



Campionato Serie D LC3 GAF

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

Rotazione	Volteggio	Trave	Corpo Libero
1	Angiulli <i>sq. Allieve</i>	Gymnova <i>sq. Junior/Senior</i>	Gymnasia <i>sq. Allieve</i>
2	Gymnasia <i>sq. Allieve</i>	Angiulli <i>sq. Allieve</i>	Gymnova <i>sq. Junior/Senior</i>
3	Gymnova <i>sq. Junior/Senior</i>	Gymnasia <i>sq. Allieve</i>	Angiulli <i>sq. Allieve</i>

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 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 10:15



Campionato Serie D LC GAF - Allieve -

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

Rotazione	Volteggio	Parallele	Trave	Corpo Libero
1	Capitanata - Maran	Arci	Delfino	Gymnova - La Rosa
2	Gymnova - La Rosa	Capitanata - Maran	Arci	Delfino
3	Delfino	Gymnova - La Rosa	Capitanata - Maran	Arci
3	Arci	Delfino	Gymnova - La Rosa	Capitanata - Maran

Apertura Palestra alle ore 10:10

Il riscaldamento generale inizierà alle ore 10:15 sino le 10:30 al termine inizierà la sfilata e la gara. **INIZIO GARA 10:35**

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 12:10



Campionato Serie D LC GAF - Junior/Senior -

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

Rotazione	Volteggio	Parallele	Trave	Corpo Libero
1	Angiulli	La Rosa - G.S.VV.F	Arci	Alegria - Maran
2	Alegria - Maran	Angiulli	La Rosa - G.S.VV.F	Arci
3	Arci	Alegria - Maran	Angiulli	La Rosa - G.S.VV.F
3	La Rosa - G.S.VV.F	Arci	Alegria - Maran	Angiulli

Apertura Palestra alle ore 12:10

Il riscaldamento generale inizierà alle ore 12:15 sino le 12:30 al termine inizierà la sfilata e la gara. **INIZIO GARA 12:35**

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 14:10