

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

Domenica 12 Marzo 2017
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 (1) + 4^ SENIOR (16) + 4^ SPECIALITA' (11)
 (28 GINNASTE)

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

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
Pol. Masi	5 (specialità)	Solaris	3 (specialità)	Cesanella	3 (senior)	Atl.’75	1 (junior)
Pol. Masi	1 (senior)	Solaris	2 (senior)	Ag.Biancoverde	3 (senior)	Atl.’75	3 (senior)
Saturno Guastalla	1 (senior)	San Faustino	2 (senior)	Vital Fermignano	1 (senior)	Atl.’75	3 (specialità)
	(7)		(7)		(7)		(7)

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

ORE 11,15 FINE GARA E PREMIAZIONI

ORE 11,30 INIZIO RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRA ADIACENTE
 CATEGORIA 5^ SENIOR (7) + 5^ SPECIALITA' (3) + 6^ D (1) + 6^ C (2)
 (13 GINNASTE)

ORE 12,00 INIZIO GARA
 (5 MINUTI RISCALDAMENTO ALL’ATTREZZO + GARA ALL’ATTREZZO)*

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
ARIANTE	5^ senior	RONCAGLIA	5^ senior	FUZZI	5^ specialità	ANDREOLI	5^ senior
BENELLI	5^ specialità	RUBBI	6^ D	GNUDI	5^ specialità	GUIDI	5^ senior
				BERGONZONI	6^ C	BARATTA	5^ senior
				GANZERLA	6^ C	RUBINO	5^ senior
						D’ESTE	5^ senior
	(5)		(2)		(4)		(2)

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

ORE 13,30 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 12 Marzo 2017
Pomeriggio

ORE 13,30 INIZIO RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRA ADIACENTE
CATEGORIA 3^ JUNIOR (11) + 3^ SQUADRE JUNIOR (2)
(13 GINNASTE)

ORE 14,00 INIZIO GARA
3 MINUTI RISCALDAMENTO + GARA ALL'ATTREZZO)*

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
Ginn. Riccione	2 (sq. J)	Pianoro S.Academy	3 (J)	Pol. Masi	3 (J)	Saturno Guastalla	1 (J)
Ginn. Riccione	1 (J)					Castelnovese	1 (J)
Atl.'75	1 (J)					Accademia S.Marino	1 (J)
	(4)		(3)		(3)		(3)

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

ORE 15,00 FINE GARA E PREMIAZIONI

ORE 14,45 RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRA ADIACENTE
CATEGORIA 3^ SENIOR
(36 GINNASTE)

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

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
Cesanella	(3)	Ag. Biancoverde	(5)	San Faustino	(4)	Pianoro S.Academy	(5)
Ginn. Riccione	(5)	Pol. Masi	(3)	Castelnovese	(5)	Aletic	(2)
Vital Fermignano	(1)	Accademia S.Marino	(1)			Saturno Guastalla	(1)
						Rimini Gym Team	(1)
	(9)		(9)		(9)		(9)

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

ORE 17,45 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 12 Marzo 2017

Pomeriggio

ORE 17,30 RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRA ADIACENTE
 CATEGORIA 3^ SPECIALITA' (30 GINNASTE)

ORE 18,00 INIZIO GARA
 (RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO COME INDICATO+ GARA ALL'ATTREZZO)

VOLTEGGIO esecuzione di 2 salti a ginnasta

PARALLELE 1 esercizio a ginnasta

TRAVE 1 minuto per ginnasta

CORPO LIBERO 4 minuti

1^ rotazione

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
Linari	Atletica 75			Degli Esposti	Onda Blu	Avanzini	Palagym Traversetolo
				Lunghi	Vital Fermignano	Spagnoli	Palagym Traversetolo
				Benedetti	Vital Fermignano	Colombo	Palagym Traversetolo
						Bocchi	Palagym Traversetolo
						Leone	Palagym Traversetolo
						Vannucci	Accademia S.Marino
						Cassani	Ag.Biancoverde

2^ rotazione

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
Negrini	Pol Masi	Vannucci	Accademia S.Marino	Avanzini	Palagym Trav.	Medardi	Ginn Riccione
Loi	Pol Masi	Cassani	Ag Biancoverde	Spagnoli	Palagym Trav.	Degli Esposti	Onda Blu
				Colombo	Palagym Trav.	Lunghi	Vital Fermignano
				Bocchi	Palagym Trav.	Benedetti	Vital Fermignano
				Leone	Palagym Trav.	Linari	Atl.'75
				Cocconcelli	Palagym Trav.	Amoah	Atl.'75
						Tenti	Atl.'75

3^ rotazione

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
Medardi	Ginn.Riccione	Cocconcelli	Palagym Trav.	Cecchini	Atl.'75	Trambaioli	PianoroS.Academy
		Ugolotti	Palagym Trav.	Massimi	Atl.'75	Garbesi	PianoroS.Academy
		Rondi	Palagym Trav.	Brunetti	Atl.'75	Negrini	Pol. Masi
		San Giorgi	Ag Biancoverde	Po Baldrighi	Atl.'75	Bianchini	Pol. Masi
				Cappellini	Atl.'75	Vignoli	Pol. Masi
				Amoah	Atl.'75	Loi	Pol. Masi
				Tenti	Atl.'75	Benini	Pol. Masi
						Zanfini	Pol. Cava

4^ rotazione

VOLTEGGIO		PARALLELE		TRAVE		CORPO LIBERO	
				Bianchini	Pol.Masi	Ugolotti	Palagym Traversetolo
				Vignoli	Pol.Masi	Rondi	Palagym Traversetolo
				Benini	Pol.Masi	San Giorgi	Ag Biancoverde
				Trambaioli	PianoroS.Academy	Cecchini	Atl.'75
				Garbesi	PianoroS.Academy	Massimi	Atl.'75
				Zanfini	Pol. Cava	Brunetti	Atl.'75
						Po Baldrighi	Atl.'75
						Cappellini	Atl.'75

ORE 19,45 FINE GARA AL TERMINE PREMIAZIONI

