

Rotazione	Corpo Libero (maschile)	Anelli	Volteggio/Cubone maschile	Cavallo S. Man/Fungo	Parallela Pari	Sbarra	Volteggio/Cubone	Parallela Asimetrica	Cinghietti	Trave	Corpo Libero
1	Fitness Academy (1A1) - Delfino (1A1-1A2)	La Rosa (2A3-1A4)	stand - by	G.S. VV.F. (3A1-2A2)	Alegria (5A1-2A3B/A)	Fitness Academy (1A1) - Ginn. Lucera (1A1)	La Rosa (1A4B/A) - Ginn. Adriatica (1A3B-1A4B)				
1	La Rosa (2A3-1A4)	Fitness Academy (1A1) - Delfino (1A1-1A2)	stand - by	stand - by	stand - by	stand - by					
2	stand - by	stand - by	Fitness Academy (1A1) - Delfino (1A1-1A2)	La Rosa (2A3-1A4)	stand - by	stand - by	La Rosa (1A4B/A) - Ginn. Adriatica (1A3B/A-1A4B/A)	stand - by	G.S. VV.F. (3A1-2A2)	Alegria (5A1-2A3B/A)	Fitness Academy (1A1) - Ginn. Lucera (1A1)
2	stand - by	stand - by	La Rosa (2A3-1A4)	Fitness Academy (1A1) - Delfino (1A1-1A2)	stand - by	stand - by					
3	stand - by	stand - by	stand - by	stand - by	Fitness Academy (1A1) - Delfino (1A1-1A2)	La Rosa (2A3-1A4)	Fitness Academy (1A1) - Ginn. Lucera (1A1)	La Rosa (1A4B/A) - Ginn. Adriatica (1A3B/A-1A4B/A)	stand - by	G.S. VV.F. (3A1-2A2)	Alegria (5A1-2A3B/A)
3	stand - by	stand - by	stand - by	stand - by	La Rosa (2A3-1A4)	Fitness Academy (1A1) - Delfino (1A1-1A2)					
4							Alegria (5A1-2A3B/A)	Fitness Academy (1A1) - Ginn. Lucera (1A1)	La Rosa (1A4B/A) - Ginn. Adriatica (1A3B/A-1A4B/A)	stand - by	G.S. VV.F. (3A1-2A2)
5							G.S. VV.F. (3A1-2A2)	Alegria (5A1-2A3B/A)	Fitness Academy (1A1) - Ginn. Lucera (1A1)	La Rosa (1A4B/A) - Ginn. Adriatica (1A3B/A-1A4B/A)	stand - by

Rotazione MASCHILE

Rotazione FEMMINILE

Apertura Palestra alle ore 14:30

Il riscaldamento generale inizierà alle ore 14:40 sino le 15:00 - Sfilata 15:05

INIZIO GARA 15:10

I ginnasti una volta presentati all'attrezzo proveranno i primi 2 per un tempo complessivo di 2 minuti. Una volta terminata la gara del 1° ginnasta chiamato, in attesa del punteggio, proverà il 3° ginnasta - in ordine di sulta - 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.**

TERMINE DELLA GARA alle ore 18:00

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.