



## CAMPIONATO INDIVIDUALE SILVER LC3-LC Base

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

Rotazione	Volteggio	Parallela Asimetrica	Trave	Corpo Libero
1	Angiulli (3LC) - Arci (1LC3-1LC) - Gynnika (2LC)	Smile (1LC) - G.S.VV.F. (4LC) - La Rosa (1LC3-1LC)	Delfino (3LC3) - Gymnasia (1LC3) - Fitness Academy (3LC) - Ginn. Lucera (1LC)	Per Sport (6LC3) - Victory Gym (1LC3)
2	Per Sport (6LC3) - Victory Gym (1LC3)	Angiulli (3LC) - Arci (1LC3-1LC) - Gynnika (2LC)	Smile (1LC) - G.S.VV.F. (4LC) - La Rosa (1LC3-1LC)	Delfino (3LC3) - Gymnasia (1LC3) - Fitness Academy (3LC) - Ginn. Lucera (1LC)
3	Delfino (3LC3) - Gymnasia (1LC3) - Fitness Academy (3LC) - Ginn. Lucera (1LC)	Per Sport (6LC3) - Victory Gym (1LC3)	Angiulli (3LC) - Arci (1LC3-1LC) - Gynnika (2LC)	Smile (1LC) - G.S.VV.F. (4LC) - La Rosa (1LC3-1LC)
4	Smile (1LC) - G.S.VV.F. (4LC) - La Rosa (1LC3-1LC)	Delfino (3LC3) - Gymnasia (1LC3) - Fitness Academy (3LC) - Ginn. Lucera (1LC)	Per Sport (6LC3) - Victory Gym (1LC3)	Angiulli (3LC) - Arci (1LC3-1LC) - Gynnika (2LC)

**Apertura Palestra alle ore 14:00**

**Il riscaldamento generale inizierà alle ore 14:05 sino le 14:25 al termine 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.**

**INIZIO GARA 14:30**

**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 SILVER LC3-LC **Avanzato**

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

Rotazione	Volteggio	Parallela Asimetrica	Trave	Corpo Libero
1	Gymnasia (2LC3) - G.S.VV.F. (1LC3-1LC) - Gynnika (4LC) - Alegria (2LC) - New Meeting (2LC) - Gym (1LC)	Tom Sport (1LC3-3LC) - Maran (1LC3-1LC) - Delfino(7LC3)	Arc Club (5LC3) - Smile (2LC3) - Dolmen (6LC3)	Angiulli (6LC3) - Per Sport (6LC3)
2	Angiulli (6LC3) - Per Sport (6LC3)	Gymnasia (2LC3) - G.S.VV.F. (1LC3-1LC) - Gynnika (4LC) - Alegria (2LC) - New Meeting (2LC) - Gym (1LC)	Tom Sport (1LC3-3LC) - Maran (1LC3-1LC) - Delfino(7LC3)	Arc Club (5LC3) - Smile (2LC3) - Dolmen (6LC3)
3	Arc Club (5LC3) - Smile (2LC3) - Dolmen (6LC3)	Angiulli (6LC3) - Per Sport (6LC3)	Gymnasia (2LC3) - G.S.VV.F. (1LC3-1LC) - Gynnika (4LC) - Alegria (2LC) - New Meeting (2LC) - Gym (1LC)	Tom Sport (1LC3-3LC) - Maran (1LC3-1LC) - Delfino(7LC3)
4	Tom Sport (1LC3-3LC) - Maran (1LC3-1LC) - Delfino(7LC3)	Arc Club (5LC3) - Smile (2LC3) - Dolmen (6LC3)	Angiulli (6LC3) - Per Sport (6LC3)	Gymnasia (2LC3) - G.S.VV.F. (1LC3-1LC) - Gynnika (4LC) - Alegria (2LC) - New Meeting (2LC) - Gym (1LC)

**Apertura Palestra alle ore 16:30**

**Il riscaldamento generale inizierà alle ore 16:35 sino le 16:55 al termine 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.**

**INIZIO GARA 17:00**

**TERMINE DELLA GARA alle ore 20:10**

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.**