

體育先鋒體操比賽暨邀請賽2019

Sportscene Gymnastics Competition cum Invitational Competition 2019

10/5/2019

流程表(9/6/2019)

公開組 Open Group (MAG Lv 2,4,5 & WAG Lv 4,5,6,7)				
0700-0720	登記Registration & 熱身Warm Up @6/F			
	跳箱VT	高低槓UB	平衡木BB	自由體操FX @6/F
Rotation 1	WAG(L4A)(704-718)	WAG(L6) (748-755) WAG(L7) (756-757)	WAG(L5)(733-747)	WAG(L4B)(719-732)
Rotation 2	WAG(L4B)(719-732)	WAG(L4A)(704-718)	WAG(L6) (748-755) WAG(L7) (756-757)	WAG(L5)(733-747)
Rotation 3	WAG(L5)(733-747)	WAG(L4B)(719-732)	WAG(L4A)(704-718)	WAG(L6) (748-755) WAG(L7) (756-757)
Rotation 4	WAG(L6) (748-755) WAG(L7) (756-757)	WAG(L5)(733-747)	WAG(L4B)(719-732)	WAG(L4A)(704-718)
0730-1010	跳箱VT @6/F	自由體操FX	雙槓PB	單槓HB
Rotation 1	MAG(L4) (770-772) MAG(L5) (773-776)	-----	-----	MAG(L2) (759-769)
Rotation 2	MAG(L2) (759-769)	-----	-----	MAG(L4) (770-772) MAG(L5) (773-776)
Rotation 3	-----	MAG(L2) (759-769)	MAG(L4) (770-772) MAG(L5) (773-776)	-----
Rotation 4	-----	MAG(L4) (770-772) MAG(L5) (773-776)	MAG(L2) (759-769)	-----
1010-1040	頒獎禮 Award Presentation @6/F			
公開組 Open Group (WAG Lv 2 & 3)				
1010-1030	熱身Warm Up			
	跳箱VT	自由體操FX	平衡木BB	高低槓UB
Rotation 1	WAG(L2A) (628-640) WAG(L2B) (641-649)	WAG(L3C) (690-703)	WAG(L3B) (672-689)	WAG(L2C) (650-657) WAG(L3A) (658-671)
Rotation 2	WAG(L2C) (650-657) WAG(L3A) (658-671)	WAG(L2A) (628-640) WAG(L2B) (641-649)	WAG(L3C) (690-703)	WAG(L3B) (672-689)
Rotation 3	WAG(L3B) (672-689)	WAG(L2C) (650-657) WAG(L3A) (658-671)	WAG(L2A) (628-640) WAG(L2B) (641-649)	WAG(L3C) (690-703)
Rotation 4	WAG(L3C) (690-703)	WAG(L3B) (672-689)	WAG(L2C) (650-657) WAG(L3A) (658-671)	WAG(L2A) (628-640) WAG(L2B) (641-649)
1320-1355	頒獎禮 Award Presentation			
女子C組 Girl C Group				
1340-1400	登記Registration			
1400-1420	第一輪熱身1st Round Warm Up			
1430-1530	第一輪比賽Round One			
	跳箱Vault & 彈床Tramp	自由體操Floor	自由體操Floor	跳箱Vault & 彈床Tramp
	GC1女子組 Girl C1 (418-449)	GC2 女子組 Girl C2 (450-481)	GC3 女子組 Girl C3 (482-513)	GC4 女子組 Girl C4 (514-545)
1530-1550	第二輪熱身2nd Round Warm Up			
1550-1650	第二輪比賽Round Two			
	跳箱Vault & 彈床Tramp	自由體操Floor	自由體操Floor	跳箱Vault & 彈床Tramp
	GC2 女子組 Girl C2 (450-481)	GC1女子組 Girl C1 (419-449)	GC4 女子組 Girl C4 (514-545)	GC3 女子組 Girl C3 (482-513)
1650-1735	頒獎禮 Award Presentation			
男子C組、男、女子D及E組 Boy C, Boy & Girl D&E Group				
1720-1745	登記Registration			
1745-1805	第一輪熱身1st Round Warm Up			
1815-1900	第一輪比賽Round One			
	跳箱Vault & 彈床Tramp	自由體操Floor	自由體操Floor	跳箱Vault & 彈床Tramp
	BC男子組 Boy C (546-558) BD男子組 Boy D (597-602) BE 男子組 Boy E (624-627)	GD1女子組 Girl D1 (559-577)	GE 女子組 Girl E (603-623)	GD2 女子組 Girl D2 (578-596)
1900-1920	第二輪熱身2nd Round Warm Up			
1920-2005	第二輪比賽Round Two			
	跳箱Vault & 彈床Tramp	自由體操Floor	自由體操Floor	跳箱Vault & 彈床Tramp
	GD1女子組 Girl D1 (559-577)	BC男子組 Boy C (546-558) BD男子組 Boy D (597-602) BE 男子組 Boy E (624-627)	GD2 女子組 Girl D2 (578-596)	GE 女子組 Girl E (603-623)
2005-2030	頒獎禮 Award Presentation			