

**CAMPIONATO INDIVIDUALE - SILVER LA /LA3**

c/o la Soc. Gym Progression in **via Farina 2, Corato, Bari**

Rotazione	Volteggio	Parallela Asimmetrica	Trave	Corpo Libero
1	Angiulli (9) - Victory Gym (4)	Gym Rebels (12) - Per Sport (4)	Gym (2) (4) - Lucera (8) - Stelle della daunia (3)	Gym Progression (8) - De Cataldo (6)
2	Gym Progression (8) - De Cataldo (6)	Angiulli (9) - Victory Gym (4)	Gym Rebels (12) - Per Sport (4)	Gym (2) (4) - Lucera (8) - Stelle della daunia (3)
3	Gym (2) (4) - Lucera (8) - Stelle della daunia (3)	Gym Progression (8) - De Cataldo (6)	Angiulli (9) - Victory Gym (4)	Gym Rebels (12) - Per Sport (4)
4	Gym Rebels (12) - Per Sport (4)	Gym (2) (4) - Stelle della daunia (3)	Gym Progression (8) - De Cataldo (6)	Angiulli (9) - Victory Gym (4)

**Apertura Palestra alle ore 09:00**

**Il riscaldamento generale inizierà alle ore 09:05 sino le 09:25 - Sfilata 09:30 - al termine inizierà il riscaldamento all'attrezzo come di seguito indicato. La giuria del Volteggio al termine della 4 rotazione si sposterà per giudicare le 9 parallele LA.**

**La rotazione potrà essere gestita a serpentine in relazione dei tempi di gara a discrezione del DdG e del PdG.**

**I ginnasti una volta presentati all'attrezzo proveranno i primi 2 per un tempo complessivo di 2 minuti. Una volta terminato la gara del 1° ginnasta chiamato, in attesa del punteggio, proverà il 3° ginnasta - in ordine di salita - e così via per un tempo massimo a ginnasta di 1 minuto. Per il volteggio ci saranno 2 rincorse di prova a ginnasta, proveranno sempre i primi 2 all'inizio poi il 3° e così via.**

**NEL RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO 1 minuto a ginnasta siate rispettosi dei tempi.**

**INIZIO GARA 09:35**

**TERMINE DELLA GARA alle ore 12:20**

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.**