

COMUNICAZIONI IMPORTANTI

ORDINI di LAVORO CAMPIONATI NAZIONALI UISP GAF

ORDINE DI LAVORO di domenica 31 maggio 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 3 salti** a ginnasta (prova sull'altezza della tappetatura di gara)
 2. Parallele: un esercizio a ginnasta
 3. Trave: 45" a ginnasta
- **Corpo Libero: 45" 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**.

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 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) oppure la Responsabile dei Settori Tecnici UISP Paola Morara (338.4434027) paola.morara@virgilio.it

ORDINE DI LAVORO di domenica 31 maggio 2015**CAMPIONATO NAZIONALE INDIVIDUALE TERZA 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 UNICO: 3 CATEGORIA JUNIOR 2003 (18)

Ore 7,30 controllo tessere, **Ore 7,40** riscaldamento generale. **Ore 7,55** ginnaste pronte per la sfilata **Ore 8,00** prova attrezzo come prevista (4 minuti) a seguire gara (1h e 20 ")

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
GYMNICA VITERBO 1 BENTIVOGLIO 2 CE. GI. FI 1	RICCIONE 1 PONSACCO 1 POL. I' GIGLIO 2 S. MICHELE 1	BARBANELLA 1 CORPO LIBERO 1 ATL 75 2 ROSIGNANO 1	OLOS GYM 1 CASTELNOVESE 2 BIANCOVERDE 1

ORE 9,20 CIRCA TERMINE GARA, A SEGUIRE PREMIAZIONE

PRIMO TURNO: 3 CATEGORIA JUNIOR 2004 E SUCCESSIVI (17)

Ore 9,20 controllo tessere, **Ore 9,30** riscaldamento generale. **Ore 9,45** 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
SESTO 1 CANALETTO 1 YUPPIES ZAVATTARO 2	RICCIONE 5	PALAGYM LATINA 2 OLIMPIA 81 1 ATL 75 1	AIRONE 2 PIANORO 1 POGGIBONSESE 1

SECONDO TURNO: 3 CATEGORIA JUNIOR 2004 E SUCCESSIVI + ELITE (15)

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 (3 minuti) a seguire gara (1h)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
MUGELLO'88 1 CECINESE 1 BENTIVOGLIO 2	CE. G. FI 3 MENS SANA 1	UNION VIGONZA 2 YUPPIES ZAVATTARO 1	IRPINIA 3 SPILAMBERTESE 1

ORE 12,30 CIRCA TERMINE GARA, A SEGUIRE PREMIAZIONE

ORDINE DI LAVORO di domenica 31 maggio 2015**CAMPIONATO NAZIONALE INDIVIDUALE TERZA 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

PRIMO TURNO: 3 CATEGORIA SENIOR -1999 e precedenti (16)

Ore 12,30 controllo tessere, **Ore 12,40** riscaldamento generale. **Ore 12.55** ginnaste pronte per la sfilata **Ore 13,00** prova attrezzo come prevista (4 minuti) a seguire gara (1h e 10”)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
AIRONE 3 OLIMPIA MI 1	BIANCOVERDE 2 CONCERTOSPORT 2	CESANELLA 3 GYM PLANET 1	RICCIONE 3 5 CERCHI 1

SECONDO TURNO: 3 CATEGORIA SENIOR -1999 e precedenti (17)

Ore 13,40 controllo tessere, **Ore 13,50** riscaldamento generale. **Ore 14.05** ginnaste pronte per la sfilata **Ore 14,10** prova attrezzo come prevista (4 minuti) a seguire gara (1h e 10”)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
MUGELLO '88 3 3 PIETRE 1	S. FAUSTINO 5	FORZA E COSTANZA 3 FINO MORNASCO 1	MADAS 3 CASTELNOVESE 1

ORE 15,20 CIRCA TERMINE GARA, A SEGUIRE PREMIAZIONE

PRIMO TURNO: 3 CATEGORIA SENIOR 2000-2001 (20)

