

## COMUNICAZIONI IMPORTANTI

### ORDINI di LAVORO CAMPIONATI NAZIONALI UISP GAF

**ORDINE DI LAVORO di lunedì 1 giugno 2015**

**Aggiornato al 19/5/2015**

- Il riscaldamento generale di 15 minuti si effettuerà nella zona apposita, NON sul tavolo.
- 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 tavola di gara)
  2. Parallele: 2 esercizi a ginnasta
  3. Trave: 1' a ginnasta
  4. Corpo Libero: 1" 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 il **CARTELLINO TECNICO in regola dell'anno sportivo in corso 2014/2015**.
- 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**.

**Si chiede cortesemente a tutti gli istruttori di collaborare, consegnando velocemente le schede dichiarazione degli esercizi e 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](mailto:sara.vacchini@libero.it)) oppure la Responsabile dei Settori Tecnici UISP Paola Morara (338.4434027) [paola.morara@virgilio.it](mailto:paola.morara@virgilio.it)

**ORDINE DI LAVORO di lunedì 1 giugno 2015****CAMPIONATO NAZIONALE INDIVIDUALE QUARTA CATEGORIA JUNIOR – ELITE - SENIOR**

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

**TURNO: 4 CATEGORIA JUNIOR + ELITE (10)**

Ore 8.00 controllo tessere, Ore 8,10 riscaldamento generale. Ore 8.25 ginnaste pronte per la sfilata Ore 8,30 prova attrezzo come prevista ( 3 minuti) a seguire gara (1h )

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
YUPPIES ZAVATTARO 1 TREVIOLO 1	CANALETTO 2	RICCIONE 3	ATL 75 2 OLOS GYM 1

**ORE 9.30 CIRCA TERMINE GARA, A SEGUIRE PREMIAZIONE**

**PRIMO TURNO: 4 CATEGORIA SENIOR 1999 e precedenti (16)**

Ore 9.30 controllo tessere, Ore 9.40 riscaldamento generale. Ore 9.55 ginnaste pronte per la sfilata Ore 10.00 prova attrezzo come prevista ( 4 minuti) a seguire gara (1h e 20" )

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
CECINESE 2 SERAVALLESE 2	GAREGNANO 2 AIRONE 1 S. FAUSTINO 1	CESANELLA 1 SOLARIS 1 IRPINIA 1 REGGIANA 1	BLUKIPPE 3 FIORANO 1

**SECONDO TURNO: 4 CATEGORIA SENIOR 1999 e precedenti (17)**

Ore 11.00 controllo tessere, Ore 11.10 riscaldamento generale. Ore 11.25 ginnaste pronte per la sfilata Ore 11.30 prova attrezzo come prevista ( 4 minuti) a seguire gara (1h e 20" )

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
BENTIVOGLIO 2 EUROPA '93 1 ANCHETTA 1	ROSIGNANO 1 ATL 75 3	FORZA E COSTANZA 2 CE. GI. FI 2 RICCIONE 1	CASTELNOVESE 2 POGGETTO 2

**ORE 13,00 CIRCA TERMINE GARA, A SEGUIRE PREMIAZIONE**

**PRIMO TURNO: 4 CATEGORIA SENIOR -2000 e successivi (15)**

Ore 13,00 controllo tessere, Ore 13,10 riscaldamento generale. Ore 13,25 ginnaste pronte per la sfilata Ore 13,30 prova attrezzo come prevista ( 4 minuti) a seguire gara (1h e 10" )

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
CANALETTO 2 BEENTIVOGLIO 1 FORZA ECOSTANZA 1	PONSACCO 4	MDS 1 FIORANO 2	CORPO LIBERO 3 RICCIONE 1

**SECONDO TURNO: 4 CATEGORIA SENIOR -2000 e successivi (17)**

Ore 14,10 controllo tessere, Ore 14,20 riscaldamento generale. Ore 14.35 ginnaste pronte per la sfilata Ore 14,40 prova attrezzo come prevista ( 4 minuti) a seguire gara (1he 10" )

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
SOLARIS 3 REGGIANA 1	LIBERTY 3 ROSIGNANO 1	POGGETTO 5	CECINESE 1 GYMNICA VITERBO 1 CE. GI. FI 2

**ORE 15,50 CIRCA TERMINE GARA, A SEGUIRE PREMIAZIONE**

**ORDINE DI LAVORO di lunedì 1 giugno 2015****CAMPIONATO NAZIONALE INDIVIDUALE QUINTA CATEGORIA JUNIOR, SENIOR****PRIMO TURNO: 5 CATEGORIA JUNIOR-SENIOR (15)**

**Ore 15,30** controllo tessere **Ore 15,40** riscaldamento generale. **Ore 16.05** ginnaste pronte per la sfilata **Ore 16,10** prova attrezzo come prevista ( 5 minuti) a seguire gara (1h e 20" termine )

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
POGGETTO 2 CORPO LIBERO 1 ROSIGNANO 1	RICCIONE 2 ATL 75 1 BENTIVOGLIO 1	PALAGYM LATINA 1 FAENZA 2	BLUKIPPE 3 GAREGNANO 1

**ORE 17,30 CIRCA TERMINE GARA, A SEGUIRE PREMIAZIONE**

**CAMPIONATO NAZIONALE INDIVIDUALE SESTA CATEGORIA B, C, D JUNIOR, SENIOR**

**PROVE AGLI ATREZZI: VOLTEGGIO – 3 SALTI...PARALLELE 2 ESERCIZI...TRAVE 1'...SUOLO 1'**

**TURNO: SESTA B – SESTA C JUNIOR/SENIOR (15 ginnaste)**

**Ore 17,10** controllo tessere, **Ore 17,20** riscaldamento generale. **Ore 17,40** ginnaste pronte per la sfilata . 17,45 prova attrezzo come prevista (5 minuti), a seguire gara (1h 30' termine turno)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
SESTA B/C ATL 75 2 ROSIGNANO 2	SESTA B/C CANALETTO 1 UNION VIGONZA 1 AIRONE 1 CE. GI. FI 1	SESTA C GINNASTICA GRUGLIASCO 1 IRPINIA 1 BENTIVOGLIO 1	SESTA C SAN MICHELE 3 ART. MUGELLO 1

**ORE 19,00 CIRCA TERMINE GARA, A SEGUIRE PREMIAZIONE**

**PROVE AGLI ATREZZI: VOLTEGGIO – 3 SALTI...PARALLELE 2 ESERCIZI...TRAVE 1'...SUOLO 1'**

**TURNO:SESTA D JUNIOR/SENIOR (22 ginnaste)**

**Ore 18,40** controllo tessere, ginnaste pronte per la sfilata **Ore 18,50** riscaldamento generale. **Ore 19,10** ginnaste pronte per la sfilata **ORE 19,15** prova attrezzo come prevista (6 minuti), a seguire gara ( 1h 30' termine turno)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
FAENZA 2 ART. MUGELLO 3	POGGETTO 3 CECINESE 3	JUNIOR 2000 2 PONSACCO 3 MONTESPORT 1	CONCERTOSPORT 3 FERRUCCI LIBERTAS 1 CANALETTO 1

**ORE 21,00 CIRCA TERMINE GARA, A SEGUIRE PREMIAZIONE**