

Всероссийские соревнования «Надежды России» по спортивной гимнастике 2025 года
г. Москва (7 - 12 сентября 2025 года)

Дата	Время	Программа
07 сентября (воскресенье)	09:00 – 19:00	Комиссия по допуску участников
	10:00 – 19:00	Свободный график тренировок для участников
	17:00	Совещание представителей команд
Совещание судей (мужчины, женщины) и официальные тренировки на помосте (согласно жеребьевке).		
08 сентября (понедельник)	Мужчины, Юниоры	
	09:00 – 10:00	Общая разминка участников 1 смены
	10:00 – 12:00	1 смена
	12:00 – 13:00	Общая разминка участников 2 смены
	13:00 – 15:00	2 смена
	Женщины, Юниорки	
	15:30 – 16:30	Общая разминка участников
	16:30 – 19:00	1 смена
Квалификация для финалов в отдельных дисциплинах, Финал в многоборье.		
09 сентября (вторник)	Мужчины, Юниоры	
	09:00 – 10:00	Общая разминка участников 1 смены
	10:00 – 12:00	1 смена
	12:00 – 13:00	Общая разминка участников 2 смены
	13:00 – 15:00	2 смена
	15:00 – 15:20	ЦЕРЕМОНИЯ ОТКРЫТИЯ
	15:20 – 15:30	Награждение победителей и призеров финальных соревнований в многоборье
	Женщины, Юниорки	
	15:30 – 16:30	Общая разминка участников
	16:30 – 19:00	1 смена
	По окончании – награждение победителей и призеров финальных соревнований в многоборье	

Финальные соревнования в отдельных дисциплинах		
10 сентября (среда)	Мужчины: вольные упражнения, конь, кольца Юниоры: конь, кольца, вольные упражнения Женщины: опорный прыжок, разновысокие брусья Юниорки: разновысокие брусья, опорный прыжок	
	09:00 – 10:00	Общая разминка участников
	10:00 – 14:00	Финальные соревнования в отдельных дисциплинах
	По окончании – награждение победителей и призеров финальных соревнований в многоборье	
	15:00 – 19:00	Свободный график тренировок для участников соревнований
Финальные соревнования в отдельных дисциплинах		
11 сентября (четверг)	Мужчины: опорный прыжок, брусья, перекладина Юниоры: брусья, перекладина, опорный прыжок Женщины: бревно, вольные упражнения Юниорки: вольные упражнения, бревно	
	09:00 – 10:00	Общая разминка участников
	10:00 – 14:00	Финальные соревнования в отдельных дисциплинах
	14:00 – 15:00	Награждение победителей и призеров
	15:00 – 19:00	Свободный график тренировок для участников соревнований
12 сентября (пятница)	День отъезда	