



CAMPIONATO SQUADRE SERIE D - LB3

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

Rotazione	Volteggio	Trave	Corpo Libero
1	Per Sport (A-J/S) - Gym Progression (J/S) - Dolmen Gymnastics (A)	Angiulli (A-J/S) - De Cataldo (A-J/S) - Victory Gym (A)	Delfino (A-J/S) - G.S.VV.F (A) - Arci Martina (J/S)
2	Delfino (A-J/S) - G.S.VV.F (A) - Arci Martina (J/S)	Per Sport (A-J/S) - Gym Progression (J/S) - Dolmen Gymnastics (A)	Angiulli (A-J/S) - De Cataldo (A-J/S) - Victory Gym (A)
3	Angiulli (A-J/S) - De Cataldo (A-J/S) - Victory Gym (A)	Delfino (A-J/S) - G.S.VV.F (A) - Arci Martina (J/S)	Per Sport (A-J/S) - Gym Progression (J/S) - Dolmen Gymnastics (A)

Apertura Palestra alle ore 09:20

Il riscaldamento generale inizierà alle ore 09:25 sino le 09:45 - Sfilata 09:50 - al termine inizierà il riscaldamento all'attrezzo come di seguito indicato.

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 10:00

TERMINE DELLA GARA alle ore 12:30

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.**

CAMPIONATO SQUADRE SERIE D - LB

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

Rotazione	Volteggio	Parallela Asimmetrica	Trave	Corpo Libero
1	Fitness Academy (A) - Ginn. Lucera (A)	Angiulli (2J/S)	Maran (A) - Angiulli (A)	Dolmen (2J/S)
2	Dolmen (2J/S)	Fitness Academy (A) - Ginn. Lucera (A)	Angiulli (2J/S)	Maran (A) - Angiulli (A)
3	Maran (A) - Angiulli (A)	Dolmen (2J/S)	Fitness Academy (A) - Ginn. Lucera (A)	Angiulli (2J/S)
4	Angiulli (2J/S)	Maran (A) - Angiulli (A)	Dolmen (2J/S)	Fitness Academy (A) - Ginn. Lucera (A)

Apertura Palestra alle ore 12:30

Il riscaldamento generale inizierà alle ore 12:35 sino le 12:55 - Sfilata 13:00 - al termine inizierà il riscaldamento all'attrezzo come di seguito indicato.

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 13:05

TERMINE DELLA GARA alle ore 15:00

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.**