federazione ginnastica d'Italia

CAMPIONATO INDIVUDUALE SILVER LA3 Avanzato
c/o la Soc. Gym Progression in via Farina2, Corato, Bari

Rotazione	Volteggio	Trave	Corpo Libero
1	ARS CLUB (12)	GYM PROGRESSION (3) DE CATALDO (5) GYM REBELS (5)	ANGIULLI (11)
2	ANGIULLI (11)	ARS CLUB (12)	GYM PROGRESSION (3) DE CATALDO (5) GYM REBELS (5)
3	GYM PROGRESSION (3) DE CATALDO (5) GYM REBELS (5)	ANGIULLI (11)	ARS CLUB (12)

Apertura Palestra alle ore 8:30.
Il riscaldamento generale inizierà alle ore 8:40 e terminerà alle 9:00; dopo la sfilata iniziale inizierà il riscaldamento ai singoli attrezzi i primi 2 ginnasti per 2 minuti complessivi e poi al termine della valutazione del primo può riscaldarsi all'attrezzo il 3 ginnasta in ordine di salita e così via. La gara procederà a SERPENTONE secondo il giro olimpico degli attrezzi (VT - TR - CL).
INIZIO GARA 9:10 TERMINE DELLA GARA alle ore 11:00
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**

federazione ginnastica d'Italia

CAMPIONATO INDIVUDUALE SILVER LA Avanzato
c/o la Soc. Gym Progression in via Farina2, Corato, Bari

Rotazione	Volteggio	Parallela Asimmetrica	Trave	Corpo Libero
1	ANGIULLI (9 LA)		GYM (9 LA)	GYM PROGRESSION (5 LA) GYM (3 LA) GYM REBELS (1 LA)
2	GYM PROGRESSION (5 LA) GYM (3 LA) GYM REBELS (1 LA)		ANGIULLI (9 LA)	GYM (9 LA)
3	GYM (9 LA)		GYM PROGRESSION (5 LA) GYM (3 LA) GYM REBELS (1 LA)	ANGIULLI (9 LA)
4		GYM (12 LA) ANGIULLI (9 LA) GYM REBELS (1 LA) GYM PROGRESSION (5 LA)		

Apertura Palestra alle ore 11:15.
Il riscaldamento generale inizierà alle ore 11:30 e terminerà alle 11:50; dopo la sfilata iniziale inizierà il riscaldamento ai singoli attrezzi i primi 2 ginnasti per 2 minuti complessivi e poi al termine della valutazione del primo può riscaldarsi all'attrezzo il 3 ginnasta in ordine di salita e così via. La gara procederà a SERPENTONE secondo il giro olimpico degli attrezzi (VT - TR - CL).
NOTA BENE: Le parallele verrano svolte da tutte le società dopo aver terminato il giro sui restanti 3 attrezzi (Tutti faranno gara a VT, TR, CL e al termine faranno gara alle PA)
INIZIO GARA 12:00 TERMINE DELLA GARA alle ore 14:00

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**

federazione ginnastica d'Italia

CAMPIONATO INDIVUDUALE SILVER LA3-LA Base
c/o la Soc. Gym Progression in via Farina2, Corato, Bari

Rotazione	Volteggio		Trave	Corpo Libero
1	FITNESS ACADEMY (18 LA3)		ANGIULLI (6 LA - 6 LA3) GYM (4 LA)	PER SPORT (1 LA - 8 LA3) LUCERA (7 LA3) GYM REBELS (2 LA3)
2	PER SPORT (1 LA - 8 LA3) LUCERA (7 LA3) GYM REBELS (2 LA3)		FITNESS ACADEMY (18 LA3)	ANGIULLI (6 LA - 6 LA3) GYM (4 LA)
3	ANGIULLI (6 LA - 6 LA3) GYM (4 LA)		PER SPORT (1 LA - 8 LA3) LUCERA (7 LA3) GYM REBELS (2 LA3)	FITNESS ACADEMY (18 LA3)
4		ANGIULLI (6 LA) GYM (4 LA) PER SPORT (1 LA)		

Apertura Palestra alle ore 14:20
Il riscaldamento generale inizierà alle ore 14:30 e terminerà alle 14:50; dopo la sfilata iniziale inizierà il riscaldamento ai singoli attrezzi i primi 2 ginnasti per 2 minuti complessivi e poi al termine della valutazione del primo può riscaldarsi all'attrezzo il 3 ginnasta in ordine di salita e così via. La gara procederà a SERPENTONE secondo il giro olimpico degli attrezzi (VT - TR - CL).
NOTA BENE: Le parallele verranno svolte da tutte le società dopo aver terminato il giro sui restanti 3 attrezzi (Tutti faranno gara a VT, TR, CL e al termine faranno gara alle PA)
INIZIO GARA 15:00 TERMINE DELLA GARA alle ore 18:00

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**