



CAMPIONATO INDIVIDUALE GOLD ALLIEVE A1-A2-A3-A4-A5 Base

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

Rotazione	Volteggio/Cubone	Parallela Asimetrica / Cinghietti	Trave	Corpo Libero
1	Ginn. Adriatica (A3-A4-A5)	Maran (A1-A2)	Arci Martina (A1)	Alegria (A1-A2-2A3-2A5)
2	Alegria (2A3-2A5) - Alegria (A1-A2) - Ginn. Adriatica (A2)	Ginn. Adriatica (A2-A3-A4-A5)	Maran (A1-A2)	Arci Martina (A1)
3	Arci Martina (A1)	Alegria (A1-A2-2A3-2A5)	Ginn. Adriatica (A2-A3-A4-A5)	Maran (A1-A2)
4	Maran (A1-A2)	Arci Martina (A1)	Alegria (A1-A2-2A3-2A5)	Ginn. Adriatica (A2-A3-A4-A5)

Apertura Palestra alle ore 15:30

Il riscaldamento generale inizierà alle ore 15:45 sino le 16:05 al termine inizierà il riscaldamento all'attrezzo di 10 minuti per poi svolgere la gara sullo stesso attrezzo. A cinghietti prova la prima e la seconda e poi gareggia la prima e così via.

PER IL VOLTEGGIO VERRANNO SVOLTI PRIMI I VOLTEGGI A3-A4-A5 e POI A1-A2. SI PROCEDERA' A SERPENTONE

INIZIO GARA 16:15

TERMINE DELLA GARA alle ore 18:30

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.**