

Rotazione	Volteggio	Parallele	Trave	Corpo Libero
1	G.S.VV.F. - Alegria	Arci Martina (1 Sq. J/S - 1 Sq. A) - Gymnova (LC3 - J/S)	Angiulli - Delfino - Tom Sport	La Rosa (1 Sq. J/S - 1 Sq. A)
2	La Rosa (1 Sq. J/S - 1 Sq. A)	G.S.VV.F. - Alegria	Arci Martina (1 Sq. J/S - 1 Sq. A) - Gymnova (LC3 - J/S)	Angiulli - Delfino - Tom Sport
3	Angiulli - Delfino - Tom Sport	La Rosa (1 Sq. J/S - 1 Sq. A)	G.S.VV.F. - Alegria	Arci Martina (1 Sq. J/S - 1 Sq. A) - Gymnova (LC3 - J/S)
4	Arci Martina (1 Sq. J/S - 1 Sq. A) - Gymnova (LC3 - J/S)	Angiulli - Delfino - Tom Sport	La Rosa (1 Sq. J/S - 1 Sq. A)	G.S.VV.F. - Alegria

Apertura Palestra alle ore 14:50
Riconoscimento degli atleti dalle 14:55 - 15:00

Il riscaldamento generale inizierà alle ore 15:05 sino alle 15:20 al termine inizierà il riscaldamento guidato di 10 minuti per rotazione con inizio all'attrezzo della 2 rotazione e con conclusione all'attrezzo della 1 rotazione. RISCALDAMENTO GUIDATO DALLE 15:20 SINO LE 16:00. **INIZIO GARA 16:00**

N.B. = Si ricorda che in campo gara, come previsto dalle norme tecniche della FGI, possono entrare soltanto i tecnici per accompagnare i ginnasti e/o la squadra e comunque il rapporto tecnici/ginnasti è di 1/5 cioè 1 Tecnico ogni 5 ginnasti partecipanti alla gara. Es. 20 ginnasti sono autorizzati in campo gara 4 Tecnici. **I presidenti, i dirigenti societari non sono autorizzati all' ingresso in campo gara.**

TERMINE DELLA GARA alle ore 18:45