



COMUNICAZIONI IMPORTANTI

ORDINI di LAVORO CAMPIONATI NAZIONALI UISP GAF

ORDINE di LAVORO di domenica 29 maggio 2016 agg. al 24 maggio

- Il riscaldamento generale di 15 minuti si effettuerà nella palestra adiacente, NON sul tavolato.
- Le prove degli attrezzi si effettueranno sul campo gara, saranno guidate e seguiranno le seguenti modalità:
 1. Volteggio: esecuzione di max 2 salti a ginnasta (prova sull'altezza della tappetatura di gara)
 2. Parallele: un esercizio a ginnasta
 3. Trave: un percorso a ginnasta
 4. Corpo Libero: una linea a ginnasta (giuria rossa e gialla in contemporanea)
 5. Trampolino: esecuzione di max 2 salti a ginnasta
- E' obbligatorio presentarsi con Cd musicali con 1 sola traccia, con scritto il nome della Società e della Ginnasta (RICHIAMO VERBALE, CARTELLINO GIALLO A SEGUIRE ROSSO)
- Penalità per musica stoppata punti 1.00
- Sul campo gara gli istruttori devono presentarsi in tuta e scarpe da ginnastica (sono ammessi pantaloni sotto il ginocchio larghi e canotta a spalla larga), mantenere un comportamento sportivo e consono, **in un numero massimo di due per Società per attrezzo** e con la tessera e il **CARTELLINO TECNICO dell'anno sportivo in corso.**
- Ogni Società deve consegnare al momento del controllo tessere l'allegato n° 1 firmato dal Presidente e la **fotocopia del bonifico dell'avvenuto pagamento delle quote di iscrizione delle ginnaste e della quota della società.**

Il Campionato si svolgerà disputando differenti categorie e fasce d'età di gara in contemporanea grazie all'utilizzo di due giurie (GIURIA GIALLA e GIURIA ROSSA), si chiede cortesemente a tutti gli istruttori di collaborare, consegnando i 4 biglietti per attrezzo per ciascuna ginnasta (tagliati e pinzati insieme) al momento della presentazione alla giuria assegnata.

Ogni gruppo deve nominare un capogruppo che cronometra i tempi di prova e le salite all'attrezzo e consegna i bigliettini in ordine.

Gare di squadra: i biglietti delle ginnaste da consegnare alla giuria (n° 4 per attrezzo per ogni ginnasta tagliati e pinzati insieme) devono essere quelli che riportano il nome e cognome della ginnasta e non quelli con i nomi dei componenti della squadra.

Ricordiamo che: sul campo gara è VIETATO a tutti, compreso i dirigenti, di fare fotografie con macchine fotografiche o cellulari. E' invece consentito, come da regolamento, fare i video dell'esercizio per eventuali incongruenze con le giurie.

Per segnalare il mancato inserimento di Ginnaste o Società nell'ODL si prega di contattare il Coordinatore UISP del Settore Gaf Sara Vacchini (338.3140229 sara.vacchini@libero.it), alla Responsabile dei Settori Tecnici UISP Paola Morara (338.4434027 paola.morara@virgilio.it) oppure al Gruppo di Lavoro Gaf (uisp.gaf@gmail.com)

ORDINE DI LAVORO di domenica 29 maggio 2016**CAMPIONATO NAZIONALE SQUADRE MINI PRIMA 3 OPEN A e B ALLIEVE, JUNIOR, SENIOR, MISTE
CAMPIONATO NAZIONALE INDIVIDUALE MINI PRIMA 3 OPEN B ALLIEVE, JUNIOR, SENIOR**

ROTAZIONE AGLI ATTREZZI: il trampolino passa a volteggio , volteggio passa alla trave, la trave al corpo libero e il corpo libero al trampolino. Ad ogni cambio attrezzo la prima Società passa ultima. N. B. Eventuali richieste di cambiamento di turno non saranno accolte

GIURIA GIALLA - PRIMO TURNO: MINI PRIMA 3 OPEN A SQUADRE – JUNIOR/ ALLIEVE (16 squadre)

