

**1°PROVA CAMPIONATO REGIONALE GAF**  
**CATEGORIE TERZA (Individuale e squadra e specialità) QUARTA (individuale e specialità) QUINTA (individuale e specialità) E SESTA**

Domenica 20 Marzo 2016

Mattina

Luogo: Palestra “A. Ercolessi” Atletica 75 – Via S. D’Acquisto, (Centro Sportivo) – CATTOLICA ( RN)  
 La palestra è situata a 500 mt. dall’uscita A14 di Cattolica.

ORE 09,00 INIZIO RISCALDAMENTO GENERALE  
 CATEGORIA 4^ JUNIOR + 4^ SENIOR + 4^ SPECIALITA’  
 (39 GINNASTE)

ORE 09,30 INIZIO GARA  
 (8 MINUTI RISCALDAMENTO ALL’ATTREZZO + GARA ALL’ATTREZZO)\*

| VOLTEGGIO          |           | PARALLELE |            | TRAVE         |           | CORPO LIBERO |           |
|--------------------|-----------|-----------|------------|---------------|-----------|--------------|-----------|
| Ginn. Castelnovese | 3 (4^s)   | Pol. Masi | 2 (4^s)    | Ginn. Solaris | 2 (4^s)   | Atletica 75  | 1 (4^j)   |
| Libertas Fiorano   | 3 (4^s)   | Pol. Masi | 10 (spec.) | Ginn. Solaris | 3 (spec.) | Atletica 75  | 3 (4^s)   |
| Libertas Fiorano   | 2 (spec.) |           |            | Pol.Cesanella | 2 (4^s)   | Atletica 75  | 1 (spec.) |
| AG. Biancoverde    | 1 (4^s)   |           |            | Pol. Cava     | 3 (spec.) | S. Faustino  | 3 (4^s)   |
|                    |           |           |            |               |           |              |           |
|                    | (9)       |           | (12)       |               | (10)      |              | (8)       |

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

ORE 12,20 FINE GARA E PREMIAZIONI

---

ORE 12,10 INIZIO RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRA ADIACENTE  
 CATEGORIA 3^ SENIOR (anni 2001 e precedenti) + 3^ SENIOR (anni 2002 e 2003)  
 (37 GINNASTE)

ORE 12,40 INIZIO GARA  
 (6 MINUTI RISCALDAMENTO ALL’ATTREZZO + GARA ALL’ATTREZZO) \*

| VOLTEGGIO          |                  | PARALLELE     |                  | TRAVE            |                  | CORPO LIBERO |                  |
|--------------------|------------------|---------------|------------------|------------------|------------------|--------------|------------------|
| Ginn. Castelnovese | 7 (2002/03)      | Ginn.Riccione | 6 (2001 e prec.) | Ag.Biancoverde   | 2 (2001 e prec.) | Pol. Masi    | 2 (2002/03)      |
| Saturno Guastalla  | 1 (2002/03)      | Ginn.Riccione | 1 (2002/03)      | Ag.Biancoverde   | 2 (2002/03)      | Atl. ‘75     | 1 (2002/03)      |
| Saturno Guastalla  | 2 (2001 e prec.) | Pol.Cesanella | 2 (2001 e prec.) | Vital Fermignano | 1 (2001 e prec.) | Alma Juv.    | 4 (2001 e prec.) |
|                    |                  |               |                  | Vital Fermignano | 1 (2002/03)      | S. Faustino  | 2 (2001 e prec.) |
|                    |                  |               |                  | Spilambertese    | 2 (2001 e prec.) |              |                  |
|                    |                  |               |                  | Ginn. Reggiana   | 1 (2002/03)      |              |                  |
|                    |                  |               |                  |                  |                  |              |                  |
|                    | (10)             |               | (9)              |                  | (9)              |              | (9)              |

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

ORE 15,00 FINE GARA E PREMIAZIONI

**1°PROVA CAMPIONATO REGIONALE GAF**  
**CATEGORIE TERZA (Individuale e squadra e specialità) QUARTA (individuale e specialità) QUINTA**  
**(individuale e specialità) E SESTA**

Domenica 20 Marzo 2016  
Pomeriggio

ORE 14,50 INIZIO RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRA ADIACENTE  
 CATEGORIA 3^ JUNIOR + 3^ SQUADRE JUNIOR, SENIOR, MISTA  
 (21 GINNASTE)

