



## Campionato Individuale Silver **LB3** GAF - ZONA A-

Palestra Angiulli - Via Cotugno, 10 - Bari  
Domenica 27 gennaio 2019

Rotazione	Trave	Volteggio	Corpo Libero
1	Angiulli (1A2-1A4-1J1-2J3-2S1-1S2) - Nikai (2J2)	Tersicore (2A3-1A4-1J2-1J3) - Per Sport (1A2-1A3-1A4-1J2-1S1)	Stelle della Daunia (2A2-1A3-1A4) - Gym Progression (1A3) - Gymnasia (1A3-1A4-1J1-1S1) - Smile (1A1-1J3)
2	Stelle della Daunia (2A2-1A3-1A4) - Gym Progression (1A3) - Gymnasia (1A3-1A4-1J1-1S1) - Smile (1A1-1J3)	Angiulli (1A2-1A4-1J1-2J3-2S1-1S2) - Nikai (2J2)	Tersicore (2A3-1A4-1J2-1J3) - Per Sport (1A2-1A3-1A4-1J2-1S1)
3	Tersicore (2A3-1A4-1J2-1J3) - Per Sport (1A2-1A3-1A4-1J2-1S1)	Stelle della Daunia (2A2-1A3-1A4) - Gym Progression (1A3) - Gymnasia (1A3-1A4-1J1-1S1) - Smile (1A1-1J3)	Angiulli (1A2-1A4-1J1-2J3-2S1-1S2) - Nikai (2J2)

Apertura Palestra alle ore 08:30

Il riscaldamento generale inizierà presso il tensostatico alle ore 08:40 sino alle 09:05 - SFILATA 09:10

### INIZIO GARA 09:15

**RISCALDAMENTO AGLI ATTREZZI** - prova il 1 e 2 ginnasta per 1 minuto ciascuno per un totale di 2 minuti ad attrezzo -  
Inizia l'esercizio il 1 ginnasta al termine del suo esercizio mentre la giuria fai i conteggi per l'emissione del punteggio il 3 ginnasta prova sino a quando la giuria non è pronta per giudicare il 2 ginnasta e così via -

**RISCALDAMENTO AL VOLTEGGIO** - 2 salti di prova al 1 ed al 2 ginnasta - Inizia l'esercizio il 1 ginnasta al termine del suo esercizio mentre la giuria fai i conteggi per l'emissione del punteggio il 3 ginnasta esegue i 2 salti al termine del 2 salto di prova la giuria chiamerà il 2 ginnasta per valutarlo e così via -

L'attrezzo di gara **corpo libero** è quello presente nella palestra di ginnastica artistica - quella di fronte al Bar -

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. **I presidenti, i dirigenti societari non sono autorizzati all' ingresso in campo gara.**

**Si ricorda che l'atleta ha l'obbligo di presentarsi in gara con la tessera federale valida per l'anno sportivo in corso e con un documento di identità in corso di validità e che il tecnico deve essere in condizione di poter presentare la sua tessera al controllo tessere disposto dal segretario di gara.**

**FINE GARA PREVISTO alle ore 11:15**



Campionato Individuale Silver **LB** GAF - ZONA A-

Palestra Angiulli - Via Cotugno, 10 - Bari  
Domenica 27 gennaio 2019

Rotazione	Trave	Volteggio	Corpo Libero	Parallele
1	Angiulli (1A2-1A3-2A4-1J1-2J3-1S1) - Stelle della Daunia (1A3)	Capitanata (1A2-3A3-2A4-1J1-1S1-1S2)	Gym (1A2-1A3) - Smile (1A3 1A4) - Molfetta (1A4-2J1-1J2-1J3)	Gymnasia (2A1-1A2-1A3-1A4-1S1) - Nikai (2A4 - 1J2)
2	Gymnasia (2A1-1A2-1A3-1A4-1S1) - Nikai (2A4 - 1J2)	Angiulli (1A2-1A3-2A4-1J1-2J3-1S1) - Stelle della Daunia (1A3)	Capitanata (1A2-3A3-2A4-1J-1S1-1S2)	Gym (1A2-1A3) - Smile (1A3 1A4) - Molfetta (1A4-2J1-1J2-1J3)
3	Gym (1A2-1A3) - Smile (1A3 1A4) - Molfetta (1A4-2J1-1J2-1J3)	Gymnasia (2A1-1A2-1A3-1A4-1S1) - Nikai (2A4 - 1J2)	Angiulli (1A2-1A3-2A4-1J1-2J3-1S1) - Stelle della Daunia (1A3)	Capitanata (1A2-3A3-2A4-1J-1S1-1S2)
4	Capitanata (1A2-3A3-2A4-1J-1S1-1S2)	Gym (1A2-1A3) - Smile (1A3 1A4) - Molfetta (1A4-2J1-1J2-1J3)	Gymnasia (2A1-1A2-1A3-1A4-1S1) - Nikai (2A4 - 1J2)	Angiulli (1A2-1A3-2A4-1J1-2J3-1S1) - Stelle della Daunia (1A3)

Apertura Palestra alle ore 11:30

Il riscaldamento generale inizierà presso il tensostatico alle ore 11:45 sino alle 12:05 -

**INIZIO GARA 12:10**

**RISCALDAMENTO AGLI ATTREZZI** - prova il 1 e 2 ginnasta per 1 minuto ciascuno per un totale di 2 minuti ad attrezzo - Inizia l'esercizio il 1 ginnasta al termine del suo esercizio mentre la giuria fai i conteggi per l'emissione del punteggio il 3 ginnasta prova sino a quando la giuria non è pronta per giudicare il 2 ginnasta e così via -

**RISCALDAMENTO AL VOLTEGGIO** - 2 salti di prova al 1 ed al 2 ginnasta - Inizia l'esercizio il 1 ginnasta al termine del suo esercizio mentre la giuria fai i conteggi per l'emissione del punteggio il 3 ginnasta esegue i 2 salti al termine del 2 salto di prova la giuria chiamerà il 2 ginnasta per valutarlo e così via -

Gli attrezzi di gara **corpo libero** e **parallele** sono quelli presenti nella palestra di ginnastica artistica - quella di fronte al Bar -

Si ricorda che in campo gara, come previsto dalle norme tecniche della FIGI, 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. **I presidenti, i dirigenti societari non sono autorizzati all' ingresso in campo gara.**

**Si ricorda che l'atleta ha l'obbligo di presentarsi in gara con la tessera federale valida per l'anno sportivo in corso e con un documento di identità in corso di validità e che il tecnico deve essere in condizione di poter presentare la sua tessera al controllo tessere disposto dal segretario di gara.**

**FINE GARA PREVISTO alle ore 14:30**