

Rotazione	MONTAGNA	MARE	GIUNGLA
1	NIKAI (9)	TERSICORE (7) DELFINO (1)	GYM REBELS (6) STELLA DELLA DAUNIA (2)
3	GYM REBELS (6) STELLA DELLA DAUNIA (2)	NIKAI (9)	TERSICORE (7) DELFINO (1)
4	TERSICORE (7) DELFINO (1)	GYM REBELS (6) STELLA DELLA DAUNIA (2)	NIKAI (9)

Apertura Palestra alle ore 13:30 Accredito 13:35

INIZIO GARA 13:40

5' riscaldamento generale tutti insieme guidato dagli animatori (con musica)

15" prove libere sulle aree di gioco

TERMINE DELLA GARA alle ore 14:50

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.**

Rotazione	VOLTEGGIO/MINITRAMPOLINO	TRAVE	CORPO LIBERO
1	SOLE E SPORT (6) VIRTUS (7)	GINNASTICA MOLFETTA (13)	NIKAI (10)
2	NIKAI (10)	SOLE E SPORT (6) VIRTUS (7)	GINNASTICA MOLFETTA (13)
3	GINNASTICA MOLFETTA (13)	NIKAI (10)	SOLE E SPORT (6) VIRTUS (7)

Apertura Palestra ore 15:20

10' accredito 10' riscaldamento generale 30" a ginnasta riscaldamento CL-TR 1 salto prova a ginnasta MT-VT

INIZIO GARA 15:40

TERMINE DELLA GARA ore 17:00

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 all' ingresso in campo gara.

Rotazione	VOLTEGGIO	MINI-TRAMPOLINO	TRAVE	CORPO LIBERO
1			NIKAI (12)	GINNASTICA MOLFETTA (10) STELLE DELLA DAUNIA (2)
2			GINNASTICA MOLFETTA (10) STELLE DELLA DAUNIA (2)	NIKAI (12)
3	NIKAI (12)	GINNASTICA MOLFETTA (10) STELLE DELLA DAUNIA (2)		
4	GINNASTICA MOLFETTA (10) STELLE DELLA DAUNIA (2)	NIKAI (12)		

Apertura Palestra ore 17:15

10' accredito 10' riscaldamento generale 30" a ginnasta riscaldamento CL-TR 1 salto prova a ginnasta MT-VT

INIZIO GARA 17:35

TERMINE DELLA GARA ore 19:00

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 all' ingresso in campo gara.