Ore 8.00 controllo tessere Ore 8.10- 15' riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) Ore 8.25 ginnaste pronte per la sfilata Ore 8.35 prova attrezzo come prevista(5minuti) , a seguire gara

TRAMPOLINO	VOLTEGGIO	TRAVE	CORPO LIBERO
TREVILOLO POL. MUGELLO'88 PONSACCO SALTAVANTI	METATO BIANCOVERDE MDS ETA BETA	ANCHETTA 4	SIGNA VITAL POGGETTO IL GECCO

GIURIA ROSSA – PRIMO TURNO: MINI PRIMA 3 OPEN A SQUADRE MISTE/SENIOR (14 squadre)

Ore 8.00 controllo tessere Ore 8.10 -15' riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) Ore 8.25 ginnaste pronte per la sfilata Ore 8.35 prova attrezzo come prevista(5minuti) , a seguire gara

TRAMPOLINO	VOLTEGGIO	TRAVE	CORPO LIBERO
SALTAVANTI SESTO 2 GYM PLANET	ETA BETA MDS BIANCOVERDE	NEWS SYNERGYM ANCHETTA 2	LA ROSA SERRAVEZZA 2 IL POGGETTO 1 IL GECCO

ORE 11.00 CIRCA TERMINE GARA, A SEGUIRE PREMIAZIONE: SQUADRE MINI PRIMA 3 OPEN A SQUADRE JUNIOR-ALLIEVE-MISTA-SENIOR

ROTAZIONE AGLI ATTREZZI MINI 3 OPEN B: il trampolino passa a parallele , parallele passa alla trave, la trave al corpo libero e il corpo libero al trampolino. Ad ogni cambio attrezzo la prima Società passa ultima. N. B. Eventuali richieste di cambiamento di turno non saranno accolte

GIURIA GIALLA - PRIMO TURNO: MINI PRIMA 3 OPEN B INDIVIDUALE ALLIEVE (22 GINNASTE)

Ore 10.45 controllo tessere Ore 10.55 -15' riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) Ore 11.20 ginnaste pronte per la sfilata Ore 11.30 prova attrezzo come prevista(3minuti) , a seguire gara

TRAMPOLINO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
ARSGYNICA 6	BIANCOVERDE 2 CECINESE 3	ATHENA 2 SIGNA CANALETTO SAN FRUTTUOSO 1	GYMNASTICANDO 3 VALSUGANA 2 S. MICHELE 1

GIURIA ROSSA – PRIMO TURNO: MINI PRIMA 3 OPEN B INDIVIDUALE JUNIOR (22 GINNASTE)

Ore 10.45 controllo tessere Ore -10.55 -15' riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) Ore 11.20 ginnaste pronte per la sfilata Ore 11.30 prova attrezzo come prevista(3minuti) , a seguire gara

TRAMPOLINO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
ARSGYMNICA 4 MARCONI FITNESS 2	CECINESE 3 BLU GENOVA 3	CANALETTO 2 ROMANA 2 LIFEGYM 1	S.MICHELE 2 GYMNASTICANDO 1 PONSACCO 1 FINO MORNASCO 1

ORDINE DI LAVORO di domenica 29 maggio 2016**CAMPIONATO NAZIONALE SQUADRE MINI PRIMA 3 OPEN A e B ALLIEVE , JUNIOR , SENIOR, MISTE
CAMPIONATO NAZIONALE INDIVIDUALE MINI PRIMA 3 OPEN B ALLIEVE, JUNIOR, SENIOR**

ROTAZIONE AGLI ATTREZZI: il trampolino passa a parallele, parallele passa alla trave, la trave al corpo libero e il corpo libero al trampolino. Ad ogni cambio attrezzo la prima Società passa ultima. N. B. Eventuali richieste di cambiamento di turno non saranno accolte

GIURIA GIALLA - SECONDO TURNO: MINI PRIMA 3 OPEN B INDIVIDUALE ALLIEVE (23 GINNASTE)

Ore 13,00 controllo tessere Ore 13,10- 15' riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) Ore 13,35 ginnaste pronte per la sfilata Ore 13,45 prova attrezzo come prevista(3minuti) , a seguire gara

