



Campionato Serie D LA3 GAF - Allieve -

c/o la Soc. LA ROSA - Via Pellizza Da Volpeto - Brindisi

Rotazione	Volteggio	Trave	Corpo Libero
1	Tom Sport - Ginnastica Normanna - Arci Martina	Delfino - G.VV.F. sq1 - G.VV.F. sq2 -	Maran Sport - La Rosa sq.1 - La Rosa sq.2
2	Maran Sport - La Rosa sq.1 - La Rosa sq.2	Tom Sport - Ginnastica Normanna - Arci Martina	Delfino - G.VV.F. sq1 - G.VV.F. sq2 -
3	Delfino - G.VV.F. sq1 - G.VV.F. sq2 -	Maran Sport - La Rosa sq.1 - La Rosa sq.2	Tom Sport - Ginnastica Normanna - Arci Martina

Apertura Palestra alle ore 08:40

Il riscaldamento generale inizierà alle ore 08:45 sino le 09:05 al termine inizierà la sfilata e la gara. **INIZIO GARA 09:10**

Il riscaldamento agli attrezzi sarà effettuato durante l'elaborazione del punteggio della ginnasta precedente **con l'esecuzione di alcuni elementi e non tutto l'esercizio di gara**. La prima ginnasta può provare l'attrezzo in 40 secondi trascorsi i quali sarà avviata la gara. Al volteggio è concesso saltare sulla pedana per provarla e 2 salti di prova prima della propria valutazione. **IL GINNASTA DEVE ESSERE PRONTO APPENA VIENE CHIAMATO DAL GIUDICE DI RIFERIMENTO. IL TECNICO DEVE CONSEGNARE IMMEDIATAMENTE LE SCHEDE IN ORDINE DI SALITA E MONITORARE LA GARA AGEVOLANDO LA STESSA.**

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 11:00



Campionato Serie D LA3 GAF - Junior/Senior -

c/o la Soc. LA ROSA - Via Pellizza Da Volpeto - Brindisi

Rotazione	Volteggio	Trave	Corpo Libero
1	G.VV.F.	Ginnastica Normanna - Arci Martina	Gynnika
2	Gynnika	G.VV.F.	Ginnastica Normanna - Arci Martina
3	Ginnastica Normanna - Arci Martina	Gynnika	G.VV.F.

Apertura Palestra alle ore 10:55

Il riscaldamento generale inizierà alle ore 11:00 sino le 11:20 al termine inizierà la sfilata e la gara. **INIZIO GARA 11:25**

Il riscaldamento agli attrezzi sarà effettuato durante l'elaborazione del punteggio della ginnasta precedente **con l'esecuzione di alcuni elementi e non tutto l'esercizio di gara**. La prima ginnasta può provare l'attrezzo in 40 secondi trascorsi i quali sarà avviata la gara. Al volteggio è concesso saltare sulla pedana per provarla e 2 salti di prova prima della propria valutazione. IL GINNASTA DEVE ESSERE PRONTO APPENA VIENE CHIAMATO DAL GIUDICE DI RIFERIMENTO. IL TECNICO DEVE CONSEGNARE IMMEDIATAMENTE LE SCHEDE IN ORDINE DI SALITA E MONITORARE LA GARA AGEVOLANDO LA STESSA.

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 12:45



Campionato Serie D LB3 GAF

c/o la Soc. LA ROSA - Via Pellizza Da Volpeto - Brindisi

Rotazione	Volteggio	Trave	Corpo Libero
1	Gynnika Allieve sq. 1 - Gynnika Allieve sq. 2 - Gynnika J/S -	Alegria J/S	G.S.VV.F. J/S - Arci Martina J/S
2	G.S.VV.F. J/S - Arci Martina J/S	Gynnika Allieve sq. 1 - Gynnika Allieve sq. 2 - Gynnika J/S -	Alegria J/S
3	Alegria J/S	G.S.VV.F. J/S - Arci Martina J/S	Gynnika Allieve sq. 1 - Gynnika Allieve sq. 2 - Gynnika J/S -

Apertura Palestra alle ore 12:45

Il riscaldamento generale inizierà alle ore 12:45 sino le 13:05 al termine inizierà la sfilata e la gara. **INIZIO GARA 13:10**

Il riscaldamento agli attrezzi sarà effettuato durante l'elaborazione del punteggio della ginnasta precedente **con l'esecuzione di alcuni elementi e non tutto l'esercizio di gara.** La prima ginnasta può provare l'attrezzo in 40 secondi trascorsi i quali sarà avviata la gara. Al volteggio è concesso saltare sulla pedana per provarla e 2 salti di prova prima della propria valutazione. **IL GINNASTA DEVE ESSERE PRONTO APPENA VIENE CHIAMATO DAL GIUDICE DI RIFERIMENTO. IL TECNICO DEVE CONSEGNARE IMMEDIATAMENTE LE SCHEDE IN ORDINE DI SALITA E MONITORARE LA GARA AGEVOLANDO LA STESSA.**

N.B. = 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. 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 14:45



Campionato Serie D LB GAF

c/o la Soc. LA ROSA - Via Pellizza Da Volpeto - Brindisi

Rotazione	Volteggio	Parallele	Trave	Corpo Libero
1	G.S.VV.F. Allieve - G.S.VV.F. J/S -	Alegria J/S - New Meeting Allieve	Tomsport Allieve - Tomsport J/S - Cras J/S	Maran Allieve - Maran J/S -
2	Maran Allieve - Maran J/S -	G.S.VV.F. Allieve - G.S.VV.F. J/S -	Alegria J/S - New Meeting Allieve	Tomsport Allieve - Tomsport J/S - Cras J/S
3	Tomsport Allieve - Tomsport J/S - Cras J/S	Maran Allieve - Maran J/S -	G.S.VV.F. Allieve - G.S.VV.F. J/S -	Alegria J/S - New Meeting Allieve
3	Alegria J/S - New Meeting Allieve	Tomsport Allieve - Tomsport J/S - Cras J/S	Maran Allieve - Maran J/S -	G.S.VV.F. Allieve - G.S.VV.F. J/S - New Meeting Allieve

Apertura Palestra alle ore 15:20

Il riscaldamento generale inizierà alle ore 15:25 sino le 15:45 al termine inizierà la sfilata e la gara. **INIZIO GARA 15:50**

Il riscaldamento agli attrezzi sarà effettuato durante l'elaborazione del punteggio della ginnasta precedente **con l'esecuzione di alcuni elementi e non tutto l'esercizio di gara**. La prima ginnasta può provare l'attrezzo in 40 secondi trascorsi i quali sarà avviata la gara. Al volteggio è concesso saltare sulla pedana per provarla e 2 salti di prova prima della propria valutazione. IL GINNASTA DEVE ESSERE PRONTO APPENA VIENE CHIAMATO DAL GIUDICE DI RIFERIMENTO. IL TECNICO DEVE CONSEGNARE IMMEDIATAMENTE LE SCHEDE IN ORDINE DI SALITA E MONITORARE LA GARA AGEVOLANDO LA STESSA.

N.B. = 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. 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 18:30