



CAMPIONATO SQUADRA SERIE D LC3 LC (avanzato)

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

Rotazione	Volteggio	Parallela Asimetrica	Trave	Corpo Libero
1	Delfino(2sq) - Maran(1sq)	Gym (1sq) - Gym Progression (1sq) - Gynnika (1sq)	Angiulli (5 sq)	Gymnova (1sq) - Gymnasia (1sq) - Dolmen (2sq)
2	Gymnova (1sq) - Gymnasia (1sq) - Dolmen (2sq)	Delfino(2sq) - Maran(1sq)	Gym (1sq) - Gym Progression (1sq) - Gynnika (1sq)	Angiulli (5 sq)
3	Angiulli (5 sq)	Gymnova (1sq) - Gymnasia (1sq) - Dolmen (2sq)	Delfino(2sq) - Maran(1sq)	Gym (1sq) - Gym Progression (1sq) - Gynnika (1sq)
4	Gym (1sq) - Gym Progression (1sq) - Gynnika (1sq)	Angiulli (5 sq)	Gymnova (1sq) - Gymnasia (1sq) - Dolmen (2sq)	Delfino(2sq) - Maran(1sq)

Apertura Palestra alle ore 09:40

Il riscaldamento generale inizierà alle ore 09:45 sino le 10:05 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 10:10

La gara continuerà a serpentone

TERMINE DELLA GARA alle ore 13:30

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.**