



FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA DE PORTUGAL

Cursos de Juízes do XIV Ciclo GR - 2017

PROGRAMA

Dia	Hora	Atividades
Sexta-feira	20:30 – 21:00	Abertura Procedimentos de exame Estruturação da carreira
	21:00 – 22:00	Generalidades: individual/conjunto
	22:00 – 23:00	Individuais: Dificuldade (D1/D2)
Sábado	09:00 – 12:30	Individuais: Dificuldade (D1/D2) (Exercitação prática)
	13:30 – 16:00	Individuais: Dificuldade (D3/D4) (Exercitação prática)
	16:00 – 17:30	Individuais: Execução - Artístico (Exercitação prática)
	17:30 – 19:00	Execução – Faltas técnicas (Exercitação prática)
Domingo	09:30 – 11:30	Conjuntos: Execução - Artístico (Exercitação prática) Execução – Faltas técnicas (Exercitação prática)
	11:30 – 13:00	Conjuntos: Dificuldade (D1/D2)
	14:00 – 15:00	Conjuntos: Dificuldade (D1/D2) (Exercitação prática)
	15:00 – 17:30	Conjuntos: Dificuldade (D3/D4) (Exercitação prática)
	17:30 – 18:30	Código adaptado + Dúvidas