

2° PROVA CAMPIONATO REGIONALE GAF
CATEGORIE TERZA (Individuale e squadra e specialità) QUARTA (individuale e specialità) QUINTA (individuale e specialità) E SESTA

Domenica 24 Aprile 2016

Mattina

Luogo: Palestra Polisportiva Masi presso "Gimi Sport Club", Via Allende 6 – Casalecchio di Reno (BO)

ORE 08,30 INIZIO RISCALDAMENTO GENERALE PALESTRA ADIACENTE

CATEGORIA 3^ SPECIALITA'

(26 GINNASTE)

ORE 09,00 INIZIO GARA

RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO + GARA ALL'ATTREZZO)*

VOLTEGGIO esecuzione di 2 salti a ginnasta

PARALLELE 1 esercizio a ginnasta

TRAVE 1 minuto per ginnasta

CORPO LIBERO 5 minuti

1^ rotazione

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
Bernardi	Castellettese	Naldini	Pol. Cava	Piccari	Atl. '75	Prampolini	Palagym Trav.
		Gaudenzi	Pol. Cava	Denti	Atl. '75	Avanzini	Palagym Trav.
		Cervi	Spilamberto	Tenti	Atl. '75	Spagnoli	Palagym Trav.
		Rinauro	Spilamberto	Po Baldrighi	Atl. '75	Aimi	Palagym Trav.
				Massimi	Atl. '75	Degli Esposti	Onda Blu
						Chelli	Biancoverde

2^ rotazione

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
Bonfiglioli	Spilamberto	Chelli	Biancoverde	Avanzini	Palagym Trav.	Piccari	Atl. '75
		Cassani	Biancoverde	Spagnoli	Palagym Trav.	Massimi	Atl. '75
		Schioppa	Biancoverde	Degli Esposti	Onda Blu	Tenti	Atl. '75
				Gaudenzi	Pol. Cava	Po Baldrighi	Atl. '75
						Cecchini	Atl. '75
						Denti	Atl. '75

3^ rotazione

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
Linari	Atl. '75			Schioppa	Biancoverde	Bernardi	Castellettese
				Venturelli	Spilamberto	Babini	Pol. Cava
						Neri Sofia	Pol. Cava
						Neri Alessia	Pol. Cava
						Naldini	Pol. Cava
						Manetti	Pol. Cava

4^ rotazione

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
				Babini	Pol. Cava	Bonfiglioli	Spilamberto
				Manetti	Pol. Cava	Cassani	Biancoverde
				Neri Sofia	Pol. Cava	Linari	Atl. '75
				Neri Alessia	Pol. Cava	Venturelli	Spilamberto
						Cervi	Spilamberto
						Rinauro	Spilamberto

ORE 10,30 FINE GARA E PREMIAZIONI

ORE 10,20 INIZIO RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRA ADIACENTE
 CATEGORIA 3^ SENIOR 2002/2003
 (18 GINNASTE)

ORE 10,50 INIZIO GARA
 (4 MINUTI RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO + GARA ALL'ATTREZZO) *

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
Castelnovese	4	Castelnovese	3	Biancoverde	2	Vital	1
S. Faustino	1	Pol. Masi	2	Ginn Riccione	1	Spilamberto	1
				Ginn Reggiana	1	Atletica '75	1
						Saturno Guastalla	1
	(5)		(5)		(4)		(4)

*solo all'attrezzo trave il riscaldamento è di 1 minuto per ginnasta

ORE 12,00 FINE GARA E PREMIAZIONI

ORE 11,50 INIZIO RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRA ADIACENTE
 CATEGORIA 3^ SENIOR 2001 e prec.
 (13 GINNASTE)

ORE 12,20 INIZIO GARA
 (3 MINUTI RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO + GARA ALL'ATTREZZO) *

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
S. Faustino	1	Biancoverde	2	Saturno Guastalla	2	Ginn Riccione	3
Spilamberto	2	Vital	1	Ginn. Riccione	2		
	(3)		(3)		(4)		(3)