ORE 15,20 INIZIO GARA  
 (5 MINUTI RISCALDAMENTO + GARA ALL'ATTREZZO)\*

| VOLTEGGIO |          | PARALLELE      |          | TRAVE         |            | CORPO LIBERO     |         |
|-----------|----------|----------------|----------|---------------|------------|------------------|---------|
| Pol. Masi | 6 (3^ j) | Palagym        | 2 (SQ S) | Pianoro Sport | 2 (SQ J)   | Atletica 75      | 2 (3^j) |
|           |          | Ginn. Riccione | 2 (SQ M) | Pianoro Sport | 2 (SQ M a) | Vital Fermignano | 1 (3^j) |
|           |          |                |          | Pianoro Sport | 2 (SQ M b) |                  |         |
|           |          |                |          | Pianoro Sport | 2 (SQ S)   |                  |         |
|           | (6)      |                | (4)      |               | (8)        |                  | (3)     |

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

ORE 17,15 FINE GARA E PREMIAZIONI

---

ORE 17,10 RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRA ADIACENTE  
 CATEGORIA 3^ SPECIALITA'  
 (24 GINNASTE)

ORE 17,40 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 |               |
|-------------|-------------|-----------|-------------|----------|-------------|--------------|---------------|
| Bonfiglioli | Spilamberto | Rinauro   | Spilamberto | Schioppa | Biancoverde | Ruggeri      | Alma Juv.     |
| Linari      | Atletica 75 |           |             | Fanti    | Biancoverde | Gambelli     | Alma Juv.     |
|             |             |           |             | Manetti  | Pol. Cava   | Brunetti     | Alma Juv.     |
|             |             |           |             | Neri     | Pol. Cava   | Isotti       | Alma Juv.     |
|             |             |           |             | Massimi  | Atletica 75 | Avanzini     | Palagym Trav. |
|             |             |           |             |          |             | Spagnoli     | Palagym Trav. |
|             |             |           |             |          |             | Po Baldrighi | Atletica 75   |

**2^ rotazione**

| VOLTEGGIO |           | PARALLELE |             | TRAVE         |             | CORPO LIBERO |             |
|-----------|-----------|-----------|-------------|---------------|-------------|--------------|-------------|
| Gambelli  | Alma Juv. | Schioppa  | Biancoverde | Avanzini      | Palagym Tr. | Bonfiglioli  | Spilamberto |
| Brunetti  | Alma Juv. | Chelli    | Biancoverde | Spagnoli      | Palagym Tr. | Venturelli   | Spilamberto |
|           |           | Cassani   | Biancoverde | Degli Esposti | Onda Blu    | Cervi        | Spilamberto |
|           |           |           |             | Piccari       | Atletica 75 | Rinauro      | Spilamberto |
|           |           |           |             | Tenti         | Atletica 75 | Manetti      | Pol. Cava   |
|           |           |           |             | Po Baldrighi  | Atletica 75 | Neri         | Pol. Cava   |
|           |           |           |             |               |             | Linari       | Atletica 75 |

**3^ rotazione**

| VOLTEGGIO |  | PARALLELE |           | TRAVE      |             | CORPO LIBERO  |             |
|-----------|--|-----------|-----------|------------|-------------|---------------|-------------|
|           |  | Ruggeri   | Alma Juv. | Denti      | Atletica 75 | Fanti         | Biancoverde |
|           |  |           |           | Isotti     | Alma Juv.   | Degli Esposti | Onda Blu    |
|           |  |           |           | Venturelli | Spilamberto | Cecchini      | Atletica 75 |
|           |  |           |           | Cervi      | Spilamberto | Piccari       | Atletica 75 |
|           |  |           |           |            |             | Tenti         | Atletica 75 |
|           |  |           |           |            |             | Massimi       | Atletica 75 |
|           |  |           |           |            |             | Chelli        | Biancoverde |
|           |  |           |           |            |             | Cassani       | Biancoverde |
|           |  |           |           |            |             |               |             |
|           |  |           |           |            |             |               |             |

ORE 19,00 FINE GARA E PREMIAZIONI

ORE 18,45 INIZIO RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRA ADIACENTE  
CATEGORIA 5^ SPECIALITA' + 5^ S + 4^ D + 6^ C  
(7 GINNASTE)

ORE 19,15 INIZIO GARA  
(5 MINUTI RISCALDAMENTO + GARA ALL'ATTREZZO)\*

| VOLTEGGIO |           | PARALLELE |      | TRAVE |  | CORPO LIBERO |             |
|-----------|-----------|-----------|------|-------|--|--------------|-------------|
| TEMELLINI | 5^ senior | RONCAGLIA | 4^ D |       |  | FUZZI        | 5^ Spec.    |
| SANCHINI  | 5^ senior |           |      |       |  | ANDREOLI     | 5^ senior   |
|           |           |           |      |       |  | BERGONZONI   | 6^ C senior |
|           |           |           |      |       |  | GANZERLA     | 6^ C senior |
|           |           |           |      |       |  |              |             |

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

ORE 20,15 FINE GARA AL TERMINE PREMIAZIONI

---