TRAMPOLINO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
METATO 3 TREVIOLO 2 GAREGNANO 1	FINO MORNASCO 2 POGGIBONSESE 2 VITAL 2	AREARTISTICA 1 MG21 GYM JOY 2 MARANELLO 1 OLOS GYM 1	LIFEGYM 1 RIMINI GYM TEAM 1 VOLPONI 1 GYM PLANET 1 PONTECARREGA 1

GIURIA ROSSA – SECONDO TURNO: MINI PRIMA 3 OPEN B INDIVIDUALE JUNIOR (22 GINNASTE)

Ore 13,00 controllo tessere Ore 13,10 -15' riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) Ore 13,35 ginnaste pronte per la sfilata Ore 13,45 prova attrezzo come prevista(3minuti), a seguire gara

TRAMPOLINO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
METATO 2 ATHLETIC 1 GAREGNANO 1 POL. MUGELLO'88 1	SESTO 1 PONTE 15 2 RIMINI GYM TEAM 3	OLOS GYM 2 AREARTISTICA 2 CASCIANA TERME 1	FERRUCCI LIBERTAS 1 VOLPONI 4 ROSIGNANO 1

ORE 15,30 CIRCATERMINE GARA E A SEGUIRE PREMIAZIONI MINI PRIMA 3 OPEN B INDIVIDUALE ALLIEVE E JUNIOR**GIURIA GIALLA - PRIMO TURNO: MINI 3 OPEN B SQUADRE JUNIOR/MISTE (10 squadre)**

Ore 15,15 controllo tessere Ore 15,25- 15' riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) Ore 15,50 ginnaste pronte per la sfilata Ore 16,00 prova attrezzo come prevista(3minuti), a seguire gara

TRAMPOLINO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
ART. MUGELLO 2	POL. MUGELLO '88 2 PONSACCO	MONTESPORT 2	ETA BETA VALSUGANA GYM PLANET

GIURIA ROSSA – PRIMO TURNO : MINI 3 OPEN B INDIVIDUALE SENIOR (20 GINNASTE)

Ore 15,15 controllo tessere Ore 15,25 – 15' riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) Ore 15,50 ginnaste pronte per la sfilata Ore 16,00 prova attrezzo come prevista(3minuti), a seguire gara

TRAMPOLINO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
BIANCOVERDE 1 S. MICHELE 2 GYMNASTICANDO 1 ART. MUGELLO 1	CANALETTO 2 SESTO 1 PONTECARREGA 2	RIMINI GYM TEAM1 GYM JOY 4	VOLPONI1 FERRUCCI LIBERTAS 3 LIBERTY 1

ORE 17,40 CIRCA TERMINE GARA, A SEGUIRE PREMIAZIONE

ORDINE DI LAVORO di domenica 29 maggio 2016**CAMPIONATO NAZIONALE SQUADRE MINI PRIMA 3 OPEN A e B ALLIEVE , JUNIOR ,SENIOR, MISTE
CAMPIONATO NAZIONALE INDIVIDUALE MINI PRIMA 3 OPEN B ALLIEVE, JUNIOR,SENIOR**

ROTAZIONE AGLI ATTREZZI: il trampolino passa a parallele, parallele passa alla trave, la trave al corpo libero e il corpo libero al trampolino. Ad ogni cambio attrezzo la prima Società passa ultima. N. B. Eventuali richieste di cambiamento di turno non saranno accolte

GIURIA ROSSA – PRIMO TURNO: MINI 3 OPEN B SQUADRE ALLIEVE-SENIOR (6 squadre)

Ore 17,15 controllo tessere **Ore 17,25** riscaldamento generale (zona riscaldamento) **Ore 17,50** ginnaste pronte per la sfilata **Ore 18,00** prova attrezzo come prevista(2minuti), a seguire gara

TRAMPOLINO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
GIGLIO MONTEVARCHI ROSIGNANO	MONTESPORT	S. MICHELE	POL. MUGELLO'88 UISP AN

ORE 19.00 CIRCA TERMINE GARA, A SEGUIRE PREMIAZIONE