*solo all'attrezzo trave il riscaldamento è di 1 minuto per ginnasta

ORE 13,20 FINE GARA E PREMIAZIONI

2°PROVA CAMPIONATO REGIONALE GAF
CATEGORIE TERZA (Individuale e squadra e specialità) QUARTA (individuale e specialità) QUINTA
(individuale e specialità) E SESTA

Domenica 24 Aprile 2016
Pomeriggio

ORE 13,10 INIZIO RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRA ADIACENTE
CATEGORIA SQUADRE 3^ JUNIOR, SQUADRE 3^ SENIOR, SQUADRE 3^ MISTA
(16 GINNASTE)

ORE 13,40 INIZIO GARA
(3 MINUTI RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO + GARA ALL'ATTREZZO) *

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
Pol. Masi	2 (SQ J)	Pianoro Sport	2 (SQ J)	Pianoro Sport	2 (SQ M a)	Palagym Trav.	2 (SQ S)
Pol. Lame	2 (SQ S)	Pianoro Sport	2 (SQ S)	Pianoro Sport	2 (SQ M b)	Ginn Riccione	2 (SQ M)
	(4)		(4)		(4)		(4)

*solo all'attrezzo trave il riscaldamento è di 1 minuto per ginnasta

ORE 14,40 FINE GARA E PREMIAZIONI

ORE 14,30 INIZIO RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRA ADIACENTE
CATEGORIA 3^ JUNIOR
(17 GINNASTE)

ORE 15,00 INIZIO GARA
(4 MINUTI RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO + GARA ALL'ATTREZZO) *

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
Ginn Riccione	5	Atletica '75	2	Pol. Masi	4	Pianoro	1
		Castelletese	2			Pol. Masi	2
						Vital	1
	(5)		(4)		(4)		(4)

*solo all'attrezzo trave il riscaldamento è di 1 minuto per ginnasta

ORE 16,15 FINE GARA E PREMIAZIONI

ORE 16,00 RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRA ADIACENTE
 CATEGORIA 4^ JUNIOR + 4^ SENIOR
 (21 GINNASTE)

ORE 16,30 INIZIO GARA
 (RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO + GARA ALL'ATTREZZO) *

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
Pol. Masi	2 (4^S)	S. Faustino	3 (4^ S)	Castelnovese	3 (4^S)	Atletica '75	1 (4^J)
Libertas Fiorano	4 (4^S)	Spilamberto	2 (4^ S)	Solaris	2 (4^S)	Atletica '75	3 (4^S)
						Biancoverde	1 (4^S)
	(6)		(5)		(5)		(5)

*Solo all'attrezzo TRAVE il riscaldamento è di 1 minuto per ginnasta

ORE 17,45 FINE GARA E PREMIAZIONI

ORE 17,30 INIZIO RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRA ADIACENTE
 CATEGORIA 4^ SPECIALITA' JUNIOR e SENIOR
 (27 GINNASTE)

ORE 18,00 INIZIO GARA
 (5 MINUTI RISCALDAMENTO + GARA ALL'ATTREZZO)*

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
Pol. Masi	10 (senior)	Solaris	3 (senior)	Pol. Cava	5 (senior)	Ginn Reggiana	1 (senior)
		Libertas Fiorano	2 (senior)	Pol. Cava	3(junior)	Biancoverde	1 (senior)
						Atletica '75	1 (senior)
						Spilamberto	1 (senior)
	(10)		(5)		(8)		(4)

*Solo all'attrezzo TRAVE il riscaldamento è di 1 minuto per ginnasta

ORE 19,20 FINE GARA AL TERMINE PREMIAZIONI

ORE 19,10 INIZIO RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRA ADIACENTE
 CATEGORIA 5^ SENIOR + 5^ SPECIALITA' + 4^ D + 6^ C
 (7 GINNASTE)

ORE 19,40 INIZIO GARA
 (5 MINUTI RISCALDAMENTO + GARA ALL'ATTREZZO)*

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
TEMELLINI	5^ senior			RONCAGLIA	4^ D	ANDREOLI	5^ senior
SANCHINI	5^ senior					BERGONZONI	6^ C
						GANZERLA	6^ C
						FUZZI	5^ specialità

*Solo all'attrezzo TRAVE il riscaldamento è di 1 minuto per ginnasta

AL TERMINE PREMIAZIONI