Ore 15,10 controllo tessere **Ore 15,20** riscaldamento generale. **Ore 15,35** ginnaste pronte per la sfilata **Ore 15,40** prova attrezzo come prevista (5 minuti) a seguire gara (1h e 20” termine)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
BIANCOVERDE 1 ART. MUGELLO 1 MOVIMENTE 3	POGGETTO 1 RICCIONE 3 BARBANELLA 1	IRPINIA 2 ALMA JUVENTUS 2 AIRONE 1	OLIMPIA MI 1 GAREGNANO 1 POL.'I' GIGLIO 1 FORZA E COSTANZA 2

SECONDO TURNO: 3 CATEGORIA SENIOR 2000-2001 (17)

Ore 16,30 controllo tessere, **Ore 16.40** riscaldamento generale. **Ore 16.55** ginnaste pronte per la sfilata **Ore 17.00** prova attrezzo come prevista (5 minuti) a seguire gara (1h 20”)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
MONTELUPO 1 CASTELNOVESE 3	PONSACCO 2 CANALETTO 1 CESANELLA 1	GYM JOY 5	OLOS GYM 1 MUGELLO'88 1 REGGIANA 1 ATL 75 1

ORE 18,20 CIRCA TERMINE GARA, A SEGUIRE PREMIAZIONE

ORDINE DI LAVORO di domenica 31 maggio 2015**CAMPIONATO NAZIONALE INDIVIDUALE CATEGORIA OVER SENIOR**

1 ROTAZIONE - 18,20 controllo tessere, ginnaste pronte per la sfilata Ore 18,30 riscaldamento generale. Ore 18,55 pronte per la sfilata Ore 19,00 prova attrezzo come prevista (6 minuti=45" a ginnasta) a seguire gara (35').

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
MAIOLINI SABRINA BIANCACCI SERENA LINARI ALICE RUGGIU MARTINA	CARMAGNINI CLAUDIA IACOMINI MATILDE	BRIONI SARA BAINO ALICE RECCHIA DEBORA CARMAGNINI CLAUDIA CIAPINI FRANCESCA CAMBI GIORGIA PERRI ELISA COLO' SOFIA FAENTONI CHIARA	AMOAHJANEL LISA ZANCA GAIA TENTI SOFIA BRUNETTI ERICA ANTONELLI SOFIA SACCHI ELENA PO BALDRIGHI MANUELA GALLEGARI CHIARA

2 ROTAZIONE ORE 19,40 prova attrezzo come prevista (6 minuti) a seguire gara (33').

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
ANTONELLI SOFIA CAVALLARI ALESSIA	CAMBI GIORGIA MAIOLINI SABRINA	BORSETTO GAIA MENEHETI FRANCESCA ZANDONA' SARA PICCARI GIULIA AMOAHJANEL LISA ZANCA GAIA BRUNETTI ERICA SACCHI ELENA	CAVALLARI ALESSIA BRIONI SARA BAINO ALICE RECCHIA DEBORA BIANCACCI SERENA IACOMINI MATILDE RUGGIU MARTINA CIAPINI FRANCESCA GRIECO M. CONSIGLIA

3 ROTAZIONE Ore 20,20 prova attrezzo come prevista (6 minuti) a seguire gara (33').

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
		PO BALDRIGHI MANUELA D'ELISEO ARIANNA PRAMPOLINI ALESSANDRA AIMI FRANCESCA BOESSO SOFIA FABBRINI ALICE TRAPPOLONI CHIARA CECERE GAIA	PERRI ELISA COLO' SOFIA FAENTONI CHIARA BORSETTO GAIA MENEHETTI FRANCESCA ZANDONA' SARA PICCARI GIULIA LINARI ALICE

4 ROTAZIONE Ore 21,00 prova attrezzo come prevista (6 minuti) a seguire gara (33')

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
			D'ELISEO ARIANNA PRAMPOLINI ALESSANDRA AIMI FRANCESCA BOESSO SOFIA FABBRINI ALICE TRAPPOLONI CHIARA CECERE GAIA

ORE 21,40 CIRCA TERMINE GARA, A SEGUIRE PREMIAZIONE