

1^ Prova Gold Allieve

c/o la Soc. La Rosa Brindisi in via G. Da Volpedo

Rotazione	Volteggio	Cinghietti	Parallele	Trave	Corpo Libero
1	La Rosa (1A1-1A2-1A3-1A4)	G.S.VV.F. (1A2 - 1A4)	GINN. ADRIATICA (1A1 - 1A2)	ANGIULLI (1A1) - DELFINO (1A1)	ALEGRIA (3A1)
2	ALEGRIA (3A1)	La Rosa (1A1-1A2-1A3-1A4)	G.S.VV.F. (1A2 - 1A4)	GINN. ADRIATICA (1A1 - 1A2)	ANGIULLI (1A1) - DELFINO (1A1)
3	ANGIULLI (1A1) - DELFINO (1A1)	ALEGRIA (3A1)	La Rosa (1A1-1A2-1A3-1A4)	G.S.VV.F. (1A2 - 1A4)	GINN. ADRIATICA (1A1 - 1A2)
4	GINN. ADRIATICA (1A1 - 1A2)	ANGIULLI (1A1) - DELFINO (1A1)	ALEGRIA (3A1)	La Rosa (1A1-1A2-1A3-1A4)	G.S.VV.F. (1A2 - 1A4)
5	G.S.VV.F. (1A2 - 1A4)	GINN. ADRIATICA (1A1 - 1A2)	ANGIULLI (1A1) - DELFINO (1A1)	ALEGRIA (3A1)	La Rosa (1A1-1A2-1A3-1A4)

Apertura Palestra alle ore 15:30

Il riscaldamento generale inizierà alle ore 15:30 sino le 15:50 al termine inizierà il riscaldamento guidato con inizio Riscaldamento guidato di 6 minuti per rotazione con inizio all'attrezzo della 2 rotazione e con conclusione all'attrezzo della 1 rotazione.

Per le ginnaste A3-A4 1 il riscaldamento all'attrezzo Volteggio avverrà solo dopo la disposizione della Tavola con 10 minuti di riscaldamento all'attrezzo.

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.**

LA GARA SI SVOLGERA' IN ADERENZA A QUANTO DISPOSTO DAI PROTOCOLLI ANTICONTAGIO DI QUESTA FEDERAZIONE.

Si ricorda che IL SEGRETARIO DI GARA controlla le tessere degli atleti e dei tecnici partecipanti ed eventualmente i relativi documenti di identità come previsto dalle procedure Federali -

INIZIO DELLA GARA alle ore 16:30
TERMINE DELLA GARA alle ore 18:30