#NGT-Σωτηροπούλου Αργυρώ, Σαμψάκη Ιπποδάμεια-ΓΣ Άμιλλα Καλλιθέας	20:52	20:54	20:56	21:00	21:16	21:20	21:28	21:32	21:36	21:49
22	Σ+Κ	Ρυθμός & Κίνηση - Πέραμα	20:59	21:01	21:03	21:07	21:23	21:27	21:35	21:39	21:43	21:51
23			21:06	21:08	21:10	21:14	21:30	21:34	21:42	21:46	21:50	21:58