

CAMPIONATO INDIVIDUALE LB

c/o la Soc. SMILE in via Reinella n24 Torremaggiore (FG)

Rotazione	Volteggio	Parallele	Trave	Corpo Libero
1	Gym Progression (2A1-1J3) - G.S.VV.F. (1A3)	Maran (1A1-2A2-1A3-2A4)	Gym (1A1-2A2-1A3)	Smile (1A-1A2) - Ginn. Lucera(1A1-1A4)
2	Smile (1A-1A2) - Ginn. Lucera(1A1-1A4)	Gym Progression (2A1-1J3) - G.S.VV.F. (1A3)	Maran (1A1-2A2-1A3-2A4)	Gym (1A1-2A2-1A3)
3	Gym (1A1-2A2-1A3)	Smile (1A-1A2) - Ginn. Lucera(1A1-1A4)	Gym Progression (2A1-1J3) - G.S.VV.F. (1A3)	Maran (1A1-2A2-1A3-2A4)
4	Maran (1A1-2A2-1A3-2A4)	Gym (1A1-2A2-1A3)	Smile (1A-1A2) - Ginn. Lucera(1A1-1A4)	Gym Progression (2A1-1J3) - G.S.VV.F. (1A3)

Apertura Palestra alle ore 14:15

Sfilata 14:25 - Il riscaldamento generale inizierà alle ore 14:30 sino le 14:50 al termine inizierà la gara all'attrezzo subito dopo

INIZIO GARA 14:50

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.

TERMINE DELLA GARA alle ore 16:30

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 INDIVIDUALE LB3

c/o la Soc. SMILE in via Reinella n24 Torremaggiore (FG)

Rotazione	Volteggio	Trave	Corpo Libero
1	Delfino (2A1-1A2-2A3-3A4-2J1)	Maran (1A4-1J2) - Gym Progression (3A1-1A2-1J1-2J2) - Gym Rebels (2J1)	Victory gym (1A2-1A3-2A4) - Gymnova (2A) - La rosa (2J2) - Gin. Smile (1A4-1J1)
2	Victory gym (1A2-1A3-2A4) - Gymnova (2A) - La rosa (2J2) - Gin. Smile (1A4-1J1)	Delfino (2A1-1A2-2A3-3A4-2J1)	Maran (1A4-1J2) - Gym Progression (3A1-1A2-1J1-2J2) - Gym Rebels (2J1)
3	Maran (1A4-1J2) - Gym Progression (3A1-1A2-1J1-2J2) - Gym Rebels (2J1)	Victory gym (1A2-1A3-2A4) - Gymnova (2A) - La rosa (2J2) - Gin. Smile (1A4-1J1)	Delfino (2A1-1A2-2A3-3A4-2J1)

Apertura Palestra alle ore 16:40

Sfilata 16:45 - Il riscaldamento generale inizierà alle ore 16:50 sino le 17:10 al termine inizierà la gara all'attrezzo subito dopo

INIZIO GARA 17:15

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.

TERMINE DELLA GARA alle ore 20:30

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.**