

# ENTRENAMIENTOS OPCIONALES GAF Rev. 4 diciembre

**ENTRENAMIENTOS OPCIONALES GAF**

**Viernes 4 Diciembre**

19.20 / 19.30 Acceso y control de participantes

19.30 / 19.45 Calentamiento general sala anexa

19.45 / 21.00 Entrenamientos opcionales VO 9 Y 10 GAF

GAF					DESCANSO
19.45 / 20.00	G 1	G 2	G 3	G 4	G.5
20.00 / 20.15	G.5	G 1	G 2	G 3	G 4
20.15 / 20.30	G,4	G.5	G 1	G 2	G 3
20.30 / 20.45	G,3	G,4	G.5	G 1	G 2
20.45 / 21.00	G,2	G,3	G,4	G.5	G 1

NIVELES 9 Y 10				
Nº	DOR.	NOMBRE	CLUB	FED.
<b>GRUPO 1 ENTRENAMIENTOS OPCIONALES</b>				
1	174	ANA PEREZ CAMPOS	CD HYTASA	AND
2	225	ALBA PETISCO DE SAN FULGENCIO	CGE LES MORERES	CAT
3	258	CLAUDIA BUXEDA POCH	LA SALLE GRACIA	CAT
4	11	EMMA FERNANDEZ SOLA	LOS CANTOS ALCORCON	MAD
<b>GRUPO 2 ENTRENAMIENTOS OPCIONALES</b>				
1	116	MARINA ESTEBAN DURAN	CN GRANOLLERS	CAT
2	253	LAURA BECHDEJU COLL	SALT GC	CAT
3	254	MARINA GONZALEZ LARA	SALT GC	CAT
4	76	SELINA MAROTT SEGURA SANTOS	GYM-VAL	CVA
5	92	CARLA CEREZO GONZALEZ	GYM-VAL	CVA
<b>GRUPO 3 ENTRENAMIENTOS OPCIONALES</b>				
1	111	JOANA SARRATE PRESAS	CN GRANOLLERS	CAT
2	110	ONA PERXACHS MORALES	CN GRANOLLERS	CAT
3	112	CARLOTA GARCIA BOQUE	CN GRANOLLERS	CAT
4	220	CLARA NAVARRO GARCIA	CG SANT BOI	CAT
5	219	IRIS ATYABI MAESTRE	CG SANT BOI	CAT
<b>GRUPO 4 ENTRENAMIENTOS OPCIONALES</b>				
1	8	AINARA SAUTUA MOLINA	C. EM MAJADAHONDA	MAD
2	260	ALEXIA SENTIAS GONZALEZ	AGA VILASSAR DE MAR	CAT
3	223	ALBA BONILLA MUÑOZ-REPISO	CGE LES MORERES	CAT
4	81	LAURA CASABUENA GARCIA	EL PASTORET	CVA
5	214	IRENE ROS GALEANO	GYM-VAL	CVA
<b>GRUPO 5 ENTRENAMIENTOS OPCIONALES</b>				
1	186	LEIRE ARTOLA BELSUE	FLIP-FLAP	ARA
2	185	LUCIA HERNANDEZ ROMERO	FLIP-FLAP	ARA
3	252	JANA LIBEI GUARDIOLA DISPES	SALT GC	CAT
4	251	BERTA ALVAREZ TOLEDANO	SALT GC	CAT
5	44	CARLA SANCHEZ CABALLERO	R.G.C.COVADONGA	AST

TÉCNICOS AUTORIZADOS				
Nº	Dor.	NOMBRE	FEDERACIÓN	FED.
1	136	FRANCISCA PAREJO GARRIDO	HYTASA	AND
2	177	PATRICIA FRIAS NOGALES	FLIP-FLAP	ARA
3	38	ISABEL IZQUIERDO GARCIA	R.G.C.COVADONGA	AST
4	275	JONAS VIGIL LAGRANDA	R.G.C.COVADONGA	AST
5	107	ELISABET VALLE ROMERO	CN GRANOLLERS	CAT
6	1104	ANNA PARERA MARTI	CN GRANOLLERS	CAT
7	221	CATALINA ZAPATA LOPEZ	LES MORERES	CAT
8	226	CLAUDIA VILÁ BARNES	SALT GC	CAT
9	227	XENIA CASASSAS SAYOLS	SALT GC	CAT
10	262	SHEILA RUIZ QUILEZ	AGA VILASSAR DE MAR	CAT
11	6	IGNACIO GRANDE RODRIGUEZ	CLUB GIMNASIA MAJADAHONDA	MAD
12	67	BEATRIZ GARCIA HERRANZ	GIMNASTIC LA PLANA	CVA
13	188	LARA MARIA GARCIA VALOR	EL PASTORET	CVA
14	77	OCTAVIO JAVIER FUENTES SOCORRO	EL PASTORET	CVA
15	72	YOLANDA GONZALEZ RODRIGUEZ	CLUB GYM-VAL	CVA
16	74	ANDREA DIAZ SIERRA	CLUB GYM-VAL	CVA
17	215	RAQUEL SANS CARNE	CG SANT BOI	CAT
18	191	ALMUDENA SAN JOSE CRISTOBAL		RFEG
19	193	EVA MARIA RUEDA BRAVO		RFEG
20	192	LUCIA GUISADO MUÑOZ		RFEG